**PROMOÇÃO DO ALEITAMENTO MATERNO: ESTRATÉGIAS DE SUPORTE E BENEFÍCIOS PARA A SAÚDE MATERNA E INFANTIL**

Elisabete Soares de Santana1

Robner Carlos Lopes Assunção2

Darci Rosane Costa Freitas Alves3

Mariana de Souza de Oliveira4

Maiana Crisley Barroso Brandão5

Brendha Rafaelly Miranda Sales Silva6

Bruna Nola Paiva Oliveira7

Marina Cavalieri Jayme8

Luiz Eduardo Oliveira de Sousa9

Shirley Helena dos Santos Henriques da Silva10

Amanda Dias Ribeiro11

Ursula Driele Figueiredo de Sena12

Alda Tâmara Lira Pereira13

Martha Evangelista Guedes14

Layce dos Santos Sousa15

**RESUMO:**

**Introdução:** O aleitamento materno é amplamente reconhecido como a forma ideal de nutrição para recém-nascidos, oferecendo benefícios nutricionais, imunológicos e emocionais para mães e bebês. No entanto, muitas mães enfrentam desafios para iniciar e manter a amamentação, sendo necessário um suporte adequado. **Objetivos:** analisar as estratégias de suporte ao aleitamento materno e seus impactos na saúde materna e infantil, destacando as principais barreiras enfrentadas pelas mães e o papel do apoio de profissionais de saúde, familiares e políticas públicas. **Metodologia:** A metodologia consistiu em uma revisão sistemática da literatura, com pesquisa nas bases CAPES, PubMed e Scielo, utilizando descritores como “Aleitamento Materno”, “Apoio à Amamentação” e “Saúde Infantil”. Foram selecionados artigos publicados nos últimos cinco anos, em português, inglês e espanhol, que abordassem diretamente as estratégias de suporte ao aleitamento. Após a triagem inicial de 1.200 artigos, 15 estudos foram escolhidos para análise aprofundada, com foco na qualidade metodológica e relevância para o tema. **Resultados e Discussões:** Os resultados mostraram que o suporte profissional, familiar e comunitário é essencial para o sucesso do aleitamento materno. Programas educativos e políticas públicas que garantem licença-maternidade e ambientes de trabalho favoráveis são fundamentais para aumentar as taxas de amamentação exclusiva até os seis meses. Além disso, campanhas de conscientização pública ajudam a disseminar informações corretas, desmistificando crenças equivocadas sobre a amamentação. A revisão também evidenciou que o leite materno reduz o risco de infecções, doenças crônicas e promove um vínculo emocional forte entre mãe e filho. Para as mães, a amamentação traz benefícios como menor risco de câncer de mama e ovário e auxilia na recuperação pós-parto. **Considerações Finais:** Conclui-se que a promoção do aleitamento materno é essencial para melhorar a saúde materna e infantil, sendo necessária uma abordagem integrada e inclusiva para garantir acesso a todas as mães. Políticas e programas de suporte contínuo são eficazes para incentivar a amamentação e promover um futuro mais saudável para a próxima geração. Investir em estratégias de apoio ao aleitamento materno é investir na saúde pública e na igualdade.

**Palavras-Chave:** Aleitamento Materno; Apoio à Amamentação; Saúde Materna; Saúde Infantil.

**Área Temática:** Ciências da Saúde

**E-mail do autor principal:** [elisabetesoares349@gmail.com](mailto:elisabetesoares349@gmail.com)

1Farmácia, Faculdade Santíssima Trindade - FAST, Nazaré da Mata - Pernambuco, elisabetesoares349@gmail.com.

2Enfermagem, Universidade da Amazônia - UNAMA, Ananindeu - Pa, rcla\_2022@hotmail.com.

3Enfermeira, Universidade Estadual do Maranhão - UEMA, Colinas - Maranhao, darci\_ranee@hotmail.com.

4Enfermeira, Universidade Estadual do Maranhão - UEMA, Colinas - Maranhao, mahsozza700@gmail.com.

5Enfermeira, Universidade Estadual do Maranhão - UEMA, Colinas - Maranhao, [Enfmaianacrisleyy@gmail.com](mailto:Enfmaianacrisleyy@gmail.com).

6Nutrição, Centro Universitário Frassinetti do Recife - UNIFAFIRE, Recife - PE, brendharafaellymiranda@grafd.fafire.br.

7Enfermagem, Universidade Católica de Pelotas - UCPel, Pelotas - Rio Grande do Sul, brunanolapaiva@gmail.com.

8Medicina, Centro Universitário do Planalto Central Apparecido dos Santos - UNICEPLAC, Gama - DF, [maricjayme@gmail.com](mailto:maricjayme@gmail.com).

9Médico, Centro Universitário do Planalto Central Apparecido dos Santos - UNICEPLAC, Gama - DF,luizeduardoos2505@gmail.com.

10Enfermeira, Universidade Federal do Pará - UFPA, Belém- Pa, Shirleyhenriquesdasilva7413@gmail.com.

11Enfermagem, Centro Universitário Santo Agostinho, Teresina-PI , amandadiasribeiro1996@gmail.com.

12Biomedicina, Faculdade Universidade Paulista - UNIP - Manaus, Amazonas, ursula1sena@gmail.com.

13Enfermagem, Centro Universitário Maurício de Nassau- UNINASSAU, Mossoró-RN, aldalira15@gmail.com.

14Enfermagem, Centro Universitário do Distrito Federal - UDF, [s8damartha@gmail.com](mailto:s8damartha@gmail.com).

15Enfermagem, Universidade Estadual do Maranhão, Colinas – MA, enf.layce.sousa@gmail.com.

**1. INTRODUÇÃO**

O aleitamento materno é amplamente reconhecido como a forma ideal de nutrição para recém-nascidos e lactentes, oferecendo benefícios nutricionais, imunológicos e emocionais tanto para a mãe quanto para a criança. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), "o leite materno é o alimento ideal para recém-nascidos, proporcionando todos os nutrientes necessários para um crescimento e desenvolvimento saudáveis" (OMS, 2020). Além disso, a amamentação contribui para o desenvolvimento do sistema imunológico do bebê, protegendo-o contra infecções e doenças crônicas a longo prazo (Cabral *et al*., 2020).

Apesar das evidências dos benefícios do aleitamento materno, muitas mães enfrentam desafios significativos para iniciar e manter a amamentação, especialmente nas primeiras semanas após o parto. A falta de conhecimento, apoio inadequado e barreiras culturais são alguns dos fatores que contribuem para a baixa prevalência de amamentação exclusiva até os seis meses recomendados pela OMS e pelo Ministério da Saúde (Bento *et al*., 2020). Pesquisas mostram que o suporte adequado é essencial para aumentar a taxa de amamentação e promover a saúde tanto da mãe quanto do bebê (Dias *et al*., 2022).

A promoção do aleitamento materno requer uma abordagem integrada que envolva diferentes atores sociais, incluindo profissionais de saúde, familiares e a comunidade. O papel das equipes de saúde é fundamental para fornecer informações, orientação e apoio contínuo às mães, especialmente durante o período pós-parto. Segundo com De Araújo *et al*. (2021), "o aconselhamento e o suporte emocional oferecidos por profissionais capacitados são determinantes para o sucesso na amamentação". Além disso, políticas públicas que incentivem a licença-maternidade e ambientes de trabalho favoráveis são essenciais para a continuidade do aleitamento materno (Cirino *et al*., 2023).

O suporte à amamentação também deve considerar a importância da rede de apoio familiar e comunitária. Estudos indicam que mães que recebem apoio emocional e prático de parceiros, familiares e amigos têm maior probabilidade de amamentar exclusivamente por períodos mais longos (Da Rosa *et al*., 2024). Campanhas educativas e grupos de apoio comunitário são estratégias eficazes para disseminar informações corretas sobre o aleitamento materno e desmistificar crenças e práticas inadequadas relacionadas à amamentação (Morais *et al*., 2020)

O aleitamento materno oferece uma gama de benefícios para a saúde materna e infantil, além de impactos positivos na saúde pública em geral. A promoção de estratégias de suporte integradas e acessíveis, que envolvam profissionais de saúde, famílias e políticas públicas, é crucial para aumentar as taxas de amamentação e garantir que mais crianças e mães possam usufruir de seus benefícios. Conforme destaca Da Silva Souza *et al*. (2024), "investir na promoção do aleitamento materno é investir no futuro da saúde global".

O objetivo deste trabalho é analisar as estratégias de suporte ao aleitamento materno e seus impactos na saúde materna e infantil. Especificamente, busca-se identificar as principais barreiras enfrentadas pelas mães durante o processo de amamentação, destacar a importância do apoio oferecido por profissionais de saúde, familiares e políticas públicas, e discutir os benefícios da amamentação para o desenvolvimento saudável do bebê e para a saúde física e emocional da mãe.

**2. MÉTODO OU METODOLOGIA**

A metodologia deste estudo foi estruturada como uma revisão sistemática da literatura, com o objetivo de analisar as estratégias de suporte ao aleitamento materno e seus benefícios para a saúde materna e infantil. A pesquisa foi realizada nas bases de dados periódicos da CAPES, PubMed e Scielo, utilizando descritores do DeCS como: “Aleitamento Materno”, “Apoio à Amamentação”, “Saúde Materna” e “Saúde Infantil”. O operador booleano “*AND*” foi aplicado para combinar os termos e refinar os resultados de busca, garantindo que os artigos selecionados abordassem a interseção entre esses temas.

Os critérios de inclusão foram definidos para abranger artigos publicados nos últimos cinco anos, disponíveis na íntegra em português, inglês ou espanhol. A pesquisa focou em estudos que tratassem diretamente das estratégias de suporte ao aleitamento materno, analisando a eficácia dessas ações na promoção do bem-estar físico, emocional e social de mães e bebês. Foram excluídos estudos que não se relacionavam diretamente ao tema, assim como aqueles que não apresentavam dados originais ou que não eram revisões sistemáticas.

Após a aplicação desses critérios, foi realizada uma triagem inicial, onde os títulos e resumos dos artigos encontrados foram lidos. Em seguida, os textos selecionados foram analisados em sua totalidade para identificar aqueles que se alinhavam diretamente com o foco da pesquisa. Dessa forma, foram encontrados cerca de 1.200 artigos relevantes, dos quais 15 foram selecionados para discussão e análise aprofundada, considerando a sua relevância e a qualidade metodológica dos estudos.

Os dados coletados foram organizados em tabelas e categorizados conforme suas contribuições para o tema central. A análise incluiu a avaliação de práticas de suporte ao aleitamento materno, a identificação de barreiras enfrentadas pelas mães e a proposta de melhorias nas abordagens de apoio à amamentação. Também foram considerados fatores contextuais, como o papel de profissionais de saúde, familiares e políticas públicas no suporte à amamentação.

Essa metodologia permitiu uma compreensão abrangente das estratégias de apoio ao aleitamento materno, evidenciando a importância de uma abordagem integrada e humanizada para promover a saúde e o bem-estar de mães e bebês. Além disso, os resultados obtidos contribuirão para o desenvolvimento de recomendações práticas e políticas públicas que priorizem o suporte adequado ao aleitamento materno.

**3. RESULTADOS E DISCUSSÕES**

As estratégias de suporte ao aleitamento materno desempenham um papel crucial na promoção da saúde materna e infantil. Os resultados desta revisão sistemática evidenciam que iniciativas de apoio, tanto em nível individual quanto coletivo, são determinantes para aumentar a taxa de amamentação exclusiva e prolongada. De acordo com estudos recentes, as mães que recebem aconselhamento e apoio emocional de profissionais de saúde têm maior probabilidade de iniciar e manter a amamentação, o que reflete na melhora dos índices de saúde infantil (Albuquerque *et al*., 2024).

Uma das principais barreiras identificadas no processo de amamentação é a falta de conhecimento sobre técnicas adequadas e manejo de problemas comuns, como dor mamária e dificuldades na pega do bebê. Programas de educação pré-natal, que incluem orientações práticas sobre amamentação, mostraram-se eficazes para reduzir essas dificuldades, aumentando a autoconfiança das mães (Gomes *et al*., 2020). Isso sugere que a educação contínua é uma ferramenta poderosa para incentivar o aleitamento materno.

Além do suporte profissional, a rede de apoio familiar e social tem um papel fundamental na amamentação. Estudos mostram que o incentivo de parceiros, familiares e amigos próximos pode influenciar positivamente a decisão das mães de amamentar exclusivamente por mais tempo (Pinheiro *et al*., 2021). A presença de um sistema de apoio solidário ajuda a diminuir o estresse e a ansiedade, que muitas vezes são fatores que impedem a continuidade da amamentação.

A implementação de políticas públicas que garantam licença-maternidade prolongada e ambientes de trabalho favoráveis para a amamentação também é crucial. Em diversos países, políticas que oferecem salas de amamentação e horários flexíveis para mães trabalhadoras têm mostrado resultados significativos no aumento das taxas de aleitamento exclusivo até os seis meses (Arantes *et al*., 2020). Isso demonstra que a proteção legal e o suporte no local de trabalho são elementos essenciais para o sucesso da amamentação.

Outro aspecto importante é o papel das campanhas de sensibilização e conscientização pública. Campanhas que desmistificam crenças equivocadas sobre o aleitamento materno e promovem informações corretas têm ajudado a criar uma cultura de apoio à amamentação em comunidades de diferentes contextos socioeconômicos (Araújo *et al*., 2020). A sensibilização pública contribui para a normalização do ato de amamentar, o que é essencial para que as mães se sintam mais seguras e apoiadas.

Em termos de benefícios para a saúde, a revisão evidenciou que o aleitamento materno é associado a uma série de vantagens para o bebê, incluindo redução do risco de infecções respiratórias, gastrointestinais e doenças crônicas como diabetes e obesidade na infância (Campanharo *et al*., 2024). Esses benefícios são possíveis devido à presença de nutrientes e anticorpos específicos no leite materno, que promovem o desenvolvimento saudável do sistema imunológico do bebê.

Para as mães, os benefícios incluem a redução do risco de desenvolver câncer de mama e ovário, além de contribuir para a recuperação pós-parto e ajudar na perda de peso adquirida durante a gestação (Christoffel *et al*., 2021). Estudos também sugerem que a amamentação promove um vínculo emocional mais forte entre a mãe e o bebê, o que pode ter impactos positivos no desenvolvimento cognitivo e emocional da criança (Fernandes *et al*., 2020).

Apesar dos benefícios amplamente reconhecidos, a revisão destacou a necessidade de abordar as desigualdades no acesso ao suporte à amamentação. Mulheres de regiões menos favorecidas economicamente tendem a ter menor acesso a recursos de saúde e a informações adequadas sobre aleitamento, o que impacta negativamente as taxas de amamentação (Palheta *et al*., 2021). Portanto, é fundamental que estratégias de suporte sejam acessíveis e inclusivas, garantindo que todas as mães tenham a oportunidade de amamentar seus filhos.

Os resultados desta revisão indicam que o sucesso do aleitamento materno depende de uma abordagem multifacetada que inclui apoio educacional, social, profissional e político. Incentivar a amamentação através de políticas integradas e programas de suporte robustos pode ajudar a melhorar os índices de saúde materna e infantil em diversas regiões do mundo (Melo *et al*., 2020).

**4. CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A promoção do aleitamento materno é uma estratégia essencial para a melhoria da saúde materna e infantil, proporcionando benefícios comprovados para o desenvolvimento físico, imunológico e emocional do bebê, além de favorecer a recuperação e bem-estar da mãe. Os resultados desta revisão destacam a importância de iniciativas que oferecem suporte contínuo às mães, desde o período pré-natal até o pós-parto, garantindo que elas tenham o conhecimento e a assistência necessários para iniciar e manter a amamentação.

Uma abordagem integrada que envolva profissionais de saúde, famílias, comunidades e políticas públicas é fundamental para superar as barreiras que ainda dificultam o aleitamento materno em muitas regiões. Políticas de licença-maternidade adequada, ambientes de trabalho que acolham a prática de amamentação e campanhas de conscientização pública são exemplos de medidas eficazes para incentivar a amamentação exclusiva e prolongada.

Para alcançar um impacto duradouro, é necessário que essas estratégias sejam inclusivas e acessíveis a todas as mães, independentemente de suas condições socioeconômicas ou localização geográfica. Investir no apoio à amamentação não é apenas uma questão de saúde pública, mas também uma maneira de promover igualdade e fortalecer os laços entre mães e seus filhos, garantindo um futuro mais saudável para a próxima geração.

**REFERÊNCIAS**

ALBUQUERQUE, Letícia Kessia Souza *et al*. Práxis do método canguru na percepção dos profissionais de enfermagem. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 24, n. 10, p. e16477-e16477, 2024.

ARAÚJO, Gabriela Bandeira *et al*. Contribuições do enfermeiro para a promoção do aleitamento materno. **Brazilian Journal of health review**, v. 3, n. 3, p. 4841-4863, 2020.

ARANTES, Barbara Mafra Neves *et al*. Possibilidades de assistência ao aleitamento materno: Um panorama sobre as redes de apoio à amamentação. **Brazilian Journal of Development**, v. 6, n. 3, p. 16132-16146, 2020.

BENTO, Débora Aparecida Beneval *et al*. A Importância da Influência do Profissional de Saúde no Aleitamento Materno/The Importance of Health Professional Influence on Breastfeeding. **ID on line. Revista de psicologia**, v. 14, n. 49, p. 725-736, 2020.

CAMPANHARO, Luisa *et al*. Disparidades no Aleitamento Materno no Brasil: Um Estudo Ecológico sobre o Aleitamento Exclusivo e seus Determinantes. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 6, n. 9, p. 1984-1993, 2024.

CABRAL, Caroline Sousa *et al*. Inserção de um grupo virtual na rede social de apoio ao aleitamento materno exclusivo de mulheres após a alta hospitalar. **Interface-Comunicação, Saúde, Educação**, v. 24, p. e190688, 2020.

CHRISTOFFEL, Marialda Moreira *et al*. Aleitamento materno exclusivo e os profissionais da estratégia saúde da família. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 75, p. e20200545, 2021.

CIRINO, Adonay Guedes *et al*. EFICÁCIA DE INTERVENÇÕES EDUCATIVAS REALIZADAS POR MÍDIAS SOCIAIS PARA A PROMOÇÃO DO ALEITAMENTO MATERNO: REVISÃO SISTEMÁTICA. **Gep News**, v. 7, n. 3, p. 37-54, 2023.

DA SILVA SOUZA, Alessandra *et al*. A importância do aleitamento materno na primeira hora de vida do recém-nascido: conhecimento a estratégia do enfermeiro. **Revista Pró-UniverSUS**, v. 15, n. Especial, p. 141-147, 2024.

DA ROSA, Victor Hugo Júlio *et al*. O IMPACTO DO SUPORTE À AMAMENTAÇÃO NA DURAÇÃO E EXCLUSIVIDADE DO ALEITAMENTO MATERNO. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 6, n. 7, p. 72-89, 2024.

DIAS, Ernandes Gonçalves *et al*. Estratégias de promoção do aleitamento materno e fatores associados ao desmame precoce. **Journal Health NPEPS**, v. 7, n. 1, 2022.

DE ARAÚJO, Shelda Cunha *et al*. Fatores intervenientes do desmame precoce durante o aleitamento materno exclusivo. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 13, n. 4, p. e6882-e6882, 2021.

FERNANDES, Bruno César *et al*. Cuidados de Enfermagem no Incentivo ao Aleitamento Materno de Recém-Nascidos Prematuros/Nursing Care and the Encouraging of the Breastfeeding of Premature Newborns. **ID on line. Revista de psicologia**, v. 14, n. 53, p. 926-934, 2020.

GOMES, Rosângela Paz *et al*. Fatores que levam ao desmame precoce do aleitamento materno. **Brazilian Journal of Development**, v. 6, n. 12, p. 100688-100700, 2020.

MELO, Daiane Sousa; OLIVEIRA, Mariane Helen de; PEREIRA, Débora dos Santos. Progressos do Brasil na proteção, promoção e apoio do aleitamento materno sob a perspectiva do Global Breastfeeding Collective. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 39, p. e2019296, 2020.

MORAES, Isanete Coelho de *et al*. Perceção sobre a importância do aleitamento materno pelas mães e dificuldades enfrentadas no processo de amamentação. **Revista de Enfermagem Referência**, n. 2, p. e19065-e19065, 2020.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Aleitamento materno exclusivo: recomendação e importância para a saúde infantil.** Genebra: OMS, 2020.

PINHEIRO, Joana Angélica Marques *et al*. Programas educativos em aleitamento materno: Uma revisão integrativa em benefício à saúde materno-infantil. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 4, n. 6, p. 28603-28615, 2021.

PALHETA, Quezia Aline Ferreira; AGUIAR, Maria de Fatima Rodrigues. Importância da assistência de enfermagem para a promoção do aleitamento materno. **Revista Eletrônica Acervo Enfermagem**, v. 8, p. e5926-e5926, 2021.