

Guia sobre **prevenção e tratamento de lesões mamilo-areolares em lactantes**

Ana Larysa Galdino das Chagas

GUIA SOBRE PREVENÇÃO E TRATAMENTO DE LESÕES MAMILO-AREOLARES EM LACTANTES

Ana Larysa Galdino das Chagas
discente/autora

Rhayssa de Oliveira e Araújo
Lays Pinheiro de Medeiros
orientadoras



Natal, 2026

Reitor

José Daniel Diniz Melo

Vice-Reitor

Henio Ferreira de Miranda

Diretoria Administrativa da EDUFERN

Maria das Graças Soares Rodrigues (Diretora)

Helton Rubiano de Macedo (Diretor Adjunto)

Bruno Francisco Xavier (Secretário)

Conselho Editorial

Maria das Graças Soares Rodrigues (Presidente)

Judithe da Costa Leite Albuquerque (Secretária)

Adriana Rosa Carvalho

Alexandro Teixeira Gomes

Elaine Cristina Gavioli

Everton Rodrigues Barbosa

Fabrcio Germano Alves

Francisco Wildson Confessor

Gilberto Corso

Gleydson Pinheiro Albano

Gustavo Zampier dos Santos Lima

Izabel Souza do Nascimento

Josenildo Soares Bezerra

Ligia Rejane Siqueira Garcia

Lucélio Dantas de Aquino

Marcelo de Sousa da Silva

Márcia Maria de Cruz Castro

Márcio Dias Pereira

Martin Pablo Cammarota

Nereida Soares Martins

Roberval Edson Pinheiro de Lima

Tatyana Mabel Nobre Barbosa

Tercia Maria Souza de Moura Marques

Secretária de Educação a Distância

Maria Carmem Freire Diógenes Rêgo

Secretária Adjunta de Educação a Distância

Ione Rodrigues Diniz Morais

Coordenadora de Produção de Materiais Didáticos

Maria Carmem Freire Diógenes Rêgo

Coordenação Editorial

Mauricio Oliveira Jr.

Gestão do Fluxo de Revisão

Edineide Marques

Gestão do Fluxo de Editoração

Mauricio Oliveira Jr.

Conselho Técnico-Científico – SEDIS

Maria Carmem Freire Diógenes Rêgo – SEDIS (Presidente)

Aline de Pinho Dias – SEDIS

André Moraes Gurgel – CCSA

Antônio de Pádua dos Santos – CS

Célia Maria de Araújo – SEDIS

Eugênia Maria Dantas – CCHLA

Ione Rodrigues Diniz Morais – SEDIS

Isabel Dillmann Nunes – IMD

Ivan Max Freire de Lacerda – EAJ

Jefferson Fernandes Alves – SEDIS

José Querginaldo Bezerra – CCET

Lilian Giotto Zarus – CB

Marcos Aurélio Felipe – SEDIS

Maria Cristina Leandro de Paiva – CE

Maria da Penha Casado Alves – SEDIS

Nedja Suely Fernandes – CCET

Ricardo Alexsandro de Medeiros Valentim – SEDIS

Sulemi Fabiano Campos – CCHLA

Wicliffe de Andrade Costa – CCHLA

Revisão Linguístico-textual

Jakeline Simões Gomes

Revisão de ABNT

Larissa Carla Souza da Silva França

Revisão Tipográfica**Diagramação**

Marina Beatriz de Medeiros Santos

Capa

Marina Beatriz de Medeiros Santos

Catalogação da publicação na fonte
Universidade Federal do Rio Grande do Norte
Secretaria de Educação a Distância

Chagas, Ana Larysa Galdino das

Guia sobre prevenção e tratamento de lesões mamilo-
areolares em lactantes [recurso eletrônico] / Ana Larysa Galdino
das Chagas. – 1. ed. – Natal: SEDIS-UFRN, 2026

1500KB; 1 PDF; il., col.

ISBN 978-65-5569-633-2

1. Aleitamento Materno. 2. Aleitamento – Autocuidado.
3. Aleitamento – Promoção da Saúde. I. Título.

CDU 618.63

C433g

Elaborada por Edineide da Silva Marques CRB-15/488.

APOIO



Apresentação

Este material é fruto do projeto de mestrado da enfermeira Ana Larysa Galdino das chagas, membro do Núcleo de Estudo e Pesquisa em Dermatologia e Estomaterapia (NEPeDE), sob a orientação da professora Dra. Rhayssa de Oliveira e Araújo e co-orientação da Dra. Lays Pinheiro de Medeiros, da Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN). O guia foi elaborado a partir de revisões sistemáticas da literatura e documento oficial do ministério da saúde.

O objetivo deste guia é auxiliar você, mamãe, a amamentar de forma correta e também prevenir e tratar lesões em seus seios. Dessa forma, você pode contribuir com o crescimento e desenvolvimento saudável do(a) seu(sua) filho(a).

Amamentação

Olá, você sabe por que amamentar é tão importante? Vem com a gente descobrir.

A amamentação proporciona saúde para a vida do seu bebê, promovendo seu crescimento e desenvolvimento. Além disso, proporciona benefícios para a sua saúde (Brasil, 2019). Confira alguns deles:



Para o bebê, o leite materno:

- Contém vitaminas, minerais, gorduras, açúcares e proteínas, todos apropriados para o organismo do bebê;
- Proteção contra infecções, como diarreia, pneumonia, infecção de ouvido e alergias;
- Prevenção contra doenças, como asma, diabetes e obesidade;
- Auxilia no desenvolvimento físico, emocional e na inteligência;

Para a mãe/lactante amamentar:

- Redução das chances de desenvolver câncer de mama;
- Redução das chances de desenvolver câncer de ovário e de útero;
- Prevenção contra a Diabetes tipo 2;
- Aumenta o vínculo afetivo com o bebê;
- Economia para o seu bolso, sendo prático e seguro, além de evitar gastos desnecessários com outro tipo de leite ou remédios, já que seu bebê crescerá forte e saudável;



Apoiar a amamentação é cuidar do futuro. **Confira.**



Não desista, você tem o suficiente! **Veja.**



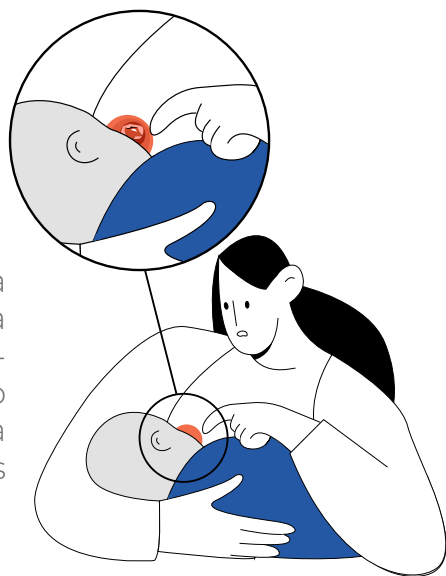
Parabéns por chegar até aqui!

Agora que você conhece os benefícios da amamentação, é importante destacar que cada mulher é diferente uma da outra. Logo, a experiência de amamentar seu bebê é única.

Em alguns casos, amamentar pode se tornar um processo difícil, desconfortável e doloroso devido às lesões nos mamilos ocasionadas durante esse período, pois trata-se de um contato novo para o seu corpo, que necessita de adaptação. Pensando em ajudar você, este guia foi construído com orientações práticas que podem auxiliar a evitar e a tratar as lesões mamilares, para que você tenha mais conforto e satisfação durante a prática da amamentação. Se você conhece alguém que também esteja amamentando, compartilhe com ela essas informações.

Você sabe o que são as lesões mamilo-areolares?

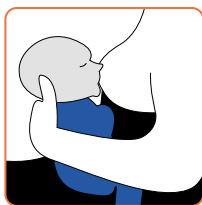
São caracterizadas por alterações na pele do mamilo (bico do peito) e da aréola (área arredondada, mais escurada da mama), tais como alteração da cor, da aparência; rompimento da pele e aparecimento de bolhinhas (Cevellini et al., 2022).



Você conhecer as formas de posicionar o bebê ao seio?



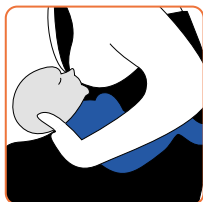
Posição tradicional



Posição de cavalinho



Posição tradicional invertida



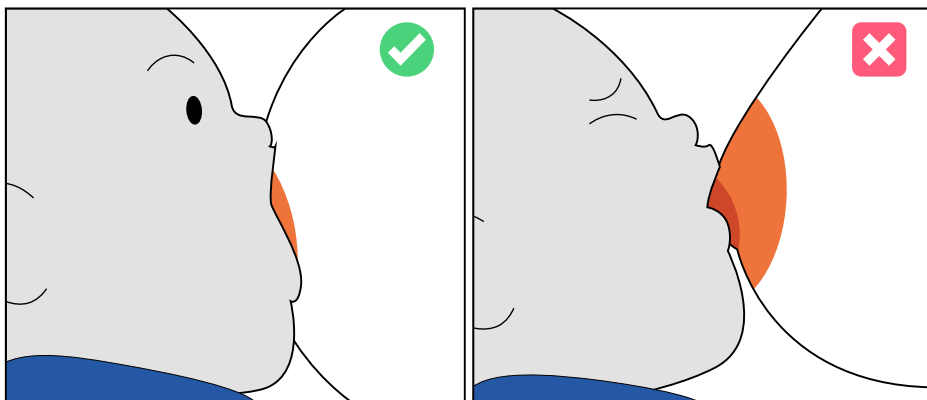
Posição sentada, com o bebê posicionado na sua lateral



Posição deitada

Você sabe como prevenir as lesões mamilo-aréolares?

As principais formas de prevenir as lesões mamilo-aréolares durante o período da amamentação são o **posicionamento e pega correta do bebê**.



1. Boca bem aberta;
2. Lábio inferior virado para fora, o superior pode estar para fora ou não;
3. Queixo encostado na mama e ver a aréola aparecer mais acima do que abaixo da boca do bebê;
4. Bochecha enche quando suga o leite;
5. Nariz do bebê fica livre.

Saiba mais sobre as posições corretas e pega adequada. Confira **este vídeo** sobre amamentação.



Você sabe quais são os profissionais que podem te ajudar caso tenha alguma dificuldade na amamentação?

Profissionais de saúde capacitados - como enfermeiros, médicos, nutricionistas, fonoaudiólogos, consultores de amamentação - podem auxiliar com orientações importantes para a prevenção de lesões nas mamas, tanto no período da gestação quanto após o nascimento do bebê.

Além disso, existem algumas terapias que podem ajudar na prevenção dessas lesões no mamilo. No entanto, não esqueça de consultar um profissional de saúde capacitado. Jamais faça uso desses métodos por conta própria.

Atenção!

Os métodos descritos a seguir são complementares e podem auxiliar na prevenção das lesões. Contudo, não substituem a principal forma de prevenção que é a posição e pega adequada do bebê na amamentação, a qual tem custo zero.

Para saber mais sobre posicionamento e pega adequada, revise/ volte a **página 9.**

Conheça algumas terapias que podem ajudar na prevenção das lesões após o parto e puerpério com base em alguns estudos:



Gel de hortelã-pimenta:

Uso do gel de hortelã-pimenta nos mamilos e aréola após alimentar o bebê; lavar os seios antes da próxima mamada.

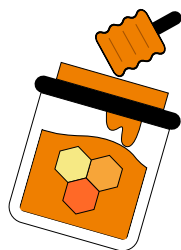
(Composição: Óleo de hortelã-pimenta (0,2 mL) adicionado à dispersão de carbopol sob agitação contínua (200 rpm) para produzir uma concentração de 0,2% v/p; Metil parabeno (0,1%); Propil parabeno (0,2%); Trietanolamina (1,90% p/v); Glicerina (15 ml)) (Melli *et al.*, 2007).



Água de hortelã-pimenta:

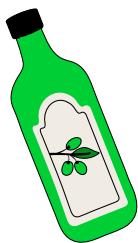
Utilização de algodão embebido com água de hortelã-pimenta no mamilo e aréola por 20 minutos, em ambas as mamas. Secagem por exposição ao ar livre durante 5 minutos. Aplicação realizada duas vezes ao dia (com intervalo de 4 horas entre as aplicações).

ATENÇÃO: Recomenda-se a lavagem dos seios antes de cada mamada (Sailo *et al.*, 2018).



Mel de flores:

Aplicação de uma colher de chá de mel (mel de flores não diluído) nos mamilos e aréolas, em ambos os seios, três vezes ao dia após a amamentação (de manhã, ao meio-dia e à noite). Após a aplicação, o mamilo é coberto com gaze seca; retirada com água morna, 30 minutos após a aplicação (Ciftci *et al.*, 2018).



Azeite extra virgem:

Administração de 3 gotas em cada mamilo após cada mamada. O óleo contém grandes quantidades de antioxidantes e vitamina A, que são responsáveis por suas qualidades curativas e restauradoras. **ATENÇÃO:** Recomenda-se a lavagem dos seios antes de cada mamada (Cordero *et al.*, 2015).

Prevenir as lesões mamilo-areolares é um cuidado que se deve ter durante a fase de amamentação, mas caso já possua as lesões ou esteja sentido dor ao amamentar, é importante consultar um profissional de saúde capacitado.

Você conhece as terapias que podem ajudar no tratamento das lesões nas mamas?

Veja a seguir alguns tratamentos que podem ser feitos com auxílio de um profissional capacitado (Silva *et al.*, 2022)

Método não farmacológico (custo zero)

Leite materno

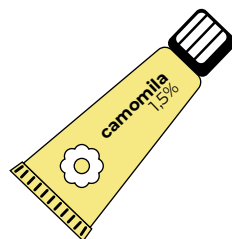
Uso de gotas de leite materno na aréola e mamilo, duas vezes ao dia, deixando secar ao ar livre, após o término da amamentação (Mariani Neto *et al.*, 2018; Abou-Dakn *et al.*, 2011; Firouzabadi; Pourramezani; Balvardi, 2020; Abdoli *et al.*, 2020).



Métodos alternativos/ complementares de tratamento

Pomada de camomila 1,5%

Utilização da pomada de camomila 1,5%, em uma porção do tamanho de um grão de arroz, três vezes ao dia (a cada 8 horas) na aréola e mamilo. Aplicação da pomada de camomila durante no mínimo sete dias. Em caso de alergia, suspender seu uso imediatamente. A pomada fica no mamilo até a próxima mamada, sendo necessário sua remoção antes de amamentar (Nayeri; Kheirkhah; Janani, 2019).



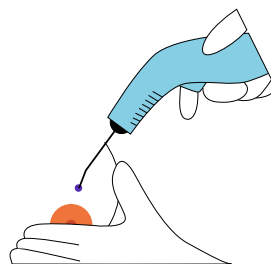
Pomada de lanolina

Aplicação de uma fina camada da pomada de lanolina na região dolorida, que cubra toda a extensão da lesão, espera secar naturalmente antes de colocar o sutiã, seguir os demais cuidados conforme indicação do fabricante. Lavar o sutiã diariamente com água e sabonete neutro (Abou-Dakn et al., 2011; Coca e Abrão, 2008; Mariani Neto et al., 2018).



Fotobiomodulação com laser de baixa potência

É utilizado um dispositivo fotobiomodulador - laser de baixa potência, emitindo luz vermelha visível contínua. O tempo de realização do tratamento com o laser e a quantidade de sessões irá variar de paciente para paciente e seguirá conforme orientação do profissional.



IMPORTANTE: O procedimento só deverá ser realizado por um profissional capacitado. Aplicação: O dispositivo é posicionado sobre a mama, de forma que a radiação emitida alcance a lesão.

*Para evitar a exposição direta da luz aos olhos, devem ser utilizados óculos de proteção (Coca *et al.*, 2016).

Observação:

Apesar de algumas literaturas já discutirem/comprovarem sobre os métodos alternativos de tratamento, eles não substituem a principal forma de prevenir e tratar as lesões mamilo-areolares, que é por meio do posicionamento e pega adequada do bebê.

Agora que você conhece as principais formas de prevenir e tratar as lesões nos mamilos decorrentes da amamentação, gostaríamos de destacar a rede de banco de leite humano, responsável por promover, proteger e apoiar o aleitamento materno.

Você já ouviu falar sobre ela? São muito importantes e existem também para prestar apoio a qualquer problema ou intercorrência relacionadas à amamentação.



Saiba mais:

Rede de Banco de Leite Humano (RBLH-BR)

Conforme a Portaria N° 2.193, de 14 de Setembro de 2006, os Bancos de Leite Humano (BLH) prestam apoio e orientações sobre aleitamento materno e ações relacionadas à coleta, processamento e distribuição de leite humano para bebês prematuros ou de baixo peso.



Acesse o site e confira o banco de leite mais próximo de sua região/cidade

Campanha Nacional de Doação de Leite Humano



Referência

ABOU-DAKN, M. *et al.* Positive effect of HPA lanolin versus expressed breastmilk on painful and damaged nipples during lactation. **Skin Pharmacol Physiol**, [s. l.], v. 24, p. 27-35, 2011.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria nº 2.193, de 14 de setembro de 2006**. Define a estrutura e a atuação dos Bancos de Leite Humano (BLH). Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2006. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/prt2193_14_09_2006.html. Acesso em: 15 jan. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Promoção da Saúde. **Guia alimentar para crianças brasileiras menores de 2 anos**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2019. Disponível em: http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/guia_da_crianca_2019.pdf BRASIL. Acesso em: 30 ago. 2023.

CERVELLINI, M. P. *et al.* Construction and validation of an instrument for classifying nipple and areola complex lesions resulting from breastfeeding. **Rev Bras Enferm**, [s. l.], v. 75, 2022. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2021-0051>

CIFTCI, B. *et al.* Assessment of the Effect of Nipple Care with Honey on Nipple Cracking. **International Journal of Caring Sciences, Nicosia**, [s. l.], v. 11, n. 3, p. 1.881-1.889, 2018. Disponível em: <https://www.proquest.com/openview/c9d68657cb805664172316c3c7ca-da7b/1?pq-origsite=gs34cholar&cbl=1606338#:~:text=Of%20the%20mothers%20who%20received,the%20development%20of%20nipple%20cracks>. Acesso em: 23 jan. 2023.

FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ. Rede Global de Bancos de Leite Humano. Rio de Janeiro: rBLH, 2005. Disponível em: <https://rblh.fiocruz.br/pagina-inicial-rede-blh>. Acesso em: 15 jan. 2023.

COCA, K. P.; ABRÃO, A. C. F. de V. An evaluation of the effect of lanolin in healing nipple injuries. **Acta Paulista de Enfermagem**, [s. l.], v. 21, n. 1, p. 11-16, mar. 2008. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s0103-21002008000100002>.

COCA, K. P. *et al.* Efficacy of low-level laser therapy in relieving nipple pain in breastfeeding women: a triple-blind, randomized, controlled trial. **Pain Management Nursing**, [s. l.], v. 17, n. 4, p. 9-281, 2016.

CORDERO, M. J. A. *et al.* Application of extra virgin olive oil to prevent nipple cracking in lactating women. **Worldviews on Evidence-Based Nursing**, [s. l.], v. 12, n. 6, p. 364-369, 2015. Disponível em: <https://sigmapubs.onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/wvn.12113>. Acesso em: 20 jun. 2022.

FIROUZABADI, M.; POURRAMEZANI, N.; BALVARDI, M. Comparing the effects of yarrow, honey, and breast milk for healing nipple fissure. **Iran J Nurs Midwifery Res.**, [s. l.], v. 25, n. 4, p. 5-282, 2020. DOI: 10.4103/ijnmr.IJNMR_133_19.

MARIANI NETO, C. *et al.* Comparative study of the use of hpa lanolin and breast milk for treating pain associated with nipple trauma. **Rev Bras Ginecol Obstet.**, [s. l.], v. 40, n. 11, p. 664-672, Disponível em: <https://www.thieme-connect.de/products/ejournals/pdf/10.1055/s-0038-1675180.pdf>. Acesso em: 24 jan. 2023.

SANTA JOANA HOSPITAL E MATERNIDADE. cartilha de amamentação tudo que você precisa saber sobre aleitamento materno. **Santa Joana - Hospital e Maternidade**, São Paulo, v. 10, n. 1, p. 1-24, jan. 2021. Disponível em: https://santajoana.com.br/site/wp-content/uploads/2021/03/Cartilha-Amamenta%C3%A7%C3%A3o_Santa-joana.pdf. Acesso em: 6 mar. 2023.

MELLI, M. S. *et al.* A randomized trial of peppermint gel, lanolin ointment, and placebo gel to prevent nipple crack in primiparous breastfeeding women. **Medical Science Monitor**, [s. l.], v. 13, n. 9, p. 406-411, 2007. Disponível em: <https://medscimonit.com/abstract/index/idArt/498400>. Acesso em: 21 jan. 2023.

MOURA, A. S. *et al.* **Curso Teórico de Manejo do Aleitamento Materno**. Natal: AVASUS/UFRN, 2021. (Unidade 5).

NAYERI, S. D.; KHEIRKHAH, M.; JANANI, L. The effect of chamomile ointment on the healing of breastfeeding mothers' nipple sore- a randomized controlled clinical trial. **Journal Of Evolution Of Medical And Dental Sciences**, [s. l.], v. 8, n. 17, p. 1.399-1.404, 29 abr. 2019.

SAILO, M. L. *et al.* Effect of Peppermint Water on Prevention of Nipple Injury among Postnatal Mothers Subjected to Caesarean. **International Journal of Nursing Education**, [s. l.], v. 10, n. 1, p. 43-48, 2018. Disponível em: <https://ijone.org/scripts/IJONE%20Jan-Mar%202018.pdf#page=49>. Acesso em: 24 jan. 2023.

Saglik DK, Kisacik OG. Comparison of the effects of olive oil and breast milk on the prevention of nipple problems in primiparous breastfeeding women: a randomized controlled trial. **Health Care Women Int**. 2020 Dec 8. DOI:10.1080/07399332.2020.1840570

SILVA, J. I. *et al.* Effective interventions for treating nipple trauma resulting from breastfeeding: a systematic review. **Acta Paul Enferm**, [s. l.], v. 35, eAPE01367, 2022.

