

## O BENEFÍCIO DO ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO NOS PRIMEIROS SEIS MESES DE VIDA DA CRIANÇA

**Mithaly dos Santos Morais<sup>1</sup>; Alessandra Aparecida de Paula<sup>2</sup>; Eduarda de Carvalho e Silva da Rosa<sup>3</sup>; Naryelle da Rocha Barbosa<sup>4</sup>; Sara de Figueiredo dos Santos<sup>5</sup>; Isabely da Silva<sup>6</sup>; Isadora Lima Medeiros<sup>7</sup>; Isabelle Eduarda Cunha de Freitas<sup>8</sup>; Thaynara Dayane Pires Mendes<sup>9</sup>.**

<sup>1</sup>Nutricionista, Centro Universitário Atenas (UNIATENAS) Paracatu, Minas Gerais;

<sup>2</sup>Nutricionista, Instituto Federal do Sudeste de Minas Gerias – campus Barbacena (IFMG), Barbacena, Minas Gerais; <sup>3</sup>Nutricionista, Universidade Federal do Pampa – campus Itaqui (UNIPAMPA), Itaqui, Rio Grande do Sul; <sup>4</sup>Doutoranda, Universidade Federal de Pernambuco (UFPE), Recife, Pernambuco;

<sup>5</sup>Nutricionista, Centro Universitário Arthur Sá Earp Neto (UNIFASE), Petrópolis, Rio de Janeiro;

<sup>6</sup>Pós-graduanda em Atenção Básica e Saúde da Família, COREMU - JG, Jaboatão dos Guararapes, Pernambuco; <sup>7</sup>Graduanda em Nutrição, UNIP, São José dos Campos, São Paulo; <sup>8</sup>Graduanda em nutrição, Faculdade da Amazônia (FAAM), Ananindeua, Pará;

<sup>9</sup>Nutricionista, Pontifícia Universidade Católica de Goiás (PUC-GO), Goiânia, Goiás.

DOI: 10.47094/IIICNNESP.2022/89

**PALAVRAS-CHAVE:** Amamentação. Aleitamento materno exclusivo. Nutricionista.

**ÁREA TEMÁTICA:** Nutrição

### INTRODUÇÃO

A Organização Mundial da Saúde (OMS) orienta que o aleitamento materno (AM) deve ser ofertado exclusivamente até o sexto mês de vida do bebê, e após esse prazo, ser mantido como complemento até no mínimo, os dois anos de idade da criança. A produção do leite ocorre através da sucção que a bebê faz na mama, sendo um estímulo usual, onde os nervos subcutâneos da aréola respondem ao estímulo enviando um recado através da medula espinal até o hipotálamo, comunicando a glândula pituitária, realizando o estímulo das zonas anterior e posterior, resultando na produção do leite pelas células alveolares devido ao estímulo causado pela prolactina na pituitária anterior (MAHAN; ESCOTT-STUMP, 2014).

O leite materno é o alimento ideal para a saúde da criança, pois ele atende a todas as demandas e necessidades nos primeiros anos de vida, produzido naturalmente pela mãe, contém anticorpos e diversas substâncias que preservam contra infecções comuns, respiratórias, de ouvidos (otites), diarreias e outras. A amamentação nos primeiros dois anos, fase decisiva da vida, auxilia no crescimento e desenvolvimento da criança, atuando na prevenção do surgimento de inúmeras doenças ao longo da vida adulta (BRASIL, 2019).

O ato de amamentar e a duração da prática, vão depender da confiança, segurança e expectativa que a mãe apresenta em relação aos seus conhecimentos e habilidades no momento, nesse sentido é essencial que a mulher receba orientações, apoio e auxílio da família e de profissionais da saúde, dentre eles o nutricionista, sobre a importância e os benefícios da amamentação na saúde e desenvolvimento da criança, a fim de evitar o desmame precoce (MÜLLER; SILVA; CANTARELLI; CARDOSO, 2020).

Com o objetivo de compreender a importância do benefício do aleitamento materno exclusivo nos primeiros seis meses de vida da criança, será descrito como ocorre o processo fisiológico da lactação, os benefícios que amamentação exclusiva proporciona na vida do bebê, bem como a importância da atuação do nutricionista na conscientização e incentivo

do aleitamento exclusivo durante os seis primeiros meses da criança.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de uma revisão bibliográfica, realizada através de levantamento de dados de fontes secundárias baseadas na vivência de outros autores. Para produção deste trabalho, foi realizado uma busca sistematizada de artigos científicos em língua portuguesa e inglês, sobre aleitamento materno, seus benefícios, a relação na saúde da criança nos primeiros seis meses de vida e a importância da atuação do profissional nutricionista na conscientização e apoio na prática de amamentação. Foram consultadas aproximadamente 30 referências, dentre elas periódicos, artigos de revistas científicas e sites como: Google acadêmico, SCIELO (Scientific Electronic Library), BIREME (Biblioteca Virtual em Saúde), livro da área de nutrição como: Krause, Alimentos, Nutrição e Dietoterapia-14ª edição, e o Guia alimentar para crianças brasileiras menores de 2 anos do Ministério da Saúde.

## **FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA**

A glândula mamária apresenta-se em crescimento durante a menarca, primeira menstruação da mulher, e na gestação, gerando a preparação dos seios para a fase de lactação. O crescimento mamário é influenciado por hormônios, que providenciam o aumento dos ductos, alvéolos, seios, aréolas e mamilos (MAHAN; ESCOTT-STUMP, 2014).

No início da puberdade, as meninas apresentam estimulação estrogênica ovariana, proporcionando o crescimento do tecido glandular mamário juntamente com a deposição do tecido adiposo ao seu redor, levando a formação da mama feminina, que completam seu amadurecimento no desenvolvimento da gestação, onde ficam aptas para produção e secreção do leite (BENEVIDES; VEÍGA, 2014).

Após o nascimento, ocorre uma baixa nas concentrações dos hormônios estrogênio e progesterona, sendo acompanhado pela elevação de secreção de prolactina, hormônio responsável pelo fornecimento de leite. Para a produção e secreção do leite deve ocorrer o estímulo dos seios através da sucção provocada pela criança no momento da amamentação. Os nervos subcutâneos da aréola, devido ao estímulo, enviam uma mensagem pela medula espinal até o hipotálamo, onde ocorrerá a transmissão da mensagem para a glândula pituitária nas áreas anterior e posterior estimulando-as (MAHAN; ESCOTT-STUMP, 2014).

Depois do parto e a retirada da placenta inicia-se a produção de leite pelos alvéolos mamários, sendo um processo que depende da secreção de hormônios provocada pelos estímulos da sucção do bebê (BENEVIDES; VEÍGA, 2014).

A prolactina da pituitária anterior provoca o estímulo de produção do leite pelas células alveolares, a oxitocina da pituitária posterior estimula a contração das células mioepiteliais da glândula mamária, proporcionando a movimentação e ejeção do leite pelos ductos e sinos lactíferos, denominando esse processo de “descida do leite”. Os estímulos visuais, auditivos, táteis e olfativos podem estimular a secreção da oxitocina, proporcionando o ato da amamentação, tendo sua inibição em casos de dor, ansiedade, fadiga, estresse emocional e físico proporcionando a falta de movimentação do leite através dos ductos e sinos lactíferos (MAHAN; ESCOTT-STUMP, 2014).

O aleitamento materno é essencial para a promoção da saúde das crianças, oferecendo vantagens tanto para mãe quanto para o bebê. Além disso, é a estratégia que, isoladamente, mais impacta na redução da mortalidade infantil por causas evitáveis (BRASIL, 2019).

As propriedades do leite materno são fundamentais para a saúde e desenvolvimento da criança nos primeiros seis meses de vida, sendo considerado o único alimento completo nesse período. Contendo em sua composição nutrientes como, vitaminas, minerais, proteínas, gorduras e anticorpos que aumentam a proteção e colaboram para o

desenvolvimento e imunidade infantil (OLIVEIRA; CARIELLO; DINELLY, 2017).

Após o nascimento, a amamentação beneficia o desenvolvimento de diversas funções do sistema estomatognático, dentre eles a face, a fonação, a respiração e a deglutição (SANTOS *et al.*, 2017).

Estudos comprovam o efeito protetor do leite materno contra várias doenças e a redução da mortalidade infantil, dentre essas doenças estão, a prevenção de otites e alergias, infecções respiratórias, diarreias, desnutrição e diversas infecções neonatais (OLIVEIRA; SILVA; SILVA, 2018).

Em pesquisa de revisão da Organização Mundial de Saúde (OMS) sobre evidências do efeito do aleitamento materno em longo prazo, foi constatado que os indivíduos amamentados tiveram uma chance 22% menor de apresentar sobrepeso/obesidade. Estudos com crianças maiores de três anos que avaliaram o tipo de alimentação no início da vida e a relação com a obesidade, evidenciaram menor frequência de sobrepeso/obesidade em crianças que haviam sido amamentadas (TRINDADE, C. S *et al.*, 2021).

A amamentação exclusiva oferece melhor qualidade de vida, pois além dos benefícios psicológicos, faz com que os bebês necessitem de menos atendimento médico, hospitalizações e medicamentos (CATALANO; SHANKAR, 2017).

A inserção de uma rede de apoio no período de lactação é relevante para o sucesso da amamentação, seja do parceiro, familiares, amigos ou por meio dos profissionais de saúde, levando em conta diversos fatores que interferem nesse feito, como o retorno ao trabalho/estudo, o uso de mamadeiras, a existência de tabus relacionados ao leite materno (GADELHA *et al.*, 2022).

As condições que facilitam a amamentação materna exclusiva contam antes de tudo com o apoio e o incentivo do nutricionista, sendo um dos profissionais da saúde essenciais para o auxílio das mães, no sentido de ampliar intervenções nutricionais, que incentivem e apoiem as nutrizes a oferecerem exclusivamente o leite materno, a mãe nota que é suficiente para o crescimento e desenvolvimento do bebê e passa a estimular a amamentação por seis meses ou mais, mantendo assim uma garantia de suprir as suas necessidades nutricionais (NUNES *et al.*, 2019).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com base nos dados expostos neste trabalho, foi possível demonstrar que a hipótese sobre o aleitamento materno exclusivo nos primeiros seis meses atende de maneira benéfica todas as necessidades da criança, proporcionando-o um crescimento saudável, dentro das normalidades, com a presença de todos os nutrientes necessários foi validada, pois a adição de outros alimentos nessa fase interfere de forma negativa na absorção dos nutrientes e atua na redução da ingestão do leite materno, auxiliando para um desmame precoce e tornando-o suscetível a doenças infecciosas pela inserção de agentes patógenos. Visto a importância da amamentação exclusiva durante os seis primeiros meses de vida do recém-nascido, cabe ao profissional nutricionista atuar na conscientização e no auxílio as mães nesse período, incentivando o aleitamento materno tornando a amamentação uma prática de prazer de fundamental importância para a saúde, crescimento, desenvolvimento, sobrevivência e nutrição da criança.

## PRINCIPAIS REFERÊNCIAS

BENEVIDES, I. A.; VEÍGA, A. Aspectos históricos, fisiológicos e antroposóficos do leite na alimentação humana: uma introdução ao tema. **Arte Médica Ampliada**, v. 31, n.1, pp.5-12, jan./mar., 2014.

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, p.265, 2019.

CATALANO, P.M., SHANKAR, K. Obesity and pregnancy: mechanisms of short term and long term adverse consequences for mother and child. **BMJ.** v. 356. p. j1, 2017.

GADELHA, Elida Cristina Bezerra et al. Fatores associados à duração do aleitamento materno no Município de Belém/PA. **Brazilian Journal of Development**, v. 8, n. 3, p. 16931-16945, 2022.

MAHAN, L. K.; ESCOOTT-STUMP, S. **Krause, Alimentos, Nutrição e Dietoterapia.** 14a. ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2018. Tradução de: Krause's food & the nutrition care process, 14 th ed.

MÜLLER, G. A.; SILVA, B. C.; CANTARELLI, K. J.; CARDOSO, M.E.V. Autoeficácia e manutenção do aleitamento materno exclusivo nos primeiros meses pós-parto. **Texto Contexto Enferm.**, v. 29, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2019-0125>

NUNES, A. M. *et al.* Intervenções nutricionais para a promoção do aleitamento materno exclusivo. **Uningá Jornal**, v. 56, n. 2, p. 124-133, 2019.

OLIVEIRA, F. L. A.; CARIELLO, M. P.; DINELLY, E. M. P. 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.

OLIVEIRA, T.C, SILVA, M. D. M. G, SILVA J. B. Revisão sobre A Importância do aleitamento materno exclusivo nos primeiros seis meses de vida para a dupla mãe-bebê. **Rev. Inic. Cient. Ext.** v. 1 (Esp.2) p. 250-4, 2018.

SANTOS, P. P, SCHEID, M.M.A. Importance of exclusive breastfeeding in the first six months of life for promoting mother and baby health. **J Health Sci Inst.** v. 3, n. 3 p. 276-80, 2019.

TRINDADE, C. S *et al.* Influence of breastfeeding on the prevention of child obesity Brazilian. **Journal of Health Review**, Curitiba, v.4, n.6, p. 24251-24264 nov./dez., 2021.