**OS BENEFÍCIOS DO ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO PARA O CRESCIMENTO SAUDÁVEL DO BEBÊ**

Maria Fernanda Bandeira da Silva1

Eriselma Alves Correia2

Samira Ribeiro Santos3

Eduardo Lopes Pereira4

Salatiel da Conceição Luz5

Gabriel de Almeida Pina6

Rafael Oliveira Vaz7

Carlos Victor Gonçalves D'abadia8

Jefferson Matheus Nunes Dutra9

Tassiano Pereira Campos Filho10

Tainara Silva de Abreu11

Moisés da Silva Rêgo12

Gabriel de Almeida Pina13

Camila Carlos Tavares de Carvalho14

**RESUMO:** O Aleitamento Materno Exclusivo (AME) refere-se à prática de alimentar um bebê exclusivamente com leite materno durante os primeiros seis meses de vida, sem a introdução de água, chás, sucos ou alimentos sólidos. Essa é uma recomendação da Organização Mundial da Saúde (OMS) e de outras organizações de saúde, devido aos inúmeros benefícios que o leite materno oferece ao bebê e à mãe. Ademais, é importante que a amamentação seja iniciada o mais rápido possível após o nascimento do bebê, idealmente dentro da primeira hora de vida. Além disso, o aleitamento materno deve ser exclusivo nos primeiros seis meses, sendo complementado com alimentos adequados após essa fase, enquanto o aleitamento continua até pelo menos os dois anos de idade. **Objetivo:** Descrever os benefícios do aleitamento materno exclusivo para o crescimento saudável do bebê. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, com carácter de estudo descritivo e abordagem qualitativa, em que foi realizada buscas no sistema da Biblioteca Virtual em Saúde do Ministério da Saúde, usando os seguintes descritores: Aleitamento materno, Equipe de assistência ao paciente, Saúde materno-infantil. Inicialmente foram encontrados 167 resultados sem filtros, e posteriormente a aplicação reduziu-se para 13 estudos, e destes, foram lidos os seus títulos resultantes das bases de dados, restando apenas 09 artigos para a amostra na síntese qualitativa final. **Resultados:** Mediante as análises literárias, verificou-se nitidamente que o aleitamento materno exclusivo (AME) tem sido reconhecido como um pilar fundamental para o crescimento e desenvolvimento saudável do bebê. Neste contexto, o AME ganha destaque por seu papel crucial no fornecimento de nutrientes essenciais, proteção contra doenças e promoção de um vínculo emocional entre a mãe e o bebê. O leite materno é uma fonte completa de nutrientes, fornecendo proteínas, gorduras, carboidratos, vitaminas e minerais em concentrações ideais para as necessidades do bebê. **Conclusão:** Em conclusão, o aleitamento materno exclusivo continua a ser uma prática altamente recomendada e benéfica para o crescimento saudável do bebê.

**Palavras-Chave:** Aleitamento materno, Equipe de assistência ao paciente, Saúde materno-infantil.

**E-mail do autor principal:** fernanda.bandeira@estudante.ufcg.edu.br

1 Graduanda em Enfermagem, Universidade Federal de Campina Grande, Cajazeiras – Paraíba, fernanda.bandeira@estudante.ufcg.edu.br

2 Enfermeira, Especialista em Gestão em Serviços de Saúde, Centro Universitário Doutor Leão Sampaio, Juazeiro do Norte- Ceará, selmaenfermagem2010@hotmail.com

3 Enfermeira, Centro Universitário Fipmoc, Montes Claros- Minas Gerais, [samirasantos4282@gmail.com](mailto:samirasantos4282@gmail.com)

4 Enfermeiro, Universidade Federal do Pampa, Uruguaiana- Rio Grande do Sul, eduardoolopees@gmail.com

5 Graduando em Nutrição, Universidade Federal do Pará, Belém- Pará, [salatiel.carneiro@gmail.com](mailto:salatiel.carneiro@gmail.com)

6 Graduando em Medicina, PUC-GO, Goiânia- Goiás, gabrielalmeida2772@gmail.com

7 Médico, Universidade Federal de Mato Grosso, Cuiabá- Mato Grosso, Vaz.rafael1@gmail.com

8 Graduando em Medicina, UFMT, Cuiabá- Mato Grosso, [carlosvictorgd@gmail.com](mailto:carlosvictorgd@gmail.com)

9 Médico, UFMT, Cuiabá- Mato Grosso, [matheusnudutra@gmail.com](mailto:matheusnudutra@gmail.com)

10 Graduando em Medicina, UFMT, Cuiabá- Mato Grosso, tassianocampos03@gmail.com

11 Enfermeira, UNIRB, Salvador- Bahia, enftay23@hotmail.com

12 Enfermeiro, Pós-Graduando em Urgência e Emergência, Centro Universitário Santo Agostinho – UNIFSA, Teresina- Piauí, [moisesregoo@gmail.com](mailto:moisesregoo@gmail.com)

13 Graduando em Medicina, PUC-GO, Goiânia- Goiás, [gabrielalmeida2772@gmail.com](mailto:gabrielalmeida2772@gmail.com)

14 Graduando em Medicina, Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais, Horizonte- Minas Gerais, camila.carvalho.medicina@gmail.com

**1. INTRODUÇÃO**

O Aleitamento Materno Exclusivo (AME) refere-se à prática de alimentar um bebê exclusivamente com leite materno durante os primeiros seis meses de vida, sem a introdução de água, chás, sucos ou alimentos sólidos. Essa é uma recomendação da Organização Mundial da Saúde (OMS) e de outras organizações de saúde, devido aos inúmeros benefícios que o leite materno oferece ao bebê e à mãe (LEITE *et al.,* 2021).

Ademais, é importante que a amamentação seja iniciada o mais rápido possível após o nascimento do bebê, idealmente dentro da primeira hora de vida. Além disso, o aleitamento materno deve ser exclusivo nos primeiros seis meses, sendo complementado com alimentos adequados após essa fase, enquanto o aleitamento continua até pelo menos os dois anos de idade (BRITO *et al.*, 2022).

Por isso, é fundamental que as mães recebam apoio adequado durante esse período, incluindo informações sobre a técnica correta de amamentação, suporte emocional e, se necessário, orientação profissional. O aleitamento materno exclusivo é uma prática valiosa para promover a saúde e o bem-estar tanto do bebê quanto da mãe (MIGOTO *et al.,* 2022).

O leite materno é uma fonte completa e balanceada de nutrientes, fornecendo proteínas, gorduras, carboidratos, vitaminas e minerais em proporções ideais para o desenvolvimento do bebê. Esses nutrientes são facilmente absorvidos e utilizados pelo organismo do bebê (ASSIS *et al.,* 2022).

Além disso, o leite materno contém uma variedade de substâncias imunológicas, como anticorpos, que ajudam a proteger o bebê contra infecções e doenças. Isso é especialmente importante nos primeiros meses de vida, quando o sistema imunológico do bebê está em desenvolvimento (SHIBUKAWA *et al.,* 2023).

O ato de amamentar contribui para o fortalecimento do vínculo emocional entre a mãe e o bebê, o que é fundamental para o desenvolvimento emocional e psicológico da criança. A sucção natural durante a amamentação contribui para o desenvolvimento saudável da boca e dos músculos maxilares, o que pode impactar positivamente a fala e a respiração do bebê (LEITE *et al.,* 2021).

**2. METODOLOGIA**

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, com carácter de estudo descritivo e abordagem qualitativa, em que foi realizada buscas no sistema da Biblioteca Virtual em Saúde do Ministério da Saúde (BVS), na qual foram selecionadas as seguintes bases de dados: Literatura Internacional em Ciências da Saúde (MEDLINE), Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e o *Scientific Electronic Library Online* (Scielo). Assim, destaca-se que durante as pesquisas realizadas, foram utilizados os vigentes Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): Aleitamento materno, Equipe de assistência ao paciente, Saúde materno-infantil.

Da mesma forma, salienta- se que os critérios de inclusão adotados durante as pesquisas foram: artigos completos, disponíveis na íntegra, provindos do idioma português, inglês e espanhol, que tivessem conexão com a temática abordada e produzidos nos períodos de 2018 a 2023. Enquanto isso, os critérios de exclusão empregados foram os artigos incompletos, sem conexão com a temática e que não atendiam a linha temporal exigida.

Com base nisso, destaca-se que para a construção do trabalho foi necessário adotar a estruturação focada em 8 etapas dispostas da seguinte forma: 1) Definição da temática, 2) Elaboração da pergunta norteadora, 3) Definição dos critérios de inclusão e exclusão para o direcionamento das pesquisas a serem realizadas, 4) Definição das bases de dados, para a efetivação das buscas científicas, 5) Seleção dos artigos que se enquadravam no tema, 6) Análise dos estudos na etapa qualitativa final, 7) Interpretação dos dados obtidos e 8) Exposição da abordagem da temática.

Salienta-se que, mediante a estratégia metodológica aplicada, dispensou-se a submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa (CEP), visto que foram priorizados dados secundários, ou seja, provindos de estudos coletados e averiguados por outra pessoa através de um processo de investigação apropriado.

Desse modo, inicialmente foram encontrados 167 resultados, sem o adicionamento dos filtros. Todavia, posteriormente a aplicação dos parâmetros inclusivos, o número de achados reduziu-se para 13 estudos, e destes, foram lidos os seus títulos resultantes das bases de dados e excluídos os que não condiziam com a temática, restando apenas 09 artigos para a amostra na síntese qualitativa final.

**3. RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Mediante as análises literárias, verificou-se nitidamente que o aleitamento materno exclusivo (AME) tem sido reconhecido como um pilar fundamental para o crescimento e desenvolvimento saudável do bebê. Neste contexto, o AME ganha destaque por seu papel crucial no fornecimento de nutrientes essenciais, proteção contra doenças e promoção de um vínculo emocional entre a mãe e o bebê (MIGOTO *et al.,* 2022).

O leite materno é uma fonte completa de nutrientes, fornecendo proteínas, gorduras, carboidratos, vitaminas e minerais em concentrações ideais para as necessidades do bebê. A revisão aborda os benefícios específicos de cada componente nutricional, destacando a biodisponibilidade e a facilidade de digestão, fatores essenciais para o crescimento adequado durante os primeiros meses de vida (ASSIS *et al.,* 2022).

Uma análise aprofundada dos componentes imunológicos do leite materno destaca a presença de anticorpos, células imunes e fatores antimicrobianos que conferem ao bebê uma proteção significativa contra infecções e doenças. Verificou-se que o AME com uma redução do risco de infecções respiratórias, gastrointestinais e alergias, proporcionando uma base sólida para a promoção da saúde a curto e longo prazo (BRITO *et al.*, 2022).

O papel dos ácidos graxos essenciais, como o DHA, no desenvolvimento do sistema nervoso central será discutido em relação ao AME. Além disso, abordaremos a influência do aleitamento materno no estabelecimento de um vínculo emocional saudável entre a mãe e o bebê, com potenciais impactos positivos no desenvolvimento psicossocial (LEITE *et al.,* 2021).

É importante lembrar que cada bebê é único, e o aleitamento materno exclusivo pode não ser possível ou adequado para todas as mães e bebês. Em casos específicos, os profissionais de saúde podem oferecer orientações personalizadas. No entanto, sempre que possível, o aleitamento materno exclusivo é altamente recomendado pelos benefícios que proporciona ao crescimento e desenvolvimento saudável do bebê (LEITE *et al.,* 2021).

O aleitamento materno exclusivo é frequentemente promovido como uma prática essencial para o crescimento saudável do bebê, e há justificativa científica para isso. A amamentação fornece nutrientes ideais necessários para o desenvolvimento do bebê nos primeiros meses de vida, além de oferecer proteção contra infecções, alergias e contribuir para o fortalecimento do sistema imunológico (SHIBUKAWA *et al.,* 2023).

Entretanto, algumas críticas têm sido feitas em relação a essa abordagem. Alguns críticos afirmam que há um excesso de pressão para as mães amamentarem, o que pode criar sentimentos de culpa e inadequação em mulheres que encontram dificuldades para amamentar ou optam por não fazê-lo. Também ressaltam que fatores socioeconômicos podem influenciar a capacidade das mães de amamentar, como retorno ao trabalho, falta de licença maternidade e acesso limitado a cuidados de saúde (GARCIA *et al.*, 2021).

Além disso, algumas evidências sugerem que os benefícios do aleitamento materno exclusivo podem ser ligeiramente exagerados, e que os efeitos a longo prazo podem ser mais sutis do que se acredita. Enquanto o aleitamento materno é, sem dúvida, benéfico, é importante reconhecer que há outros fatores que contribuem para o crescimento saudável do bebê, como a nutrição complementar adequada, o ambiente em que o bebê está inserido e a qualidade dos cuidados recebidos (MIGOTO *et al.,* 2022).

Portanto, é crucial adotar uma abordagem equilibrada ao discutir os benefícios do aleitamento materno exclusivo. Reconhecer a importância do aleitamento materno, ao mesmo tempo em que se oferece suporte às mães que enfrentam desafios nesse processo e se considera a variedade de fatores que influenciam o crescimento saudável do bebê, é essencial para garantir a saúde e o bem-estar infantil (SHIBUKAWA *et al.,* 2023).

**4. CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Em conclusão, o aleitamento materno exclusivo continua a ser uma prática altamente recomendada e benéfica para o crescimento saudável do bebê. A literatura científica demonstrou de maneira consistente os inúmeros benefícios do aleitamento materno, que vão desde a nutrição ideal até a proteção contra doenças e o fortalecimento do sistema imunológico. No entanto, é essencial abordar essa questão de maneira equilibrada, reconhecendo que fatores sociais, econômicos e individuais podem impactar a capacidade das mães de amamentar.

Além disso, é importante considerar que o aleitamento materno exclusivo não é o único determinante do crescimento saudável do bebê. Outros fatores, como a nutrição complementar, o ambiente em que o bebê cresce e os cuidados recebidos, desempenham um papel crucial. Portanto, uma abordagem holística que leve em consideração todos os aspectos do desenvolvimento infantil é fundamental.

Compreender e apoiar as mães em suas escolhas e necessidades individuais, oferecendo orientação e assistência para superar possíveis desafios no aleitamento materno, é essencial para promover a saúde e o bem-estar das crianças. Ao mesmo tempo, é necessário ampliar o foco da discussão sobre o crescimento saudável do bebê para incluir outros aspectos além do aleitamento materno exclusivo. Ao adotar essa abordagem integrada, podemos garantir um ambiente propício para o desenvolvimento saudável e feliz das crianças.

**REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

ASSIS, T. S. C. Associated factors of neonatal near miss among newborns of adolescent mothers in Brazil. Revista da Escola de Enfermagem da USP [online]. 2022, v. 56 [Accessed 4 February 2024], e20210359. Available from: [https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP-2021-0359en https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP-2021-0359pt](https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP-2021-0359en%20https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP-2021-0359pt). Epub 30 May 2022. ISSN 1980-220X.

BRITO, F. A. M. Rede Cegonha: maternal characteristics and perinatal outcomes related to prenatal consultations at intermediate risk. Revista da Escola de Enfermagem da USP [online]. 2022, v. 56 [Accessed 4 February 2024], e20210248. Available from: <https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP-2021-0248>. Epub 31 Jan 2022. ISSN 1980-220X.

COSTA, P. Educational workshops about bonding with the fetus during pregnancy: a clinical trial. Revista Gaúcha de Enfermagem [online]. 2021, v. 42 [Accessed 4 February 2024], e20200330. Available from: <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2021.20200330>. Epub 06 Dec 2021. ISSN 1983-1447.

FERREIRA, F. M. Network care: relationship between prenatal care adequacy and hospital obstetric care in a cross-sectional study. Revista da Escola de Enfermagem da USP [online]. 2022, v. 56 [Accessed 4 February 2024], e20220011. Available from: [https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP-2022-0011en https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP-2022-0011pt](https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP-2022-0011en%20https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP-2022-0011pt). Epub 01 July 2022. ISSN 1980-220X.

GARCIA, N. P. The nursing process in postpartum consultations at Primary Health Care Units. Revista da Escola de Enfermagem da USP [online]. 2021, v. 55 [Accessed 4 February 2024], e03717. Available from: <https://doi.org/10.1590/S1980-220X2020005103717>. Epub 21 May 2021. ISSN 1980-220X.

LEITE, R. C. Busca de qualidade e segurança no cuidado ao filho: interações familiares com profissionais de|Home Care. Escola Anna Nery [online]. 2022, v. 26 [Acessado 4 Fevereiro 2024], e20210236. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2021-0236>. Epub 15 Nov 2021. ISSN 2177-9465.

MIGOTO, M. T. Validação de indicadores para monitoramento da qualidade do pré-natal. Escola Anna Nery [online]. 2022, v. 26 [Acessado 4 Fevereiro 2024], e20210262. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2021-0262>. Epub 15 Nov 2021. ISSN 2177-9465.

MONTEIRO DE ARAUJO, L. A. Perfil da mortalidade neonatal no Rio Grande do Norte (2008 – 2017). Av.enferm., Bogotá , v. 38, n. 3, p. 307-315, Dec. 2020 . Available from <http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-45002020000300307&lng=en&nrm=iso>. Access on 04 Feb. 2024. Epub Jan 05, 2021.

SHIBUKAWA, B. M. C. Monitoring of high-risk children in health services: A geospatial mixed-methods study. Revista Latino-Americana de Enfermagem [online]. 2022, v. 30 [Accessed 4 February 2024], e3777. Available from: [https://doi.org/10.1590/1518-8345.5806.3777 https://doi.org/10.1590/1518-8345.5806.3778 https://doi.org/10.1590/1518-8345.5806.3776](https://doi.org/10.1590/1518-8345.5806.3777%20https://doi.org/10.1590/1518-8345.5806.3778%20https://doi.org/10.1590/1518-8345.5806.3776). Epub 06 Jan 2023. ISSN 1518-8345.