

ALEITAMENTO MATERNO: EFEITO PROTETOR NA PREVENÇÃO DA OBESIDADE INFANTIL.

INTRODUÇÃO - Segundo a OMS, a obesidade é a pandemia do século XXI, trazendo consequências que ultrapassam as questões estéticas ao contribuir para o desenvolvimento de doenças como as cardiovasculares e diabetes, aumentando a morbimortalidade da população. Na pediatria, não é diferente, uma vez que o número de crianças obesas vem aumentando. Estudos apontam o aleitamento materno adequado como uma das principais formas de prevenção da obesidade infantil.

OBJETIVO - Entender como o aleitamento materno influencia na obesidade infantil, compreendendo os prováveis mecanismos responsáveis por esse fator protetor.

METODOLOGIA - Trata-se de uma revisão bibliográfica desenvolvida a partir da estratégia PICO. Foram considerados artigos do BVS e Scielo dos últimos 10 anos como fonte para base de dados. Foi utilizado como descritores: aleitamento materno, obesidade infantil e proteção, sendo encontrados 44 artigos, dos quais foram excluídos 18 por não aprofundarem sobre o tema. Dessa forma, 26 artigos foram usados para compor essa revisão.

RESULTADOS - Um dos melhores métodos para a prevenção da obesidade infantil é o aleitamento materno, sendo associado uma redução de 4% no risco de desenvolvimento de sobrepeso na criança para cada mês de amamentação. Esse efeito protetor ocorre devido a sua riqueza em proteínas, como a alfa-lactalbumina que corresponde a 20% da quantidade total, devido a minerais, como o cálcio, ferro e sódio, essenciais para o desenvolvimento. Em contrapartida, o leite de vaca possui quantidades inferiores de gorduras (3,8%), proteínas (3,3%), vitaminas e sais minerais (0,8%) ao observar seu valor calórico total. Ademais, a gordura é rica em ácidos graxos insaturados, os quais favorecem o mecanismo de proliferação de adipócitos, conseqüentemente excesso de gordura corporal.

CONCLUSÃO - Por possuir quantidades ideais de minerais, gorduras, proteínas e vitaminas, o aleitamento materno contribui de forma significativa para diversas patologias na criança, inclusive atuando na redução da obesidade infantil.

DESCRITORES: Obesidade Infantil; Aleitamento Materno; Prevenção.

REFERÊNCIAS

OLIVEIRA, M. F. D; FANARO, G. B. Aleitamento materno na prevenção de sobrepeso, obesidade infantil e alergias. **Revista Brasileira de Nutrição Clínica**, São Paulo, v.30, n. 4, p. 328-337, dez. 2015.

SANTOS, Alécia J.A.O. et al. Padrão de aleitamento materno e estado nutricional de crianças até os seis meses de vida. **HU Revista**, Juiz de Fora, v. 42, n. 2, p. 119-124, jul./ago., 2016.

SILVA, A.B; SCHMIDT, K.E.S; COCCO, L.D. Impacto da amamentação e da obesidade parental na saúde infantil. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, 23:e0058, 2018

TRINDADE, C. S; MELO, E. K. V; SANTOS, J. F; FREITAS, F. M. N. O. Influência do aleitamento materno na prevenção da obesidade infantil. **Brazilian Journal of Health Review**, Curitiba, v.4, n.6, p. 24251-24264, dez. 2021.

VESPASIANO, Bruno S.et al. Prevalência de obesidade infantil, suas principais consequências e possíveis intervenções. **Saúde em Revista**, Piracicaba, v. 15, n. 41, p. 57-64, set./dez., 2015