

OS BENEFÍCIOS DO ALEITAMENTO MATERNO PARA A PUÉRPERA E O BEBÊ.

Amanda Caroline dos Santos Silva¹, Sidrack Lucas Vila Nova Filho².

¹ amanda20190200065@aluno.faculdedospalmares.com.br. Faculdade dos Palmares – FAP

² sidracklucas@hotmail.com. Faculdade dos Palmares – FAP.

Resumo

O aleitamento materno emerge como uma prática fundamental para promover a saúde das crianças, oferecendo, do ponto de vista nutricional, a excelência em macronutrientes e micronutrientes, tanto em termos quantitativos quanto qualitativos. Nesse sentido, o objetivo do estudo foi identificar os benefícios do aleitamento materno para a puérpera e para o bebê. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura a partir de busca de artigos originais na Scielo e Pubmed publicados a partir de 2019. Como resultados, foram incluídos 06 artigos que discutem os benefícios do aleitamento materno tanto para a criança como para a mulher. Estes benefícios incluem a redução da mortalidade infantil, a mitigação de doenças crônicas não transmissíveis na vida adulta, o aprimoramento do desenvolvimento intelectual e o favorecimento do desenvolvimento da cavidade bucal. Além disso, a prática de amamentar também apresenta vantagens significativas para as mulheres, como a proteção contra câncer de ovário e melhora do vínculo mãe-criança a partir de uma melhor autoeficácia de amamentação.. O presente estudo proporciona uma visão abrangente e embasada sobre a importância do aleitamento materno, reforçando sua relevância para a saúde integral, tanto da criança quanto da mãe.

Palavras-chave: Aleitamento materno; Criança; Saúde da mulher.

Abstract

Breastfeeding emerges as a fundamental practice to promote children's health, offering, from a nutritional point of view, excellence in macronutrients and micronutrients, both in quantitative and qualitative terms. In this sense, the objective of the study was to identify the benefits of breastfeeding for the postpartum woman and the baby. This is an integrative review of the literature based on a search for original articles in Scielo and Pubmed published since 2019. As a result, 6 articles were included that discuss the benefits of breastfeeding for both the child and the woman. These benefits include the reduction of child mortality, the mitigation of chronic non-communicable diseases in adult life, the improvement of intellectual development and the development of the oral cavity. Furthermore, the practice of breastfeeding also presents significant advantages for women, such as protection against ovarian cancer and improving the mother-child bond through better breastfeeding self-efficacy. importance of breastfeeding, reinforcing its relevance for the overall health of both the child and the mother.

Keywords: Breastfeeding; Child; Women's health.

Introdução

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), aleitamento materno é o processo pelo qual o lactente recebe leite materno independente de consumir outros alimentos. O aleitamento materno exclusivo é o processo em que o bebê recebe leite materno de sua mãe ou nutriz ou leite materno extraído, sem receber nenhum outro líquido ou sólido, exceto vitaminas, complementos minerais ou medicamento (Furtado & Assis, 2018).

Já para a mulher, ocorre diminuição da dor causada pelo ingurgitamento mamário, sentimento de alívio, segurança e diminuição da ansiedade desenvolvida ao longo da gestação (Campos *et al.*, 2020).

A amamentação é uma prática antiga, reconhecida por seu benefício nutricional, imunológico, cognitivo, econômico e social. Tais benefícios são aproveitados em sua plenitude quando a amamentação é praticada por pelo menos dois anos e de forma exclusiva, até o sexto mês de vida (Furtado & Assis, 2018).

O aleitamento materno é um fator essencial para o crescimento e desenvolvimento do bebê, especificamente nos primeiros seis meses de vida (Boccolini, Carvalho & Oliveira, 2015; Ministério Da Saúde, 2015; Boccolini *et al.*, 2017). Além disso, auxilia na relação afetiva entre mãe e filho, mas também no processo imunológico e psicológico. Tudo se inicia na trigésima segunda semana de gestação, pois é o momento em que o feto passa a apresentar reflexos de sucção (Cassimiro *et al.*, 2019).

Nos últimos 30 anos, o Brasil tem promovido ações de promoção, proteção e apoio ao aleitamento materno, tendo em vista aumentar os índices de aleitamento exclusivo e complementar no país e inibir o desmame precoce (Azevedo *et al.*, 2015). Em 1981, foi instituído o Programa Nacional de Incentivo ao Aleitamento Materno (PNIAM), na tentativa de intervir na mortalidade infantil (Furtado & Assis, 2018).

A Política Nacional de Aleitamento Materno (PNAM) é organizada de acordo com as seguintes estratégias: Incentivo ao Aleitamento materno na Atenção Básica, - Rede Amamenta Brasil; Iniciativa Hospital Amigo da Criança (IHAC); e Método Canguru na atenção hospitalar; Rede Brasileira de Bancos de Leite Humano; Proteção legal através da Norma Brasileira de Comercialização de Alimentos para Lactantes (NBCAL); Ações de Mobilização Social através de campanhas e parcerias; Monitoramento de ações e práticas de aleitamento materno e, nos últimos anos,

implantação da Iniciativa Unidade Básica da Amamentação (IUBAAM) (Azevedo *et al.*, 2015).

Amamentar é muito mais que nutrir a criança. É um processo que envolve interação profunda entre mãe e filho, com repercussões do estado nutricional da criança, em sua habilidade de se defender de infecções, em sua fisiologia e no seu desenvolvimento cognitivo e emocional, em sua saúde no longo prazo, além de ter implicações na saúde física e psíquica da mãe (Brasil, 2015). É importante que os profissionais reconheçam a mulher como protagonista do seu processo de amamentar, valorizando-a, escutando-a e emponderando-a (Lima *et al.*, 2019).

De acordo com o estudo realizado por Schultz *et al.* (2020) o enfermeiro é um profissional de saúde que possui um papel fundamental no processo de promoção, proteção e apoio ao aleitamento materno, principalmente durante o pré-natal, onde pode realizar intervenções preventivas e educativas para garantir o sucesso da amamentação. Durante a consulta de enfermagem no pré-natal, é atribuída à enfermeira a tarefa de orientar as mulheres e suas famílias sobre a importância da amamentação, além de proporcionar um acolhimento adequado à gestante através de uma boa interação, conversando, ouvindo com interesse, valorizando atitudes ou ações condizentes à saúde e envolvendo o parceiro e a família (Reis & Abi Rached, 2017).

Cabe aos profissionais de saúde a tarefa de garantir, a cada mãe, uma escuta ativa, ou seja, saber ouvi-la, diminuir suas dúvidas, entendê-las, e esclarecê-las sobre suas crenças e tabus, de modo a tornar a amamentação um ato de prazer e não o contrário. É importante que as mães se sintam encorajadas a prosseguir com o aleitamento materno (Furtado & Assis, 2018). Nesse contexto, o objetivo deste estudo é identificar os benefícios do aleitamento materno para a puérpera e o bebê.

Método

O presente estudo trata-se de uma revisão integrativa, que será realizada no período de Agosto a Novembro de 2023, com estudos sobre os benefícios do aleitamento materno para a puérpera e o bebê. Os estudos serão selecionados a partir dos seguintes critérios de inclusão: artigos originais da língua portuguesa e inglesa, publicados nos últimos 5 anos que abordem sobre os benefícios do aleitamento materno para a puérpera e o bebê. Serão excluídos artigos repetitivos, o que não tenha resumo completo disponível e aqueles que não

se enquadrem ao tema. A busca dos artigos foi realizada nas seguintes bases de dados: Scitf Library Online (SciELO) e National Library of Medicine (PubMed).

A Seleção dos artigos foi feita de forma independente, sendo lidos títulos e subsequentemente os resumos para a eleição dos artigos a serem lidos na íntegra e assim selecionados os que realmente fizeram parte do estudo como ilustrado no Fluxograma da seleção amostral dos estudos incluídos na revisão (Apêndice A).

Resultados

Seis artigos foram empregados na elaboração deste estudo. A seguir, apresentamos uma síntese das publicações no Apêndice B, que descreve os estudos para a revisão integrativa, incluindo informações sobre os autores, ano de publicação, método utilizado e os principais resultados.

Discussão

Benefícios para a puérpera

O estudo de Muller *et al.*, (2022), identificou prevalência (91,3%) de elevada autoeficácia. Apesar dos altos escores de autoeficácia para AM encontrados no presente estudo e de manutenção do AME em nos primeiros meses, ficou evidente a prevalência de baixa escolaridade entre as mulheres. Vale ressaltar que as mulheres tinham potencial para permanecer no AM, pois a maioria não teve dificuldades no AM. No entanto, estudo indica que a duração do AM é influenciada positivamente pela maior escolaridade da mãe, sendo a baixa escolaridade um fator de risco para o desmame precoce.

Quanto aos dados que indicam a manutenção do AME nos dois meses após o parto, o estudo de Muller *et al.* (2022) obteve resultados de permanência do AME no 1º mês de 84%, 15% complementado e 1% artificial; e no segundo mês, 79% do AME, 15% complementados e 6% artificiais. Embora 59,1% das participantes deste estudo não tenham planejado a gravidez, a maioria obtiveram altos

escores de autoeficácia que foi fator de proteção ao aleitamento materno.

Além disso, a baixa confiança pode aumentar em 3,1 vezes o risco de interromper a amamentação quando comparado com mulheres com alta autoeficácia. Portanto, a autoeficácia, que é a percepção da lactante em fornecer apenas com o aleitamento materno os componentes nutricionais necessários para o bebê, na amamentação pode ser um componente importante para a motivação na adoção e mudança de comportamento com vistas à eficácia e manutenção do aleitamento materno. (Muller *et al.*, 2022).

A pesquisa de Babic *et al.* (2020) evidenciou a amamentação associada a uma redução de 24% no risco de câncer invasivo e de 28% no risco de tumor limítrofe com redução de risco constante em todos os locais de estudo. Além disso, ressaltou que a duração média do aleitamento materno por episódio foi inversamente associada ao risco, com redução de 18% do risco para mulheres que amamentaram menos de 3 meses por nascido vivo e redução de 34% para mulheres que amamentaram 12 meses ou mais por nascido vivo. Associações semelhantes foram observados para tumores serosos de alto grau, o histotipo mais mortal do câncer do ovário.

Benefícios para o bebê

Ware *et al.* (2020) destacam a importância da promoção, proteção e apoio ao aleitamento materno como uma estratégia integral para reduzir a mortalidade infantil, especialmente em áreas urbanas com alta mortalidade infantil e baixas taxas de amamentação. O estudo mostrou que o início do aleitamento materno foi associado a uma redução significativa na mortalidade infantil geral, mortalidade neonatal e mortes relacionadas a infecções.

Os resultados do estudo também destacaram a importância de considerar fatores como raça, peso ao nascer e idade gestacional ao avaliar a relação entre amamentação e mortalidade infantil.

Em correlação com o aumento nas taxas de amamentação, houve uma significativa redução nas taxas de mortalidade infantil durante esse período. Ao examinar dados de um dos hospitais na rede do condado de Shelby, observa-se um notável aumento na alimentação com leite

materno em bebês com peso muito baixo ao nascer, subindo de 22% para 88%. É importante considerar essa elevação em relação à melhoria geral da taxa de mortalidade infantil (Ware *et al.*, 2020).

O estudo de Hui *et al.* (2019), identificou que o aleitamento materno exclusivo na primeira infância pode estar associado a um melhor perfil lipídico no final da adolescência, sugerindo seus possíveis benefícios de longo prazo para a saúde cardiovascular, que devem ser apoiados. São necessários mais estudos para desvendar o mecanismo biológico pelo qual a amamentação programa o metabolismo lipídico e o impacto da amamentação prolongada na saúde.

A pesquisa de Ma *et al.* (2020) identificou que o aleitamento materno na primeira infância está bem estabelecido, foi associado a uma redução significativa das chances de obesidade geral e alto índice de gordura corporal em crianças de 9 a 11 anos de idade de todo o mundo. Essas populações incluem crianças que vivem em diferentes estágios do estado nutricional, incluindo a população com o duplo ônus de desnutrição.

O estudo conduzido por Kim & Choi (2020), relatam que as crianças coreanas amamentadas possuem escores de quociente de aprendizado significativamente mais altos, em fala, leitura, escrita, ortografia e cálculo matemático. Os resultados de Kim & Choi (2020) apresentam uma associação ligeiramente positiva entre amamentação e função cognitiva, desde a primeira infância até a idade escolar, no entanto a diferença média no desenvolvimento cognitivo devido ao aleitamento materno foi de apenas 3,44 pontos, o aleitamento materno não é considerado um fator crítico, embora os efeitos não sejam significativos, vale a pena continuar amamentando devido ao possível efeito benéfico no desenvolvimento cognitivo. a prevalência do aleitamento materno foi substancialmente diferente, com uma clara tendência de menor duração e prevalência do aleitamento materno nos países mais ricos.

Conclusões

Com base nas pesquisas realizadas, fica claro que o aleitamento materno é uma prática viável para promover a saúde. O leite materno é considerado o alimento mais completo e adequado para os bebês, fornecendo todos os nutrientes necessários para seu crescimento e

desenvolvimento. Além disso, amamentar pode ajudar a prevenir várias doenças e fortalecer o sistema imunológico da criança, trazendo benefícios emocionais e psicológicos tanto para a mãe quanto para o bebê.

É crucial destacar a importância de incentivar e apoiar a amamentação desde o período pré-natal. Isso permite que a mãe se prepare para esse momento e receba orientações sobre a técnica correta de amamentação. Além disso, é fundamental que a mãe tenha acesso a informações claras e diretas sobre os benefícios da amamentação, capacitando-a a tomar uma decisão consciente e informada sobre a alimentação de seu filho.

Referências

ABREU FCP, et al (2019). Aleitamento materno do prematuro em domicílio. **Texto Contexto Enferm.** 2015; 24(4): 968-75.

ANTUNES, L. S. et al. Amamentação natural como fonte de prevenção em saúde. **Ciência & Saúde Coletiva**: 103-109, 2008

BABIC A, SASAMOTO N, ROSNER BA, et al. Association Between Breastfeeding and Ovarian Cancer Risk. **JAMA Oncol.** 2020;6(6):e200421. doi:10.1001/jamaoncol.2020.0421

BOCCOLINI, C. S. et al. Tendência de indica0os brasileiros. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, v. 17, n. 1, p 69-78, 2017.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Saúde da criança: aleitamento materno e alimentação complementar**. Editora MS, Brasília, 2015.

CAMPOS, et al (2020). Contato pele a pele e aleitamento materno de recém-nascidos em um hospital universitário. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, 41(spe), e20190154

CASSIMIRO, I. G. V. et al. A importância da amamentação natural para o sistema estomatognático. **Revista Uningá**, n. 55, p. 56-66, 2019.

CIAMPO, L. A. D., & CIAMPO, I. R. L. D. (2018). Breastfeeding and the Benefits of

Lactation for Women's Health. **Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia**, 40(6), 354-359.

FURTADO, L. C. R., & ASSIS, T. R. (2018). Diferentes fatores que influenciam na decisão e na duração do aleitamento materno: **Uma revisão da literatura**. **Movimenta**, 5(4), 303-312.

HUI LL, KWOK MK, NELSON EAS, LEE SL, LEUNG GM, SCHOOLING CM. Breastfeeding in Infancy and Lipid Profile in Adolescence. *Pediatrics*. 2019 May;143(5):e20183075. doi: 10.1542/peds.2018-3075. **Epub** 2019 Apr 9. PMID: 30967484.

KIM, K.M., CHOI, JW. Associations between breastfeeding and cognitive function in children from early childhood to school age: a prospective birth cohort study. **Int Breastfeed J** 15, 83 (2020). <https://doi.org/10.1186/s13006-020-00326-4>

LIMA, S., et al, (2019). Percepção de mulheres quanto à prática do aleitamento materno: uma revisão integrativa. **Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental Online**, 11(1), 248-254

MA, J, QIAO, Y, ZHAO, P, ET AL. Breastfeeding and childhood obesity: A 12-country study. **Matern Child Nutr**. 2020; 16:e12984. <https://doi.org/10.1111/mcn.12984>

MÜLLER A.G, SILVA C.B, CANTARELLI K.J, CARDOSO M.E.V. Self-efficacy and exclusive breastfeeding maintenance in the first months after childbirth. **Texto Contexto Enferm** [Internet]. 2020 [23/11/2023]; 29:e20190125. Available from: <https://doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2019-0125>

OLIVEIRA, F. L. A. et al. Influência da amamentação e do uso de chupetas no desenvolvimento do sistema estomatognático de bebês. **Encontro de Extensão, Docência e Iniciação Científica (EEDIC)**, v. 3, n. 1, 2017.

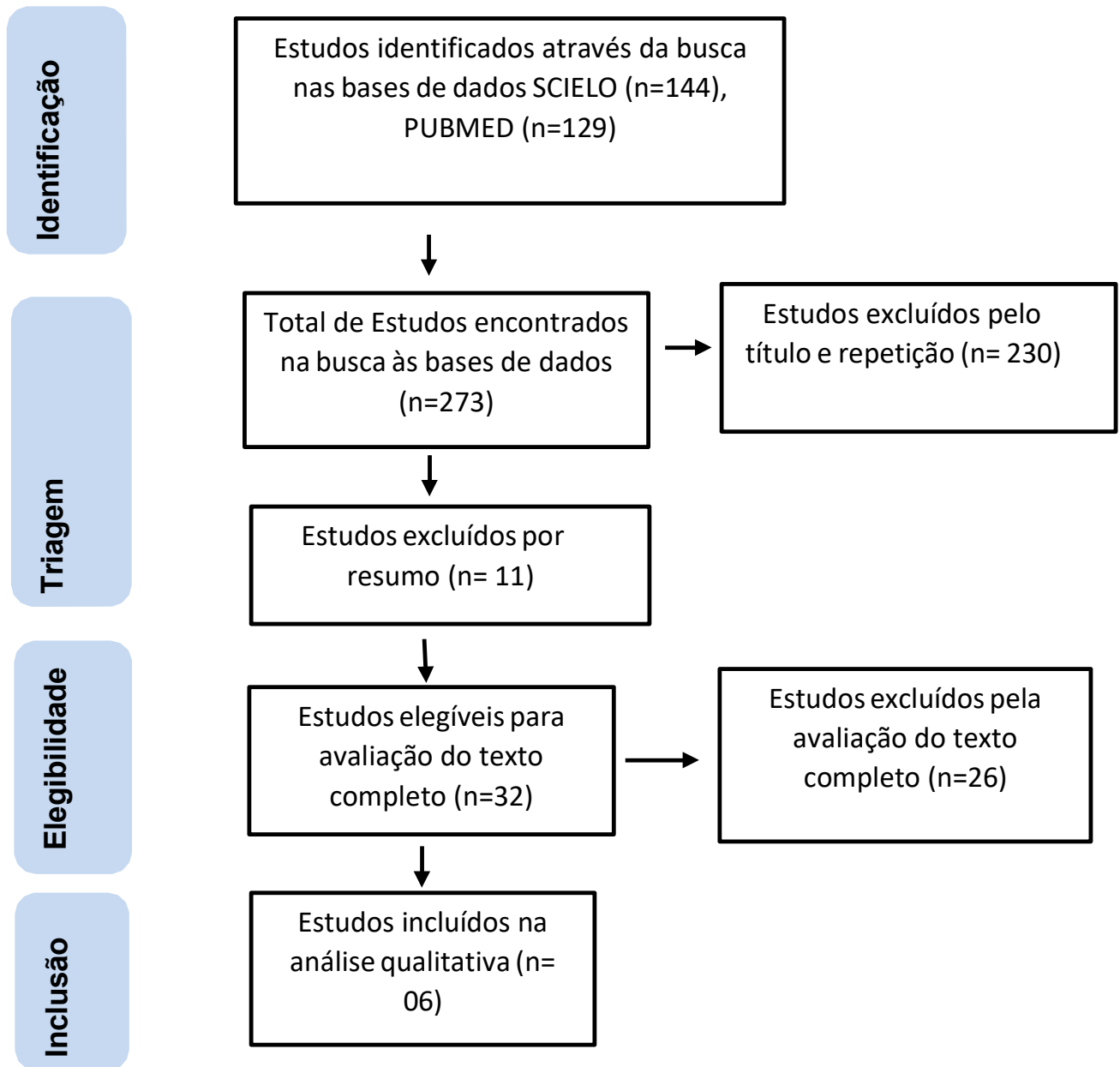
REA, M.F; TOMA, T.S. Benefícios da amamentação para a saúde da mulher e da criança: um ensaio sobre as evidências. **Cad. Saúde Pública**. **Rio de Janeiro**, 2008.

REIS, Rachel Sarmento; ABI RACHED, Chennyfer Dobbins. O papel do enfermeiro no acompanhamento de pré natal de baixo risco utilizando a abordagem centrada na pessoa-gestante. **International Journal of Health Management Review**, v. 3, n. 2, 2017.

SCHULZ, S. M., MOREIRA, K. F. A., PEREIRA, P. P. DA S., FERREIRA, L. N., RODRIGUES, M. A. S., & FERNANDES, D. E. R. (2020). Influência da educação em saúde na autoeficácia em amamentar: estudo quase experimental. **Revista Baiana De Enfermagem**, <https://doi.org/10.18471/rbe.v34.35995>

SIQUEIRA L.S, SANTOS F.S, SANTOS R.M DE M.S, SANTOS L.F.S, SANTOS L. P.H DOS, PASCOAL L.M, et al. Factors associated with breastfeeding self-efficacy in the immediate puerperium a public maternity hospital. **Cogitare Enferm**. [Internet]. 2023 [23/11/2023]; 28. Available from: <https://dx.doi.org/10.1590/ce.v28i0.88970>.

WARE JL, CHEN A, MORROW AL, KMET J. Associations Between Breastfeeding Initiation and Infant Mortality in an Urban Population. **Breastfeed Med**. 2019 Sep;14(7):465-474. doi: 10.1089/bfm.2019.0067.

Apêndice A: Fluxograma da seleção amostral dos estudos incluídos na revisão.

Apêndice B

Autor	Objetivo	Método	Resultado
Muller <i>et al.</i> , (2020)	Avaliar a autoeficácia na amamentação e verificar a manutenção do Aleitamento Materno Exclusivo	Pesquisa descritiva de abordagem qualitativa de estudo de corte prospectivo com 115 puérperas atendidas em um hospital público de Parobé, Rio Grande do Sul. Os dados foram coletados, de agosto a dezembro de 2018, a partir da aplicação de questionário de caracterização e da Escala de Autoeficácia na Amamentação. A manutenção do Aleitamento Materno Exclusivo foi verificada por meio de contato aos 30 e 60 dias pos parto.	Avaliar a autoeficácia na amamentação e verificar a manutenção do Aleitamento Materno Exclusivo
Babic <i>et al.</i> , (2020)	Determinar a associação entre a amamentação, ou seja, (sempre ou nunca, duração, momento) e o risco de câncer de ovário em geral e por histotipo.	Pesquisa descritiva de abordagem qualitativa, realizada em uma análise conjunta de mulheres pardas com câncer de ovário e controle de 13 estudos de caso para promover a pesquisa colaborativa sobre fatores epidemiológicos associados ao câncer de ovário.	Os dados apontaram que a amamentação está associada a uma redução significativa no risco de câncer de ovário em geral e para tumores serosos de alto grau, o subtipo, mais letal. OS resultados visualizaram inclusive que o aleitamento materno por menos de 3 meses por criança já está associado a uma redução significativa do risco de câncer de ovário.
Ware <i>et al.</i> , (2019)	Examinar as relações entre o início da amamentação materna e as taxas de mortalidade infantil, neonatal e pós-neonatal em uma comunidade urbana caracterizada por elevada mortalidade infantil e baixas taxas de amamentação materna.	O estudo foi realizado usando um banco de dados disponível no Departamento de Saúde do Condado de Shelby, analisando dados obtidos de certidões de nascimento de nascidos vivos vinculados a dados de certidões de óbito.	O estudo revelou uma associação significativa entre o início do aleitamento materno e uma redução significativa na taxa geral de mortalidade infantil, bem como nas mortes neonatais e aquelas relacionadas a infecções em uma população urbana caracterizada por alta mortalidade infantil e baixas taxas de amamentação. Além disso, uma análise de

			regressão logística multivariada, ajustada para diversas covariáveis, indicou que o aleitamento materno estava associado a um menor risco geral de mortalidade infantil. Enquanto a mortalidade pós-neonatal não apresentou uma associação significativa com o início do aleitamento materno na população geral, tal associação foi observada na população não negra.
Hui <i>et al.</i> , (2019)	Identificar se o aleitamento materno está associado ao perfil lipídico. Pois os bebês que são amamentados têm síntese e metabolismo de colesterol na infância diferente dos bebês alimentados por fórmula.	Estudo descritivo de abordagem qualitativa para examinar as associações de alimentação relatados contemporaneamente nos três meses de vida, amamentação exclusiva [7,5%] alimentação mista [40%] ou sempre alimentação com fórmula [52%] com lipídios e adiposidade em 17,5 anos em 3261 participantes.	Evidenciou-se a amamentação exclusiva, mas não a alimentação mista de 0 à 3 meses em comparação com a alimentação com fórmula, foi associada a menor colesterol total e lipoproteína de baixa densidade, mas não com o colesterol de lipoproteína de alta densidade em ~17,5 anos.
Ma <i>et al.</i> , (2020)	Examinar/identificar a associação entre a amamentação e a obesidade infantil.	Pesquisa descritiva de abordagem qualitativa, realizada com 4740 crianças de 9 a 11 anos de idade em 12 países. A coleta de dados foi por meio de amostra analítica de conteúdo.	Evidenciou-se que o aleitamento materno foi associado a uma redução significativa das chances de obesidade geral e alto índice de gordura corporal em crianças de 9 a 11 anos de idade de todo o mundo. Maior alocação de cuidados de saúde e recursos comunitários para promover e apoiar o aleitamento materno podem beneficiar crianças e adolescentes, reduzindo suas chances de sobrepeso e obesidade.
Kin & Choi, (2020)	Identificar a associação entre a amamentação e a função cognitiva das crianças com menos de 1 a 8 anos de idade,	Estudo de natureza descritiva com abordagem qualitativas por amostragem estratificados em vários	Os dados evidenciaram uma associação positiva entre amamentação e função cognitiva desde a primeira infância até a idade escolar.

	com associações positivas conscientemente relatados.	estágios usando dados de registro de residentes para representar todas as populações domésticas do país, quanto a amamentação e o desenvolvimento cognitivo.	Em contraste, o desenvolvimento avaliado com algumas ferramentas e em alguns pontos revelou resultados nulos para a associação. Embora os efeitos relatados não sejam significativos, vale a pena continuar amamentando devido a possível efeito benéfico no desenvolvimento cognitivo das crianças.
--	--	--	--