



A IMPORTÂNCIA DO ALEITAMENTO MATERNO NOS PRIMEIROS SEIS MESES DE VIDA DO BEBÊ

ALEXANDRE BALSANUF OLIVEIRA; ANA CAROLINA FERREIRA MORAES; ANA PAULA DA SILVA VIDOTTO; BEATRIZ MOREIRA DA SILVEIRA; DAIENE ALVES DA SILVA

RESUMO

O Aleitamento Materno traz benefícios para a mãe e seu filho. No bebê provoca uma resposta a estímulos instruídos, sendo eles a visão, cheiro e o próprio choro da criança, fatores emocionais e mecânicos como a sucção da mama. O aleitamento materno é fundamental para o bom desenvolvimento de todo recém-nascido e que envolve interação mãe-bebê. Além de benefícios nutricionais e econômicos, traz um sentimento de proteção e intimidade entre a mãe e o filho. Na vida do lactente o leite materno é tido como o padrão ouro em sua alimentação, promovendo a criança um desenvolvimento e crescimento adequado. O objetivo deste trabalho é ressaltar a importância do aleitamento materno para a lactante e bebê e descrever a prática do aleitamento materno como alimentação exclusiva até aos seis meses de vida através da revisão da literatura. A metodologia utilizada foi pesquisa bibliográfica com os descritores: amamentação, lactante e lactente. Os dados foram coletados em livros do Ministério da Saúde e artigos científicos no Google Acadêmico, Lilacs, Pubmed e Bireme. Portanto esta pesquisa foi de abordagem qualitativa, exploratória e descritiva, com os descritores amamentação, leite materno e lactente. Os critérios de exclusão foram fissura mamilar, ingurgitamento mamario e galactosemia. Os resultados comprovam que o aleitamento materno favorece o crescimento e o desenvolvimento da criança, tanto por suas características nutricionais, imunológicas e psicológicas, quanto por possibilitar o crescimento harmonioso da face, promovendo a maturação das funções do sistema estomatognático. A amamentação é recomendada de forma exclusiva até o sexto mês de vida. A amamentação nos primeiros seis meses de vida proporciona uma série de benefícios recém-nascidos. Esses benefícios são: imunológico, nutricional, emocional e socioeconômico. Conclui-se através do levantamento bibliográfico realizado que o leite materno é um alimento completo, nutritivo e insubstituível, refletindo diretamente desde a formação do sistema imunológico ao desenvolvimento das funções cognitivas durante a fase de crescimento da criança protegendo sua saúde. O aleitamento materno o padrão ouro da alimentação infantil até os 6 meses de idade.

Palavras-chave: Amamentação; Leite Materno; Lactente

1 INTRODUÇÃO

Este estudo visa por meio de uma revisão bibliográfica, oferecer a compreensão da importância do Aleitamento Materno Exclusivo (AME) até o sexto mês de vida do bebê, bem como identificar as vantagens do aleitamento durante essa fase. Também irá contribuir para aprofundar o conhecimento do papel da importância do conhecimento dos profissionais de saúde na assistência prestada às mães sobre a importância da oferta da lactação exclusiva.

Define-se como aleitamento materno exclusivo (AME) quando a criança recebe somente leite materno ou leite humano de outra fonte, sem receber outros líquidos ou sólidos.

Quando há introdução de sucos de frutas, água ou bebidas à base de água, o AM é classificado como predominante (AMP). O aleitamento materno complementado (AMC) caracteriza-se quando a criança recebe qualquer alimento sólido ou semissólido com a finalidade de complementar, e não de substituir o leite materno. Por fim, o aleitamento materno misto (AMM) ocorre quando há introdução de outros tipos de leite que não só o leite materno. 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).

É consenso que o leite materno é o alimento mais completo para o bebê, especialmente nos primeiros meses de vida, pois é fonte de nutrientes nas quantidades adequadas para um organismo em desenvolvimento. Além de nutritivo, o leite materno protege contra infecções, evita internações hospitalares e reduz a morbidade por diarreia e infecções respiratórias, previne episódios de otite média e asma, diminui a mortalidade por síndrome da morte súbita na infância. Tem reflexos positivos durante a vida adulta, como no aumento no quociente de inteligência, escolaridade e renda, bem como protege contra excesso de peso e obesidade (VICTORA C.G, 2016).

A oferta do seio materno ao bebê é um direito biológico e eticamente inquestionável da mãe e do filho, além de fundamental para a sobrevivência e a qualidade de vida infantil nos primeiros anos de vida. Hoje, sabe-se que os benefícios do aleitamento materno não se limitam à duração da prática, mas se estendem até a vida adulta e têm repercussões na qualidade de vida a longo prazo (CIAMPO & CIAMPO, 2018).

O aleitamento também proporciona um contato contínuo pele a pele que fortalecerá os laços afetivos, trazendo um sentimento de proteção e intimidade entre mãe e filho. No primeiro momento de vida a descida do líquido do seio materno, também chamado de colostro, rico em proteínas e pobre em gordura em comparação ao leite maduro, aquele após 26º dias, contém benefícios incontáveis para o bebê, sendo eles no desenvolvimento respiratório, acelerando o desenvolvimento da mucosa intestinal e possibilitando o desenvolvimento do sistema imunológico, reduzindo assim a mortalidade neonatal até o 28º dia de vida. A amamentação é um dos métodos que mais colabora para a prevenção de mortes infantis, conseguindo salvar mais de 800.000 vidas menores de cinco anos de idade anualmente, no mundo, além de favorecer na redução da mortalidade neonatal (CARVALHO, 2014, p. 433).

A amamentação contribui tanto para a mãe quanto para seu filho, beneficia a mãe em sua recuperação pós-parto e traz nutrientes e vitaminas para o bebê. Enquanto a mãe amamenta tudo que ela come vai através do leite para o bebê por isso é importante que durante a amamentação a mãe tenha uma alimentação balanceada para que ela possa nutrir de forma adequada o bebê é importante que ela se mantenha sempre bem hidratada para assim estimular a sua produção de leite. Para que a amamentação ocorra a mãe deve ser orientada sobre: a pega correta, a forma correta de segurar o bebê, os benefícios que a amamentação trará para ambos; toda essa orientação pode ser passada no pré-natal através de cursos para gestante feito pela equipe de enfermagem, caso a mãe não tenha esse conhecimento o mesmo pode ser passado pela equipe enquanto a mãe está no hospital (BRASIL, MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2009).

2 MATERIAL E MÉTODOS.

Este estudo baseou-se em uma estratégia qualitativa de pesquisas de caráter explicativo, por meio de uma pesquisa bibliográfica referente ao tema. Foram analisados publicações científicas, livros do Ministério da Saúde e artigos sobre o tema nos repositórios de busca desses artigos científicos, por exemplo, Google Acadêmico, Lilacs, Pubmed e Bireme. Portanto esta pesquisa foi de abordagem qualitativa, exploratória e descritiva. Os descritores utilizados foram amamentação, leite materno e lactente. Os critérios de exclusão

foram fissura mamilar, ingurgitamento mamario e galactosemia.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Pesquisas mostram que a amamentação exclusiva durante os primeiros meses de vida reduz o risco de alergia à proteína do leite de vaca (APLV), dermatite atópica e outros tipos de alergias, incluindo asma e sibilância recorrente. Crianças amamentadas por menos de um mês têm risco sete vezes maior de internação por bronquiolite (AMARAL, 2016, p. 10).

A prática do aleitamento materno é de fundamental importância para a mãe, a criança e a sociedade, devendo ser sempre incentivada e protegida. Constitui-se em uma sábia estratégia natural de vínculo, afeto, proteção e nutrição para a criança, gerando um grandioso impacto na promoção da saúde integral da dupla mãe/bebê e, conseqüentemente, na redução da morbimortalidade infantil e materna (LIMA ET AL., 2019).

Constata-se que a Aleitamento Materno Exclusivo (AME) nos primeiros seis meses de vida proporciona uma série de benefícios para gestantes e recém-nascidos. Esses benefícios são: imunológico, nutricional, emocional e socioeconômico, que foram extensivamente descritos na literatura. O aleitamento materno exclusivo também reduz a incidência de alergias, dermatites, asma, bronquiolite e outras doenças graves, além de aproximar mãe e filho (CARVALHO, M.R.; TAVARES, 2010).

O aleitamento materno favorece o crescimento e o desenvolvimento da criança, tanto por suas características nutricionais, imunológicas e psicológicas, quanto por possibilitar o crescimento harmonioso da face, promovendo a maturação das funções do sistema estomatognático. A amamentação é recomendada de forma exclusiva até o sexto mês de vida e de forma complementada até dois anos ou mais, tornando desnecessário o uso de mamadeiras com qualquer tipo de líquido (TELES, JUNIOR, JÚNIOR, FONSECA & EUGÊNIO, 2017).

A prática da AME é fundamental para reduzir a mortalidade infantil e melhorar os resultados de saúde, sendo urgente aumentar sua incidência em nosso país. Os profissionais de saúde devem orientar as gestantes durante toda a gestação e enfatizar a importância para o progresso e desenvolvimento da criança para que possamos atingir as metas traçadas na Agenda 2030. O leite humano fornece todas as vitaminas e minerais, micronutrientes necessários para o crescimento e desenvolvimento infantil. Durante os primeiros seis meses o aleitamento materno exclusivo garante boa biodisponibilidade de todos os nutrientes (CARVALHO, M.R.; TAVARES, 2010).

O Ministério da Saúde e a Sociedade Brasileira de Pediatria recomendam o aleitamento materno exclusivo nos primeiros seis (06) meses de vida. Assim sendo, é desnecessário o oferecimento de água, chás, sucos ou qualquer outro alimento durante esses primeiros meses de vida. O leite humano é capaz de promover crescimento e desenvolvimento adequado para a criança, pois possui em sua composição proteínas, lipídios, carboidratos, minerais, vitaminas e 88% de água. Além disso, contém fatores imunológicos como IgA, IgM e IgG, linfócitos T e B, neutrófilos, macrófagos, lactoferrina, lisozima e fator bífido, que preservam o bebê contra infecções (BRASIL, 2011).

Conforme Oliveira, Silva e Silva (2018), a amamentação agrega benefícios psicológicos para a mãe e para o bebê, amamentação agradável, contato visual e contato constante entre ambos, fortalece o vínculo afetivo proporcionando maior intimidade, troca de afeto e sentimento de proteção no bebê e na mãe a autoconfiança, logo, o AM é uma forma de comunicação que desenvolve afeto e confiança.

Segundo Amaral et al (2015), o AM é a estratégia mais eficaz na prevenção da morbimortalidade infantil, promovendo a saúde psíquica e física para o binômio mãe e filho, pois o LM contém diversas vitaminas, proteínas, carboidratos, gorduras, sais minerais e água essenciais para o desenvolvimento da criança, sendo o AM o mais nutritivo e adequado alimento para a criança. Segundo Azevedo et al (2015), a amamentação traz benefícios

psicológicos, biológicos, fisiológicos, emocionais e financeiros; promove a liberação de ocitocina gerando contração uterina, diminuindo hemorragias, proporcionando a involução uterina mais rápida, promove vantagem financeira, pois o LM tem valor nutricional capaz de suprir as necessidades do lactente, sendo desnecessário o fornecimento de outro alimento.

Importante lembrar que a amamentação é recomendada pela OMS, no mínimo 6 meses de idade, com isso a alimentação da mãe deve ser planejada e seguida por um tempo depois do parto. A parte líquida do leite é produzida a partir da hidratação da mãe e qualquer desidratação pode afetar a qualidade do leite materno. O microbiota intestinal de recém-nascido não conta com a defesa natural necessária, sendo assim alguns fatores podem influenciar no desconforto e cólicas do bebê. Ingerir chás de erva doce, reduzir o consumo de alimentos gasosos (feijão, repolho, cebola, couve flor), procure um ambiente calmo durante a amamentação, pois o estresse pode afetar o bebê, causando ingestão de ar durante a amamentação e causar cólicas. Não consumir álcool, essa substância diminui o nível de ocitocina, hormônio necessário para a lactação, fazendo com que o bebê consuma menos 20% do leite (MERCUR, MARÉ MARCA E CONTEÚDO, 2023).

Azevedo et al. (2015) aborda que amamentar não é um processo simples e que envolve questões sociais, biológicas, psicológicas e culturais. Deve-se respeitar os desejos e decisões maternas, orientando-as visando garantir a melhor alimentação para o recém-nascido. Sendo assim, o manejo clínico da amamentação deve ser iniciado ainda no pré-natal, período em que a mulher já vai compreendendo a fisiologia da lactação, os benefícios para si e para o bebê durante a amamentação, dos intervalos entre as mamadas, dos sinais de hipoglicemia, o que lhe permite chegar à maternidade com esses conhecimentos. Se a orientação correta começar precocemente, as intervenções tenderão a diminuir quando a amamentação tiver sido iniciada. Segundo evidências científicas a prática de amamentar o bebê exclusivamente com leite materno até o sexto mês de vida promove a prevenção de várias doenças tais como: diarreia e outras doenças intestinais, infecções respiratórias, infecções bacterianas, infecções do trato urinário, alergias, infecções hospitalares, melhor padrão cardiorrespiratório durante a alimentação, melhor resposta às imunizações e proteção contra as Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNTs) (TAVEIRO, VIANNA & PANDOLFI, 2020).

O Aleitamento Materno (AM) é benéfico em duas vias logo após o nascimento. Com a resposta a estímulos instruídos, sendo eles a visão, cheiro e o próprio choro da criança, fatores emocionais e mecânicos como a sucção da mama, haverá uma liberação de ocitocina no corpo da mãe pós-parto. Esse hormônio promoverá uma contração uterina, ajudando na expulsão da placenta e prevenindo uma possível hemorragia. A longo prazo há evidências de que reduz a prevalência de câncer de mama (CARVALHO, 2014, p. 433).

O aleitamento materno exclusivo nos primeiros 6 meses de vida do bebê é de suma importância, pois garante nutrição adequada, ajuda no desenvolvimento das estruturas orais, como lábios, língua, bochechas, palato duro e mole, responsáveis pelo funcionamento adequado das funções de respiração, sucção, mastigação, deglutição e fonoarticulação, além de propiciar o padrão de respiração nasal (ROSA & DELGADO, 2017).

4 CONCLUSÃO

North et al. (2022) ao estudarem o aleitamento materno em um contexto global a epidemiologia e o impacto na saúde de crianças, descreveram que o aleitamento consistente nos primeiros meses de vida melhora a sobrevivência infantil e contribui para a proteção contra certas doenças, como a diarreia e a pneumonia, que são as principais causas de morte em crianças menores de 5 anos nos países de baixa e média renda. Os componentes anti-inflamatórios presentes no leite materno que é capaz de proteger as crianças contra possíveis infecções. Fator devido à presença de anticorpos IgA e IgG maternos que são transmitidos pelo leite e ligam-se a bactérias, vírus e toxinas e são capazes de inibir a ligação de

patógenos às células. Desta forma, protegendo contra infecções respiratórias e diarreicas porque atuam na superfície da mucosa e neutralizam patógenos (NORTH et al., 2022).

Em concordância Choi et al. (2018) afirma que amamentação oferece várias vantagens para as crianças e é conhecido por fortalecer o sistema imunológico dos bebês e ajudar no desenvolvimento de seu cérebro e função cognitiva. Segundo Motee et al. (2014) o aleitamento materno é o padrão ouro da alimentação infantil até os 6 meses de idade. E é a forma mais econômica de reduzir o risco de diversas doenças, na vida adulta, bem como a mortalidade infantil. Sendo o principal fator reduz a taxa de mortalidade infantil ao diminuir o risco de diarreia infecciosa e doenças respiratórias que são a principal causa de óbitos nessa faixa etária.

Cabe aos profissionais da 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 natural (FURTADO & ASSIS, 2018).

A prática da AME é fundamental para reduzir a mortalidade infantil e melhorar os resultados de saúde, sendo urgente aumentar sua incidência em nosso país. O fornecimento de aconselhamento especializado em amamentação por profissionais de saúde aumenta as taxas de amamentação exclusiva e continuada. Estes profissionais devem estimular, incentivar e conscientizar as mães sobre os benefícios do aleitamento materno. Além disso, esses devem ser multiplicadores do aleitamento, repassando informações e orientando a melhor maneira de amamentar, de forma que esse processo ocorra da forma mais natural e sem intercorrências para a mãe e o bebê (ALMEIDA et al., 2021).

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, A. B. P.; OZÓRIO, W. T.; FERREIRA, J. C. S.. Os benefícios da amamentação precoce. **Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento**, v.10, n.12, p.e427101220741, 2021. DOI: <http://doi.org/10.33448/rsd-v10i12.20741>

AMARAL, L. J. X et al. Fatores que influenciam na interrupção do aleitamento materno exclusivo em nutrízes. **Revista Gaúcha de Enfermagem**. Rio Grande do Norte, v.36, p.127-134, jul./out. 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/rngenf/v36nspe/0102-6933-rngenf-36-spe-0127.pdf>. Acesso em: 28 set. 2024.

AMARAL, RC. Fatores que contribuem para o desmame precoce e atuação da enfermagem. FACIDER, **Revista Científica**, Colider, v. 9, n. 9, p. 1-17, 2016.

AZEVEDO, A. R. R. et al. **O manejo clínico da amamentação: saberes dos Enfermeiros**. Escola Anna Nery. Rio de Janeiro, v.19, n.3, jul./set. 2015. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S141481452015000300439&lang=pt. Acesso em: 11 set. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. Saúde da criança: nutrição infantil. Aleitamento materno e aleitamento complementar, 2009. Sanar. **Fisiologia da lactação e manutenção da produção de leite**. Disponível em: < 202 <https://sanarmed.com/fisiologia-da-lactacao-e-manutencao-da-producao-deleite.colunista/#:~:text=A%20lacta%C3%A7%C3%A3o%20apresenta%20tr%C3%AAs%20fases,Eje%C3%A7%C3%A3o%20de%20leite>>. Acesso em 09 de ago 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde (MS). **Atenção à saúde do recém-nascido: guia para os profissionais de saúde**. Brasília: MS, 2011.

CARVALHO, M.R.;TAVARES, L.A.M. **Amamentação. Bases Científicas**. 3ªed, Guanabara Koogan, Rio de Janeiro: 2010. 435 p.

CARVALHO, MR.; TAVARES, LAM. **Amamentação Bases Científicas**. Editora Guanabara Koogan. Rio de Janeiro. 3ª Ed, p. 433, 2014.

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.

LIMA, S., SANTOS, E., ERDMANN, A., FARIAS, P., AIRES, J., & NASCIMENTO, V. (2019). Percepção de mulheres quanto à prática do aleitamento materno: uma revisão integrativa. **Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental Online**, 11(1), 248-254.

MERCUR, **Entenda: a dieta da mãe pode aliviar a cólica do bebê?**. Disponível em: <<https://mercur.com.br/blog/entenda-a-dieta-da-mae-pode-aliviar-a-colica-do-bebe/>> Acesso em 08 de set 2024.

MOTEE, A.; JEEWON, R.. Importance of exclusive breast feeding and complementary feeding among infants. **Current Research in Nutrition and Food Science**, v.2, n.2, p.56-72, 2014.

NORTH, M. D. K.; GAO, M. D. M.; ALLEN, G.; LEE C. C. A..Breastfeeding in a Global Context: Epidemiology, impact, and Future Directions. **Clinical Therapeutics**, v.44, n.2, p.228-244, 2021.

OLIVEIRA, T. C; SILVA, M. M. G; SILVA, J. B. A importância do aleitamento materno exclusivo nos primeiros seis meses de vida para a dupla mãe-bebê. **Revista de iniciação científica e extensão**. p.250-254, 2018. Disponível em: <https://revistasfacesa.senaaires.com.br/index.php/iniciacao-cientifica/article/view/90/51>. Acesso em: 28 set. 2024.

ROSA, J. B. S., & DELGADO, S. E. (2017). Conhecimento de puérperas sobre amamentação e introdução alimentar. **Rev Bras Promoç Saúde**, 30(4), 1-9.

TAVEIRO, E. A. N., VIANNA, E. Y. S., & PANDOLFI, M. M. (2020). Adesão ao Aleitamento Materno Exclusivo em Bebês de 0 a 6 Meses Nascidos em um Hospital e Maternidade do Município de São Paulo. **Rev Bras Ciên Saúd**, 24(1), 71-82.

TELES, M. A. B., JUNIOR, R. F. S., JÚNIOR, G. G. S., FONSECA, M. P., & EUGÊNIO, K.K. (2017). Conhecimento e práticas de aleitamento materno de usuárias da estratégia saúde da família. **Rev enferm UFPE on line.**, 11(6), 2302-2308.

Victora CG, Barros AJD, França GVA, Bahl R, Rollins NC, Horton S, et al. Breastfeeding in

the 21st Century: Epidemiology, **Mechanisms, and Lifelong Effect**. **Epidemiol Serv Saúde**. 2016;25(1):1-24. doi: 10.1016/S0140- 6736(15)01024-