

A importância da amamentação para um desenvolvimento saudável

The importance of breastfeeding for healthy development

DOI:10.34119/bjhrv5n6-186

Recebimento dos originais: 10/11/2022

Aceitação para publicação: 13/12/2022

Anne Caroline de Lima Santos

Graduanda de Enfermagem

Instituição: Centro Universitário Mario Pontes Jucá

Endereço: Rua José Alberto Correia, nº 389, Cidade Universitária, Maceió - AL

E-mail: canne347@gmail.com

Niedja Odilon Pereira

Graduanda de Enfermagem

Instituição: Centro Universitário Mario Pontes Jucá

Endereço: Rua Augusto de Moraes, nº 44, Branquinha - AL

E-mail: niedja.odilon2018@gmail.com

RESUMO

Introdução: Uma boa alimentação nos primeiros meses após o nascimento do ser humano são extremamente importantes para o desenvolver da vida, sendo um aliado da qualidade de vida do bebê a amamentação é crucial até os primeiros seis meses, tendo como papel fundamental a introdução de imunidade, ingestão de nutrientes e ainda é responsável por aumentar o elo entre mãe e filho. **Objetivo:** Essa revisão tem como objetivo citar os principais benefícios da amamentação para a mãe o bebê. **Metodologia:** Trata-se de um estudo de revisão integrativa da literatura que tem como caráter quantitativo e descritivo. **Resultados e discussões:** Os benefícios da amamentação exclusiva até os primeiros seis meses de vida do bebê são notórios, pois além de diminuir a incidência de doenças através da obtenção de imunidade passada de mãe para filho, aumenta a ingestão de nutrientes necessários para essa fase da criança, sendo o alimento necessário para manter o bebê nesse período de grande adaptação ao mundo. **Conclusão:** A amamentação exclusiva deve ser encorajada pois é a forma mais simples de proteção ao bebê, sendo necessária a inserção de outros alimentos e líquidos para complementação da refeição só após o sexto mês de vida da criança, o leite materno supre todas as necessidades do bebê e é uma grande ferramenta de união, portanto, torna-se necessárias orientações para as mães do quanto a amamentação é importante para o crescimento e saúde do bebê.

Palavras-chave: amamentação, importância, amamentação exclusiva.

ABSTRACT

Introduction: A good diet in the first months after the birth of the human being is extremely important for the development of life, being an ally of the baby's quality of life, breastfeeding is crucial until the first six months, having as a fundamental role the introduction of immunity, nutrient intake and is still responsible for increasing the bond between mother and child. **Objective:** This review aims to cite the main benefits of breastfeeding for the mother and the baby. **Methodology:** This is an integrative literature review study that has a quantitative and descriptive character. **Results and discussions:**

The benefits of exclusive breastfeeding up to the first six months of the baby's life are notorious, because in addition to reducing the incidence of diseases by obtaining immunity passed from mother to child, it increases the intake of nutrients necessary for this phase of the baby's life. child, being the food necessary to maintain the baby in this period of great adaptation to the world. Conclusion: Exclusive breastfeeding should be encouraged, as it is the simplest form of protection for the baby, requiring the insertion of other foods and liquids to complement the meal. baby and is a great bonding tool, therefore, guidelines for mothers on how important breastfeeding is for the baby's growth and health are necessary.

Keywords: breastfeeding, importance, exclusive breastfeeding.

1 INTRODUÇÃO

A espécie humana contou com a amamentação praticamente em toda sua existência. Dessa forma, parece razoável supor que ela, do ponto de vista epigenético, tem no leite materno a fonte ideal de nutrição, permitindo que todo o seu potencial genético inerente seja atingido. Isso ocorre porque a composição do leite materno garante as quantidades necessárias de água, carboidratos, lipídeos e proteínas para o desenvolvimento adequado dos lactentes (NUNES, L.M. 2015).

O aleitamento materno fornece todos os nutrientes, proteção, desenvolve estruturas ósseas, psicológicas e neurológicas, não só para hoje como também para seu desenvolvimento. O mesmo ocorre com a lactante que, ao amamentar seu filho, produz benefícios futuros para ela e seu bebê (ANTUNES, L. S. et al. 2008).

O aleitamento materno é uma prática fundamental para a promoção de saúde das crianças, pois fornece do ponto de vista nutricional o que há de melhor em macronutrientes e micronutrientes nos aspectos quantitativos e qualitativos (NUNES, L.M. 2015).

O aleitamento materno resulta em notáveis benefícios tanto para o recém-nascido quanto para a mãe. É um processo que envolve fatores fisiológicos, ambientais e emocionais, garantindo a saúde da criança (COELHO; A.S, MENEZES; R.R, LOBO; M.G. 2019).

O leite materno é o único alimento capaz de reduzir, mundialmente, as taxas de mortalidade infantil, pois é rico em anticorpos, chamado imunoglobulina A. protegendo-o contra infecções, uma das principais causas de morte em crianças. Sendo recomendado a sua ingestão exclusiva até os seis meses de vida (COELHO; A.S, MENEZES; R.R, LOBO; M.G. 2019).

Após os seis meses, iniciar o consumo de alimentos complementares é recomendável para que todas as necessidades nutricionais de uma criança em franco crescimento sejam adequadamente atendidas. Contudo, manter a amamentação também é importante porque o aporte de 500ml diários de leite materno ainda será capaz de fornecer cerca de 75% das necessidades de energia, 50% das de proteína e 95% das de vitamina A, além da proteção imunológica (TOMA; T.S, REA; M.F. 2008).

O leite materno é indispensável ao recém-nascido pois dentre outros benefícios ele promove uma flora intestinal rica em bactérias benéficas; protege contra a obesidade futura, diabetes tipo 2 e doenças crônicas do adulto; previne as alergias; reforça o sistema imunológico, ajuda na formação dos músculos e ossos da face ajudando na formação das bochechas do bebê; praticidade; economia, etc. (COELHO; A.S. MENEZES; R.R. LOBO; M.G. 2019).

O leite humano é, comprovadamente, o primeiro alimento saudável da criança. Entretanto, a amamentação exclusiva é muitas vezes interrompida antes dos 120 dias, e poucas crianças chegam aos 180 dias sendo amamentadas. Dentre os motivos para a introdução de outros alimentos destacam-se crenças e ideias sobre a alimentação, inexperiência, falta de apoio à mulher que amamenta (principalmente em áreas urbanas), pressões da vida atual (como trabalho remunerado), modismos e acesso facilitado aos substitutos do leite (SOUSA; A.M, FRACOLLI; L.A, ZOBOLI; E.L.C.P. 2013).

Este estudo objetivou-se em abranger sobre a importância do aleitamento materno exclusivo até o sexto mês de vida da criança, quais os benefícios e doenças que podem ser prevenidos com essa prática.

2 METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de revisão integrativa da literatura que tem como caráter quantitativo e descritivo, com o intuito de analisar e discutir a importância da amamentação para um desenvolvimento saudável, para definição dos estudos foram utilizados os seguintes Descritores em Ciências da Saúde (Decs): amamentação, importância, por meio do formulário próprio da base de dados, com a combinação do booleano AND. As bases de dados utilizadas foram: Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Scientific Electronic Library Online (SCIELO), conforme tabela I.

Tabela I - Processo de seleção dos artigos após leitura integral do estudo – Brasil, 2022.



Fonte: Elaborado pelos autores 2022.

Os critérios de inclusão utilizados foram: publicações em base de dados científicos disponíveis em português, por meio da leitura de títulos, dos resumos, das disponibilidades na sua íntegra e gratuito assim como da leitura completa do material estudado. Os critérios divergentes adotados para realização dos estudos foram: teses, monografias, dissertações e textos não científicos; e que estivessem sem acesso gratuito e na íntegra indexado nas bases de dados selecionadas para a construção do estudo científico.

3 RESULTADOS

Baseado nos resultados dos artigos selecionados foram encontradas particularidades específicas entre os artigos referente a importância da amamentação para um desenvolvimento saudável, através desses estudos descritos no quadro I podemos descrever os benefícios que a amamentação exclusiva durante os seis primeiros meses de vida do bebê pode trazer, contribuindo assim para uma vida de melhor qualidade.

Quadro 1 – Síntese dos estudos sobre “A importância da amamentação para um desenvolvimento saudável.” - Maceió, AL, Brasil, 2022.

TÍTULO DO ARTIGO	BASE INDEXADA	ANO	OBJETIVO	TIPO DE ESTUDO	SÍNTESE DO ESTUDO
Diretrizes de aleitamento materno e alimentação infantil: padrões alimentares e potenciais efeitos na saúde e nutrição de crianças menores de dois anos	SCIELO	2021	Identificar padrões alimentares de crianças menores de dois anos na atenção primária, associando-os a variáveis maternas.	Estudo transversal realizado em unidades básicas de saúde. Amostra selecionada por conveniência com 321 crianças menores de dois anos e suas mães.	Os padrões encontrados foram associados à orientação sobre alimentação infantil e aleitamento materno, experiência anterior com aleitamento materno, bem como ao excesso de peso materno, ressaltando a importância da orientação profissional para maior adesão a padrões de consumo mais variados e saudáveis e que incluam os diferentes grupos alimentares.
Percepções dos profissionais de saúde acerca dos fatores biopsicossocioculturais relacionados com o aleitamento materno	SCIELO	2021	Compreender as percepções dos profissionais de saúde acerca dos fatores biopsicossocioculturais relacionados com o aleitamento materno.	Estudo qualitativo, descritivo e exploratório, realizado por meio de entrevistas semiestruturadas com 28 profissionais de saúde de unidades de saúde da família em município do estado do Paraná.	Diversos fatores biopsicossocioculturais que interferem na amamentação exclusiva não foram pontuados como causa do não aleitamento materno exclusivo e desmame precoce. Demonstra-se a importância de profissionais de saúde da atenção primária qualificados e preparados para apoiar a mulher e sua família no processo de amamentação.
Efeito de uma intervenção educativa sobre a técnica de amamentação na prevalência do aleitamento materno exclusivo	SCIELO	2020	Avaliar o efeito de uma intervenção direcionada à técnica de amamentação na prevalência do aleitamento materno exclusivo no primeiro mês de vida.	Trata-se de um estudo de intervenção quase randomizado realizado em uma maternidade pública credenciada na iniciativa hospital amigo da criança.	O uso de recursos audiovisuais, uso de instrumentos (mama modelo e boneca) e tipo de abordagem individualizada contribuíram para o aumento da prevalência do aleitamento materno exclusivo até 30 dias após o parto.

<p>Fatores associados à manutenção do aleitamento materno exclusivo no pós-parto tardio</p>	<p>SCIELO</p>	<p>2020</p>	<p>Identificar os fatores associados à manutenção do aleitamento materno exclusivo e verificar a justificativa para a introdução de outros líquidos no puerpério tardio de mães e crianças atendidas por consultora de amamentação.</p>	<p>Coorte prospectiva não comparativa, realizada com 150 mães e crianças. Os dados foram coletados no alojamento conjunto 15 e 30 dias após o nascimento e analisados por análise uni variada e regressão multivariada.</p>	<p>A introdução de um consultor profissional em aleitamento materno é de importância significativa no aumento das taxas de aleitamento materno exclusivo.</p>
<p>Iniciativa Hospital Amigo da Criança: aumentando o aleitamento materno e diminuindo a mortalidade infantil no Brasil</p>	<p>SCIELO</p>	<p>2018</p>	<p>Estimar a fração atribuível populacional das taxas de mortalidade infantil evitável por mudanças nos indicadores de aleitamento materno (AM) atribuíveis à Iniciativa Hospital Amigo da Criança (IHAC).</p>	<p>Uma estimativa do impacto da IHAC na redução da mortalidade infantil com nível inferencial de plausibilidade, utilizando dados secundários da II Pesquisa de Prevalência de Aleitamento Materno de 2008.</p>	<p>A redução da mortalidade em crianças entre 7 e 180 dias em 2008 potencialmente atribuível à IHAC por meio da promoção de indicadores de AM reforça a importância de fortalecer e expandir essa iniciativa no Brasil para, em última análise, aumentar a sobrevivência infantil.</p>
<p>Condicionantes da amamentação exclusiva na perspectiva materna.</p>	<p>SCIELO</p>	<p>2018</p>	<p>explorar, entre nutrízes, as vivências positivas e negativas na realização da prática da amamentação exclusiva.</p>	<p>estudo descritivo, qualitativo, envolvendo 18 nutrízes com filhos de até um ano de idade, recrutadas no Serviço de Imunização do Município de Viçosa, Minas Gerais, Brasil.</p>	<p>O estudo possibilitou a apreensão das dimensões positivas e negativas ligadas à amamentação exclusiva e sugere a importância da assistência profissional à mulher na fase inicial da amamentação e do apoio da rede social para amenizar a sensação de sobrecarga da mulher.</p>
<p>Influência da licença maternidade no aleitamento materno exclusivo</p>	<p>SCIELO</p>	<p>2017</p>	<p>Descrever o perfil das mulheres com filhos menores de 4 meses residentes nas capitais brasileiras e no Distrito Federal segundo a situação laboral e analisar a influência da licença maternidade no aleitamento materno exclusivo (AME) entre as mulheres trabalhadoras.</p>	<p>Trata-se de um estudo transversal com dados extraídos do II Inquérito Nacional de Prevalência do Aleitamento Materno realizado em 2008.</p>	<p>A licença-maternidade contribuiu para aumentar a prevalência do AME nas capitais dos estados brasileiros, reforçando a importância de aumentar o período de licença-maternidade de quatro para seis meses.</p>

<p>Amamentação e alimentação complementar: experiências de mães e profissionais de saúde em região de fronteira.</p>	<p>LILACS</p>	<p>2021</p>	<p>Compreender a experiência de mães e profissionais de saúde sobre a amamentação e alimentação complementar de crianças em uma região de fronteira.</p>	<p>Pesquisa exploratório-descritiva com abordagem qualitativa, realizada com doze mães e doze profissionais de saúde do município de Foz do Iguaçu no âmbito da Atenção Primária em Saúde.</p>	<p>O suporte familiar e profissional à mãe, a importância da educação permanente do profissional quanto ao tema e as falhas no fluxo de atendimento à criança estrangeira e brasileira somado à frágil continuidade do cuidado desse público são alguns pontos destacados na pesquisa.</p>
<p>Fatores que interferem na realização do aleitamento materno exclusivo</p>	<p>LILACS</p>	<p>2021</p>	<p>compreender a importância do aleitamento materno exclusivo (AME) e identificar os fatores que dificultam esse processo</p>	<p>rata-se de uma revisão sistemática</p>	<p>O êxito do AME se faz com uma abordagem holística e efetiva dos profissionais de Enfermagem em todas as etapas da gestação: a concepção, o pré-natal e o puerpério.</p>
<p>Promoção do aleitamento materno no contexto da estratégia de saúde da família.</p>	<p>LILACS</p>	<p>2019</p>	<p>Descrever a promoção da saúde para o aleitamento materno e refletir sobre sua importância no espaço da Estratégia de Saúde da Família, onde os contatos com a gestante são oportunizados.</p>	<p>Trata-se de um estudo descritivo e exploratório que utilizou a revisão de bibliografia como base para discussão.</p>	<p>O enfermeiro tem a oportunidade de estreitar laços, educar e sensibilizar a respeito das práticas de amamentação no ambiente estudado, acolhendo suas clientes, formando vínculos, diminuindo inseguranças e promovendo saúde.</p>
<p>Orientação profissional quanto ao aleitamento materno: o olhar das puérperas em uma maternidade de alto risco no estado de Sergipe</p>	<p>LILACS</p>	<p>2019</p>	<p>Analisar as ações de promoção, proteção e apoio à prática da amamentação realizada pelos profissionais de saúde, no olhar das puérperas.</p>	<p>Estudo descritivo e observacional, realizado em uma maternidade de alto risco no município de Aracaju, SE.</p>	<p>Mesmo com a adesão da maioria das puérperas à realização do pré-natal completo, há ainda uma necessidade de maiores informações, orientações e apoio dos profissionais quanto ao aleitamento materno.</p>
<p>Autoeficácia do aleitamento materno em adolescentes do norte brasileiro.</p>	<p>LILACS</p>	<p>2019</p>	<p>Avaliar a autoeficácia em amamentar entre mães adolescentes atendidas em hospital amigo da criança em Belém.</p>	<p>Estudo analítico descritivo, com delineamento transversal, de cunho quantitativo.</p>	<p>As adolescentes possuem alta eficácia na amamentação, provando que mesmo possuindo baixa faixa etária, estão cientes da importância do aleitamento materno para seus bebês. Ao fazer uso dessa escala, tem-se a oportunidade de conhecer os motivos que contribuíram para o desmame precoce.</p>

<p>Percepção da equipe de enfermagem frente ao aleitamento materno: do conhecimento à implementação</p>	<p>LILACS</p>	<p>2018</p>	<p>Compreender a percepção da equipe de enfermagem acerca da amamentação na primeira hora após o nascimento do bebê, avaliar o entendimento da equipe de enfermagem acerca da importância de proporcionar a amamentação do bebê na primeira hora do pós-parto e identificar as ações da equipe de enfermagem para garantir a amamentação precoce do concepto.</p>	<p>Trata-se de um estudo qualitativo de abordagem descritiva.</p>	<p>Conclui-se que algumas barreiras são encontradas por profissionais quanto a aceitação das puérperas acerca do aleitamento materno, demonstrando a necessidade de uma sistematização por parte da equipe (multiprofissional) com ações educativas sobre a temática.</p>
<p>Condutas de gestores relacionadas ao apoio ao aleitamento materno nos locais de trabalho.</p>	<p>LILACS</p>	<p>2018</p>	<p>Identificar as condutas de gestores relacionadas ao apoio ao aleitamento materno realizadas em empresas públicas e privadas da região da Grande Florianópolis, Santa Catarina.</p>	<p>Pesquisa qualitativa, exploratório-descritiva.</p>	<p>Lacunas substanciais no apoio à amamentação dos locais de trabalho foram identificadas através das condutas evidenciadas pelos gestores. Para que uma cultura pró-amamentação possa ser implantada, faz-se necessário que se construa uma rede de apoio nos locais de trabalho. Considera-se importante a reflexão sobre quais condutas devem ser incentivadas e quais devem ser modificadas ou ampliadas, para que haja um aperfeiçoamento do suporte à amamentação nos locais de trabalho.</p>
<p>Expectativa e prática materna do aleitamento exclusivo e a saúde bucal do bebê.</p>	<p>LILACS</p>	<p>2017</p>	<p>Verificar a expectativa das gestantes em relação ao AME e percepção sobre a importância do aleitamento e a sua relação com a saúde bucal do filho e posteriormente acompanhar a prática durante os seis primeiros meses de vida do bebê para realização de inquérito e exame bucal da mãe e do filho.</p>	<p>Foi realizado um estudo longitudinal com 74 pares de mães e bebês (n=148).</p>	<p>A expectativa de AME não se configurou totalmente na prática. A taxa de AME aos seis meses foi baixa, portanto, a identificação das barreiras é importante para o estabelecimento de estratégias de promoção de saúde para superá-las</p>

Fonte: Elaborado pelos autores 2022.

4 DISCUSSÃO

A prática do aleitamento materno sofreu diversas influências sociais e culturais devido aos tempos e costumes de cada momento histórico; no entanto, o estabelecimento concreto de seus benefícios é encontrado nos meios científicos há mais de 50 anos (GASPARIN; V. A. et al. 2020).

Entre as inúmeras vantagens do Aleitamento Materno, autores demonstram que crianças que recebem o Leite Materno por tempo prolongado apresentam menores índices de morbidade infantil por diarreia, infecções respiratórias e otite média, menores taxas de mortalidade por causas como a enterocolite necrotizante e a síndrome da morte súbita na infância, maior quociente de inteligência e menos má oclusão dentária; além de evidências já demonstrarem que essa prática pode proteger contra sobrepeso e diabetes no decorrer da vida. Para a mãe, esse ato pode prevenir o câncer de mama, aumentar o intervalo interpartal, reduzir o risco de diabetes tipo 2 e câncer de ovário (PERES; J.F. 2021).

O aleitamento materno tem se mostrado importante ação de promoção da saúde e prevenção de uma série de agravos para a criança, mãe e família. É uma ferramenta das mais úteis e de mais baixo custo que se pode utilizar para o crescimento e desenvolvimento saudáveis das crianças (COSTA, F.S. et al. 2019).

O aleitamento materno traz vários benefícios para os recém-nascidos e mães. Ele supre todas as necessidades nutritivas e mantém um bom ritmo de crescimento e desenvolvimento do bebê, favorece o vínculo entre a mãe e o filho, protege contra infecções, doenças respiratórias e gastrintestinais e apresenta vantagens de ordem imunológica, cognitiva e motora para a criança. Para a mãe, a amamentação acelera a involução uterina e reduz hemorragias, diminui o risco de câncer de mama, recupera o peso pré-gestacional, e, para a família, representa economia financeira (SANTANA, S.C.G. et al. 2019).

O aleitamento materno destaca-se como a prática isolada mais eficaz entre os fatores que contribuem para a redução da mortalidade infantil, com potencial para prevenir 823.000 mortes a cada ano em crianças menores de cinco anos em todo o mundo, além de reduzir o risco de doenças agudas e crônicas e promover crescimento e desenvolvimento; esse efeito é potencializado quando a amamentação se inicia na primeira hora após o nascimento e praticada exclusivamente nos primeiros 6 meses de vida (SILVA; O.L.O, et al. 2018).

A prática do aleitamento materno é fundamental para a saúde da criança. O aleitamento materno exclusivo traz diversos benefícios, como proteção contra doenças gastrointestinais e respiratórias, com impacto na redução da mortalidade infantil, bem como contra doenças crônicas como diabetes tipo II e obesidade e auxilia no desenvolvimento cognitivo, entre outros benefícios (SOUZA; T.O. et al. 2020).

A recomendação do aleitamento materno exclusivo nos primeiros seis meses de vida da criança e sua manutenção por dois anos ou mais é consensual. Apesar da significativa melhora nos indicadores de aleitamento materno no Brasil, nas últimas décadas, a interrupção precoce do aleitamento materno exclusivo continua sendo um problema de saúde pública (SOUZA; T.O. et al. 2020).

As evidências científicas pertinentes às recomendações para a amamentação evoluíram de forma intensificada nas últimas três décadas. Estimou-se em 2015 que a expansão da prática da amamentação em 75 países poderia prevenir 823.000 mortes de crianças e 20.000 mortes de mulheres a cada ano. O que corresponderia a 13,8% das mortes em crianças menores de dois anos de idade. Todavia, muitas vezes são subestimadas suas consequências (FERNANDES; V.M.B. et al. 2018).

O aleitamento materno é altamente nutritivo, podendo suprir todas as necessidades alimentares do infante durante os 4-6 primeiros meses de vida. De 6 a 12 meses fornece $\frac{3}{4}$ das proteínas de que carece a criança e, daí em diante, permanece como valioso suplemento proteico à dieta infantil. Além desses elementos, o leite materno contém açúcar, gorduras, sais minerais e vitaminas (MARGOTTI; E. VIEGAS; N.T. 2019).

O leite materno é constituído principalmente de água, proteínas, carboidratos, vitaminas, lipídios, íons e os anticorpos (imunoglobulinas), ou seja, contém todos os nutrientes necessários para o crescimento e desenvolvimento infantil (MARGOTTI; E. VIEGAS; N.T. 2019).

O aleitamento materno exclusivo é fundamental para o crescimento, desenvolvimento, saúde e nutrição dos bebês, sendo uma intervenção simples e efetiva. Estudos indicam que o aleitamento materno exclusivo aos seis meses de idade, diminui os riscos de hospitalização na infância para uma série de doenças infantis comuns entre crianças no primeiro ano de vida³, além de promover um intenso trabalho da musculatura Peri bucal, influenciando o desenvolvimento correto dos padrões ósseos e musculares, pois o crescimento facial harmônico é fundamental não apenas por questões estéticas, mas também para o bom funcionamento do sistema mastigatório, evitando a futura necessidade de correção ortodôntica, protética e até mesmo cirúrgica do conjunto dento-

maxilo-mandibular e suas estruturas adjacentes, além de gerar fadiga nesses músculos, fazendo com que a criança satisfaça seu instinto de sugar e não necessite de uma sucção não-nutritiva, evitando o uso de bicos artificiais (MOIMAZ; S.A.S. ET AL. 2017).

O leite materno é o alimento mais completo para o ser humano, tanto biologicamente, possuindo todos os nutrientes necessários à criança, quanto socialmente, sendo econômico e ambientalmente sustentável. Contudo, a partir dos seis meses, ele não se faz mais completo às necessidades da criança, sendo necessária a introdução da alimentação complementar. Esta deve favorecer o crescimento e desenvolvimento infantil por meio da oferta de alimentos saudáveis e adequados à idade. Neste sentido, uma alimentação complementar saudável deve ser baseada em uma refeição que contenha todos os grupos alimentares e que favoreça o aporte de todos os nutrientes necessários ao crescimento e desenvolvimento infantil (HIRANO, A.R. BAGGIO, M.A. FERRARI, R.A. 2021).

Por ser rico em gorduras, minerais, vitaminas, enzimas, imunoglobulinas, atualmente, considera-se o leite materno o alimento ideal para o lactente, principalmente nos seis primeiros meses de vida. Além dos benefícios citados, o leite materno possui vantagens nutritivas, inclusive por promover o crescimento e desenvolvimento, bem como por influencia no futuro desempenho escolar da criança (FASSARELLA; B.P.A. et al. 2018).

Os primeiros mil dias de vida são um período crítico do desenvolvimento infantil, com repercussões na vida adulta. As ações voltadas às crianças nesse período visam à redução da mortalidade infantil, obesidade e doenças crônicas na infância e na vida adulta, adequado desenvolvimento cognitivo, motor e socioafetivo, melhor capacidade de aprendizagem e consequente aumento da capacidade laboral e produtividade. O aleitamento materno e a alimentação complementar são pilares importantes para atingir esses objetivos (VASCONCELOS; I.N.et al, 2021).

Na atualidade, muito se sabe a respeito da importância da amamentação para a saúde da criança e de sua mãe, a curto e em longo prazo. Grande parte desses benefícios são potencializados quando a amamentação ocorre de forma exclusiva (ROCHA; G.P. et al. 2018).

O aleitamento materno promove impacto na promoção da saúde da mãe e do filho, possibilitando, também, uma estratégia de vínculo entre ambos e sendo um fator de proteção e nutrição para a criança. Além disso, compõe a mais considerável e econômica

intervenção para a diminuição da morbimortalidade infantil (PEREIRA, A.O.R. et al. 2020).

O Brasil tem registrado avanços na prática da amamentação, porém a oferta precoce de outros alimentos à criança é uma realidade preocupante, uma vez que isso impede a criança de usufruir dos benefícios da oferta exclusiva do leite materno até completar seis meses de idade, além de favorecer o risco de morbidades (ROCHA; G.P. et al. 2018).

As preocupações com o trabalho materno e a amamentação aumentaram devido à crescente participação da mulher no mercado de trabalho, impossibilitando que as mulheres deixem de trabalhar por um período não remunerado para se dedicarem ao cuidado dos filhos, o que pode acarretar mudanças nos padrões de cuidado e alimentação dos filhos (MONTEIRO; F.R. et al, 2017).

5 CONCLUSÃO

O aleitamento materno é de suma importância para o desenvolvimento e proteção do bebê principalmente nos seis primeiros meses de vida, é notória a relevância da amamentação exclusiva para a manutenção da saúde do bebê, sendo uma grande aliada na diminuição das morbidades infantis, ofertando imunidade vinda da mãe que atua como escudo protetor frente a diversas doenças.

Portanto, são necessárias ações que fortaleçam políticas públicas que foquem no aleitamento exclusivo até os seis meses de vida do bebê, demonstrando a população que o leite materno é o alimento suficiente para a nutrição do bebê e a forma mais econômica e válida de sustentação nutricional.

REFERÊNCIAS

- ANTUNES, L. S. et al. Amamentação natural como fonte de prevenção em saúde. **Ciência & Saúde Coletiva**, 13(1):103-109, 2008. Disponível em: <https://www.scielo.org/pdf/csc/2008.v13n1/103-109/pt>. Acesso em: 14 de outubro 2022.
- COELHO; A.S. MENEZES; R.R. LOBO; M.G. A importância da amamentação na formação de vínculos afetivos saudáveis entre mãe/bebê. **BIUS**, v. 12 n. 5 (2019): EDITORIAL setembro - 2019. Disponível em: <https://periodicos.ufam.edu.br/index.php/BIUS/article/view/6191>. Acesso em: 14 de outubro 2022.
- COSTA, F.S. et al. Promoção do aleitamento materno no contexto da estratégia de saúde da família. *Revista Rede de Cuidados em Saúde* v. 13, n. 1 Jul (2019) ISSN-1982-6451. Disponível em: <http://publicacoes.unigranrio.edu.br/index.php/rccs/article/view/5546/2949>. Acesso em: 19 de outubro 2022.
- FASSARELLA; B.P.A. et al. Percepção da equipe de enfermagem frente ao aleitamento materno: do conhecimento à implementação. **Revista Nursing (São Paulo)** ; 21(247): 2489-2493, dezembro. 2018. Disponível em: <http://www.revistanursing.com.br/revistas/247/pg43.pdf>. Acesso em: 21 de outubro 2022.
- FERNANDES; V.M.B. et al. Condutas de gestores relacionadas ao apoio ao aleitamento materno nos locais de trabalho. **enferm.** vol.27 no.3 2018 Epub 06-Ago-2018. Disponível em: http://www.revenf.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-07072018000300302. Acesso em: 21 de outubro 2022.
- GASPARIN; V. A. et al. Fatores associados à manutenção do aleitamento materno exclusivo no pós-parto tardio. **Rev. Gaúcha Enferm.** 41 (spe) • 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rgenf/a/Z4jLRVzrpv3D7h9CkTmR6dF/?lang=en>. Acesso em: 14 de outubro 2022.
- HIRANO, A.R. BAGGIO, M.A. FERRARI, R.A. Amamentação e alimentação complementar: experiências de mães e profissionais de saúde em região de fronteira. *Enferm Foco*. 2021;12(6):1132-8. Disponível em: <https://doi.org/10.21675/2357-707X.2021.v12.n6.4787>. Acesso em: 19 de outubro 2022.
- MARGOTTI; E. VIEGAS; N.T. Autoeficácia do aleitamento materno em adolescentes do norte brasileiro. **R bras ci Saúde** 23(4):543-554, 2019. Disponível em: https://docs.bvsalud.org/biblioref/2020/02/1049798/35476-texto-do-artigo-com-identificacao-da-autoria-126761-1-10_3GwoecP.pdf. Acesso em: 21 de outubro 2022.
- MOIMAZ; S.A.S. et al. Expectativa e prática materna do aleitamento exclusivo e a saúde bucal do bebê. **Revista Ciência Plural**.2017;3(2):30-41. Disponível em: <https://periodicos.ufm.br/rcp/article/view/12562/8988>. Acesso em: 21 de outubro 2022.
- MONTEIRO; F.R. et al. Influência da licença maternidade no aleitamento materno exclusivo. **J. Pediatr.** (Rio J.) 93 (5) • Set-Out 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jped/a/566NvcZZxgn4HsfjLXwhdMr/?lang=en>. Acesso em: 14 de outubro 2022.

NUNES, L.M. Importância do aleitamento materno na atualidade. **Bol Cient Pediatr.** 2015;04(3):55-8. Disponível em: https://www.sprsr.com.br/sprsr2013/bancoimg/160529234034bcped_v4_n3_a2.pdf. Acesso em: 14 de outubro 2022.

PEREIRA, A.O.R. et al. Fatores que interferem na realização do aleitamento materno exclusivo. **Revista Nursing**, 2021; 24 (274): 5401-5409. Disponível em: <https://doi.org/10.36489/nursing.2021v24i274p5401-5418>. Acesso em: 19 de outubro 2022.

PERES; J.F. et al. Percepções dos profissionais de saúde acerca dos fatores biopsicossocioculturais relacionados com o aleitamento materno. **Saúde debate** 45 (128) • Jan-Mar 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sdeb/a/vBfBHM4sP9F6q4sYysRCnLg/?lang=pt>. Acesso em: 14 de outubro 2022.

ROCHA; G.P. et al. Condicionantes da amamentação exclusiva na perspectiva materna. **Cad. Saúde Pública** 34 (6) • 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/BNcfBWcdjmSWptYdpH8nvtS/?lang=pt>. Acesso em: 14 de outubro 2022.

SANTANA, S.C.G. et al. Orientação profissional quanto ao aleitamento materno: o olhar das puérperas em uma maternidade de alto risco no estado de Sergipe. **Enferm. Foco** 2019; 10 (1): 134-139. Disponível em: <http://revista.cofen.gov.br/index.php/enfermagem/article/view/1361/509>. Acesso em: 19 de outubro 2022.

SILVA; O.L.O, et al. Iniciativa Hospital Amigo da Criança: aumentando o aleitamento materno e diminuindo a mortalidade infantil no Brasil. **Rev. Bras. Saude Mater. Infant.** 18 (3) • Jul-Sep 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbsmi/a/vDkQ5MGb5qmDz46496vX4WC/?lang=en>. Acesso em: 14 de outubro 2022.

SOUSA.; A.M, FRACOLLI; L.A, ZOBOLI; E.L.C.P. Práticas familiares relacionadas à manutenção da amamentação: revisão da literatura e metassíntese. **Rev Panam Salud Publica.** 2013;34(2):127-34. Disponível em: https://www.scielosp.org/article/ssm/content/raw/?resource_ssm_path=/media/assets/rps/v34n2/08.pdf. Acesso em: 14 de outubro 2022.

SOUZA; T.O. et al. Efeito de uma intervenção educativa sobre a técnica de amamentação na prevalência do aleitamento materno exclusivo. **Rev. Bras. Saude Mater. Infant.** 20 (1) • Jan-Mar 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbsmi/a/nd6NRcYnPRPTBZLxNQxFZpv/?lang=en>. Acesso em: 14 de outubro 2022.

TOMA; T.S, REA; M.F. Benefícios da amamentação para a saúde da mulher e da criança: um ensaio sobre as evidências. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, 24 Sup 2:S235-S246, 2008. Disponível em: <https://www.scielosp.org/pdf/csp/2008.v24suppl2/s235-s246/pt>. Acesso em: 14 de outubro 2022.

VASCONCELOS; I. N. et al. Diretrizes de aleitamento materno e alimentação infantil: padrões alimentares e potenciais efeitos na saúde e nutrição de crianças menores de dois anos. **Instituto de Medicina Integral Prof. Fernando Figueira** 21 (2) • Apr-Jun 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbsmi/a/ZmNvcL4kRkNT93rMN8LwQpJ/?lang=en>. Acesso em: 14 de outubro 2022.