

AMAMENTAÇÃO, RETORNO AO TRABALHO E DESAFIOS PARA MULHERES TRABALHADORAS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

¹RAYSSA MADALENA OLIVEIRA LIMA CHAVES

Discente Centro Universitário Fametro – Unifametro

rayssa.chaves02@unifametro.edu.br

²ISADORA NOGUEIRA VASCONCELOS

Docente Centro Universitário Fametro – Unifametro

isadora.vasconcelos@professor.unifametro.edu.br

Área Temática: Alimentos, nutrição e saúde

Área de Conhecimento: Ciências da Saúde

Encontro Científico: XIII Encontro de Iniciação à Pesquisa

RESUMO

Introdução: A amamentação é fundamental para a saúde materno-infantil, favorecendo crescimento, desenvolvimento cognitivo e proteção contra doenças. Entretanto, o retorno ao trabalho representa um dos principais fatores de interrupção precoce do aleitamento materno exclusivo (AME), especialmente em contextos com ausência de políticas institucionais de apoio. **Objetivo:** Investigar, através de uma revisão de literatura, os desafios enfrentados por mulheres trabalhadoras no retorno ao trabalho, com foco na manutenção da amamentação e na identificação de barreiras estruturais e culturais. **Métodos:** Revisão integrativa realizada em setembro de 2025, nas bases BVS, PubMed e SciELO, com os descritores “Breast Feeding”, “Return to Work”, “Women, Working” e “Weaning”, combinados por operadores booleanos. Incluíram-se estudos qualitativos e quantitativos publicados entre 2020 e 2025. Teses, dissertações, TCCs, revisões e estudos de caso foram excluídos. Dos 91 artigos inicialmente encontrados, após aplicação dos critérios restaram 5 para análise. **Resultados:** Os estudos apontam que o retorno ao trabalho está associado à redução da prevalência de AME. Foram relatadas dificuldades emocionais e práticas após a licença-maternidade, mas modalidades como o teletrabalho favoreceram a manutenção em parte dos casos. Ambientes institucionais com salas de apoio e políticas de incentivo mostraram impacto positivo na duração da amamentação. **Conclusão:** A ausência de políticas institucionais e de infraestrutura adequada compromete a continuidade do aleitamento. Estratégias como salas de apoio, flexibilização da jornada e diretrizes formais são essenciais para conciliar maternidade, carreira e proteção ao AME.

Palavras-chave: Amamentação; Retorno ao Trabalho; Mulheres Trabalhadoras; Desmame.

INTRODUÇÃO

O aleitamento materno é reconhecido como prática essencial para a saúde materno-infantil, pois contribui para o crescimento adequado, o desenvolvimento cognitivo e emocional, além de conferir proteção contra infecções e doenças crônicas ao longo da vida. Para a mãe, também promove benefícios físicos e psicológicos, reforçando seu papel para além da nutrição da criança (Brasil, 2015; WHO, 2021).

Apesar de amplamente recomendado, o aleitamento materno exclusivo (AME) até os seis meses ainda não atingiu as metas propostas. Estima-se que apenas 44% das crianças menores de seis meses no mundo e 45,7% no Brasil sejam alimentadas exclusivamente com leite materno (WHO, 2021; UFRJ, 2021). Um dos principais fatores que contribuem para o desmame precoce é o retorno da mulher ao trabalho, especialmente em contextos onde faltam políticas institucionais de apoio à lactação (Rodrigues *et al.*, 2022; Santos *et al.*, 2022).

Portanto, os desafios vivenciados por mulheres trabalhadoras que buscam manter a amamentação após o término da licença-maternidade têm se tornado cada vez mais evidentes, especialmente diante da falta de infraestrutura adequada, como salas de apoio à amamentação, e da ausência de políticas que considerem as necessidades da maternidade, fatores que comprometem a continuidade do aleitamento materno exclusivo (Ashby *et al.*, 2024; Cervera-Gasch *et al.*, 2020).

Portanto, iniciativas públicas e privadas voltadas à proteção da trabalhadora que amamenta, como a implantação de salas de apoio, jornadas flexíveis e políticas de incentivo, são estratégias que favorecem a continuidade da amamentação e repercutem positivamente não apenas na saúde materno-infantil, mas também no bem-estar social e na produtividade organizacional (Quizhpi *et al.*, 2024).

Diante desse cenário, o objetivo desta revisão integrativa foi investigar os desafios enfrentados por mulheres no retorno ao trabalho, com foco na manutenção da amamentação, identificando barreiras estruturais e culturais que influenciam sua continuidade.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, realizada em setembro de 2025. A pergunta norteadora que guiou a pesquisa foi: “Quais os desafios na manutenção da amamentação de mulheres que retornam ao mercado de trabalho?”. A busca foi conduzida nas

bases de dados Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), PubMed/MEDLINE e Scientific Electronic Library Online (SciELO).

A estratégia PICO foi utilizada para orientar a seleção dos estudos: P (população) = mulheres; I (intervenção) = retorno ao trabalho; C (comparação) = mulheres com condições de apoio institucional no ambiente laboral; O (desfecho) = barreiras e desafios para a manutenção da amamentação.

Para a pesquisa dos artigos foram utilizadas as seguintes combinações dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e Medical Subject Headings (MeSH), foram: Aleitamento Materno (*Breast Feeding*), Retorno ao Trabalho (*Return to Work*), Mulheres Trabalhadoras (*Women, Working*) e Desmame (*Weaning*), combinados com o operador booleano AND

Foram incluídas publicações dos últimos 5 (cinco) anos (2020 a 2025) redigidos nos idiomas português e inglês, que abordaram mulher trabalhadoras entre 25 a 53 anos que estavam de em fase de amamentação e haviam retornado aos trabalhos após o período de licença maternidade e que apresentavam resultados que contemplavam a pergunta norteadora. Foram excluídos estudos divulgados via monografia, trabalhos de conclusão de curso (TCCs), dissertações, tese, capítulo de livro, revisões bibliográficas, artigo de opinião.

A busca inicial identificou 91 artigos científicos, após a aplicação dos filtros 55 artigos permaneceram. Em seguida, a leitura dos títulos reduziu o número para 16 publicações, sendo excluído aqueles duplicados ou que abordavam temas diferentes. Posteriormente, os 10 trabalhos restantes tiveram os seus resumos analisados, eliminando-se os que não atendiam ao objetivo da pesquisa. Por fim, dos, 10 artigos seguiram para leitura na íntegra, sendo que, ao final, 5 compuseram a amostra desta revisão.

Para organizar e comparar os dados dos artigos foram organizados em uma tabela no Microsoft Word contendo Autor/Ano/País, Objetivo, Metodologia, Principais resultados, possibilitando a comparação e a síntese dos achados de forma estruturada.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram analisados cinco trabalhos publicados entre os anos de 2020 a 2025, reunindo 19.030 mães trabalhadoras, com idades entre 25 a 53 anos, abrangendo contexto de mães trabalhadoras que retornaram de licença-maternidade em universidades e empresas realizadas entre América Latina, Caribe, Europa e Estado Unidos. Em geral, os resultados apontam que o retorno ao trabalho após a licença-maternidade representa um período de

vulnerabilidade emocional e física, marcado por dificuldades na manutenção do aleitamento materno e escassez de políticas institucionais de apoio. Por outro lado, a presença de salas de amamentação, gestores sensíveis e políticas claras mostrou-se fundamental para favorecer o bem-estar e a continuidade da amamentação. Esses achados reforçam a necessidade de ambientes laborais acolhedores e políticas públicas efetivas de proteção à maternidade.

Os estudos incluídos demonstraram, de forma consistente, que o retorno ao trabalho materno representa um fator de risco para a interrupção precoce do aleitamento materno exclusivo (AME).

Em um estudo transversal realizado em Bolívia, Brasil, Colômbia, República Dominicana, Guatemala, Haiti, Honduras e Peru na América Latina e Caribe, Santos *et al.* (2022) estudaram 18.618 pares mães-bebê com idades inferior a 6 meses, com objetivo de estimular a associação entre o trabalho materno e a prática do aleitamento materno exclusivo (AME). Evidenciaram que mães empregadas apresentaram prevalência significativamente menor de AME (PR = 0,77; IC95% 0,73–0,82; $p < 0,05$). Curiosamente, países com maior participação feminina no mercado de trabalho tiveram taxas mais elevadas de AME (PR = 1,03; IC95% 1,01–1,06; $p < 0,05$), sugerindo que a qualidade das políticas de apoio laboral pode ser mais determinante que a inserção feminina em si.

No contexto brasileiro, um estudo quali-quantitativo realizado no Rio Grande do Sul, Rodrigues *et al.* (2022) estudaram 40 mães (docentes e técnicas), com objetivo de analisar os sentimentos e dificuldades de mães no retorno ao trabalho pós a licença-maternidade e a percepção do acolhimento institucional. Destacaram a experiência de servidoras de uma instituição federal, que relataram sentimento de tristeza e desamparo (42,5%), dificuldades na rotina (50%) e obstáculos práticos para manter a amamentação (17,5%), principalmente devido à distância dos filhos. Entretanto, 35% identificaram aspectos positivos no teletrabalho durante a pandemia, demonstrando que modalidades flexíveis de jornada podem atenuar os efeitos negativos do retorno ao trabalho.

Complementando essa perspectiva, o estudo qualitativo realizado no Paraná (Brasil), Souza *et al.* (2025) com objetivo de identificar como as Salas de Apoio à Amamentação (SAA) contribuem para a continuidade do aleitamento após o retorno das mulheres ao trabalho, estudou cerca de 53 mulheres entre 28 e 41 anos de 8 empresas com SAA ativas de diferentes setores. Analisaram a percepção de mulheres trabalhadoras sobre o uso das Salas de Apoio à Amamentação (SAA). Os resultados indicaram que esses espaços contribuem para a manutenção da produção láctea, prevenção de complicações mamárias, redução do uso

de fórmulas e maior bem-estar no ambiente de trabalho. Esse achado reforça que a presença de infraestrutura institucional adequada é um fator decisivo.

Na Europa, o estudo transversal foi realizado na Espanha com objetivo de analisar a percepção de apoio à amamentação de trabalhadoras em duas universidades espanholas. Cervera-Gasch *et al.* (2020) participaram 301 mulheres que se tornaram mães nos últimos 10 anos, os autores que mulheres com acesso a políticas institucionais de apoio, salas de ordenha e grupos de suporte mantiveram o aleitamento por mais tempo. Fatores culturais e relacionais também se mostraram relevantes: a intenção prévia de continuar amamentando ($p < 0,001$) e o fato de terem uma supervisora mulher ($p = 0,04$) associaram-se positivamente à duração do aleitamento. Esses dados evidenciam que aspectos estruturais e interpessoais interagem no favorecimento da amamentação. Por fim, um estudo misto realizado nos Estados Unidos teve objetivo de analisar as políticas e os recursos disponíveis para apoiar a amamentação em 26 instituições pertencentes a um sistema universitário estadual norte-americano. Ashby *et al.* (2024), participou 18 mães-trabalhadoras de universidades norte-americanas, verificaram inconsistências na implementação de políticas institucionais: apenas metade das instituições analisadas possuía diretrizes formais de apoio à lactação. Além disso, a responsabilidade pelo acesso às informações recaía sobre as próprias mães, revelando uma lacuna organizacional importante.

Em síntese, os estudos convergem ao indicar que, embora o retorno ao trabalho esteja frequentemente associado à redução do AME, o impacto dessa transição depende do contexto laboral. Ambientes sem infraestrutura e políticas institucionais adequadas tendem a acelerar o desmame precoce, enquanto a existência de salas de apoio, modalidades de trabalho flexíveis e cultura organizacional favorável funcionam como fatores protetivos. Dessa forma, os resultados reforçam a necessidade de integração entre políticas públicas e práticas institucionais, a fim de possibilitar a conciliação entre maternidade e carreira.

Os estudos incluídos apresentaram algumas limitações. Estudos contaram com amostras reduzidas e recortes específicos, o que restringe a generalização dos resultados. A maior parte utilizou dados autorreferidos, sujeitos a viés de memória e de percepção, especialmente nas investigações qualitativas. Nos estudos transversais, a principal limitação foi a impossibilidade de estabelecer relações causais entre o retorno ao trabalho e a interrupção do aleitamento materno. Além disso, alguns estudos foram realizados durante o período pandêmico da COVID-19, o que pode ter influenciado os resultados, especialmente nas percepções sobre o trabalho remoto e o acolhimento institucional. Apesar dessas limitações, os achados são

consistentes e reforçam a necessidade de novas pesquisas com amostras ampliadas e delineamentos longitudinais, capazes de aprofundar a compreensão dos fatores que favorecem a continuidade do aleitamento materno após o retorno ao trabalho.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta revisão integrativa evidenciou que o retorno ao trabalho exerce influência direta sobre a continuidade do aleitamento materno, impondo desafios emocionais e práticos às mulheres. A ausência de políticas institucionais e de infraestrutura adequada favorece o desmame precoce, enquanto a existência de salas de apoio, diretrizes claras e modalidades de trabalho flexíveis demonstrou ser determinante para a manutenção do aleitamento materno exclusivo.

Os achados sugerem que ainda precisa integrar políticas públicas e práticas institucionais, ampliando a responsabilidade compartilhada entre gestores, empregadores e sociedade na proteção do aleitamento. Recomenda-se que futuras pesquisas considerem diferentes contextos laborais, incluindo o trabalho informal, além de explorar estratégias inovadoras de suporte à amamentação. Conclui-se que a proteção institucional é elemento-chave para que mulheres consigam conciliar maternidade e carreira sem prejuízos à saúde e ao desenvolvimento infantil.

REFERÊNCIAS

ASHBY, E.L.; DONEPUDI, S.; PADILLA, H. Understanding lactation policies and resources across a university system. **Journal of Human Lactation**, v. 40, n. 1, p. 55-63, 2024. DOI: <https://doi.org/10.1177/08903344231216410>.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Saúde da criança: aleitamento materno e alimentação complementar**. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2015. Disponível em: https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/aleitamento_materno_alimentacao_complementar_2edicao.pdf. Acesso em: 10 set. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas e Estratégicas. **II Pesquisa de Prevalência de Aleitamento Materno nas Capitais Brasileiras e Distrito Federal**. Brasília: Ministério da Saúde, 2009.

CERVERA-GASCH, A.; MENA-TUDELA, D.; LEON-LARIOS, F.; FELIP-GALVAN, N.; ROCHDI-LAHNICHE, S.; ANDREU-PEJÓ, L.; GONZÁLEZ-CHORDÁ, V. M. Female employees' perception of breastfeeding support in universities: a multicenter study. **International Breastfeeding Journal**, v. 15, n. 86, p. 1-12, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1186/s13006-020-00324-2>.

QUIZHPI, S. et al. A importância do aleitamento materno na promoção da saúde materno-

infantil: nutrição, vínculo afetivo e políticas de saúde pública. **Revista CPAQV – Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida**, v. 16, n. 1, p. 8-18, 2024. DOI: <https://doi.org/10.36692/v16n1-01>.

RODRIGUES, L. N.; CHRISTOFFEL, M. M.; SMEHA, L. N.; BENEDETTI, F. J.; ABAID, J. L. W.. Acolhimento e desafios no retorno ao trabalho após licença-maternidade. **Revista de Enfermagem e Saúde**, Porto Alegre, v. 12, n. 4, p. 77-89, 2022. DOI: https://doi.org/10.15210/revista_enfermagem_saude.v12i4.2022.

SANTOS, M. N.; AZEREDO, C. M.; RINALDI, A. E. M. Association between maternal work and exclusive breastfeeding in Latin America and the Caribbean. **Maternal and Child Health Journal**, v. 26, n. 3, p. 452-462, 2022. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10995-021-03181-3>.

SOUZA, C. B. de.; MELO, D. S.; SANTOS, E. K. A. dos.; VENANCIO, S. I.; SILVA, R. P. G. V. C. da. Percepção de mulheres trabalhadoras sobre salas de apoio à amamentação. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, Recife, v. 25, n. 2, p. 233-245, 2025. DOI: <https://doi.org/10.1590/1806-93042025000200005>.

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO (UFRJ). **Estudo Nacional de Alimentação e Nutrição Infantil – ENANI-2019: resultados**. Rio de Janeiro: UFRJ, 2021. Disponível em: <https://enani.nutricao.ufrj.br/>. Acesso em: 23 set. 2025.