

LEITE MATERNO COMO PREVENÇÃO DA OBESIDADE INFANTIL BREAST MILK AS PREVENTION OF CHILD OBESITY

Luciana Pereira Sales da Rocha¹, Maria Clara Goersch², Antônio José de Rezende³

1 Aluna do Curso de Nutrição

2 Professora do Curso de Nutrição

2 Professor Doutor do Curso de Nutrição

RESUMO

Introdução: O leite materno é capaz de suprir as necessidades nutricionais da criança nos primeiros seis meses de vida, a amamentação agrupa componentes que protegem e previnem a mortalidade infantil, o colostro que fornece para o bebê anticorpos maternos protegendo contra infecções urinárias, diarreias, pneumonias, doenças respiratórias, alergias, obesidade, entre outras. A obesidade é uma enfermidade crônica, uma doença em que ocorre acúmulo de tecido adiposo, ou seja, a obesidade infantil é um fator de risco para morbimortalidade no adulto. **Objetivo:** Demonstrar os aspectos que demonstram que o leite materno é importante até os seis meses, sendo fundamental, para o desenvolvimento e os benefícios do aleitamento, além de favorecer a proteção contra a obesidade infantil. **Métodos:** O presente estudo trata-se de uma revisão integrativa, cuja finalidade é reunir e resumir o conhecimento científico. A amostra foi composta por artigos científicos encontrados na Biblioteca Virtual de Saúde, nas bases de dados do LILACS Medline e SCIELO, publicados entre 2009 a 2022. **Conclusão:** O leite materno além de proteger as crianças contra obesidade e doenças respiratórias proporciona também benefícios para mãe e o bebê uma estratégia na prevenção de doenças garantindo um bom estado nutricional.

Palavras-Chave: Aleitamento materno; Obesidade infantil; Materno infantil e Amamentação.

ABSTRACT

Introduction: Breast milk is able to meet the nutritional needs of the child in the first six months of life, breastfeeding groups components that protect and prevent infant mortality, colostrum that transmits maternal antibody to the baby protecting against urinary infections, diarrhea, pneumonia, respiratory diseases, allergies, obesity, among others. Obesity is a chronic disease, a disease in which there is accumulation of adipose tissue, that is, childhood obesity is a risk factor for adult morbidity and mortality. **Objective:** To demonstrate the aspects that demonstrate that breast milk is important up to six months, being fundamental for the development and benefits of breastfeeding, in addition to favoring protection against childhood obesity. **Methods:** The present study is an integrative review, whose purpose is to gather and summarize scientific knowledge. The sample consisted of scientific articles found in the Virtual Health Library, in the LILACS Medline and SCIELO databases, published between 2009 and 2022. **Conclusion:** Breast milk, in addition to protecting children against obesity and respiratory diseases, also provides benefits for mother and baby disease prevention strategies ensuring good nutritional status.

Keywords: Breastfeeding; Childhood Obesity; Maternal and Child Breastfeeding.

Contato: luciana.sales@sounidesc.com.br

INTRODUÇÃO

Para que o indivíduo inicie sua vida de forma hígida e assim se mantenha durante as diversas fases do crescimento, até a idade adulta e envelhecimento, é necessário

oferecer à criança alimentação saudável e adequada para cada idade, o que deve ser acompanhada por afetividade e, conseqüentemente, resultará em bem-estar, uma dessas formas é proporcionado pela amamentação desde as primeiras horas de vida, conforme a Organização Mundial de Saúde (OMS), o aleitamento materno exclusivo e de livre demanda, ou seja, o procedimento pelo qual a criança recebe leite materno de forma única, sem receber outros alimentos e refletirá em uma vida com menor propensão ao desenvolvimento de doenças como a obesidade (BRASIL, 2012; CARVALHO et al.; 2011).

A obesidade é uma enfermidade crônica, uma doença em que ocorre acúmulo de tecido adiposo, que pode ser causada por fatores genéticos e ambientais, de maneira que compromete a saúde dos indivíduos, tornando-se uma epidemia, um problema mundial de saúde pública devido ao aumento dos casos de forma significativa nos últimos anos (FERREIRA, MAGALHÃES; 2005).

A amamentação agrupa componentes que protegem e previnem a mortalidade infantil devido às propriedades singulares do leite materno, o colostro que transmite para o bebê anticorpos maternos protegendo contra infecções urinárias, diarreias, pneumonias, alergias, reduz prevalência de obesidade, entre outras. A sucção promove a estimulação oral e ajuda a desenvolver os músculos da face e os dentes (GIUGLIANI, 2011; BRASIL, 2009).

É necessário um diálogo simples e prático demonstrando como isso pode ser usado, para ajudar na sucção durante a orientação, o estímulo e o apoio ao aleitamento materno, evidenciando diferentes arranjos, solicitando relaxamento e posicionamento confortável, explicando a fonte dos reflexos do recém-nascido na prevenção da obesidade infantil (ALMEIDA, VALE; 2003).

O colostro é o leite materno que é produzido até 72 horas após o parto na cor amarelo gema, alimento que protege contra as doenças, sendo até o sexto mês de vida sendo ideal para o recém-nascido, pois supre todas as suas necessidades nutricionais. Isso significa que até os seis meses o bebê não precisa de nenhum outro alimento (chá, água, suco ou outro leite). As imunoglobulinas do colostro forram a mucosa intestinal do bebê, protegendo-o de bactérias, vírus e outras doenças. Porém, ao completar os seis meses, para o complemento do leite materno é necessário introduzir de forma lenta e gradual, outros alimentos com vitaminas, energia, proteínas e minerais, mantendo o leite materno até os 2 anos de idade ou mais. Os alimentos complementares são definidos como sólidos ou semissólidos oferecidos às crianças à exceção do leite materno

(FASSARELA et al; 2013; SILVA et al; 2019).

A alimentação e nutrição no começo da vida do bebê são extremamente importantes, na prevenção que pode ser realizada de maneiras simples, como o aleitamento materno, posto que impacta em todo desenvolvimento crescimento e metabolismo reduzindo a possibilidade da obesidade infantil que acarreta inúmeros prejuízos, como problemas ortopédicos, respiratórios como apneia do sono, hepáticos, além de diabetes e hipertensão (VASQUES et al., 2009).

A retirada precoce do leite materno reflete em futuras crianças com maiores problemas cardiovasculares, neurológicos, neoplásicos entre outros na introdução alimentar feita de forma inadequada podem interferir de forma negativa no crescimento e bem-estar ao longo da vida dos bebês, que dobram o risco de se tornarem adultos obesos, e a obesidade infantil é um fator de risco para morbimortalidade no adulto (BUSSATO; OLIVEIRA; CARVALHO, 2006).

MÉTODOS

O presente estudo trata-se de uma revisão integrativa, cuja finalidade foi de reunir e resumir o conhecimento científico já produzido sobre o tema investigado. A revisão integrativa possibilita construir uma abordagem de solução de problema para a tomada de decisão no aleitamento no combate à obesidade para oferecer o melhor cuidado disponível às crianças na realização de prática clínica de qualidade (MENDES et al., 2008).

A fundamentação teórica deste estudo aconteceu através de pesquisa embasada em artigos científicos encontrados na Biblioteca Virtual de Saúde, nas bases de dados LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde) Medline/Pubmed (National Library of Medicine National Institutes of Health) e SCIELO (Scientific Eletronic Library Online).

A pesquisa foi realizada no mês de fevereiro de 2022. A amostra foi composta por artigos científicos encontrados na Biblioteca Virtual de Saúde, nas bases de dados do LILACS Medline e SCIELO, publicados entre 2009 a 2022. Foram utilizados os Descritores em Ciência da Saúde (DECS): aleitamento materno; obesidade infantil, materno infantil e amamentação.

Os critérios de inclusão foram estudos relacionados à temática do aleitamento

materno como prevenção da obesidade infantil; estudos publicados no período entre 2009 a 2021. Os critérios de exclusão foram textos incompletos e indisponíveis, artigos repetidos nas bases de dados e os não relacionados com o tema.

Entende-se que o desfecho foi analisar a importância da assistência no aleitamento materno, e que a prática, o conhecimento e a sensibilidade dos profissionais são essenciais para o sucesso do aleitamento, que produz na vida da mulher muitas mudanças, não somente físicas, mas também emocionais e afetivas, com a responsabilização de nutrir um ser tão pequeno e sensível, ou seja, alguém que depende na totalidade dela.

REFERENCIAL TEÓRICO

OBESIDADE INFANTIL

O leite materno é um alimento completo, tem tudo o que o bebê precisa até os seis meses, inclusive água com fácil digestão, protegendo a criança de muitas doenças. Um aleitamento ineficaz pode beneficiar o aparecimento de fatores que desenvolvam a obesidade, atualmente a prevalência não havia alcançado dimensões epidêmicas registradas. O aleitamento é uma forma segura, econômica, afetiva e dinâmica de alimentar os bebês. O desmame precoce há de promover obesidade, tanto nos países desenvolvidos, quanto naqueles em desenvolvimento o desmame precoce e configurado como promotor de obesidade da fase adulta (MONTEIRO; CONDE, 1999). O leite materno é essencial para o desenvolvimento da criança, um alimento completo que fornece água, proteção contra infecção, além de aumentar a relação afetiva de mãe e filho. A introdução de nutriente não afeta apenas o desenvolvimento cerebral, crescimento e composição corporal, mas também a programação metabólica com impacto sobre doenças crônicas do adulto, portanto, desencorajar a oferta de água e chá ao bebê durante os primeiros seis meses de vida (BUENO; CAZEPIELEWSKI, 2007). O leite materno representa a melhor fonte de nutrientes para o lactente, além de estimular a pele, os sentidos e o desenvolvimento da musculatura e ossatura bucal. O consumo precoce de alimentos compromete o desenvolvimento cerebral, crescimento e composição corporal, mas também no aumento de sua prevalência, a obesidade na oferta de alimentos inadequados quanto pela possibilidade de sua contaminação o devido preparo inadequado, favorecendo a ocorrência de inúmeras doenças (LEÃO et al., 2003). O profissional nutricionista é responsável por orientar as mães sobre os benefícios do aleitamento materno, ensinar corretamente a técnica de amamentação, orientar as mães a não oferecer chupetas aos recém-nascidos amamentados, na prática, demonstrar a importância dos programas de tratamento para a

obesidade infantil destacando o quanto o aleitamento é primordial para a qualidade de vida do lactente. Os pais que procuram atendimento nem sempre têm sucesso durante as consultas para a redução do índice de massa corporal. Geralmente são os pais que ofertam à criança os alimentos, podendo facilitar ou dificultar o controle da ingestão de alimentos com menos, ou mais calóricas por meio do preparo das refeições (CARVALHO et al., 2005). As crianças obesas hoje sentem dificuldades em aceitar regras e limites desenvolvendo sentimentos excessivos, encontrando na comida o refúgio para medos e angústias buscando o consolo, permitindo espaço para obesidade, diabetes, problemas cardiovascular e outras doenças, observa-se que a maioria das vezes o peso está relacionado ao excesso de comida além da agonia pelo convívio, a longo prazo, com a moléstia coopera para o agravamento, bem como as seleções descontroladas da alimentação, incorreto e excedente (SANTOS, 2003).

ALEITAMENTO MATERNO

O leite materno, por ser um alimento completo, sendo fundamental para a saúde do recém-nascido por apresentar proteção contra infecções comuns na infância e na sua nutrição, contendo todos os nutrientes necessários para a criança, o que contribui positivamente para o crescimento e desenvolvimento da criança. Pelo fato do leite materno ser um alimento completo, não haverá necessidade de gastos com leite artificial contribuindo economicamente para os pais (BERVIAN et al.; 2008; MONTE et al.2005).

Uma das práticas do aleitamento exclusivo é o desenvolvimento craniofacial do recém-nascido, durante a ordenha do seio materno auxilia a atividade dos músculos mastigatórios, posicionado adequadamente com a língua e os movimentos das bochechas apesar de ser influenciado pelo caráter genético. Observa-se que o aleitamento materno exclusivo evita as, más oclusões, problemas articulatários, onde favorece a movimentação das estruturas orofaciais além de possibilitar a correção do retrognatismo mandibular fisiológico e selamento labial favorável quando em repouso oral (BERVIAN et al., 2008; RONDINEL et al., 2018)

O leite materno é exclusivo, um líquido completo que contém vitaminas, carboidratos, substâncias imunocompetentes, proteínas, lipídios, minerais, nutriente que a criança precisa nos primeiros seis meses de vida. Além da sua composição nutricional

balanceada, durante a amamentação beneficia o vínculo mãe-filho e promove o desenvolvimento emocional, cognitivo e do sistema nervoso (COSTA; SABORENSE, 2010). As crianças até os seis meses, o aleitamento é a combinação completa e corretamente equilibrada dos nutrientes, melhora no processo digestivo e no sistema gastrointestinal, aumentando a imunidade, proporcionando um crescimento e desenvolvimento normal da criança, trazendo laços afetivos que são necessários entre mãe-filho, a mulher que amamenta não está dando somente leite materno, está vivenciando um momento único em que poderá vivenciar sensações prazerosas que irão influenciar sobremaneira na afetividade da mãe e do filho (SILVA et al., 2007). Têm situações em que o aleitamento materno não é possível, como contaminação da lactante pelo vírus HIV, hipogalactia da puérpera, ingurgitação mamário, ou até mesmo por desejo da mãe. Em alguns casos exclusivos é aconselhado o uso de fórmulas lácteas modificadas para lactentes, que apesar mesmo não apresentem benefícios acaba refletindo nas qualidades imunológicas e digestibilidade do leite materno, não contendo as necessidades nutricionais apreciadas, quando utilizados como fonte única de nutrientes durante os primeiros seis meses de vida acrescentando os riscos à saúde da criança alimentada com fórmulas infantis, como alterações alergias alimentares devido à proteína do leite de vaca, gastrintestinais, alterações respiratórias, pois lactentes não amamentados têm 17 vezes mais hipóteses de serem internados com pneumonia (CURY, 2009). As fórmulas infantis foram inventadas com o desígnio de se assemelhar ao leite materno, no entanto, sua composição não se compara com as qualidades fisiológicas do leite humano, o leite materno não proporciona somente proteção contra infecções e alergias, mas ainda estimula o desenvolvimento apropriado do sistema imunológico do bebê, além de conter muitos componentes anti-inflamatórios e hormônios (SILVA; MURA, 2010). O aleitamento materno exclusivo é uma maneira segura, econômica e emocionalmente satisfatória de alimentar os bebês, os benefícios da amamentação natural não só influenciam a saúde da criança quando bebê para ótimo crescimento e desenvolvimento da mesma, um alimento completo que fornece inclusive água, como fatores de proteção contra infecções comuns da infância, isento de contaminação protege contra o sobrepeso e a obesidade durante toda a infância, portanto, torna-se um componente essencial para a segurança alimentar e nutricional (ANTUNES et al., 2008). O nutricionista, é o profissional formado para estabelecer cuidados com a alimentação, representa um importante protagonista na promoção das recomendações como estimular pele, sentidos, um exercício físico contínuo que propicia o desenvolvimento da musculatura e ossatura bucal em diferentes fases da vida e lidar com

os reflexos dessa prática na saúde em geral. Considerando hegemonia do leite materno contendo ferro em alta biodisponibilidade e proteção contra infecções, sendo essas condições protetoras do quadro de anemia o ato de amamentar torna-se, portanto, objeto ligado diretamente à orientação nutricional (ARAÚJO; ALMEIDA, 2007). O consumo precoce dos alimentos complementares é um período de grande vulnerabilidade para as crianças, pois aumenta os riscos de obesidade que atingem inclusive a criança na idade adulta, tanto pela oferta de alimentos inadequados quanto pela possibilidade de sua contaminação devido a manipulação e o preparo inadequados, uma dieta pobre em micronutrientes que pode acarretar uma série de danos ,especialmente risco de desnutrição e anemia por deficiência de ferro compromete crescimento, desenvolvimento motor e cognitivo, favorece a ocorrência de processos infecciosos e leva a consequências tardias, inclusive no desempenho escolar, força de trabalho e qualidade de vida (WEFFORT, 2005).

RESULTADOS

Foram analisados 444 artigos relacionados ao assunto demarcado, sendo excluídos 434 e restando 10, após a assimilação dos estudos pré-selecionados e seletivamente selecionados, leitura dos títulos e resumos, excluindo-se estudos com textos incompletos e indisponíveis, artigos em duplicação nas bases de dados e os não relacionados com o tema. (Figura 1)

Figura 1 - Fluxograma representativo da busca nas bases de dados.



Quadro 1 - Resultado da busca nas bases de dados apresenta a caracterização dos estudos quanto ao ano, artigo, revista, Qualis CAPES e tipo de estudo.

Ano	Artigo	Revista	Qualis CAPES	Tipo de estudo
2009	Aleitamento materno e estado nutricional infantil	Disciplinarum Scientia.	B 3	Pesquisa Descritiva com Abordagem quantitativa
2021	Relação entre o aleitamento materno exclusivo nos seis primeiros meses e a prevenção da obesidade infantil	Revista Eletrônica Acervo Saúde	B 4	Revisão bibliográfica
2013	Aleitamento materno, a introdução da alimentação complementar e sua relação com a obesidade infantil	Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento	B 4	Revisão bibliográfica
2020	A Presença Paterna no Aleitamento Exclusivo	Revista multidisciplinar e Psicologia	B 4	Revisão integrativa
2014	Influência do aleitamento materno na obesidade e fatores de risco cardiovascular	Revista Eletrônica Acervo Saúde	B 4	Revisão de literatura
2009	Obesidade infantil: influência de hábitos alimentares inadequados	Saúde & Amb. Rev., Duque de Caxias	B 5	Revisão sistemática
2020	Prevenção contra a obesidade infantil pelo aleitamento materno	Revista científica eletrônica de ciências aplicadas da fait	B 5	Revisão bibliográfica
2021	Alimentação complementar e obesidade infantil	Revista Multidisciplinar da Saúde	C	Revisão bibliográfica

2020	A amamentação como prevenção da obesidade infantil	Brazilian Journal of health Review	B 4	Revisão narrativa
2017	Percepção de mães cadastradas em uma estratégia saúde da família sobre aleitamento materno exclusivo	Revista de enfermagem UFPE	B 2	Descritivo-exploratório, de abordagem qualitativa

O quadro 2 apresenta a caracterização dos estudos quanto ao autor, artigo, objetivo, delineamento, principal resultado e a caracterização dos artigos selecionados

Autor	Artigo	Objetivo	Delineamento	Principal resultado
Filho, Silva, et.; <i>al</i>	A amamentação como prevenção da obesidade infantil	Avaliar a relação entre o aleitamento materno e a obesidade infantil, bem como suas consequências.	Qualitativa	O desmame precoce e alimentação complementar inadequada desenvolve inúmeras complicações, uma delas a obesidade um fator de risco. Portanto, faz-se necessário o incentivo à amamentação, como medida de prevenção ao sobrepeso e obesidade infantil.

Moura, Oliveira, <i>et. al</i>	Percepção de mães cadastradas em uma estratégia de saúde da família sobre aleitamento materno exclusivo	Analisar a percepção sobre aleitamento materno exclusivo das mães cadastradas em uma Estratégia Saúde da Família.	Qualitativa	Ser mais jovem e Ser a primeira gravidez o retorno ao trabalho e falta de informações é um dos principais fatores responsáveis pelo desmame precoce. Não conhecem o significado do aleitamento materno exclusivo e foram capazes de identificar suas vantagens para a mãe e para o filho pelo desmame precoce.
--------------------------------	---	---	-------------	--

Amaral e Basso	Aleitamento materno e estado nutricional infantil	Relacionar o tempo de aleitamento materno com o estado nutricional infantil.	Qualitativa	Observa-se que quanto maior o tempo de amamentação mais adequado será o estado nutricional 99% crianças receberam leite materno e 1% não foram amamentados.
----------------	---	--	-------------	---

Paula, Quintanilha, <i>et.;</i> <i>al</i>	Relação entre o aleitamento materno exclusivo nos seis primeiros meses e a prevenção da obesidade infantil	Analisar e descrever a relação entre a amamentação e a prevenção da obesidade infantil para incentivar e estimular a amamentação, reduzindo assim também a incidência de doenças crônicas na fase adulta	Qualitativa	Os primeiros 1000 dias entre gravidez e os 24 meses de vida são extremamente eficaz para o desenvolvimento alimentar, o aleitamento materno exclusivo para crianças até os 6 meses de vida é extremamente importante, visto que essa alimentação pode prevenir a obesidade infantil e outras comorbidades.
Vicari	Aleitamento materno, a introdução da alimentação complementar e sua relação com a obesidade infantil	Aleitamento materno, a introdução da alimentação complementar e sua relação com a obesidade infantil	Qualitativa	O aleitamento exclusivo até os seis meses e após a introdução alimentar adequada até os dois anos ou mais é considerado o hábito alimentar mais saudável nessa fase da vida.
Brito, Barbosa <i>et.;</i> <i>al</i>	A Presença Paterna no Aleitamento Exclusivo	A participação do pai ou companheiro na adesão do aleitamento materno a fim de evitar o	Qualitativa	O pai é considerado o suporte fundamental pela forte influência na decisão da mulher em amamentar

		desmame precoce		que pode ser vista como desafio no que condiz a competitividade com a mãe, proteção excessiva apesar de aumentar o vínculo familiar.
Maquio, e Ganen Dâmasco	Influência do aleitamento materno na obesidade e fatores de risco cardiovascular	A relação entre aleitamento materno, obesidade e fatores de risco cardiovascular.	Qualitativo	A prática do aleitamento materno refere-se aos hormônios encontrados no leite materno, adequação nutricional e autocontrole da saciedade pelo bebê que é amamentado
Freitas, Ribeiro Coelho	Obesidade infantil: influência de hábitos alimentares inadequados	A influência dos hábitos alimentares na obesidade infantil, bem como o risco que esta pode causar na vida adulta.	Qualitativo	Com o desmame precoce a obesidade infantil é caracterizada uma epidemia, que vem aumentando com erros alimentares sendo substituído por alimentos com excesso de carboidratos no primeiro ano de vida, as quais abandonam precocemente o aleitamento materno. O leite materno é composto por fatores criativos como hormônios insulina, T3 e T4 e a leptina que agem no centro da alimentação.

Freitas e Almeida	Prevenção contra a obesidade infantil pelo	Identificar uma relação protetora entre o aleitamento	Qualitativo	A obesidade é uma grave patologia, devido a sua alta incidência, suas diversas causas e
	aleitamento materno	materno infantil contra a obesidade		suas infindáveis comorbidades.
Gonçalves, Molero e Souza	Alimentação complementar e obesidade infantil	Avaliar a relação entre a introdução da alimentação complementar e a obesidade infantil	Qualitativo	Uma das vantagens do aleitamento materno é a prevenção da obesidade infantil e diversos benefícios para a mãe e o bebê, devido a presença de bioativos composto no leite materno.

DISCUSSÃO

Obesidade Infantil

O leite materno é um alimento completo, tem tudo o que o bebê precisa até os seis meses, inclusive água, protegendo a criança de muitas doenças. Um aleitamento ineficaz pode acarretar o desenvolvimento da obesidade, atualmente a prevalência jamais havia alcançado dimensões epidêmicas registradas. O desmame precoce há uma intenção de promover obesidade, tanto nos países desenvolvidos, quanto naqueles em desenvolvimento o desmame precoce e configurado como promotor de obesidade da fase adulta (MONTEIRO; CONDE, 1999).

O leite materno é essencial para o desenvolvimento da criança, um alimento completo que fornece, proteção contra infecção, além de aumentar a relação afetiva de mãe e filho. A introdução de nutriente não afeta apenas o desenvolvimento cerebral, crescimento e composição corporal, mas também a programação metabólica com impacto sobre doenças crônicas do adulto, portanto, desencorajar a oferta de água e chá ao bebê durante os primeiros seis meses de vida (BUENO; CAZEPIELEWSKI, 2007).

As práticas alimentares aplicadas nos primeiros anos de vida da criança, são fundamentais para o desenvolvimento sadio da mesma, além de ser um ciclo importante na formação dos bons hábitos alimentares para saúde infantil. Dessa maneira, a amamentação exclusiva oferece inúmeras vantagens para o lactente, visto que o leite materno é o único alimento que satisfaz as necessidades da criança e denota a quantidade ideal de proteínas, carboidratos e lipídios. Face a isto, a introdução precoce de fórmulas alimentares aumenta a ocorrência de episódios de doenças diarreicas ocasionadas pelos altos níveis de proteínas presentes nas fórmulas instantâneas. As fórmulas lácteas deveriam ter menor conteúdo proteico para alimentar as crianças sem amamentação, com a finalidade de reduzir também o risco de obesidade infantil (RUSSO MC, 2015).

O leite materno representa a melhor fonte de nutrientes para o lactente, além de estimular os sentidos e o desenvolvimento da musculatura e ossatura bucal. O consumo precoce de alimentos é um período de vulnerabilidade não apenas para o desenvolvimento cerebral, crescimento e composição corporal, mas também no aumento de sua prevalência, a obesidade na oferta de alimentos inadequados quanto pela possibilidade de sua contaminação devido ao preparo inadequado, favorecendo a ocorrência de inúmeras doenças (LEÃO *et al.*, 2003).

O profissional nutricionista é responsável por orientar as mães sobre os benefícios do aleitamento materno, ensinar corretamente a técnica de amamentação, orientar as mães a não oferecerem chupetas aos recém-nascidos amamentados, na importância da prática do aleitamento, demonstrando a importância dos programas de tratamento para a obesidade infantil destacando o quanto o aleitamento é primordial para a qualidade de vida do lactente (CARVALHO *et al.*; 2005).

As crianças obesas hoje sentem dificuldades em aceitar regras e limites desenvolvendo sentimentos excessivos, encontrando na comida o refúgio para medos e angústias buscando o consolo, permitindo espaço para obesidade, diabetes, problemas cardiovascular e outras doenças, observa-se que a maioria das vezes o peso está relacionado ao excesso de comida além da angústia gerada pelo convívio, a longo prazo, com a moléstia coopera para o agravamento, bem como as seleções descontroladas da alimentação, incorreta e em excesso (SANTOS, 2003).

ALEITAMENTO MATERNO

O leite materno, por ser um alimento completo sendo fundamental para a saúde do recém-nascido por apresentar proteção contra infecções comuns na infância e na sua nutrição, contendo todos os nutrientes necessários para a criança, o que contribui positivamente para o crescimento e desenvolvimento da criança. Pelo fato do leite materno

ser um alimento completo, não haverá necessidade de gastos com fórmulas lácteas contribuindo economicamente para os pais (BERVIAN *et al.*; 2008; MONTE *et al.*;2005).

O leite materno é exclusivo, completo, um líquido complexo que contém vitaminas, carboidratos, substâncias imunocompetentes, proteína, lipídios, minerais, nutriente que a criança precisa nos primeiros seis meses de vida. Além da sua composição nutricional balanceada, durante a amamentação beneficia o vínculo mãe-filho e promove o desenvolvimento emocional, cognitivo e do sistema nervoso (COSTA; SABORENSE, 2010).

Para as crianças até os seis meses, o aleitamento é a combinação completa e corretamente equilibrada dos nutrientes, melhora no processo digestivo e no sistema gastrointestinal, aumentando a imunidade, proporcionando um crescimento e

desenvolvimento normal da criança, afetivos mãe-filho, a mulher que amamenta não está dando somente leite materno, está vivenciando um momento único em que poderá vivenciar sensações prazerosas que irão influenciar sobremaneira na afetividade da mãe e do filho (SILVA *et al.*, 2007).

Têm situações em que o aleitamento materno não é possível, como contaminação da lactante pelo vírus HIV, hipogalactia da puérpera, ingurgitação mamário, ou até mesmo por desejo da mãe. Em alguns casos exclusivos é aconselhado o uso de fórmulas lácteas modificadas para lactentes, que apesar não apresentem os mesmos benefícios acaba refletindo nas qualidades imunológicas e digestibilidade do leite materno, não contendo as necessidades nutricionais apreciadas, quando utilizados como fonte única de nutriente durante os primeiros seis meses de vida acrescentando os riscos à saúde da criança alimentada com fórmulas infantis, como alterações alergias alimentares devido à proteína do leite de vaca, gastrintestinais, alterações respiratórias, pois lactentes não amamentados têm 17 vezes mais hipóteses de serem internados com pneumonia (CURY, 2009).

O nutricionista, é o profissional formado para estabelecer cuidados com a alimentação representando um importante protagonista na promoção das recomendações como estimular pele, sentidos, um exercício físico contínuo que propícia o desenvolvimento da musculatura e ossatura bucal em diferentes fases da vida e lidar com os reflexos dessa prática na saúde em geral. Considerando hegemonia do leite materno contendo ferro em alta biodisponibilidade e proteção contra infecções, sendo essas condições protetoras do quadro de anemia o ato de amamentar torna-se, portanto, objeto ligado diretamente à orientação nutricional (ARAÚJO; ALMEIDA, 2007).

As fórmulas infantis foram inventadas com o desígnio de se assemelhar ao leite materno, no entanto, sua composição não se compara com as qualidades fisiológicas do leite humano, o leite materno não proporciona exclusivamente proteção contra infecções e alergias, mas ainda estimula o desenvolvimento apropriado do sistema imunológico do bebê, além de conter muitos componentes anti-inflamatórios e hormônios (SILVA; MURA, 2010).

O aleitamento materno exclusivo é uma maneira segura, econômica e emocionalmente satisfatória de alimentar os bebês, os benefícios da amamentação natural não só influenciam a saúde da criança quando bebê para ótimo crescimento e

desenvolvimento da mesma, um alimento completo que fornece inclusive água, como fatores de proteção contra infecções comuns da infância, isento de contaminação protege contra o sobrepeso e a obesidade durante toda a infância, portanto, torna-se um componente essencial para a segurança alimentar e nutricional (ANTUNES et al., 2008).

Dentre as causas que mais contribuem para o desmame estão os múltiplos papéis que a mulher desempenha na sociedade moderna, o surgimento de produtos lácteos exclusivos para lactentes, a valorização da mama como símbolo sexual, a escassez de programas educativos eficientes, a pega e as posições incorretas, mães portadoras de doenças infecciosas, problemas de mamas e mamilos, uso de drogas, retorno da mãe ao trabalho, baixa condição socioeconômica e crenças populares. (BARROS et al. 2009, p.1).

O consumo precoce dos alimentos complementares um período de grande vulnerabilidade para a criança, aumentar os riscos de obesidade que atingem inclusive a criança na idade adulta, tanto pela oferta de alimentos inadequados quanto pela possibilidade de sua contaminação devido manipulação ou preparo inadequados, uma dieta pobre em micronutrientes que pode acarretar uma série de danos especialmente risco de desnutrição e anemia por deficiência de ferro compromete crescimento, desenvolvimento motor e cognitivo, favorece a ocorrência de processos infecciosos e leva a consequências tardias, inclusive no desempenho escolar, força de trabalho e qualidade de vida (WEFFORT, 2005).

CONCLUSÃO

O leite materno é considerado um dos pilares como fonte de alimento e proteção que garante qualidade e quantidade ideais de nutrientes para o bebê, sendo recomenda

amamentação exclusiva até os seis meses de vida, após os seis meses a criança começar a receber complemento com o objetivo de suprir suas necessidades nutricionais pelo menos até um ano de vida.

O leite materno além de proteger as crianças contra obesidade, diarreia, infecções e doenças respiratórias, proporciona benefícios para mamãe e o bebê uma estratégia na prevenção de doenças garantindo um bom estado nutricional.

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, J.S.; VALE, I.N. Enfermagem Neonatal e aleitamento materno. Disponível em. C. A. D.; MELO, W. S. N. • Influência da assistência de enfermagem, na prática da amamentação no puerpério imediato. Saúde em Debate • Rio de Janeiro, v. 37, n. 96, p. 130 – 138, jan./mar. 2013
- AMARAL S, BASSO C. Aleitamento materno e estado nutricional infantil. *Disciplinarum Scientia. Série: Ciências da Saúde*, Santa Maria, v. 10, n. 1, p. 19-30, 2009
- ANTUNES, L. S. et al. Amamentação natural como fonte de prevenção em saúde. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 13, n. 1, p. 103-109, 2008.
- ARAUJO, R. M. A.; ALMEIDA, J. A. G. Aleitamento materno: o desafio de compreender a vivência. *Revista de Nutrição*, São Paulo, v.20, n.4, p. 431-438, 2007.
- BARROS, F. C. et al. Avaliação do impacto de Centros de Lactação sobre padrões de amamentação, morbidade e situação nutricional: um estudo de coorte. *Rev. Bras. Epidemiol.* Vol. 5, Nº 1, 2002. Disponível em: <http://www.scielosp.org/pdf/rbepid/v5n1/03.pdf>
- BERTO JCC, BARBOSA MJL, ARAUJO KG, SILVA DS, CAVALCANTE NB. A Presença Paterna no Aleitamento Exclusivo. *Id on Line Rev. Mult. Psic.* V.14, N. 52, p. 799-812, Outubro/2020 ISSN 1981-1179 Edição eletrônica em <http://idonline.emnuvens.com.br/id>
- BERVIAN J, FONTANA M, B. Relação entre amamentação, desenvolvimento motor bucal e hábitos bucais - revisão de literatura. *RFO.* 2008; 13(2): 76-81.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Pacto pela diminuição da mortalidade infantil. Brasília, 2011. Disponível em <<http://www.brasil.gov.br/sobre/saude/maternidade/pos-parto/pacto-pela-diminuicao-da-mortalidade-infantil>>.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Saúde da criança. Nutrição infantil. Aleitamento Materno e Alimentação complementar. *Caderno de Atenção Básica*, nº 23. 1.ª. Ed. Brasília: MS; 2009
- BRASIL. Ministério da Saúde. Parto, aborto e puerpério: assistência humanizada à mulher. 1.ª. Ed. Brasília: MS; 2001.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Saúde da criança : aleitamento materno e alimentação complementar / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – 2. ed. – Brasília : Ministério da Saúde, 2015. 184 p. : il. – (Cadernos de Atenção Básica ; n. 23)
- BUENO, A. L.; CAZEPIELEWSKI, M. A. Micronutrientes envolvidos no crescimento. *Revista do*

Hospital de Clínicas de Porto Alegre, v. 27, n. 3, p. 47 – 56, 2007.

BUSSATO, A.R.; OLIVEIRA, A.F.; CARVALHO, H.S.L. A influência do aleitamento materno sobre o

estado nutricional de crianças e adolescentes. Revista Paul Pediatría. Vol. 24. Núm. 3. p.249 – 54, 2006.

CARVALHO, et al. Auto Conceito e imagem em crianças obesas. Brasileira de Saúde Materno Infantil. Recife, v. 4, n.º 3, pág.: 263 a 268, julho / Universidade de São Paulo. São Paulo, janeiro, 2005

CARVALHO J.K.M; CARVALHO C. G; MAGALHÃES S.R. A importância da assistência de enfermagem no aleitamento materno. Rev.e-Scientia, Belo Horizonte, v.4,n.2, p.1120,2011. Disponível em<<http://www.unibh.br/revistas/escientia>>.

COSTA, A. G. V.; SABORENSE, C. M. Modulação e composição de ácidos graxos do leite humano. Revista de Nutrição, Campinas, v. 23, n. 3, p. 445-457, 2010.

CURY, F. T. M. Aleitamento materno. Nutrição em obstetrícia e pediatria.2. ed. Rio de Janeiro: Guanabara, 2009. p. 279-300.

FASSARELLA B.P.A, RIBEIRO W.A, PIMENTA E.S.S, MARTINS L.M, PEIXOTO M.S.B.F, CORRÊIA M.C.B, MALECK M, PINHEIRO D.S. Percepção da equipe de enfermagem frente ao aleitamento materno; do conhecimento à implementação. Revista Nursing. 2018;21(246): 2489-2493

FERREIRA, V.A.; MAGALHÃES R. Obesidade e pobreza: o aparente paradoxo. Um estudo com mulheres da Favela da Rocinha, Rio de Janeiro, Brasil. Cad Saúde Pública. 2005;21(6):1792-800.

FILHO L.P.V, SILVA A.F, PEREIRA C.B.R, FERREIRA D.P, DINIZ I.P.T, Quinto MO, Vieira NB, Souza RTN, Souza TMG. A amamentação como prevenção da obesidade infantil: Uma revisão narrativa. Braz. J. Hea. Rev., Curitiba, v. 3, n. 4, p. 11146-11162 jul./aug.. 2020.

FREITAS A.S.S, COELHO S.C, RIBEIRO R.L. Obesidade infantil: influência de hábitos alimentares inadequados. Saúde & Amb. Rev., Duque de Caxias, v.4, n.2, p.9-14, jul-dez 2009.

FREITAS OTJ, ALMEIDA AC. Prevenção contra a obesidade infantil pelo aleitamento materno. Revista científica eletrônica de ciências aplicadas da fait. n. 1. maio, 2020.

GIUGLIANI E.R.J. O aleitamento materno na prática clínica. J. pediatr. [Internet] 2000 [citado em 6 jul 2011]; 76(supl. 3): S239-52. Disponível em:a de Obesidade em escolares de Salvador, Bahia. Arquivo Brasileiro de Endocrinologia e Metodologia. São Paulo, v. 47, nº 2, pág: 151 a 157, abril, 2003.

MASQUIO D.C.L, GANEN A.P, DÂMASO A.R. Influência do aleitamento materno na obesidade e fatores de risco cardiovascular. REAS, Revista Eletrônica Acervo Saúde, 2014. Vol.6(2), 598-616.

MENDES, K. D. S.; SILVEIRA, R. C. C. P.; GALVÃO, C. M. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. Texto & contexto enfermagem, Florianópolis, v. 17, n. 4, p. 758-64, out./dez. 2008.

MONTE C.M.G, GIUGLIANI E.R.J, CARVALHO M.F.C.C, PHILIPI S.T, ALBURQUERQUE Z.P. Guia alimentar para crianças menores de 2 anos. Brasília-DF: Editora MS. 1.ed. 2005. 1-152.

MONTEIRO, C. A; CONDE, W. L. A. Tendência Secular da Obesidade Segundo estratos sociais: Nordeste e Sudeste do Brasil. Arquivos Brasileiros de Endocrinologia e Metabolismo. V. 43, pág: 186 a 194, 1999.

MOURA L.P, OLIVEIRA J.M, NORONHA D.D, TORRES J.P.R.V, OLIVEIRA K.C.F, TELEZ M.A.B. Percepção de mães cadastradas em uma estratégia saúde da família sobre aleitamento materno exclusivo. Rev enferm UFPE on line., Recife, 11(Supl. 3):1403-9, mar., 2017.

PAULA D.O.P, QUINTANILHA C.A, CHAIR C.F.S, DIAS H.B, BIEIRA H.F.P, BUZZO J.C, MATA L.F.B, BARROS M.S.F.B, COSTA M.D, SOUZA R.C. Relação entre o aleitamento materno exclusivo nos seis primeiros meses e a prevenção da obesidade infantil. Revista Eletrônica Acervo Saúde | ISSN 2178-2091

PASSANHA A, CERVATO-MANCUSO A.M, SILVA M.E.M.P. Elementos protetores do leite materno na prevenção de doenças gastrointestinais e respiratórias. Rev. bras. crescimento desenvolv. hum. [citado em 27 set 2011]; 20(2): 251-60.

RONDINEL E.J.A. Influencia de la lactancia materna en el desarrollo de maloclusiones en niños de 36 a 72 meses de edad en el colegio 6071 – República Federal de Alemania de Villa el Salvador en el año 2018 [Dissertação] Lima – Peru: Universidad Nacional Mayor de San Marcos.2018.

RUSSO MC. Fórmulas Infantis: Adequação de nutrientes de acordo com estimativa de consumo. Universidade Estadual de Campinas, Limeira, 2015.

SANTOS A.M. Obesidade Infantil: excessos na sociedade. Boletim da saúde. Rio Grande do Sul, V. 17, n.º 1, pág.: 98 a 104, 2003.

SILVA A.X, MARTINS G.F.R, CAVALCANTE M.D, FRANÇA P.C.G. JUNIOR A.O.S, GOMES JÁ. Assistência de enfermagem no aleitamento materno exclusivo: uma revisão integrativa. Braz. J. Hea. Rev.. Curitiba, v. 2, n. 2, p. 6, 989 – 1004, mar./apr. 2019. ISSN 2595 – 6825

SILVA, R. C. et al. Composição centesimal do leite humano e caracterização das propriedades físico-químicas de sua gordura. Química Nova, São Paulo, v. 30, n. 7, p. 1535 – 1538, 2007.

SILVA, S. M. C. S.; MURA, J. D. A. P. Tratado de alimentação, nutrição e dietoterapia. 2. ed. São Paulo: Roca, 2010.

SOUZA B.S, MOLERO M.P, GONÇALVES R. Alimentação complementar e obesidade infantil. Revista Multidisciplinar da Saúde (RMS), v. 3, n.02, ano 2021, p. 01-15

VASQUES C.T.; FÉLIX, R.C.; VIEIRA, H.J.S.; GOMES, C.F.A. amamentação pode prevenir a obesidade infantil? V EPCC CESUMAR. Maringá. 2009.

VICARI E.C. Aleitamento materno, a introdução da alimentação complementar e sua relação com a obesidade infantil. Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento, São Paulo v.7, n.40, p.72-83, Jul/Ago. 2013. ISSN 1981-9919

WEFFORT, V. R. S. Alimentação láctea no primeiro ano de vida. Tese de Mestrado (Resumo) UFTM, 2005.

