

Aleitamento materno: seus benefícios sendo exclusivo no período de 0 a 6 meses e os danos causados pelo desmame precoce

Breastfeeding: your benefits being exclusive in period from 0 to 6 months and the damages caused by wean precocious

Lactancia materna: sus beneficios siendo exclusivos em período de 0 a 6 meses y los daños causados por el destete precoz

Recebido: 01/11/2022 | Revisado: 13/11/2022 | Aceitado: 14/11/2022 | Publicado: 21/11/2022

Francyle Sousa de Oliveira

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6634-1631>

Faculdade Integrada Carajás, Brasil

E-mail: sfran.oliveira18@gmail.com

Maria Clara Brasil Barroso

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6939-2100>

Faculdade Integrada Carajás, Brasil

E-mail: mcbbarroso.mcb@gmail.com

Flávia Nunes Costa

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3486-9551>

Faculdade Integrada Carajás, Brasil

E-mail: flaviaengal@gmail.com

Resumo

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), o aleitamento materno é o alimento mais importante na vida da criança, e deve ser ofertado dentro de 1 h após o nascimento. Ele possui todos os nutrientes necessário para o desenvolvimento da criança, e ainda pode prevenir os surgimentos de doenças cardiovasculares ao longo da vida, como; obesidade, diabetes, hipertensão e outras, além destas patologias cardiovasculares outras também podem ser prevenidas como alergias alimentares e respiratórias. Estudos apontam que o aleitamento materno pode evitar em torno de 13% das mortes em crianças menores de 5 anos em todo mundo. O Leite humano varia quanto a sua composição durante toda a lactância, proporcionando aos lactentes substâncias específicas e adequadas a cada idade e situação, e sua composição contendo até 88% de água e não há a oferta de água, sucos ou até mesmo chás. A introdução alimentar complementar deve ser feita no momento correto, para que a criança já esteja preparada para receber outros alimentos que não seja o leite materno, portanto deve ser feita de forma gradual respeitando os limites da criança. Já a introdução alimentar antes dos seis meses pode comprometer o desenvolvimento e se estender ao longo de toda a vida, deixando a criança mais vulnerável a infecções, a diarreias, desnutrição.

Palavras-chave: Introdução alimentar; Obesidade infantil; Alergias; Leite humano.

Abstract

According to the World Health Organization (WHO), breastfeeding is the most important food in a child's life, and it should be offered within 1 h after birth. It has all the nutrients necessary for the child's development, and can even prevent the onset of cardiovascular diseases throughout life, such as; obesity, diabetes, hypertension and others, in addition to these cardiovascular pathologies, others can also be prevented, such as food and respiratory allergies. Studies show that breastfeeding can prevent around 13% of deaths in children under 5 years old worldwide. Human milk varies in its composition throughout infancy, providing infants with specific substances suitable for each age and situation, and its composition contains up to 88% water and there is no supply of water, juices or even teas. The introduction of complementary foods must be done at the right time, so that the child is already prepared to receive foods other than breast milk, so it must be done gradually, respecting the child's limits. Already the introduction of food before six months can compromise development and extend throughout life, leaving the child more vulnerable to infections, diarrhea, malnutrition.

Keywords: Food introduction; Child obesity; Allergies; Human milk.

Resumen

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la lactancia materna es el alimento más importante en la vida de un niño y debe ofrecerse dentro de la primera hora después del nacimiento. Posee todos los nutrientes necesarios para el desarrollo del niño, pudiendo incluso prevenir la aparición de enfermedades cardiovasculares a lo largo de la vida, tales como; obesidad, diabetes, hipertensión y otras, además de estas patologías cardiovasculares, también se pueden prevenir

otras, como alergias alimentarias y respiratorias. Los estudios muestran que la lactancia materna puede prevenir alrededor del 13% de las muertes en niños menores de 5 años en todo el mundo. La leche humana varía en su composición a lo largo de la infancia, aportando al lactante sustancias específicas adecuadas a cada edad y situación, y su composición contiene hasta un 88% de agua y no hay suministro de agua, zumos o incluso infusiones. La introducción de los alimentos complementarios debe hacerse en el momento adecuado, de forma que el niño ya esté preparado para recibir alimentos distintos a la leche materna, por lo que debe hacerse de forma paulatina, respetando los límites del niño. Ya la introducción de alimentos antes de los seis meses puede comprometer el desarrollo y extenderse a lo largo de la vida, dejando al niño más vulnerable a infecciones, diarreas, desnutrición.

Palabras clave: Introducción de alimentos; Obesidad infantil; Alergias; Leche humana.

1. Introdução

O aleitamento materno é de extrema importância para os bebês nos seus seis primeiros meses de vida. De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), é orientado que comece o aleitamento dentro de 1 h após o nascimento do recém-nascido, assim protegendo-o de adquirir infecções e reduzir a mortalidade neonatal. O leite materno possui todos os nutrientes necessários para os bebês, além disso, se deve ressaltar que o sistema gastrointestinal do bebê neste período de 0 a 6 meses ainda está em desenvolvimento, ou seja, ainda não está completamente preparado, então não possui todos os anticorpos e bactérias necessárias para digestão de outros alimentos que não seja o leite materno (OPAS/OMS, 2021).

Estudos apontam que o aleitamento materno pode evitar em torno de 13% das mortes em crianças menores de 5 anos em todo mundo, sendo a amamentação uma estratégia capaz de causar um impacto significativo nas taxas de redução das mortes destas crianças (Silva et al., 2020).

O fato de amamentar se torna bem mais do que simplesmente alimentar o bebê com o leite de sua mãe. Amamentar é também fonte de troca de amor, calor e conforto tão importantes para o desenvolvimento psíquico e emocional da criança, além dos benefícios que não favorecem só a criança, mas também a mãe, como prevenção do câncer de mama, menor sangramento pós-parto, o restabelecimento do seu peso, além de evitar a osteoporose e doenças cardiovasculares (Feitosa et al., 2020).

Os principais benefícios para a criança englobam um melhor desenvolvimento intelectual, a prevenção contra obesidade, diabetes, alérgicas e alívio de cólicas (Ciampo & Ciampo, 2018).

Apesar de ser uma prática saudável e natural, muitas mães param de amamentar por dificuldades, falta de conhecimento sobre a importância e vantagens do aleitamento exclusivo, ou são desmotivadas, por outras pessoas, por falta de autoconfiança ou por outros obstáculos desse período, como as dores no início da amamentação ou então a correria do dia-a-dia, as influenciam a interromper, assim fazendo-as acreditar que são incapazes de amamentar seus filhos (Oliveira Filho et al., 2022).

É essencial que o profissional de saúde tenha os conhecimentos e habilidades adequados para estar orientando a puérpera no incentivo do aleitamento, assim evitando o desmame precoce (Silva et al., 2020).

O nutricionista é o profissional de grande importância nesta fase, que permite, a partir do diagnóstico e observação de valores socioculturais de cada paciente, desenvolver técnicas na orientação nutricional e na atenção básica de saúde, contribuindo para o aumento das práticas da amamentação exclusiva até o sexto mês de vida e avaliar o conhecimento das lactantes antes e após o acompanhamento nutricional (França & de Almeida, 2019).

Diante disto e dada a importância da temática, este artigo tem como objetivo expor acerca dos benefícios do aleitamento materno exclusivo no período de 0 a 6 meses, bem como os problemas causados pela sua interrupção e introdução alimentar precoce.

2. Metodologia

O presente estudo consiste em uma revisão integrativa de literatura, de caráter descritivo. Esse método visa aprofundar dentro de diversos autores e referenciais, sobre os discursos e principais temas abordados com o intuito de sistematizar as ideias de autores, ofertando assim, o acesso rápido e facilitado aos resultados científicos (Pereira et al., 2018).

A pesquisa foi realizada por meio de documentos científicos publicados nas bases de dados Biblioteca Virtual em saúde (BVS), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências (LILACS) e Scientific Electronic Library Online (SciELO). Realizou-se, também, consulta a sites da Organização Mundial da Saúde (OMS) com um recorte temporal de 2016 a 2022.

Foram utilizados como critérios de inclusão documentos de cunho científico, publicados nos últimos 6 anos, disponíveis na íntegra e que abordam a importância do aleitamento materno exclusivo nos primeiros meses de vida. Foram excluídos os artigos publicados fora do corte temporal de 2016 a 2022 e que não apresentaram relação com os objetivos da pesquisa. Sendo que para seleção final dos documentos, foi realizada uma leitura crítica do título e resumos, com isto excluiu-se os artigos que não respondiam ao objetivo final desta revisão. Os descritores utilizados para a consulta às bases de dados: Aleitamento materno; desmame precoce; introdução alimentar e prevenção de doenças futuras.

3. Resultados e Discussão

3.1 Aleitamento materno e prevenção de doenças

O leite materno é um alimento ideal para o lactente por suas propriedades nutricionais e imunológicas. Assim, protege o recém-nascido de infecções, diarreia e doenças respiratórias, permitindo seu crescimento e desenvolvimento saudável, além de fortalecer o vínculo entre mãe e filho e reduzir o índice de mortalidade infantil. O Fundo das Nações Unidas para a Infância (Unicef), a Organização Mundial da Saúde (OMS) e outras órgãos de proteção à criança, considera que a amamentação é uma estratégia importante de sobrevivência e desenvolvimento infantil (Santos et al., 2021).

Leite humano (LH) varia quanto a sua composição durante toda a lactância, proporcionando aos lactentes substâncias específicas e adequadas a cada idade e situação. Desse modo, não existe técnica capaz de reproduzir artificialmente os efeitos completos e dinâmicos das substâncias bioativas presentes na concentração dos componentes do leite materno. Ele é perfeitamente ajustado às necessidades fisiológicas da criança, contendo 88% de água, não havendo necessidade de ofertar água mesmo em regiões mais quentes (Viana Filho et al., 2020).

Separados de acordo com a fase da amamentação, há três tipos de leite materno. No primeiro dia é produzido o colostro, que possui a duração aproximadamente de sete dias de vida do bebê. Nesta fase o leite apresenta uma cor amarelada, com maior densidade e menor volume. É rico em carotenoides, que quando ingeridos pelo bebê, são transformados no organismo em vitamina A. Destaca-se também em sua composição os minerais, proteínas, imunoglobinas, leucócitos e antioxidantes. Assim, o colostro contribui na formação de lactobacilos colonizadores do trato gastrointestinal, onde auxiliam na proteção da mucosa intestinal do bebê e ajuda na passagem das primeiras fezes do recém-nascido (meconio). O leite de transição é produzido após sete dias de amamentação, nele há maior quantidade de lactose e gorduras comparadas ao colostro. Na última fase, é formado o leite maduro, rico em células de defesa e em todos os nutrientes que o bebê necessitar (Sousa & Almeida, 2018).

3.2 Introdução alimentar precoce e seus riscos

A introdução alimentar precoce com a interrupção do aleitamento materno, faz com que sejam ofertados outros alimentos as crianças menores de 6 meses de vida, podendo desenvolver assim, problemas graves de saúde. Os lactantes logo nos seus primeiros meses de vida apresentam o sistema gastrointestinal sensível, podendo estar mais susceptíveis ao desenvolvimento de determinadas reações e, assim, desencadeando alergias alimentares a longo ou curto prazo. A importância da introdução alimentar infantil no tempo correto, a partir dos 6 meses de vida de forma que seja ofertado juntamente com o leite materno é fundamental como uma das prevenções, no entanto, todo cuidado é de suma importância para garantir o bem estar da criança. Nesse aspecto, o papel do nutricionista nesse acompanhamento é primordial para garantir a saúde da mãe e do bebê (Freitas et al., 2021).

De acordo com o guia alimentar para crianças menores de dois anos, a introdução alimentar deve ser implementada de forma lenta e gradual, dado que, a criança já apresenta maturidade fisiológica e neurológica para receber outros tipos de alimento. Com isso deve-se iniciar com alimentos de forma de papinha e evoluindo a consistência gradativamente até normalizar a consistência dos alimentos (Ministério da Saúde, 2019).

Os pais têm um papel primordial nesta fase de educação alimentar, pois auxiliam no desenvolvimento do paladar e no aprendizado de novos sabores e consistências. Eles também têm a função de apresentar e expor novos alimentos em diversas formas e texturas para que a criança se familiarize com eles e tome gosto pela alimentação (Mendonça, 2020).

A britânica Gil Rapley, desenvolveu o método BLW, sigla em inglês de *Baby-Led Weaning* (desmame guiado pelo bebê), é uma abordagem que se guia pela capacidade natural do bebê em se alimentar sozinho onde não se inclui o uso de colher ou método de adaptação como amassar, triturar ou desfiar o alimento, e assim descobrir sabores e texturas do alimento, ao 'brincar com a comida' descobre aos poucos que ela também serve para alimentar, e vai assim aprimorando a autoconsciência e a autonomia alimentar. Por estes motivos é necessário que os alimentos, como frutas e legumes, sejam cortados de forma que a criança possa segurar com as mãos e também que evite engasgos. Ainda não há evidências e trabalhos publicados suficientes que afirmem que o BLW seja a única forma específica de introdução alimentar, porém vale ressaltar que vem apresentando bastante eficácia no desenvolvimento alimentar infantil (Silva et al., 2021).

O ferro do leite materno apresenta alta biodisponibilidade, assim, um fator protetor para anemia. Independente das causas que determinam a anemia nesta faixa etária, os prejuízos podem ser graves no desenvolvimento cognitivo e motor da criança, podendo comprometer até mesmo o aproveitamento escolar (Silva & Mello, 2021).

A desnutrição, o atraso de crescimento e a conseqüente morbidade infantil estão associados ao desmame e assim a introdução de alimentação precoce devido ao provável consumo de alimentos nutricionalmente contaminados e/ou inadequados. Este consumo acaba comprometendo o sistema imunológico, e o lactente desnutrido torna-se mais susceptível a adquirir outras enfermidades, estabelecendo-se um ciclo de desnutrição e infecção que aumenta a mortalidade infantil (Silva & Mello, 2021).

A alimentação complementar realizada no tempo correto é fundamental para o crescimento e desenvolvimento da criança, já a introdução alimentar antes dos seis meses pode comprometer o desenvolvimento e se estender ao longo de toda a vida, deixando a criança mais vulnerável a infecções, a diarreias, desnutrição, aumentando o risco de alergias alimentares e respiratórias, obesidade, podendo acarretar doenças crônicas na idade adulta, como diabetes, hipertensão arterial e outras. (Gomes et al., 2022).

Os primeiros dois anos de vida são o período mais vulnerável aos distúrbios do crescimento e a fase em que são formadas as preferências alimentares que certamente irão acompanhar a criança até a vida adulta (Viana Filho et al., 2020).

O Nutricionista juntamente com outros profissionais da saúde deve avaliar individualmente o paciente para depois decidir qual será a melhor conduta dietoterápica a ser aplicada, levando em consideração características do ambiente familiar e as necessidades nutricionais da criança (Ramos et al., 2020).

3.2.1 Obesidade

O excesso de peso é um problema nutricional com diversas variáveis (Pinto & Costa, 2021). Existem inúmeros aspectos que podem contribuir para o desenvolvimento da obesidade infantil, sendo eles genéticos, comportamentais e ambientais. A obesidade na infância representa um grande risco de a obesidade progredir em fases posteriores ao longo da vida e possibilitar complicações como diabetes, hipertensão, hipercolesterolemia entre outros. Estudos indicam que a amamentação tem potente efeito protetor contra a obesidade infantil, pois uso precoce de fórmulas pode incentivar um maior consumo pelos lactentes quando comparado Leite Materno. E além disso, a composição do leite materno é diferente, tendo quantidade de nutrientes próprias e suficientes para as crianças e suas fases de crescimento (Bastos et al., 2020).

A introdução antecipada destas fórmulas instantâneas e alimentos sólidos antes dos primeiros seis meses de vida está associada diretamente ao excesso de oferta de carboidratos e proteínas presentes nestes alimentos, o que induz consequentemente o desenvolvimento de sobrepeso e o aumento da gordura corpórea ao longo dos anos, reduzindo assim o papel protetor que o leite materno oferece contra o ganho mórbido de peso (Bastos et al., 2020).

A alimentação que é recebida no início da vida impacta diretamente na origem dos desvios nutricionais na infância, o leite humano reúne os componentes ideais, com o balanceamento adequado de nutrientes, sendo um alimento completo para suprir as necessidades da criança até a fase da introdução alimentar, e se classifica como desnecessária a oferta de outros alimentos antes dos seis meses de vida. Contudo, a introdução alimentar precoce e consequentemente o desmame, pode acarretar sobrepeso (Viana Filho et al., 2020).

Existem inúmeras ferramentas que podem ser utilizadas para diagnosticar a obesidade. O índice de massa corporal (IMC) – quociente entre peso e o quadrado da altura, tem sido remendado pela Organização Mundial de Saúde (OMS) para a verificação do estado nutricional em crianças e adolescentes. Além disso, outros métodos de avaliação corpórea podem também ser utilizados, como bioimpedância, dobras cutâneas, e circunferência abdominal, porém, nem todo excesso de peso e IMC elevado representam rigorosamente um aumento da adiposidade. O nutricionista é o profissional mais adequado para realizar esta avaliação e medidas de prevenção e cuidados (Sousa & Almeida, 2018).

3.2.2 Alergias

As alergias alimentares estão decorrentes na infância e podem constituir a um problema nutricional, qual vêm aumentando cada vez mais, possivelmente em virtude de uma maior exposição das crianças a um número maior de alérgenos alimentares. Maior incidência das alergias em estudo é em crianças por possuírem o sistema imunológico sensível na primeira fase da vida, porém, antes da fase adulta, as alergias que poderão se desenvolver causadas por alimentos como: leite, ovos, castanhas, dentre outros alérgenos resolvem-se espontaneamente. A prevenção da alergia alimentar é muito importante para evitar este agravo, através da amamentação exclusiva das crianças até o sexto mês de vida, pois os componentes do leite materno, como a ação das imunoglobulinas (IgA, IgG, IgM e IgE), que possuem propriedades anti-infecciosas, são imprescindíveis para o bom desenvolvimento infantil, e restringindo o consumo de alimentos alergênicos devido à imaturidade do organismo da criança em recebe-los. Além disso, orientações sobre a leitura dos rótulos é fundamental e cuidados na obtenção de alimentos servidos fora de casa (Freitas et al., 2021).

Muitas mães acreditam que o leite de vaca pode substituir o leite materno ou que não há problemas em oferecê-lo antes dos 6 meses, podendo haver uma relação entre a prevalência de alergias ao leite de vaca com a introdução precoce desse alimento, pois há várias evidências de que além de não substituir o leite materno ainda pode causar várias consequências negativas, como o desenvolvimento de alergias alimentares (José, Vitiato, Hass, França & Cavagnari, 2017).

Entre os mais comuns e requentes alimentos iniciado precocemente à dieta do bebê estão as preparações à base de leite de vaca, onde possui componentes de difícil digestão para o imaturo aparelho digestivo infantil como a caseína, que diferentemente do lácteo materno apresenta uma concentração insignificante deste componente, que trazem à tona principalmente o cenário das alergias alimentares, em especial, a alergia a proteína do leite de vaca (APLV) (Silva et al., 2019).

A APLV é definida como uma reação imunologicamente adversa aos antígenos presentes no leite de vaca, seus sinais e sintomas normalmente se apresentar no primeiro ano de vida, após o desmame e/ ou após a sua primeira exposição. A APLV tem sido bastante comentada nos últimos tempos. Sua taxa de prevalência dobrou no último século e teve um aumento de cerca de 20% na última década. Alguns estudos trazem uma prevalência de 2 a 5% entre os lactentes menores de 1 ano, porém as taxas de sub diagnóstico ainda são elevadas, chegando a 15%. O diagnóstico diferencial para outras patologias é importante, devido a inespecificidade dos sintomas, que podem se apresentar com cólicas abdominais, diarreias, vômitos, erupções cutâneas e

acometimento respiratório. Diante desse contexto, entende-se a necessidade de atividades que incentivem o aleitamento materno, em tempo oportuno, como prevenção de doenças e medida de promoção à saúde (Silva et al., 201

4. Considerações Finais

Por meio das informações levantadas no presente estudo, evidenciou-se que o aleitamento materno tem grande importância nos primeiros meses de vida, seus benefícios podem ser vistos a longo e curto prazo. O leite materno possui todos os nutrientes necessários para os bebês, sendo assim, o alimento exclusivo neste período de 0 a 6 meses.

No entanto, ainda há algumas barreiras a serem vencidas nesse processo, sendo a falta de informação ainda a mais muito comum, pois muitas mães ainda não conhecem esses inúmeros benefícios para sua saúde e a saúde de seu filho.

Foi observado que embora o aleitamento materno seja considerado o padrão de grande importância de alimentação nos primeiros seis meses de vida, o seu sucesso envolve processos complexos que, além do desejo materno de amamentar, sofre influências de fatores biológicos, sociais, econômicos, culturais e políticos.

Dada a importância da temática e da disseminação de seu conteúdo, espera-se que mais estudos explorem também os benefícios da amamentação junto com alimentação saudável complementar, de modo a demonstrar sua contribuição para qualidade de vida da criança e de sua mãe.

Referências

- Almeida, C. A. N. D., Mello, E. D. D., Ribeiro, G. A. N. D. A., Almeida, C. C. J. N. D., Falcão, M. C., & Rêgo, C. M. B. D. S. D. S. (2018). Classificação da obesidade infantil. *Medicina. Ribeirão Preto. vol. 51, n. 2 (2018), p. 138-152.*
- Andrade, H. S., Pessoa, R. A., & Donizete, L. C. V. (2018). Fatores relacionados ao desmame precoce do aleitamento materno. *Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade, 13(40)*, 1-11.
- Bastos, C. de O., Salim, T. R., do Carmo, A. L. O., Muratori, A. S., Nogueira Érica de T., Munhoz, E. K., Macieli, M., Gomes, J. M., Silva, M. C., & Damasceno, T. de P. (2020). Deficiência do aleitamento materno exclusivo como contribuinte para a obesidade infantil. *Revista Eletrônica Acervo Científico, 17*, e5757. <https://doi.org/10.25248/reac.e5757.2020>
- Ciampo, L. A. D., & Ciampo, I. R. L. D. (2018). Aleitamento materno e seus benefícios para a saúde da mulher. *Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia, 40(6)*, 354-359.
- da Silva, F. N., Santos, G. M., & Santos, J. A. (2021). Método baby-ledweaning como estratégia para introdução alimentar. *Revista de Trabalhos Acadêmicos da FAM, 6(1)*.
- da Silva, M. P., & de Queiroz Mello, A. P. (2021). Impacto da introdução alimentar precoce no estado nutricional de crianças pré-escolares. *Revista saúde & ciência, 10(1)*, 110-129.
- Feitosa, M. E. B., Silva, S. E. O. da, & Silva, L. L. da. (2020). Aleitamento materno: causas e consequências do desmame precoce. *Research, Society and Development, 9(7)*, e856975071. <https://doi.org/10.33448/rsd-v9i7.5071>
- França, S. M. de A., & de Almeida, D. T. M. (2019). A importância do nutricionista na atenção primária à saúde para o aumento das práticas de amamentação das gestantes e lactantes cadastradas nas unidades básicas de saúde do município de Eirunepé- AM, Brasil. *Revista Ensino, Saúde E Biotecnologia Da Amazônia, 1(especial)*, 1. Recuperado de [//periodicos.ufam.edu.br/index.php/resbam/article/view/5691](http://periodicos.ufam.edu.br/index.php/resbam/article/view/5691)
- Freitas, I. E. C. D. (2021). Relação entre o desmame e a introdução alimentar precoce no surgimento das alergias alimentares: uma revisão da literatura expandida. *Brazilian Journal Of Health Review, [SL], 4(3)*, 12853-12863.
- Gomes, C., Silva, R., & Oliveira, G. (2022). Obesidade na primeira infância: causas, consequências e a importância do cuidado nutricional nos primeiros anos de vida. *Repositório Universitário da Ânima (RUNA)*. <https://repositorio.animaeducacao.com.br/handle/ANIMA/25824>
- José, D., Vitiato, J., Hass, K., França, T., & Vicente, M. (2017). Relação entre desmame precoce e alergias alimentares. *Visão Acadêmica, 17(3)*. doi:<http://dx.doi.org/10.5380/acd.v17i3.49129>
- Lorena, M., Alcione, P. C., Flavia, E. G. S., Paloma, K. M., Silvia, X. O., & Maria, M. N. (2019). Desmame precoce: principais causas e consequências para o bebê e para a mãe, uma revisão literária. *Temas em Saúde, 19(3)*, 214-228.
- Mendonça, M. B. D. M. (2020). Determinantes do comportamento alimentar infantil: o papel dos pais, dos pares e dos media.
- Oliveira Filho, R. C., Rodrigues, T. T. M., de Araujo Lima, C. S., Alves, M. E. T., Gonçalves, C. R., Júnior, M. F., & de Oliveira, M. F. (2022). Análise dos fatores dificultadores do aleitamento materno exclusivo no Brasil e repercussões na vida do lactente e da mulher. *Research, Society and Development, 11(4)*, e58311427726-e58311427726.

- OPAS (Organização Pan-Americanas), (2021). OPAS; destaca importância de participação de toda sociedade na promoção do aleitamento materno, em lançamento de campanha no Brasil. Organização Pan-Americana da Saúde.
- Palladino, R. R. R., Souza, L. A. D. P., Pallotta, M. L., Costa, R., & Cunha, M. (2021). Dormir, comer e falar: enlaçamento simbólico. *Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento, São Paulo*, 6(8), 153-170
- Pereira, A. S., Shitsuka, D. M., Parreira, F. J., & Shitsuka, R. (2018). *Metodologia da pesquisa científica*. Santa Maria: UAB/NTE/UFSM. Recuperado de https://repositorio.ufsm.br/bitstream/handle/1/15824/Lic_Computacao_Metodologia-Pesquisa-Cientifica.pdf?sequence=1
- Pinto, J. R. R., & Costa, F. N. (2021). Consumo de produtos processados e ultraprocessados e o seu impacto na saúde dos adultos. *Research, Society and Development*, 10(14), e568101422222-e568101422222.
- Ramos, K. L. G., Medeiros, T. A., & da Silva Neumann, K. R. (2020). Impacto Do Método Blw (Baby Led Weaning) na alimentação complementar dos bebês—Uma Revisão Integrativa. *Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro*, 1, 01.
- Rocha, I. S., Lolli, L. F., Fujimaki, M., Gasparetto, A., & Rocha, N. B. D. (2018). Influência da autoconfiança materna sobre o aleitamento materno exclusivo aos seis meses de idade: uma revisão sistemática. *Ciência & Saúde Coletiva*, 23, 3609-3619.
- Santos, D. A., de Araujo Bezerra, G. K., da Silva Barbosa, M. S., Cunha, F. T., da Silva Barbosa, S. M., & de Oliveira, D. C. (2021). Patologias associadas ao desmame precoce: Como prevenir? *Research, Society and Development*, 10(7), e45610716187-e45610716187.
- Silva, A.M.L., Monteiro, G.R.S.S., Tavares, A.N.S., & Pedrosa, Z.V.R.S. (2019). A introdução alimentar precoce e o risco de alergias: *Revisão da literatura. Revista eletrônica de enfermagem*. Nº 54 Abril. Recife. p 485- 498.
- Silva, D. I. S., Barbosa, A. de L. de O., Santana, A. L., Santos, R. V. C. dos, Souza, V. C. G. B. de, Farias, J. V. C., & Farias, I. C. C. (2020). A importância do aleitamento materno na imunidade do recém-nascido. *Research, Society and Development*, 9(7), e664974629.
- Sousa, E. L. A. D., & Almeida, S. G. D. Efeito do aleitamento materno no sistema imunológico do lactente.
- Viana Filho, L., da Silva, A. F., Pereira, C. B. R., Ferreira, D. P., Diniz, I. P. T., Quinto, M. O., ... & Belo, V. M. (2020). A amamentação como prevenção da obesidade infantil: Uma revisão narrativa. *Brazilian Journal of Health Review*, 3(4), 11146-11162.
- Vilarinho, S., Dantas-Neta, N. B., Duarte, D. A., & Imparato, J. C. P. (2022). Prevalence of ankyloglossia and factors that impact on exclusive breastfeeding in neonates. *Revista CEFAC*, 24.