



OS BENEFÍCIOS DA AMAMENTAÇÃO EXCLUSIVA NA VIDA E SAÚDE DAS CRIANÇAS E SUA GENITORA

SOUZA, Ana Caroline Nogueira Moreira¹

PERILLO, Ana Luísa Pereira²

SILVA, Irondina de Fátima³

OLIVEIRA, Jessyca Zanella Ferreira de²

MOREIRA, Gabriel Spechoto²

Resumo: O aleitamento materno exclusivo (AME) nos primeiros seis meses de vida é uma forma inigualável de fornecer o alimento ideal para o crescimento e o desenvolvimento saudável da criança. É parte integral do processo reprodutivo, tendo importantes implicações para a saúde materna. As crianças devem ser amamentadas exclusivamente pelos primeiros seis meses de vida. E as mães devem ter acesso a suporte qualificado para iniciar e manter o aleitamento exclusivo por seis meses. Deve também, ter assegurado o momento certo de introdução da alimentação complementar adequada. O leite materno, é alimento completo e natural, adequado para os recém-nascidos. É também uma maneira eficiente e econômica de atender todos os aspectos nutricionais, imunológicos e psicológicos para o desenvolvimento do recém-nascido no primeiro ano de vida. Garante também os benefícios importantes para a saúde da genitora. O aleitamento materno é de suma importância tanto para a saúde da criança como a da mulher. O mesmo atua como uma troca de benefícios para ambos. A mulher no ato de amamentar diminui as chances de um possível desenvolvimento de um câncer de mama e de ovário, a involução uterina pós-parto mais rápida e entre outros inúmeros benefícios.

Palavras-chave: Aleitamento materno exclusivo. Mulheres. Nutrientes Básicos. Recém-nascidos

INTRODUÇÃO

A amamentação é a melhor maneira de proporcionar alimento para o crescimento saudável e o desenvolvimento dos recém-nascidos. Além de ser parte do processo reprodutivo, com importantes implicações para a saúde materna. Embora seja um ato natural, a amamentação é também um comportamento aprendido. Portanto, necessita ser encorajado e

¹ Docente UNIFIMES email: anacarolinemoreira@hotmail.com.

² Docente UNIFIMES.

³ Discente UNIFIMES.

**V Colóquio Estadual de Pesquisa Multidisciplinar
III Congresso Nacional de Pesquisa Multidisciplinar
e II Feira de Empreendedorismo
da Unifimes**

17, 18 e 19 de maio de 2021



incentivado, no intuito de tornar cada vez mais presente essa prática entre os humanos. (MARQUES, 2014).

Em contrapartida, nos demais mamíferos essa prática acontece e se desenvolve de maneira natural e espontânea. Ou seja, os animais, através do seu extinto, logo que nascem procuram o seio da mãe em busca de alimento sem nenhuma interferência; isso é próprio do seu extinto.

Pesquisas sobre o assunto mostram que entre os humanos essa prática vem diminuindo cada vez mais, e são indicadores que contribuem para o aumento e causa de incidência de doenças e aumento da mortalidade infantil em crianças até 2 anos de idade. Outro agravante é o aumento do surgimento de câncer de mama em mulheres. (MARQUES, 2014).

O objetivo da pesquisa, consistiu em verificar quais são os benefícios da amamentação materna exclusiva para as crianças recém-nascidas e mulheres que amamentam seus filhos pelo menos nos primeiros seis meses de vida.

Os estudos mostraram que os benefícios são muitos, tanto para a criança quanto para as mães, uma vez que o leite materno contém todos os ingredientes necessários ao bom desempenho da criança no presente e reflete na sua vida futura.

As mulheres, além de estabelecerem um vínculo de afeto com seus filhos, evitam sérios outros problemas de saúde, dentre eles o câncer de mama que tem aumentado significativamente em todo o mundo.

METODOLOGIA

A Metodologia adotada na construção do texto, foi um estudo bibliográfico, descritivo, reflexivo e qualitativo, fundamentado em e pesquisas publicadas em material disponível em arquivos online, e impressos tais como: livros, revistas, artigos científicos e periódicos.

ALEITAMENTO MATERNO

O aleitamento materno (AM) exerce papel fundamental na nutrição da criança e é uma das mais importantes formas da criança estabelecer o vínculo de afeto com sua mãe. Além do mais, as protegem das enfermidades, promovendo a

V Colóquio Estadual de Pesquisa Multidisciplinar
III Congresso Nacional de Pesquisa Multidisciplinar
e II Feira de Empreendedorismo
da Unifimes

17, 18 e 19 de maio de 2021



saúde mental e física entre mãe e bebê, contribuindo desta feita com a redução da morbimortalidade infantil (MARQUES, 2014).

A prática do aleitamento materno, segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS, 2010), refere-se à nutrição da criança feita por meio da ingestão do leite materno, independentemente de estar recebendo qualquer outro tipo de alimento.

De acordo com a autora, a introdução do aleitamento materno ocorre de três formas diferentes e todas elas são fundamentais para a vida e saúde da criança, refletindo-se para o resto de sua vida:

“1 aleitamento materno exclusivo (AME), quando a criança recebe apenas leite materno. 2. Aleitamento materno predominante (AMP), quando a criança recebe predominantemente o leite materno, além de outros líquidos como água, chás ou sucos, e 3. Aleitamento materno complementado (AMC), quando a criança recebe, além do leite materno, outros alimentos sólidos e semissólidos” (OMS, 2010). (MARQUES, 2014, p. 17).

O aleitamento materno, ou amamentação, faz parte da gestação e não termina com o parto. “Portanto, é preciso permitir ao organismo que gerou, continuar em contato com seu filho, o rebento. Sem isso, é praticamente impossível assegurar uma transmissão adequada de alimentos nos primeiros dias, tão importante quanto impossível transferir todo o afeto necessário para um bom desenvolvimento do bebê”. (FILHO, 1985, p. 7).

Muitas mães, muitas vezes por desconhecimento desses benefícios, não valorizam a amamentação de seus filhos no primeiro ano de vida, uma recomendação citada e defendida por Marques, (2014). No texto anterior.

Segundo Filho (1985, p.8) “o homem é o único mamífero que comete o sacrilégio de não dar seu leite ao próprio filho. A gravidez e o aleitamento se complementam e se sucedem. Um segue o outro de maneira contínua, sem interrupção”. E deveria ser considerado um ato normal nos seres humanos que fazem parte dos mamíferos e não é observa-se que os números de mulheres que amamentam seus recém-nascidos vêm diminuindo cada vez mais nos últimos tempos

Segundo ele a situação atual do homem sobre a terra tem nos colocado diante de um impasse decisivo. Na sua opinião, ou voltamos a retomar a lactação natural, como fazem todos os outros animais, ou pagaremos um preço

V Colóquio Estadual de Pesquisa Multidisciplinar
III Congresso Nacional de Pesquisa Multidisciplinar
e II Feira de Empreendedorismo
da Unifimes

17, 18 e 19 de maio de 2021



muito alto por esta agressão à natureza.

Em um congresso realizado por antropólogos na Noruega lançaram um manifesto demonstrando suas preocupações em relação a uma das mudanças mais importantes sofrida pelo ser humano nos últimos cem anos: o desmame! Para ele o homem está deixando de ser mamífero e se transformando em “mamadeirífero,”

Segundo Filho (1085, p. 9) outros problemas vêm impedindo a amamentação dos recém-nascidos de forma exclusiva um deles explica que: [...] “a maior parte das mulheres (senão a totalidade) quer amamentar, mas não consegue. Elas acabam sempre por atribuir seu insucesso a fatores como leite fraco, falta de leite, etc. Nota-se, que isso não é verdadeiro, pois grosso modo, podemos dizer que leite fraco não existe e que em última análise toda mulher bem orientada e auxiliada pode amamentar”. Os resultados de pesquisas apontam que “mais de 50% das mulheres não amamentam por “falta de leite” ou por “leite fraco”.

Nestes casos é fundamental tomar cuidados, “pois uma espécie mamífera na qual em mais de 50% das vezes as mães não podem amamentar ou está em extinção ou terá que sofrer uma mutação para continuar existindo”. (FILHO, 1985, p. 9). O autor faz uma alerta importante, pois algo que deveria ser natural nos seres humanos está se tornando algo que merece atenção e cuidados especiais.

Essa redução da amamentação da criança vem causando preocupações aos órgãos de Saúde, o que levou o Ministério da Saúde (MS) a elaborar e publicar Cadernos de Atenção Básica a Saúde da Criança - Aleitamento Materno e Alimentação Complementar. Esses cadernos têm como princípio básico orientar e mostrar à população e às autoridades, a importância da amamentação da criança nos seus primeiros meses de vida. O leite materno tem na sua composição os elementos essenciais, para uma boa alimentação nos primeiros meses. Segundo Filho (1985), o leite materno é considerado o sangue branco da mãe que vai alimentá-la nos seus primeiros meses de vida. Vai contribuir significativamente para a prevenção da saúde e contribui com o desenvolvimento integral da criança no seu presente e futuro. Segundo declarações do (BRASIL, MINISTÉRIO DA SAÚDE 2015, p. 11): “amamentar é muito mais do que nutrir a criança. É um processo que envolve interação profunda entre mãe e filho, com repercussões no estado nutricional da criança, em sua habilidade de se defender de infecções, em sua fisiologia e no seu desenvolvimento cognitivo e emocional, e em sua saúde em longo prazo, além de ter



implicações na saúde física e psíquica da mãe”.

É pertinente a preocupação dos antropólogos e pesquisadores com essa redução no processo de aleitamento materno entre as mães brasileiras, é urgente a necessidade, de um trabalho de orientação e conscientização no sentido de tornar a amamentação exclusiva um ato importante, entre mulheres, trazendo benefícios a saúde de ambos.

AMAMENTAÇÃO EXCLUSIVA NOS PRIMEIROS MESES DE VIDA DA CRIANÇA

Diante das pesquisas realizadas sobre as vantagens do aleitamento materno nos primeiros seis meses de vida da criança, a OMS recomenda que, [...] o aleitamento materno deve ser exclusivo até os seis meses e complementar até 24 meses ou mais. Recomendação essa que vem sendo feita com base nos resultados de pesquisas que demonstram e comprovam os benefícios dessa prática tanto para as crianças quanto para as mães” (SANTOS et al, 2019, p.2).

O reconhecimento da importância da amamentação exclusiva nos primeiros meses de vida da criança é relativamente recente. Somente na década de 1980 começaram a aparecer relatos de que a introdução precoce (antes dos 6 meses) de água, chás, sucos, leite e ou alimentos semissólidos/sólidos pode prejudicar a saúde da criança (GIUGLIANI e SANTOS, 2017).

Decorrente da crescente conscientização sobre a importância da amamentação exclusiva e da falta de padronização quanto a sua definição, “a (OMS), em 1991 estabeleceu as primeiras definições de aleitamento materno e propôs critérios globais como parâmetros para avaliar o progresso dos programas de promoção do aleitamento materno” (GIUGLIANI e SANTOS, 2017, p. 37).

O fato de as crianças nascerem com o sistema imunológico e gastrointestinal imaturos faz com que a introdução precoce de outros alimentos antes dos 6 meses de idade aumente os riscos de problemas digestivos, respiratórios e renais, além de interferir de forma negativa na formação dos hábitos alimentares (SANTOS et al, 2019).

Ainda persiste por parte de alguns pesquisadores e especialistas, a indefinição de aleitamento materno exclusivo, uma vez que alguns



desses a concebem da mesma forma que o aleitamento predominante. Mas o aleitamento materno exclusivo acontece quando a criança ingere nos seus primeiros meses de vida somente leite materno. Concepção defendida por muitos pesquisadores e pela OMS, uma vez que, eles acreditarem que o leite materno contém as substâncias básicas necessárias à sua alimentação nos seus primeiros meses de vida.

Para eles o leite materno é suficiente e contém todos os nutrientes que a criança necessita nos seus primeiros 6 meses de vida. (GIUGLIANI e SANTOS, 2017, p. 37). Não havendo necessidade de que a criança ingira outros alimentos.

OS BENEFÍCIOS DO ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO PARA A SAÚDE DAS CRIANÇAS E DAS MÃES LACTANTES

O ser humano faz parte dos animais mamíferos, portanto, é natural que logo que a criança nasça seja alimentada pela mãe; porém é o único mamífero que necessita da ajuda de outro ser humano para receber este leite materno. A decisão de se alimentar somente de leite materno independe dela, essa é uma decisão da mãe e das pessoas que convivem no ambiente familiar.

Dados publicados, em diferentes pesquisas mostram o quanto a amamentação exclusiva é importante e pode influenciar na saúde da criança, bem como evitar o aumento da mortalidade infantil em crianças de 0 a 2 anos, em especial nos países de média e baixa renda. Dados publicados através da ferramenta *Lives Saved Tool* estimam que: “823.000 mortes anuais seriam evitadas em 75 países de renda baixa e média em 2015 se a amamentação fosse ampliada a níveis quase universais. Esses números reduziriam em “13,8% as mortes de crianças menores de 2 anos de idade (VICTORA et al 2016, p. 16).

Os benefícios da amamentação não são exclusivos das crianças; as mães que amamentam seus filhos também são beneficiadas, em especial na diminuição da incidência de câncer de mama, um dos maiores problemas de saúde presente na vida das mulheres em todo o mundo; a cada ano aumenta o número de mulheres com câncer de mama no planeta.

O efeito potencial da amamentação na mortalidade por câncer de mama é visível em pesquisas realizadas.

V Colóquio Estadual de Pesquisa Multidisciplinar
III Congresso Nacional de Pesquisa Multidisciplinar
e II Feira de Empreendedorismo
da Unifimes

17, 18 e 19 de maio de 2021

estimativas de proteção do estudo combinado, nós estimamos que as taxas globais existentes de amamentação evitariam 19.464 mortes por câncer de mama em comparação com o cenário no qual nenhuma mulher amamentasse. As regiões de baixa renda com durações longas de amamentação (África e Sul da Ásia), totalizam 58% das mortes preveníveis na atualidade, apesar de somarem apenas 36% da população global incluída nesta análise. Também estimamos que mais 22.216 vidas seriam salvas por ano se a duração da amamentação fosse aumentada dos níveis atuais para 12 meses por criança em países de alta renda e 2 anos por crianças nos países de média e baixa renda [...] A América Latina, a Europa Central e Oriental, A CEI, e países de alta renda seriam os mais beneficiados, devido a sua elevada incidência de câncer de mama e também menores durações da amamentação no presente. (VICTORA, 2016, p.16).

As pesquisas em todo o mundo mostram o quanto a amamentação exclusiva durante os primeiros meses de vida da criança é importante para ela e para as mães dessas crianças. Quantas mortes e doenças de crianças poderiam ser evitadas se essa prática fosse exercida nas diferentes comunidades. Quantas mulheres poderiam ser poupadas de adquirir o câncer de mama se o aleitamento materno exclusivo fosse praticado pelo menos durante os primeiros 6 meses de vida de uma criança?

Como bem disse Filho (1985), “o leite humano contém substâncias tais como: proteínas, gorduras e açúcares que definitivamente têm papel no melhor desempenho cerebral da criança, ou seja, do ser humano, que o colocam numa situação diferenciada dos demais mamíferos. Essas substâncias têm a finalidade de aumentar a capacidade das células nervosas. Talvez por isso a capacidade intelectual seja a que mais diferencia o ser humano dos outros animais. [...]” a amamentação permite uma forma de adaptação ao bebê humano, levando-o, de uma dependência total do organismo materno, intraútero, à total independência por volta do segundo ano de vida”. (FILHO 1985, p.15).

O autor acredita que as substâncias do leite materno são tão específicas e diferenciadas dos demais leites produzidos nos outros animais, que são capazes de tornar o homem o único animal mamífero capaz de desenvolver a inteligência, tornando-o mais tarde um ser independente no seu segundo ano de vida. Ou seja, nessa idade a criança já é capaz de se locomover sozinha e se comunicar com outras

V Colóquio Estadual de Pesquisa Multidisciplinar
III Congresso Nacional de Pesquisa Multidisciplinar
e II Feira de Empreendedorismo
da Unifimes

17, 18 e 19 de maio de 2021



pessoas.

Se buscarmos outros benefícios vamos, sim, encontrá-los, pois eles são muitos; portanto, é preciso que se desenvolvam campanhas de conscientização sobre os benefícios que a amamentação exclusiva exerce, tanto na vida quanto na saúde das crianças e das mães. Investir na amamentação exclusiva é investir em saúde pública de toda uma população presente e futura.

É indiscutível os benefícios que o aleitamento materno exclusivo proporciona às crianças e suas mães, além da prevenção de doenças nas crianças e mães, o mesmo proporciona uma relação extremamente necessária à criança, que é o afeto. Uma criança depende totalmente de outras pessoas nos seus primeiros anos de vida. Ela é um ser que não se comunica, não se locomove sozinha até os seus dois anos de idade. O leite materno é o alimento que naturalmente se compõe de todos os nutrientes que uma criança precisa nos seus primeiros seis meses de vida.

Nos últimos anos os pesquisadores demonstraram que essa prática vem sendo cada vez mais diminuída nas diferentes sociedades, e tem causado preocupações nos especialistas, uma vez que aumenta o índice de doenças e mortalidade infantil, bem como também contribui para o aumento de câncer de mama em mulheres.

É preciso repensar as estratégias no intuito de incentivar as mulheres sobre a importância e necessidade da amamentação exclusiva de seus filhos nos primeiros meses de vida, uma vez que não há prejuízos, e sim, somente benefícios a curto e longo prazo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os estudos mostraram que a amamentação exclusiva previne com qualidade e eficiência alterações das funções orais, possibilita tonicidade adequada de toda a musculatura do aparelho estomatognático, correta postura da língua e lábios e perfeito velamento labial. Os

V Colóquio Estadual de Pesquisa Multidisciplinar
III Congresso Nacional de Pesquisa Multidisciplinar
e II Feira de Empreendedorismo
da Unifimes

17, 18 e 19 de maio de 2021



autores foram unânimes em defender a ideia de que o leite materno contém todos os nutrientes de que a criança precisa até os quatro ou seis meses de vida, além de ser facilmente digerido e protege a criança contra infecções, diarreias e doenças respiratórias, exercendo grande importância nutricional

Os estudos comprovaram que o leite materno é a melhor opção de alimentação para a criança nos seus primeiros 6 meses de vida. Os alimentos complementares a serem adicionados depois dos seis meses de vida da criança, precisam ser minuciosamente escolhidos e preparados.

O desinteresse de boa parte das mães pelo aleitamento materno, assim como também como o desconhecimento dos benefícios que ela amamentar é muito mais do que nutrir a criança. É um processo que envolve interação profunda entre mãe e filho, com repercussões no estado nutricional da criança, em sua habilidade de se defender de infecções, em sua fisiologia e no seu desenvolvimento cognitivo e emocional, e em sua saúde em longo prazo, além de ter implicações na saúde física e psíquica da mãe.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Saúde da Criança: aleitamento materno e alimentação complementar**. 2ª ed Brasília: Ministério da Saúde 2015. Cadernos de atenção Básica nº 23.

FILHO, Jose Martins. **Qual é a questão da amamentação**. 4ª ed. São Paulo Brasil Editora Brasiliense, 1985.

GIUGLIANI, Elsa Regina Justo e SANTOS. Evangelia Kotzias Atherino dos. **Amamentação Exclusiva**. In CARVALHO, Marcus Renato de e GOMES, Cristiane F. **Amamentação bases científicas**. 4ª Ed. Rio de Janeiro. Guanabara.Koogan,2017, p.37 38.

MARQUES, Mayara da Silva. **A prática do aleitamento materno exclusivo e fatores associados à sua interrupção**. Universidade

V Colóquio Estadual de Pesquisa Multidisciplinar
III Congresso Nacional de Pesquisa Multidisciplinar
e II Feira de Empreendedorismo
da Unifimes

17, 18 e 19 de maio de 2021



Estadual de Feira de Santana. Feira de Santana. Bahia, 2014 Disponível em:
<https://www.google.com/search=MARQUES2C+Mayara+da+Silva.+A+pratica+do+aleitamento+materno+exclusivo+e+fatores+associados+C3A0+sua+interrupC3A7C3A3o.&oq=MARQUES2C>. Acesso em 30/03/2021

SANTOS, et al. **Avaliação do Aleitamento materno em crianças até dois anos assistidas na atenção básica do Recife, Pernambuco, Brasil. 2019.** Disponível em:
<https://www.google.com/search?q=https%3A%2F%2Fwww.SANTOS%2C+et+al.+Avalia%C3%A7%C3%A3o+do+Aleitamento+materno+em+crian%C3%A7as+ate+dois+anos+assistidas+na+aten%C3%A7%C3%A3o+b%C3%A1sica+do> Acesso em 01/04/2021

VICTORA, Cesar, G et al. **Amamentação no século 21: Epidemiologia, mecanismos e efeitos ao longo da vida** 2016. Disponível em
<https://www.google.com/search?q=https%3A%2F%2Fwww.VICTORA%2C+Cesar%2C+G+et+al.+Amamenta%C3%A7%C3%A3o+no+s%C3%A9culo+21%3A+Epidemiologia%2C+mecanismos+e+efeitos+ao+longo> acesso em 31/03/2021