



O ALEITAMENTO MATERNO COMO AÇÃO PREVENTIVA CONTRA A OBESIDADE INFANTIL

THYALA VILARINDO DE MENEZES ABDELAZIZ; SORAYA DODERO

INTRODUÇÃO: O aleitamento materno é o ato de a mãe fornecer o leite materno ao recém-nascido. A amamentação exclusiva causa consequências benéficas a criança, pois tem um efeito protetor que pode perdurar até os primeiros 10 anos de vida, reduzindo assim a ocorrência de infecções, alergias, desnutrição, obesidade e asma. **OBJETIVO:** Demonstrar os benefícios do aleitamento materno e sua ação contra a obesidade na infância, analisando a importância tanto para a mãe quanto para o bebê.

METODOLOGIA: O presente artigo se destina a realizar uma revisão de literatura sobre o aleitamento materno como fator de prevenção de obesidade infantil. Como fonte foram utilizadas as bases de dados eletrônicas da BIREME, LILACS, SCIELO, *Cochrane*. Foi explorado artigos de línguas portuguesa e inglesa. Os descritores utilizados nas pesquisas foram: aleitamento materno, obesidade infantil e desmame precoce.

RESULTADOS: Em um estudo realizado entre uma amostra de 2565 crianças americanas de idade entre três a cinco anos, mostraram que aquelas que tinham sido amamentadas com leite materno estavam menos susceptíveis a ter sobrepeso em comparação com as que não tinham recebido leite materno nos primeiros meses de vida. De igual forma, foi demonstrado em vários países tanto de baixa e alta renda um forte efeito protetor do aleitamento materno. **CONCLUSÃO:** Quanto maior o conhecimento sobre os benefícios do aleitamento materno exclusivo, maior a chance de usá-lo como profilaxia de morbidades a curto e longo prazo. Assim, é de relevante importância incentivar as mães a amamentar seus bebês, sabendo que comprovadamente tem benefícios para ambos.

Palavras-chave: Aleitamento, Puericultura, Obesidade infantil, Prevenção primária, Leite materno.