



HIGEIA@
ISSN - 2525-5827

REVISTA CIENTÍFICA DAS FACULDADES
DE MEDICINA, ENFERMAGEM, ODONTOLOGIA,
VETERINÁRIA E EDUCAÇÃO FÍSICA.



A IMPORTÂNCIA DO ALEITAMENTO MATERNO NOS PRIMEIROS ANOS DE VIDA: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Karine Angelidis Keppler¹

Stella Boreggio Machado¹

Raquel Cabral da Silva¹

Eliane Marta Quinones²

Elaine Cristina Giovanini²

¹Discentes da Universidade Metropolitana de Santos-UNIMES

²Professoras da Universidade Metropolitana de Santos-UNIMES



Resumo

O objetivo do estudo foi analisar os benefícios e a importância do aleitamento materno exclusivo até os seis primeiros meses e complementado com outros alimentos até os dois anos. Os artigos utilizados na revisão bibliográfica foram pesquisados através dos sites Scielo, Pubmed e Google acadêmico. Utilizamos artigos entre 2002 a 2017 publicados em revistas de saúde para evidenciar os dados coletados, tanto nos idiomas português e inglês. Foi constatado que o aleitamento exclusivo é essencial para a saúde do recém nascido, pois o leite materno oferece todos os nutrientes e substâncias essenciais para seu crescimento e também para o fortalecimento do sistema imune, combatendo assim possíveis doenças futuras. Para a saúde da mãe, a literatura carece de artigos recentes voltados aos benefícios que o aleitamento proporciona, embora existam diversos artigos antigos comprovando a sua eficácia. Mais estudos devem ser realizados e mais campanhas ofertadas pelos órgãos governamentais, além de treinamentos e interações entre os profissionais de saúde.

Palavras-chave: Aleitamento materno, benefícios, proteção

THE IMPORTANCE OF BREASTFEEDING IN THE FIRST YEARS OF LIFE: A LITERATURE REVIEW

Abstract

The objective of the study was to analyze the benefits and importance of exclusive breastfeeding up to the first six months and supplemented with other foods up to two years. The articles used in the bibliographic review were searched through the websites Scielo, Pubmed and Google academic. We used articles from 2002 to 2017 published in health journals to evidence the data collected, in both Portuguese and English. It has been found that exclusive breastfeeding is essential for the health of the newborn, since breast milk offers all the nutrients and essential substances for its growth and also for the strengthening of the immune system, fighting possible future diseases. For the mother's health, the literature lacks recent articles aimed at the benefits that breastfeeding provides, although there are several previous articles proving its efficacy. More studies should be conducted and more campaigns offered by government organizations, in addition to training and interactions among health professionals.

Key words: Breastfeeding, benefits, protection



Introdução

Em relação à saúde do recém nascido, a amamentação é fundamental devido seus inúmeros benefícios nutricionais, emocionais, imunológicos, econômicos sociais e de aporte a seu desenvolvimento, além dos benefícios à saúde da própria mãe. Infelizmente, é evidente o desmame precoce pelas nutrizas brasileiras por vários motivos, porém, há um interesse crescente de apoio e estímulo ao aleitamento materno por parte dos profissionais da saúde e dos órgãos governamentais ¹.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) destaca a amamentação exclusiva até o sexto mês de vida do bebê, complementada com outros alimentos até os dois anos de vida sendo esse o ideal para o combate à redução da morbimortalidade infantil, além do vínculo entre mãe e filho. Além de água, vitaminas e sais minerais, o leite materno contém imunoglobulinas, enzimas e hormônios que protegem o recém nascido contra infecções e que não estão presentes em fórmulas infantis que são muito utilizadas na substituição do leite materno ².

A *UNICEF* (Fundo das Nações Unidas para a infância) estima que quase metade das mortes infantis com menos de um ano de idade ocorre na primeira semana de vida (49,4%). A introdução do leite materno logo após o nascimento pode reduzir consideravelmente a mortalidade neonatal, que é a morte que acontece até o 28º dia de vida da criança (65,6%). Acrescenta também que se esse aleitamento continua sendo ofertado para a criança até o sexto mês de vida, pode evitar anualmente 1,3 milhões de mortes na faixa etária até 5 anos ³.

Os problemas relacionados à amamentação no contexto da alimentação infantil são antigos. Há evidências que o aleitamento artificial seja tão antigo quanto a história da civilização humana.⁴ Entre as principais causas do desmame precoce atual são apontados: maternidade precoce; ausência da figura paterna; retorno ao trabalho; déficit de conhecimento, inexperiência e insegurança materna; banalização das angústias por profissionais da saúde; intercorrências na mama e julgamento de leite fraco ou insuficiente ⁵.

Existem alguns casos extremos em que a amamentação deve ser realmente suspensa, como a mãe ser portadora de alguma doença infecciosa como o HIV (AIDS), tuberculose, hepatite, herpes, varicela entre outras. Caso contrário, não há motivo algum para que a amamentação seja suspensa ou intercalada com outros alimentos pelo menos até os seis primeiros meses de vida da criança ⁶.

Há inúmeros estudos comprovando que o aleitamento materno possui benefícios que atuam a longo prazo, participando da diminuição da pressão arterial, colesterol alto e diabetes do recém nascido ao longo de sua vida ⁷.

O diabetes do tipo 1 caracteriza-se pela destruição das células beta-pancreáticas. Acredita-se que os fatores genéticos, imunológicos e ambientais contribuam para a destruição dessas células. A proteína sérica bovina é diferente de qualquer sequência de aminoácidos da albumina sérica humana, mas que se assemelha a uma outra proteína



encontrada na superfície da célula beta-pancreática. Os anticorpos reagem de maneira cruzada com a referida proteína humana da superfície da célula beta, podendo ser os responsáveis pelo desencadeamento do processo autoimune que leva ao diabetes *mellitus* tipo 1.²

De acordo com várias pesquisas realizadas entre os anos 1993 e 2004, o aleitamento materno exclusivo também é um grande aliado para a saúde da mulher. Em uma revisão de 47 estudos epidemiológicos em 30 países, incluindo 50.302 mulheres com câncer de mama e 96.973 mulheres sem a doença, sugerem que a amamentação pode ser responsável pela redução de 2/3 do câncer de mama dentre as mulheres pesquisadas. De acordo com essa pesquisa, o risco relativo de ter câncer diminuiu em 4,3% a cada 12 meses de amamentação, independente de origem, idade, etnia, presença de menopausa ou não e número de filhos.⁸

A amamentação exclusiva esteve diretamente associada com a demora da menstruação, o que acarreta em quantidades maiores de ferro no corpo, resultando em diminuição de problemas de anemia.⁹

Outro fator que influencia as mulheres a amamentar é a perda de peso que também é uma vantagem do aleitamento. Para melhor entendimento, uma mulher com atividade física moderada precisa de 2.000 calorias e 40g de proteína por dia para controle de peso e metabolismo. Quando lactante, é necessário que aumente o número de calorias e proteínas, resultando no acúmulo de reservas no período da gravidez, ou seja, ganho de peso. Entretanto, a mãe nem sempre consome a quantidade necessária de calorias para a produção de leite, e se a mãe estiver amamentando exclusivamente por um longo período, o organismo irá utilizar da reserva acumulada, resultando na perda de peso.¹⁰

O objetivo desse artigo foi realizar uma revisão bibliográfica referente aos benefícios da amamentação, tanto para o recém nascido quanto para a mãe.

Metodologia

Este é um estudo de revisão bibliográfica de produção científica sobre a importância da amamentação. Foram utilizados 10 artigos de 2002 até 2017, e as pesquisas realizadas através dos sites *Scielo*, *Google Acadêmico* e *Pubmed*.

Resultados e discussão

Conforme o artigo publicado em 2015 na Revista Paulista de Pediatria, a literatura não expõe de forma clara a relevância dos profissionais de saúde em torno da promoção do aleitamento materno. Há poucos estudos que demonstrem a importância do papel dos profissionais de saúde e a falta de preparo ficou evidente nos estudos analisados, principalmente, a figura do médico, que deveria ser o protagonista em defesa da saúde por meio do aleitamento materno. Sugere-se um maior incentivo por parte dos gestores governamentais em formar equipes compromissadas com a saúde materno-infantil e a melhoria na abordagem de conteúdos programáticos teórico-práticos nas instituições de ensino técnico e superior.

No artigo publicado recentemente em agosto de 2017 pela Sociedade Brasileira de Pediatria, está evidenciado que o aleitamento materno é o alimento ideal para os bebês,



principalmente para os recém-nascidos. Existem algumas exceções em que a amamentação deve ser suspensa, como no caso da mãe ser portadora de alguma doença infecciosa, podendo ser retomada após um período de tratamento. Em alguns outros casos pode acontecer intervenções, como fazer o uso de vacinas e medicações anti-microbianas para proteger o bebê contra a transmissão de doenças principalmente provindas do leite.

Há pouca pesquisa recente quanto aos benefícios do aleitamento para a saúde da mulher, na revisão publicada em 2002 pela revista *Lancet*, relatou um estudo onde a incidência de câncer em mulheres sem filhos ou com pouco tempo de amamentação foi maior que nas mulheres que tiveram um ou mais filhos e os amamentaram por mais de 6 meses. Quanto maior o tempo de amamentação, menor era o risco da doença. Portanto, quanto mais as mulheres amamentarem maior é a proteção contra o câncer de mama.

Considerações finais

Com a revisão de diversos artigos, conclui-se a importância do aleitamento materno e seus benefícios tanto para a mulher quanto para o bebê, desde a conexão entre mãe e filho que a amamentação oferece, até a proteção contra doenças para ambos. Para o bebê, são inúmeras as vantagens do aleitamento exclusivo até no mínimo o seis primeiros meses, pois nele contêm todos os nutrientes, hormônios e imunoglobulinas necessárias para seu crescimento saudável, os quais resultam em uma proteção tanto a curto prazo, como gripes, infecções, quanto a longo prazo, como diabetes, obesidade, inflamações crônicas, entre outras.

Para a saúde da mãe foram comprovados através de estudos diversos benefícios, um exemplo seria a diminuição do risco de câncer de mama. Entretanto, apesar dos estudos terem um grande número de participantes o que resultam em boas porcentagens, a maioria são estudos muito antigos, e recentes, são apenas revisões destes mesmos estudos.

É importante destacar a necessidade de aprimorar e incentivar campanhas de amamentação por parte dos órgãos governamentais além da interação dos profissionais da saúde em ajudar e informar as mães sobre todos os aspectos referentes ao aleitamento materno exclusivo, sejam eles nutricionais ou técnicas de amamentação.

Referências

1 Almeida JM, e colaboradores. Apoio ao aleitamento materno pelos profissionais de saúde: revisão integrativa da literatura. Rev. Paulista Ped. 2015. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rpp/v33n3/0103-0582-rpp-33-03-0355.pdf>

2 Leal DT, e colaboradores. O perfil de portadores de diabetes tipo 1 considerando seu histórico de aleitamento materno. Rev. Anna Nery Enfer. 2011. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-81452011000100010

3 Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF). 2007. Disponível em: https://www.unicef.org/brazil/pt/media_9993.html



4 Basi ML, Machado MT. Amamentação: um resgate histórico. Artigo de revisão, 2005.

Disponível

em

http://www.aleitamento.com.br/upload%5Carquivos%5Carquivo1_1688.pdf

5 Oliveira CS, e colaboradores. Amamentação e as intercorrências que contribuem para o desmame precoce. Rev. Gaúcha Enf. 2015. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rgenf/v36nspe/0102-6933-rgenf-36-spe-0016.pdf>

6 Sociedade Brasileira de Pediatria. Doenças maternas infecciosas e amamentação. Guia Prático de Atualização. 2017. Disponível em: http://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/Aleitamento_-_DoencMat_Infec_e_Amam.pdf

7 Ministério da Saúde. Saúde da criança: nutrição infantil. 2009. Disponível em: http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude_crianca_nutricao_aleitamento_alimentacao.pdf

8 Lancet Magazine. Breast cancer and breastfeeding: collaborative reanalysis of individual data from 47 epidemiological studies in 30 countries, including 50302 women with breast cancer and 96973 women without the disease. 2002. Available on: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/12133652>

9 Kramer MS, Kakuma R. The optimal duration of exclusive breastfeeding: a systematic review. 2004. Available on: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/15384567>

10 Martins MZ, Santana LS. Benefícios da amamentação para a saúde materna. Rev. Interfaces Cient. 2013. Disponível em: <https://periodicos.set.edu.br/index.php/saude/article/viewFile/763/443>