



A IMPORTÂNCIA DO ALEITAMENTO MATERNO: UMA REVISÃO DE LITERATURA

ANA CAROLINA CONARTIOLI; GABRIELA FERREIRA RAMOS; CARLOS EDUARDO MICHEL SCHIBLER

Introdução: O aleitamento materno é considerado um dos pilares fundamentais para a saúde e o desenvolvimento infantil, tem suas propriedades desde a fase inicial do leite até a última, sendo elas: colostro, leite de transição e leite maduro, o qual fornecem a nutrição ideal, como também inúmeros benefícios imunológicos e emocionais essenciais para o bebê. Ele é rico em nutrientes, anticorpos e fatores de crescimento, contribui para um crescimento e desenvolvimento saudável, auxilia na proteção contra infecções gastrointestinais, reduz a mortalidade neonatal, previne o sobrepeso e diabetes tipo 2 na infância, além de promover um vínculo afetivo entre mãe e filho. Ainda promove benefícios para a mãe, como na recuperação do pós-parto, e reduz o risco do aparecimento de algumas doenças. **Objetivo:** Refletir sobre a importância do aleitamento materno exclusivo. **Metodologia:** Foi realizado uma revisão literária nas plataformas BVS e PubMed durante o mês de agosto, incluindo artigo dos últimos cinco anos, com o intuito de refletir sobre a importância do aleitamento materno, ressaltando os benefícios para mãe e filho. **Resultados:** Além dos benefícios nutricionais e para a imunidade, destaca-se no desenvolvimento cognitivo e emocional, onde bebês que são amamentados tem melhor desempenho em testes de desenvolvimento cognitivo, e reduz o risco de doenças crônicas. O Ministério da Saúde recomenda que a amamentação continue até os dois anos de idade ou mais, porém atualmente mesmo com campanhas e disseminação de conhecimento sobre a importância e benefícios do aleitamento materno, ainda há situações contrárias, as quais mães enfrentam desafios significativos para inicia-lo e mantê-lo, incluindo dificuldades práticas, falta de apoio social e retorno ao trabalho. Medidas como a promoção de ambientes calmos, garantia de licenças maternidade adequadas e iniciativas comunitária para promover a amamentação podem contribuir positivamente. A educação e orientação vinda de profissionais da saúde para expor a importância e exemplificar a técnica correta influencia significativamente. **Conclusão:** Diante do exposto, é fundamental reiterar a importância do aleitamento materno, minimizando os efeitos deletérios e os prejuízos para mãe e filho. Outrossim é primordial implementar estratégias eficazes para superar os desafios encontrados, visando investir em educação, suporte e políticas adequadas.

Palavras-chave: **ALEITAMENTO; IMUNOBIOLOGICO; BENEFÍCIOS; SAÚDE; AMAMENTAÇÃO**