

Análise dos fatores dificultadores do aleitamento materno exclusivo no Brasil e repercussões na vida do lactente e da mulher

Analysis of factors that hinder exclusive breastfeeding in Brazil and repercussions on the lives of infants and women

Análisis de los factores que dificultan la lactancia materna exclusiva en Brasil y sus repercusiones en la vida de lactantes y mujeres

Recebido: 06/03/2022 | Revisado: 13/03/2022 | Aceito: 20/03/2022 | Publicado: 27/03/2022

Roberto Cordeiro de Oliveira Filho

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8583-0457>
Faculdade Dinâmica do Vale do Piranga, Brasil
E-mail: robertinhobp22@gmail.com

Thamires Teixeira Miranda Rodrigues

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1759-4226>
Faculdade Dinâmica do Vale do Piranga, Brasil
E-mail: thamiresmiranda08@gmail.com

Caroline Silva de Araujo Lima

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2537-292X>
Faculdade Dinâmica Vale do Piranga, Brasil
E-mail: carolinearaujo689@gmail.com

Maria Eduarda Teixeira Alves

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7198-1086>
Faculdade Atenas Sete Lagoas, Brasil
E-mail: alvesmaria1906@hotmail.com

Caroline Ruas Gonçalves

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1425-3634>
Centro Universitário FIPMoc, Brasil
E-mail: carolruas16@gmail.com

Moacir Ferreira Júnior

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7095-5342>
Faculdade Dinâmica do Vale do Piranga, Brasil
E-mail: moacirferreirasantana@yahoo.com.br

Márcia Farsura de Oliveira

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8462-0431>
Faculdade Dinâmica do Vale do Piranga, Brasil
E-mail: mmfarsura@yahoo.com.br

Resumo

Aleitamento Materno Exclusivo (AME) é a melhor e mais eficiente fonte de nutrição para o lactente, propiciando ganhos para o bebê e para a mãe. Com isso, objetivou-se investigar os benefícios do AME nos seis primeiros meses de vida do recém-nascido, tanto para a mãe, quanto para o desenvolvimento do bebê, assim como fatores relacionados às dificuldades no aleitamento pelas lactantes. Este estudo se constitui em uma revisão narrativa da literatura, realizada nas bases de dados Medline e SCIELO, com os descritores e estratégia de busca “Aleitamento Materno” AND “Desenvolvimento infantil”, em português, inglês e espanhol, para a busca destes termos no título, resumo ou corpo de estudos. Os critérios de inclusão corresponderam a produções disponíveis na íntegra, que permitam uma melhor coerência com a temática desenvolvida nesta pesquisa, publicados entre 2015 e 2021. A pesquisa identificou a importância da amamentação no início da vida, pois o leite materno é alimento completo para nutrição do lactente e seus benefícios transcendem as barreiras nutricionais e alcançam fatores imunológicos. Do mesmo modo, são evidentes os benefícios para a lactante que mantém a amamentação, entretanto, são notáveis as diversas dificuldades relatadas por elas relacionadas ao estabelecimento da amamentação. Este estudo reforçou que o aleitamento materno em sua integralidade oferece inúmeros benefícios, como redução da porcentagem de morbidade, comorbidades e mortalidade infantil, além de beneficiar a mãe na involução uterina e emagrecimento, além conferir proteção contra câncer de ovário e mama. Assim, o AME deve ser mantido preferencialmente até os seis primeiros meses pós-parto.

Palavras-chave: Aleitamento materno; Leite humano; Serviços de saúde materno-infantil.

Abstract

Exclusive Breastfeeding (EBF) is the best and most efficient source of nutrition for the infant, providing gains for the baby and the mother. With this, the objective was to investigate the benefits of exclusive breastfeeding in the first six months of the newborn's life, both for the mother and for the baby's development, as well as factors related to breastfeeding difficulties for lactating women. This study is a narrative review of the literature, carried out in the Medline and SCIELO databases, with the descriptors and search strategy "Maternal Breastfeeding" AND "Child Development", in Portuguese, English and Spanish, to search for these terms in the title, abstract or body of studies. The inclusion criteria corresponded to productions available in full, which allow for better consistency with the theme developed in this research, published between 2015 and 2021. The research identified the importance of breastfeeding in early life, as breast milk is a complete food for nutrition of the infant and its benefits transcend nutritional barriers and reach immunological factors. In the same way, the benefits for the lactating woman who maintain breastfeeding are evident, however, the various difficulties reported by them related to the establishment of breastfeeding are notable. This study reinforced that breastfeeding in its entirety offers numerous benefits, such as reducing the percentage of morbidity, comorbidities and infant mortality, in addition to benefiting the mother in uterine involution and weight loss, in addition to providing protection against ovarian and breast cancer. Thus, EBF should preferably be maintained until the first six months postpartum.

Keywords: Breastfeeding; Human milk; Maternal and child health services.

Resumen

La Lactancia Materna Exclusiva (LME) es la mejor y más eficiente fuente de nutrición para el lactante, proporcionando ganancias para el bebé y la madre. Con eso, el objetivo fue investigar los beneficios de la lactancia materna exclusiva en los primeros seis meses de vida del recién nacido, tanto para la madre como para el desarrollo del bebé, así como los factores relacionados con las dificultades de amamantar para las mujeres lactantes. Este estudio es una revisión narrativa de la literatura, realizada en las bases de datos Medline y SCIELO, con los descriptores y estrategia de búsqueda "Aletamento Materno" AND "Desenvolvimiento Infantil", en portugués, inglés y español, para buscar estos términos en el título, resumen o cuerpo de estudios. Los criterios de inclusión correspondieron a producciones disponibles en su totalidad, lo que permite una mejor coherencia con el tema desarrollado en esta investigación, publicado entre 2015 y 2021. La investigación identificó la importancia de la lactancia materna en los primeros años de vida, ya que la leche materna es un alimento completo para la nutrición de el lactante y sus beneficios trascienden las barreras nutricionales y alcanzan factores inmunológicos. Del mismo modo, son evidentes los beneficios para la mujer lactante que mantiene la lactancia materna, sin embargo, son notables las diversas dificultades relacionadas por ellas relacionadas con el establecimiento de la lactancia materna. Este estudio reforzó que la lactancia materna en su totalidad ofrece numerosos beneficios, como reducir el porcentaje de morbilidad, comorbilidades y mortalidad infantil, además de beneficiar a la madre en la involución uterina y pérdida de peso, además de brindar protección contra el cáncer de ovario y de mama. Por lo tanto, la LME debe mantenerse preferentemente hasta los primeros seis meses posparto.

Palabras clave: Aleitamento Materno; Leite Humano; Servicios de salud materno-infantil.

1. Introdução

O aleitamento materno (AM) é uma das formas mais eficazes de garantir a saúde e a sobrevivência da criança e acontece quando a criança recebe o leite materno, direto da mama ou ordenhado (Brasil, 2015). A Organização Mundial da Saúde recomenda que a amamentação seja iniciada na primeira hora de vida e se mantenha exclusiva até os 6 meses, sendo continuada após esse período, até os 2 anos de idade, com a introdução da alimentação complementar adequada e oportuna. No entanto, durante as duas últimas décadas observou-se que quase 2 em cada 3 bebês não são amamentados exclusivamente durante os 6 meses recomendados (OMS, 2022).

O leite materno é o alimento ideal para os bebês fornecendo toda a energia e nutrientes de que o bebê precisa nos primeiros meses de vida e continua a fornecer até metade ou mais das necessidades nutricionais da criança durante a segunda metade do primeiro ano e até um terço durante o segundo ano de vida (OMS, 2022). Tratando-se da estratégia que mais previne mortes infantis, o AM promove também a saúde física, mental e psíquica do recém-nascido. Dados sugerem que a amamentação tem potencial de reduzir em 13% as mortes em crianças menores de 5 anos, assim como em 19 a 22% as mortes neonatais, se praticada na primeira hora de vida (Brasil, 2015). Crianças amamentadas têm melhor desempenho em testes de inteligência, são menos propensas a ter sobrepeso ou obesidade e menos propensas a diabetes mais tarde na vida (OMS, 2022).

A composição do leite materno engloba nutrientes como proteínas, lactose, calorias e lipídios, além disso, possui inúmeros fatores imunológicos que protegem a criança contra infecções, tais como macrófagos, neutrófilos, linfócitos B e T, fator bifido, entre outros (Brasil, 2015; OMS, 2022). Destaca-se que dentre os anticorpos presentes no leite materno (IgM, IgG e IgA), o principal é o IgA, visto que, foi produzido previamente pela puérpera, que já havia sido exposta a agentes infecciosos, principalmente antígenos entéricos e respiratórios, conferindo, assim, proteção à criança (Brasil, 2015).

O marketing inadequado de substitutos do leite materno continua a minar os esforços para melhorar as taxas e a duração da amamentação em todo o mundo (OMS, 2022). Através do AM exclusivo (AME) o bebê recebe aporte nutricional adequado e também está protegido de alguns tipos de doenças que podem ocorrer pela falta do leite materno e/ou sua substituição por formas lácteas e alimentos não indicados para crianças menores de seis meses (Muniz, 2010), como diarreias e alergias, possibilitando assim crescimento mais saudável, ganho de peso mais rapidamente e menor propensão a internações (OPAS, 2016).

Ratifica-se ainda que, além dos benefícios para o bebê, o AME acarreta benefícios para a mãe, tais como, sensação de tranquilidade, elevação de autoestima e da estima social e aumento dos laços afetivos entre o binômio mãe-filho (Brasil, 2015; Muniz, 2010). Fisiologicamente, quando o bebê realiza uma pega adequada e suga o leite, a mãe produz os hormônios, prolactina e ocitocina, sendo responsáveis pela produção de leite, e ação no organismo que corroboram com a recuperação no pós-parto, respectivamente (Brasil, 2014; Muniz, 2010). Além disso, tem-se também os efeitos protetores da amamentação, como a diminuição do risco de câncer de mama e ovários (Muniz, 2010; OMS, 2022). Dessa maneira, é de extrema importância compreender que o leite materno é um alimento completo para a nutrição do indivíduo em seus primeiros seis meses de vida (OMS, 2022). Com essa visão, objetivou-se analisar os fatores relacionados às dificuldades no aleitamento pelas lactantes, no Brasil, além de discutir os benefícios do AME, durante os seis primeiros meses de vida do recém-nascido, tanto para a mãe, quanto para o desenvolvimento do bebê.

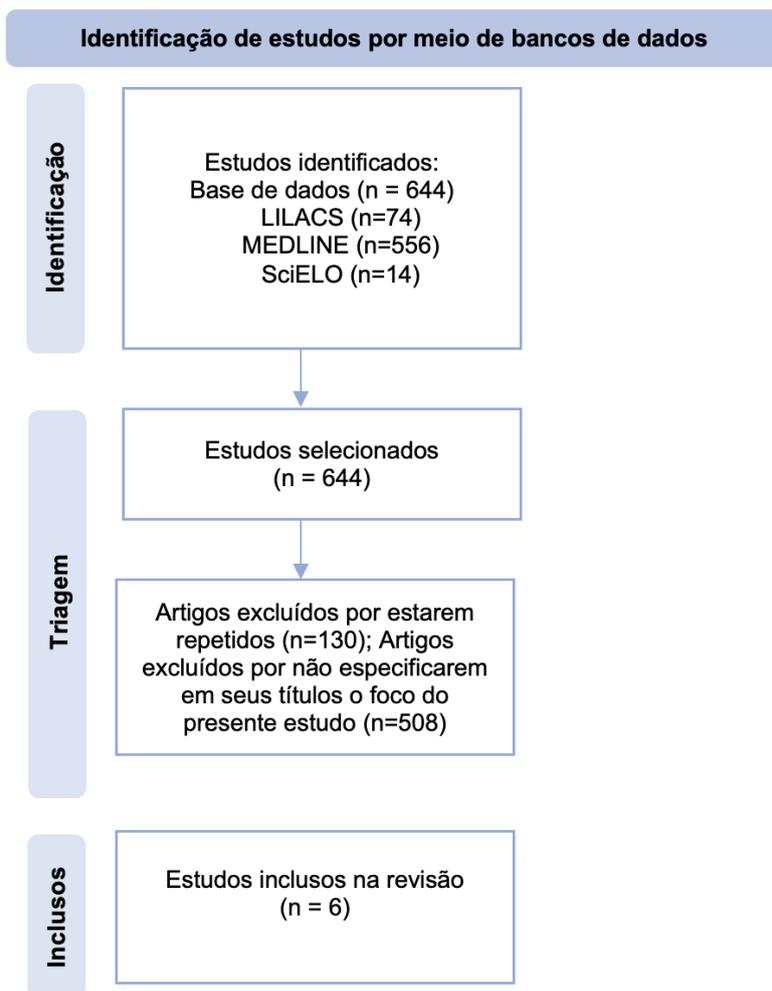
Dados analisados em inquérito sobre prevalência do AM nas capitais brasileiras e no Distrito Federal demonstram uma ocorrência do AME em 41% das crianças até os seis meses e do AM em 58,7% das crianças com idade entre nove meses e um ano. Porém, destaca-se ainda que o desmame precoce e a alimentação artificial têm se tornado hábitos comuns em período de lactação das crianças. Algumas puérperas destacam que os principais motivos do desmame precoce são: necessidade de trabalhar fora do lar, ter pouco leite ou considerar o leite fraco, problemas relacionados as mamas, o leite secar ou o bebê não querer mais mamar (Venancio et al., 2010).

2. Metodologia

Foi realizada uma revisão integrativa, através de pesquisa nas bases de dados online *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (PubMed/Medline), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e *Scientific Electronic Library Online* (SciELO). Tal busca foi realizada em abril de 2021, utilizando os descritores da plataforma Descritor em Ciências da Saúde (DeCS) e estratégia de busca: “Aleitamento Materno” AND “Desenvolvimento infantil”. Os termos foram buscados no título, resumo ou corpo de estudos publicados nos últimos sete anos. Foram selecionados artigos publicados nos idiomas português, inglês e espanhol.

A análise dos dados se deu pela leitura dos títulos, seguida de leitura dos resumos e após, ocorreu leitura dos textos na íntegra para seleção da amostra final, conforme sugerido por Lakatos e Marconi (2003). Como critérios de inclusão foram utilizados: i) artigos originais disponíveis em texto completo, ii) publicados nos idiomas português, inglês e espanhol, iii) publicados entre 2015 a 2022. Foram excluídas publicações que não problematizavam sobre os fatores dificultadores do aleitamento materno exclusivo no Brasil e repercussões na vida do lactente e da mulher.

Figura 1: Fluxograma de seleção dos artigos sobre aleitamento materno.



Fonte: Autores.

3. Resultados e Discussão

Foram encontrados cinco artigos na base de dados PUBmed/Medline (62,5%), dois artigos (25%) na LILACS e um artigo (12,5%) na SciELO, totalizando seis artigos (100%) para o fim da análise.

Em relação aos anos de publicação dos estudos, três artigos (37,5%) foram publicados nos anos de 2016 e 2017, e um artigo (12,5%) respectivamente para os anos de 2018 e 2021.

Quanto aos tipos de estudos, foram incluídos dois estudos (25%) de cada um dos seguintes tipos, retrospectivo exploratório e transversal, um estudo (12,5%) coorte longitudinal e um estudo (12,5%) ecológico.

Com intuito de concentrar, integralizar/sistematizar os achados desta revisão, foi construído um quadro síntese (Quadro 1).

Quadro 1: Síntese dos artigos selecionados para a análise, 2021.

Autores [Ano]	Título [Idioma]	Tipo de estudo	Síntese das conclusões
Pereira; Freire; Gonçalves [2021]	Aleitamento materno exclusivo e baixo peso em crianças de zero a seis meses acompanhadas na atenção básica no Brasil, 2017 [Português]	Estudo observacional, descritivo e ecológico, a partir da análise de dados do SISVAN web no ano de 2017, sendo os municípios brasileiros as unidades de análise	A estimativa de AME no Brasil aproximou-se de estudos anteriores, mas dados de consumo alimentar ainda possuem baixa cobertura, comprometendo a estimativa em algumas localidades
Nadal <i>et al.</i> [2017]	Investigação das práticas maternas sobre aleitamento materno e sua relação com a infecção de vias aéreas superiores e otite média [Português]	Descritivo exploratório	As práticas das mães durante o aleitamento e o posicionamento do bebê não possuem relação com a infecção de via aérea superior e a otite média
Anyanechi <i>et al.</i> 2017	Parturients' awareness and perception of benefits of breast feeding in the prevention of Infant and childhood oral and dental diseases [Inglês]	Transversal	É necessário aprofundar o conhecimento sobre os benefícios específicos do aleitamento materno na prevenção das doenças dentárias. Isso exige educação dos profissionais de saúde ao lado dos dentistas que cuidam das mães para eles próprios terem consciência
Belfort <i>et al.</i> 2016	Breast milk feeding, brain development, and neurocognitive outcomes: a 7-year longitudinal study in infants born at less than 30 weeks' gestation [Inglês]	Coorte longitudinal	A alimentação com leite materno predominante nos primeiros 28 dias de vida foi associada a um maior volume de substância cinzenta nuclear profunda na idade equivalente a termo e melhor quociente de inteligência, desempenho acadêmico, memória de trabalho e função motora aos 7 anos de idade em bebês muito prematuros
Carreiro <i>et al.</i> 2018	Dificuldades relacionadas ao aleitamento materno: análise de um serviço especializado em amamentação [Português]	Transversal	O aleitamento materno exclusivo foi o mais prevalente nos primeiros 30 dias pós-parto e diversas variáveis maternas e neonatais estiveram associadas à essa prática no primeiro atendimento em ambulatório especializado
Amaral <i>et al.</i> 2016	Fatores que influenciam na interrupção do aleitamento materno exclusivo em nutrizes [Português]	Descritivo exploratório	É necessário expandir as orientações e o apoio ao Aleitamento Materno com vistas principalmente ao apoio às nutrizes nas primeiras semanas pós-parto

Fonte: Autores.

Os estudos selecionados foram divididos em três categorias, para apresentação dos resultados: i) importância do aleitamento materno na prevenção de doenças; ii) a via de mão dupla no aleitamento materno: benefícios para a nutriz e para o lactente; e iii) dificuldades no estabelecimento do aleitamento materno e a importância de estimular essa prática.

Importância do aleitamento materno na prevenção de doenças

A infância é a fase em que se desenvolve grande parte das potencialidades humanas, como as habilidades motoras, emocionais, psicológicas e sociais. Visto isso, o AME, especialmente durante os seis primeiros meses de vida, contribui positivamente para o desenvolvimento da criança e transcendem suas qualidades nutricionais e alcançam aspectos imunológicos e sociais. Dessa forma, trata-se da mais sábia estratégia natural de vínculo, afeto, proteção e nutrição para a criança (Pereira *et al.*, 2017).

O impacto do AME reflete em várias situações, sendo comprovado por estudos científicos sua superioridade em relação aos leites de outras espécies e a importância da sua exclusividade, uma vez que evita mortes infantis, diarreias, infecções respiratórias, diminui o risco de alergias, hipertensão, colesterol alto e diabetes, assim como reduz a chance de obesidade e melhora a nutrição, favorece o desenvolvimento da cavidade bucal e causa efeito positivo na inteligência (OMS, 2022; Pereira et al., 2017; Santos et al., 2015).

Pereira e colaboradores (2021), explicitam que com a prática adequada do AM seria possível proporcionando ganho de peso adequado às crianças e conseqüentemente, melhorar a qualidade destas (Pereira et al., 2017). Corroborando a ideia de Jones e demais autores, que estimam que o AME poderia evitar 13% das mortes em crianças menores de cinco anos em todo o mundo, por causas preveníveis (Jones et al., 2003). Essa prática alcança, isoladamente, uma redução que nenhuma outra ação foi capaz de alcançar na redução da mortalidade infantil, devido aos inúmeros fatores existentes no leite materno que protegem contra diversas infecções (OMS, 2022; Pereira et al., 2017; Jones et al. 2003).

Trata-se de um consenso na literatura que um dos benefícios do AME é a proteção contra diarreia, doença considerada como um grave problema de saúde pública, sendo a segunda causa de internação hospitalar infantil (Santos et al., 2015). Pontua-se ainda que o AME é um importante auxiliador na redução da mortalidade pós-neonatal (Santos et al., 2015). Ademais, a introdução precoce de alimentos complementares, além de chás, águas e outros leites, pode contribuir para o aparecimento dessa doença infecciosa (Brasil, 2015; Santos et al., 2015).

A Infecção de Vias Aéreas Superiores (IVAS), é uma das causas mais comuns de internações de crianças atendidas com infecção respiratória aguda, e a otite média (infecção secundária a IVAS), também é um problema prevalente nos serviços de atendimento pediátrico (Jones et al., 2003; Nadal et al., 2017). Destaca-se que o AME confere proteção comprovada ou diminuição da gravidade dos episódios de IVAS.

No momento da amamentação por mamadeira, tem-se a contração muscular, podendo fazer com que o leite entre pela orofaringe atingindo a tuba auditiva, sendo que, o leite artificial não possui anticorpos, favorecendo a rápida proliferação de bactérias e levando a otite média, diferentemente do leite materno, que é específico para a espécie humana e apresenta um efeito protetor devido a presença de imunoglobulinas (Jones et al., 2003; Nadal et al., 2017).

Durante a sucção no seio materno, ocorre anteriorização e abaixamento da região anterior do palato mole, ao passo que se eleva sua parte vertical, permitindo o fechamento da orofaringe. Por esse motivo, há pouca possibilidade de entrada do leite pela tuba auditiva (Nadal et al., 2017). Destaca-se que o Ministério da Saúde sinaliza que crianças de três a seis meses alimentadas exclusivamente com leite de outra espécie possuem 50% mais episódios de otite do que crianças em AME (Brasil, 2015).

Oddy afirma que a secreção de IgA (s-IgA) é passada da mãe para o bebê através do leite materno ou colostro e pode conferir proteção passiva ao sistema imunológico infantil (Oddy et al., 2017). Nesse sentido, níveis baixos de s-IgA no leite materno estão associados a um risco maior no desenvolvimento de alergia ao leite de vaca em bebês (Anyanechi et al., 2017). Segundo a OMS, indivíduos amamentados apresentam pressões sistólica e diastólica mais baixas (-1,2mmHg e -0,5mmHg, respectivamente), níveis menores de colesterol total (-0,18mmol/L) e risco 37% menor de apresentar diabetes tipo 2 (OMS, 2022). Além disso, a exposição precoce ao leite de vaca, antes dos quatro meses de vida do bebê, é considerada um importante determinante do Diabetes *mellitus* Tipo I, podendo aumentar o risco de seu aparecimento em 50%. Nesse sentido, estima-se que 30% dos casos poderiam ser prevenidos se 90% das crianças de até três meses não recebessem leite de vaca (Brasil, 2015; OMS, 2022).

Constatou-se, em uma revisão da OMS sobre evidências do efeito do AME em longo prazo, que os indivíduos amamentados apresentam uma chance 22% menor em desenvolver sobrepeso/obesidade, uma vez que o leite materno, por si

só, contém todos os nutrientes necessários para o pleno crescimento e desenvolvimento da criança durante os seus primeiros seis meses de vida (OMS, 2022). O Ministério da Saúde aponta, ainda, a possível relação dose/resposta com a duração do AM, ou seja, quanto maior for o tempo de amamentação, menor será o risco do desenvolvimento do sobrepeso/obesidade (Brasil, 2015).

A amamentação tem efeitos positivos no desenvolvimento e integridade fisiológica da cavidade oral do bebê. Sendo assim, estudos indicam que os bebês amamentados têm maior chance de melhorar a saúde bucal e dentária comparados aos que foram alimentados artificialmente (Nadal et al., 2017). Anatomicamente, o movimento que a criança faz para retirar o leite da mama promove o desenvolvimento adequado da sua cavidade oral, uma vez que propicia uma melhor conformação do palato duro, sendo esse, fundamental para o alinhamento correto dos dentes e uma boa oclusão dentária (Brasil, 2015). Nesse sentido, Anyanechi e colaboradores apontam, ainda, que o exercício de sucção do leite materno pode diminuir até 50% dos casos de má oclusão dentária (Nadal et al., 2017).

Segundo estudo realizado na Austrália, o AME nos primeiros 28 dias de vida foi associada a um maior volume de substância cinzenta nuclear profunda na idade equivalente a termo e melhor QI, desempenho acadêmico, memória de trabalho e função motora aos 7 anos de idade em bebês muito prematuros (Belfort et al., 2016). Destaca-se que não se tem a elucidação da possível associação entre aleitamento materno e melhor desenvolvimento cognitivo (Brasil, 2015), sendo necessário estudos nessa temática.

A via de mão dupla no aleitamento materno: benefícios para a nutriz e para o lactente

Os benefícios podem ser vistos logo no pós-parto imediato (Rea, 2004). Durante o trabalho de parto ocorre a liberação de um hormônio chamado ocitocina, responsável por estimular a contração uterina e acelerar o trabalho de parto, sua ação é estimulada e potencializada pela amamentação, pois o processo de sucção estimula sua liberação pela hipófise (Rea, 2004).

A secreção de ocitocina reduz o tamanho uterino, auxilia na liberação da placenta e diminui o sangramento pós-parto, por estes e outros motivos é extremamente importante amamentar na primeira hora de vida do bebê (Brasil, 2015; Rea, 2004). Além disso, causa atraso na menstruação e previne contra a anemia (Rea, 2004). A amamentação tem papel importante no aumento do intervalo interpartal, pois estudos demonstram que a amamentação, principalmente a AME em livre demanda, confere períodos mais longos de amenorreia (ausência de fluxo menstrual) e proteção quanto à gravidez (Rea, 2004).

O retorno ao peso pré-gestacional é algo almejado pelas mulheres, visto que durante a gravidez acumulam-se reservas energéticas e a maioria das mulheres terminam a gestação com sobrepeso. E em decorrência da amamentação requerer uma quantidade adicional de cerca de 500 calorias, o organismo gasta a energia acumulada na gestação (Rea, 2004). No entanto, a recuperação do peso pré-gestacional ocorre em tempo variável, estando associado ao período de amamentação (Toma & Rea, 2008), um estudo realizado no Reino Unido, explicitou que a longo prazo ocorre a diminuição de 1% do índice de massa corporal médio para cada seis meses de amamentação (Heikkilä, 2011).

Informações sobre a relação entre amamentação e adiposidade em longo prazo ainda são inconclusivas. Existem evidências que comprovam a associação inversa entre a amamentação e o câncer de mama, sendo que há menor risco de desenvolvimento de câncer de mama tanto antes, quanto após a para mulheres antes como depois da menopausa (Rea, 2004). Destaca-se que a amamentação também confere proteção contra alguns tipos de câncer epitelial do ovário (Rea, 2004), e é fator preventivo no desenvolvimento de diabetes tipo 2, porém, esse mecanismo ainda não está elucidado (Victora et al., 2016).

O ato de amamentar pode ser extremamente desgastante física e mentalmente para a mãe, culminando em privação de sono e cansaço, fatores que muitas vezes levam ao desmame precoce. Esta situação gera sentimentos contraditórios, o desejo de amamentar versus o peso que esta doação extrema representa na vida da mulher (Heikkilä et al., 2011). Porém com o apoio

necessário, seja de familiares ou profissionais, esta situação pode ser superada rapidamente. Quando a amamentação se estabelece as mães apresentam menor grau de tristeza e depressão pós-parto, a autoestima se eleva e torna-se motivo de orgulho. A mulher que amamenta se sente realizada, estabelecendo uma relação profunda com seu filho, sentindo-se satisfeita por ser capaz de nutrir a sua cria com alimento e afeto (Rea, 2004).

Dificuldades no estabelecimento do aleitamento materno e a importância de estimular essa prática

Segundo Carreiro e colaboradores, as dificuldades das puérperas relacionadas ao AME são: intercorrências mamárias, como o aparecimento de lesão mamilar (54,5%), dificuldade quanto ao seu posicionamento correto (46,2%), quanto ao posicionamento da criança (30,8%), dificuldades na preensão (39,1%), sucção (30,4%) e deglutição (47,4%) (Carreiro et al., 2018). Pontua-se, ainda, que a baixa produção de leite materno é um relato comum nas primeiras semanas de amamentação (Carreiro et al., 2018). Sendo um fator costumeiramente associado à preocupação da mulher quanto a necessidade de complementar a alimentação com água e chás, que ocorrem devido à falta de informação e que acabam desistindo do aleitamento materno exclusivo (Morais et al., 2011). Essa dificuldade acaba sendo resolvida à medida que é mantido o aleitamento materno exclusivo, levando em conta que o estímulo da sucção do leite materno aumenta progressivamente a produção láctea (Victora et al., 2016).

As principais dificuldades fisiológicas apresentadas estão relacionadas ao aleitamento materno não exclusivo, são elas, principalmente: baixa produção láctea, não extração manual do leite e baixa vazão de leite. Intercorrências durante o período neonatal e pós-parto da mãe ou da criança podem influenciar negativamente no processo de amamentação (Victora et al., 2016).

Na tentativa de inibir a ablactação, o governo Brasileiro criou políticas como o Hospital Amigo da Criança, Método Canguru, licença maternidade remunerada de quatro a seis meses, Unidade Básica Amiga da Amamentação, Salas de Apoio à Amamentação, Lei de comercialização dos alimentos para lactentes e a maior rede de Bancos de Leite Humano (r-BLH) do mundo (1,18,19). Porém, ratifica-se que tais medidas adotadas apesar de terem aumentado o AME, não foram suficientes para combater o desmame precoce (3). Outro facilitador da ablactação que vai contra todas as medidas adotadas é a introdução da mulher no mercado de trabalho (Morais et al., 2011; Amaral et al., 2015). Apesar de ser uma grande conquista, esse mercado exige uma profissional cada vez mais qualificada e com maior flexibilidade de tempo, deixando a amamentação, infelizmente, em segundo plano (Morais et al., 2011; Amaral et al., 2015).

A fim de minimizar esse impacto, a Consolidação das Leis Trabalhistas (CLT) determina a licença-maternidade de 120 dias (Brasil, 2017), e esse período se inicia normalmente no fim da gestação, entretanto, para que o lactente tenha todos os benefícios da amamentação exclusiva até os seis meses, essa fase deveria ser igual ou superior a 180 dias, criando uma lacuna de tempo entre o período correto de amamentação e o tempo máximo de licença-maternidade, deixando a mãe desamparada pelas políticas públicas, e é nesse intervalo que ocorre a introdução precoce de outros alimentos, como a fórmula, o leite de vaca, o chá e o suco (Victora et al., 2016; Morais et al., 2011; Amaral et al., 2015). Além disso, a falta de estrutura dos locais de trabalho para a retirada e armazenamento adequados do leite materno, somatizam as dificuldades encontradas nesse período, contribuindo para o desmame precoce (Carreiro et al., 2018; Amaral et al., 2015).

O Programa de Saúde da Família (PSF) tem uma importante ação de promoção da saúde e prevenção de uma série de agravos à criança, mãe e família, onde tem-se verificado que a interação da equipe com gestantes contribui para melhorar a prática do aleitamento materno e facilitar sua aceitação e continuidade (Brasil, 2015). Assim, é importante aprimorar o acolhimento, com o escopo de ganhar a confiança da mulher e por meio da comunicação tentar estabelecer vínculos sólido,

onde na maioria das vezes os fatores socioculturais são marcantes na comunidade e há mitos a serem desconstruídos com o auxílio da equipe multidisciplinar (Brasil, 2015).

Sinaliza-se que as limitações do presente estudo são, o delineamento da pesquisa, visto que pode ter escapado elementos importantes para ampliação da discussão, seleção de DeCS específicos e devido a magnitude de informações a serem filtradas durante o processo de leitura na íntegra. Ainda, a filtragem pelos artigos por meio da leitura dos títulos e resumos, pode ter levado a vieses relacionados à seleção. Por fim, sinaliza-se que neste presente estudo, os oito artigos selecionados após busca e enquadramento nos critérios de inclusão, demarcou uma maior concentração de artigos de baixo nível de evidência (somente dois estudos de revisão sistemática). Portanto, existe a necessidade de pesquisas que incluam estudos com metodologias mais robustas e com melhor delineamento, para que se tenha evidências de maior impacto na literatura.

4. Considerações Finais

Diante dos fatos supracitados, este estudo reforçou que o aleitamento materno em sua integralidade oferece inúmeros benefícios, como redução da porcentagem de morbidade, comorbidades e mortalidade da criança, além de beneficiar a mãe com a diminuição do volume uterino, perda de peso e restrição das probabilidades de uma nova gestação, além de conferir proteção contra câncer de ovário e mama. Desse modo, o aleitamento materno deve ser mantido exclusivamente e preferencialmente até os seis primeiros meses pós-parto.

Pontua-se também sobre os principais empecilhos que acarretam a ablactação, como a mulher no mercado de trabalho, o período curto de licença a maternidade, a falta de estrutura dos locais de trabalho e as dificuldades enfrentadas pela própria mulher. Sendo necessário a criação e estruturação de setores que apoiem o AME e forneçam auxílio para as mães dispostas a executá-lo.

Sugere-se, para trabalhos futuros, que seja explorada a temática de educação em saúde para lactantes e a importância de se formularem políticas públicas favorecedoras do processo de aleitamento, quando do retorno ao trabalho pela mãe.

Referências

- Amaral, L. J. X., Sales, S. S., Carvalho, D. P. S. R. P., Cruz, G. K. P., Azevedo, I. C., Júnior, M. A. F. (2015). Fatores que influenciam na interrupção do aleitamento materno exclusivo em nutrízes. *Rev. Gaúcha Enferm.* 36(esp):127-134.
- Anyanechi, C. E., Ekabua, K. J., Ekpenyong, A. B. & Ekabua, J. E. (2017). Parturients' awareness and perception of benefits of breast feeding in the prevention of Infant and childhood oral and dental diseases. *Ghana medical journal.* 51(2), 83-87.
- Belfort, M. B., Anderson, P. J., Nowak, V. A., Lee, K. J., Molesworth, C. & Thompson, D. K., et al. (2016). Breast Milk Feeding, Brain Development, and Neurocognitive Outcomes: A 7-Year Longitudinal Study in Infants Born at Less Than 30 Weeks' Gestation. *J Pediatr.* 177:133-139.
- Brasil. (2017). Consolidação das leis do trabalho - CLT e normas correlatas. Brasília: Senado Federal, Coordenação de Edições Técnicas.
- Brasil. (2015). Ministério da Saúde. Saúde da criança: aleitamento materno e alimentação complementar. 2 ed. Brasília: Ministério da Saúde.
- Carreiro, J. D. A., Francisco, A. A., Abrão, A. C. F. D. V., Marcacine, K. O., Abuchaim, E. D. S. V. & Coca, K. P. (2018). Dificuldades relacionadas ao aleitamento materno: análise de um serviço especializado em amamentação. *Acta Paul Enferm.* 31(4):430-438.
- Heikkilä, K., Sacker, A., Kelly, Y., Renfrew, M. J. & Quigley, M. A. (2011). Breast feeding and child behaviour in the Millennium Cohort Study. *Arch Dis Child.* 96(7):635-42.
- Jones, G., Steketee, R. W., Black, R.E., Bhutta, Z. A., Morris, S. S. & Bhutta, Z. A. (2003). How many child deaths can we prevent this year? *Lancet.* 362(9377):65-71.
- Lakatos, E. M., Marconi, M. A. (2003). *Fundamentos de metodologia científica.* 5ªed. São Paulo: Atlas.
- Muniz, M. D. Benefícios do aleitamento materno para a puérpera e o neonato: a atuação da equipe de saúde da família. [trabalho de conclusão de curso], Minas Gerais: Universidade Federal de Minas Gerais.

Nadal, L. F., Rodrigues, A. H., Costa, C. C., Godoi, V. C., Klossowski, D. G. & Fujinaga, C. I. (2017). Investigation of maternal practices of breastfeeding and their relation with the infection of the upper airways and otitis media. *Rev. CEFAC*. 9(3):387-394.

Oddy, W. H. (2017). Breastfeeding, Childhood Asthma, and Allergic Disease. *Ann Nutr Metab*. 70(2): 26-36.

Organização Mundial da Saúde. (2000). Effect of breastfeeding on infant and child mortality due to infectious diseases in less developed countries: a pooled analysis. *Lancet*, 355(9202):451-455.

Organização Pan-Americana da Saúde. (2016). OPAS reconhece política de aleitamento materno do Brasil como referência mundial. Disponível em: https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5011:opas-reconhece-politica-de-aleitamento-materno-do-brasil-como-referencia-mundial&Itemid=820.

Pereira, T. A. M., Freire, A. K. G., Gonçalves, V. S. S. (2017). Exclusive breastfeeding and underweight in children under six months old monitored in primary health care in Brazil. *Rev. paul. pediatr*. 39:e2019293.

Rea, M. F. (2004). Os benefícios da amamentação para a saúde da mulher. *J. Pediatr.* (Rio J.), 80(5):142-146.

Santos, F. S., Santos, F. C. S., Santos, L. H., Leite, A. M. & Mello, D. F. (2015). Aleitamento materno e proteção contra diarreia: revisão integrativa da literatura. *Einstein*. São Paulo.13(3):435-440.

Toma, T. S. & Rea, M. F. (2008). Benefícios da amamentação para a saúde da mulher e da criança: um ensaio sobre as evidências. *Cad. Saúde Pública*. 24(2):235-246.

Venancio, S. I., Escuder, M. M. L., Saldiva, S. R. D. M. & Giugliani, E. R. J. (2010). A prática do aleitamento materno nas capitais brasileiras e Distrito Federal: situação atual e avanços. *Jornal de Pediatria*, 86(4):317-324.

Victora, C. G., Barros, A. J., França, G.V., Bahl, R., Rollins, N. C. & Horton, S. (2016). Amamentação no século 21: epidemiologia, mecanismos, e efeitos ao longo da vida. *Epidemiol Serv Saúde*. 25(1), 1-24.