**O PAPEL FUNDAMENTAL DO ALEITAMENTO MATERNO PARA A SAÚDE DO BEBÊ**

Viegas, Maria Eduarda de Oliveira¹

Chaves, Guilherme Gonçalves2

Costa, Dayane Dayse de Melo3

Da Rosa, Gabriela Pitsch Caldas4

Da Silva, Gislaine Jesus5

Rodrigues, Viviane Carneiro6

De Farias, Samara Vitória Cardoso7

Marques, Silvia Luana Lima8

**RESUMO**

**Introdução:** O aleitamento materno desempenha um papel de extrema importância na saúde e no bem-estar dos bebês, sendo considerado um dos pilares fundamentais para o seu desenvolvimento saudável. A Organização Mundial da Saúde (OMS) recomenda o aleitamento materno exclusivo nos primeiros seis meses de vida, seguido da introdução de alimentos complementares adequados e seguros até, pelo menos, os dois anos de idade. Esse período é vital para o crescimento, a imunização e a prevenção de inúmeras doenças. **Objetivo**: Identificar a importância do aleitamento materno para a mãe e o bebê. **Metodologia:** A pesquisa fundamenta-se em uma revisão integrativa da literatura, realizada por meio da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), através dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS/MeSH) “Aleitamento materno”, “Saúde materno-infantil” e “Saúde da criança”, com o cruzamento com arco booleano “AND”. Os critérios de inclusão foram artigos em português e inglês, publicados nos últimos cinco anos (2018 a 2023) e que estivessem de acordo com o objetivo supracitado. E os de exclusão, foram artigos que abordaram outros temas, trabalhos duplicados e textos incompletos. Diante disso, 4 artigos foram escolhidos para compor o trabalho. **Resultados e discussão**: Primeiramente, o leite materno é uma fonte de nutrientes essenciais que garantem o crescimento e o desenvolvimento saudável do bebê pois contém a proporção ideal de proteínas, carboidratos, gorduras, vitaminas e minerais que atendem às necessidades específicas de um recém-nascido. Além disso, possui anticorpos que fortalecem o sistema imunológico do bebê, ajudando a protegê-lo contra infecções e alergias. Outrossim, o contato pele a pele durante a amamentação também é fundamental para o vínculo emocional entre a mãe e filho porque proporciona conforto e segurança, promovendo a confiança e a segurança emocional na criança. A amamentação não é apenas uma forma de alimentação, mas uma expressão de amor e carinho materno-infantil. E, ainda, esse comportamento está associado a uma redução significativa do risco de várias doenças crônicas, como obesidade, diabetes tipo 2 e hipertensão arterial, tanto na infância quanto na vida adulta ou seja, os benefícios, a longo prazo, são inestimáveis e contribuem para uma sociedade mais saudável e produtiva. Mas não para por aí pois os benefícios do aleitamento materno também se estendem à saúde da mãe, ajudando na recuperação pós-parto, auxiliando na contração do útero e no retorno ao peso pré-gravidez e, ainda, reduzir o risco de desenvolvimento de câncer de mama e ovário. **Conclusão:** Diante do exposto, o aleitamento materno é vital para a saúde e o desenvolvimento do bebê, oferecendo benefícios nutricionais, imunológicos, emocionais e de saúde a curto e longo prazo. Portanto, é fundamental promover e apoiar essa prática, garantindo que as mães tenham o apoio e a educação necessários para amamentar com sucesso, proporcionando assim o melhor começo de vida para seus filhos.

**Palavras-chave:** Aleitamento materno; Saúde materno-infantil; Saúde da criança.

**E-mail do autor principal:** eduardaviegas1@gmail.com

**REFERÊNCIAS:**

**Aleitamento materno nos primeiros anos de vida salvaria mais de 820 mil crianças menores de cinco anos em todo o mundo - OPAS/OMS | Organização Pan-Americana da Saúde**. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/noticias/1-8-2018-aleitamento-materno-nos-primeiros-anos-vida-salvaria-mais-820-mil-criancas>. Acesso em: 27 set. 2023.

DIAS, Ernandes Gonçalves *et al*. Aleitamento materno na perspectiva de lactantes de uma unidade de saúde da família. **Journal Of Nursing And Health**, [S.L.], v. 12, n. 1, p. 1-12, 26 set. 2022. Universidade Federal de Pelotas. http://dx.doi.org/10.15210/jonah.v12i1.2242.

‌FERMIANO, Cássia Aparecida Machado Miguel et al. Prevalência de aleitamento materno exclusivo e fatores associados em um município do extremo sul catarinense**. Saúde e Pesquisa**, [s. l], v. 16, n. 1, p. 1-11, 2022. <http://dx.doi.org/10.17765/21769206.2023v16n1.e11261>.

TAKEMOTO, Angélica Yukari *et al*. PRÁTICA DO ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO: conhecimento de gestantes. **Arquivos de Ciências da Saúde da Unipar**, [S.L.], v. 27, n. 8, p. 4170-4182, 1 ago. 2023. Universidade Paranaense. http://dx.doi.org/10.25110/arqsaude.v27i8.2023-003.

VELHO, Caroline Farias; SALDAN, Paula Chuproski. Fatores associados ao início precoce do aleitamento materno em crianças menores de 2 anos. **Revista Baiana de Saúde Pública**, [S.L.], v. 47, n. 2, p. 9-25, 8 ago. 2023. Secretaria da Saude do Estado da Bahia. http://dx.doi.org/10.22278/2318-2660.2023.v47.n2.a3697.

¹Enfermeira pela Faculdade do Maranhão - FACAM, São Luis MA, eduardaviegas1@gmail.com.

²Graduando em odontologia pelo Centro Universitário Doctum de Ensino – UNIDOCTUM, Teófilo Otoni MG, guilhermeodontologia2@gmail.com.

3Nutricionista, mestranda em alimentos e nutrição pela Universidade Federal do Piauí – UFPI, Teresina PI, dayane785@hotmail.com.

4Nutricionista pela Universidade Federal do Rio de Janeiro - UNIRIO, Rio de Janeiro RJ, contatogabrielapitsch@gmail.com.

5Graduanda em nutrição pela Unime Anhanguera, Salvador BA, gislainejesusdasilva76@gmail.com.

6Graduanda em terapia ocupacional pela Universidade Estadual de Ciências da Saúde – UNCISAL, Maceió AL, vivianecarneirord@gmail.com

7Graduanda em terapia ocupacional pela Universidade Estadual de Ciências da Saúde – UNCISAL, Maceió AL, samarafarias228@gmail.com.

8Enfermeira pela Faculdade do Maranhão - FACAM, São Luis MA, enfer.luanamelo@gmail.com.