

BENEFÍCIOS DO ALEITAMENTO MATERNO E O IMPACTO NA SAÚDE MATERNO-INFANTIL

BENEFITS OF BREASTFEEDING AND ITS IMPACT ON MATERNAL AND CHILD HEALTH

Brenda Vitória Miguel¹
Anna Júlia Souza Fernandes²
Isis Júlia Stival Silveira²
Nathália Silva Aguiar²
Nicole Lima Marques²
Marina Elias Rocha³

O aleitamento materno é o processo natural de alimentação do bebê com leite produzido pelas glândulas mamárias, composto por água, proteínas (como lactoferrina e imunoglobulinas), gorduras (ácidos graxos essenciais), carboidratos (principalmente lactose), vitaminas, minerais e células vivas imunológicas. Segundo a OMS (2023), esta prática reduz em 13% a mortalidade infantil global, diminui em 26% o risco de sobrepeso/ obesidade e em 35% a incidência de diabetes tipo 2, enquanto para as mães reduz em 25% o risco de câncer de mama e em 30% o câncer de ovário. Globalmente, a promoção do aleitamento materno é considerada uma das intervenções mais eficazes em saúde pública para melhorar a saúde materno-infantil. Deste modo, o presente estudo busca por objetivo a compreensão dos benefícios do aleitamento materno exclusivo, elucidando sua importância quanto à redução do sobrepeso/obesidade e incidência do diabetes tipo 2 nos lactentes. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, com pesquisa nas bases de dados PubMed e Scielo, utilizando os descritores “aleitamento materno”, “saúde da mulher” e “saúde da criança” e seus respectivos termos em inglês. Os critérios de inclusão foram: artigos originais, revisões da literatura, relatos de casos e ter a data de publicação entre 2015 e 2024. Sob esse viés, baseando-se nos artigos selecionados, torna-se possível a análise dos inúmeros benefícios do aleitamento materno, o qual é preconizado até os

¹ Acadêmica do curso de medicina do Centro Universitário de Mineiros (UNIFIMES)-Trindade e ligante da Liga Acadêmica de Sexologia Ginecologia e Obstetrícia-LASGO. vitoriabrenda847@academica.unifimes.edu.br

² Acadêmica do curso de medicina do Centro Universitário de Mineiros (UNIFIMES)-Trindade e ligante da Liga Acadêmica de Sexologia Ginecologia e Obstetrícia-LASGO.

³ Docente do curso de medicina do Centro Universitário de Mineiros(UNIFIMES)-Trindade e orientadora da Liga Acadêmica de Sexologia Ginecologia e Obstetrícia-LASGO.



6 meses de idade, de modo exclusivo, e até os 2 anos de idade como alimento complementar. Em primeiro lugar, por possuir diversas imunoglobulinas e fatores bioativos que estimulam o amadurecimento imunológico do recém-nascido e/ou lactente, ele é responsável pela imunização passiva natural e estímulo ao desenvolvimento do sistema imune, consequentemente, evita diarreias, assim como influencia na gravidade da doença, crianças não amamentadas tem o triplo de chance de desidratarem e virem a óbito quando comparadas as amamentadas. Além disso, também evita infecções respiratórias, como pneumonia e bronquiolite, reduzindo o número de internações em até seis vezes em menores de 5 anos. Como resultado da prevenção contra as principais doenças infantis, o leite materno pode ser relacionado com a redução da mortalidade infantil, evitando cerca de seis milhões de mortes infantis por ano, principalmente quando realizada na primeira hora de vida neonatal. Outrossim, é a diminuição do risco de desenvolvimento de diabetes e obesidade, uma vez que promove homeostase de glicose, induz a diferenciação metabólica e participa no processo de “programação metabólica”. Ademais, reduz as chances de câncer de mama materno e promove vínculo materno-infantil. Portanto, é possível concluir que o aleitamento materno impacta positivamente a saúde do neonato e da mãe. Dessa forma, objetivando aumentar as taxas de aleitamento materno, é essencial que haja educação e promoção de saúde sobre o tema, visto que mães informadas e treinadas tendem a aumentar a prática da amamentação. Além disso, é necessário o incentivo a doação aos bancos de leite humano, ampliando o número de mulheres beneficiadas desse recurso, garantindo, assim, uma melhor perspectiva de saúde materno-infantil.

Palavras-chave: Aleitamento materno. Benefícios. Materno-infantil. Doenças. Impactos.

Keywords: Breastfeeding. Benefits. Maternal and child. Illnesses. Impacts.