

BENEFÍCIOS DA AMAMENTAÇÃO À SAÚDE MATERNA E INFANTIL

RESUMO

Introdução: Ações informativas e de promoção ao aleitamento materno devem ser intensificadas, a fim de instruir e sensibilizar a população sobre os benefícios a curto e longo prazo da amamentação à saúde materno-infantil. **Objetivo:** Identificar, de acordo com os dados da literatura científica, os benefícios da amamentação e do leite humano sobre a saúde materna e infantil. **Métodos:** Trata-se de uma revisão bibliográfica, a partir da busca de artigos científicos originais na base de dados eletrônica PubMed (2010 – 2020). Os termos de indexação (MeSH) utilizados foram: (“breast milk” OR “Milk, Human” OR “Milk, Breast” OR “Human Milk” OR “Breast Feeding” OR “Lactation” OR “Milk Banks”) AND (“neonatal outcomes” OR “maternal outcomes”). **Resultados:** A amamentação permite ao lactente sua nutrição plena, a otimização do sistema imunológico, desenvolvimento físico e neurocognitivo, amadurecimento do trato gastrointestinal, redução do risco de alergias e redução da morbimortalidade infantil. A longo prazo, há redução do risco para agravos crônicos, como hipertensão arterial sistêmica, diabetes mellitus, hipercolesterolemia, sobrepeso e obesidade. Os benefícios para a progenitora incluem fator de proteção para desenvolvimento de DM2, câncer de mama e ovário, permite um maior espaçamento entre as gestações, redução de custos, além de estimular o vínculo mãe-filho. **Conclusão:** Diante dos inúmeros benefícios que o aleitamento materno oferece à saúde materno-infantil, cabe ao profissional de saúde, em especial, o nutricionista, estimular e apoiar a promoção da amamentação infantil, para contribuir com a qualidade de vida da sociedade.

Palavras-chave: Saúde da mulher, Saúde da criança, Aleitamento.

1. INTRODUÇÃO

Crenças enraizadas no conhecimento coletivo, sem embasamento científico, distorcem a composição superior e inigualável do leite humano sobre qualquer outra fonte alimentar láctea para a nutrição do lactente. Em virtude disso, foram criadas políticas públicas para promoção do aleitamento materno (BRASIL, 2017)^a. Além disso, a lei de nº 13.435, de 12 de abril de 2017 institui o mês de agosto dourado, como o mês para que ações intersetoriais de conscientização e esclarecimento sobre a importância do aleitamento materno sejam intensificadas, a fim de instruir e sensibilizar a população sobre os benefícios a curto e longo prazo à saúde materno-infantil (BRASIL, 2017)^b.

Apesar das ações de saúde pública a este favor, os índices de aleitamento materno no Brasil, principalmente sobre a amamentação dos primeiros seis meses de vida, não estão em adequação de acordo com o recomendado (ENANI, 2020). Para o cumprimento destas ações de cunho global, faz-se necessário a atuação do profissional de saúde, de forma

multidisciplinar, para que sejam ações eficazes, pois a promoção da amamentação infantil podem contribuir, numa perspectiva universal, com a qualidade de vida da sociedade, neste contexto, o presente estudo tem como objetivo identificar, de acordo com os dados da literatura científica, os benefícios da amamentação e do leite humano sobre a saúde materna e infantil.

2. MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de uma revisão bibliográfica, realizada no ano de 2020, a partir da busca de artigos científicos originais na base de dados eletrônica PubMed, publicados nos últimos dez anos (2010 – 2020), com idioma na língua portuguesa e/ou inglesa. Foram eliminados os artigos indisponíveis para download pelo Portal de Periódicos CAPES (biblioteca virtual Brasileira financiada pelo Ministério da Educação), artigos em duplicatas, e aqueles que não correspondiam aos critérios de inclusão. Os termos de indexação (MeSH) utilizados, foram os seguintes: (“breast milk” OR “Milk, Human” OR “Milk, Breast” OR “Human Milk” OR “Breast Feeding” OR “Lactation” OR “Milk Banks”) AND (“neonatal outcomes” OR “maternal outcomes”).

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

O leite materno, além do fator nutricional, promove otimização do desenvolvimento imunológico imaturo do lactente, principalmente devido aos compostos bioativos (anti-inflamatórios, antioxidantes, fatores interativos, dentre outros), algumas proteínas especializadas (imunoglobulinas, principalmente a IgA, IgM e IgG; macrófagos; neutrófilos; linfócitos B e T, lactoferrina e lisozima), carboidratos complexos, incluindo oligossacarídeos do leite materno (HMO), lipídios de cadeia longa (LC - PUFAS), e a presença de microorganismos, que promovem a colonização bacteriana saudável do intestino do lactente (ANDREAS, KAMPMANN, DOARE, 2015; DOARE et al., 2018).

Para os lactentes, dentre os benefícios que o aleitamento materno direciona a curto prazo, a atenuação da morbimortalidade infantil tem sido apontada como uma das principais vantagens, em razão desta estratégia contribuir com o alcance dos objetivos do desenvolvimento sustentável (ODS), pois crianças amamentadas ao seio tendem a apresentar menores taxas de infecções, e conseqüentemente, redução nos índices de hospitalizações

recorrentes, além de evitar óbitos em menores de cinco anos em até 13% das mortes mundiais (WHO, 2015; LIU et al., 2016).

Uma das principais causas de morbidade infantil, têm sido infecções gastrointestinais, sendo a diarreia um dos sintomas típicos desta condição aguda, que está fortemente vinculada a condições socioeconômicas e higiênico-sanitárias. Entretanto, o aleitamento materno possui eficácia tanto na prevenção, quanto no tratamento, de forma a atenuar a gravidade da doença (VICTORA et al., 2016).

Outro benefício ao neonato permeia sobre a redução do risco à alergias (como a da proteína do leite de vaca, e dermatite atópica) (JARVINEN, 2018) e asma (SBP, 2018). Particularmente sobre as alergias, o aleitamento materno, principalmente o exclusivo até os seis meses de idade, em neonatos que possuem histórico familiar de algum tipo de alergia, diminuem as chances daquela criança futuramente apresentar alergias (ARSLANOGLU et al., 2013; ANDREAS, KAMPMANN, DOARE, 2015). Além disto, há também indícios que o leite materno influencia não apenas o desenvolvimento físico, mas também que aprimore o desenvolvimento neurocognitivo (BORBA, SHARIF, SHOENFELD, 2018).

Além das evidências a curto prazo, a prática do aleitamento materno apresenta associação com benefícios a longo prazo, visto que evidências indicam que fatores nutricionais e metabólicos, inseridos nas fases iniciais do desenvolvimento humano, como o aleitamento materno, possuem efeitos na adultidade, programando aquele organismo imaturo, a estados de saúde ou doença (SBP, 2018). Estudos epidemiológicos identificaram que adultos que foram amamentados, apresentaram redução do risco para agravos crônicos, como hipertensão arterial sistêmica (HAS), diabetes *mellitus* tipo 1 (DM1) e 2 (DM2), hipercolesterolemia, sobrepeso e obesidade (HORTA, LORET, VICTORA, 2015; BORBA, SHARIF, SHOENFELD, 2018).

Enquanto que para as progenitoras, os benefícios também ocorrem, pois o ato de amamentar tem sido considerado fator de proteção para o desenvolvimento de DM2, podendo reduzir em até 15% para cada ano de amamentação, isto acontece pela manutenção do equilíbrio glicêmico que o ato de amamentar proporciona (SBP, 2018). Além disso, foi identificado que em lactantes há redução de câncer de mama e câncer de ovário, além de ocorrer um maior espaçamento entre as gestações (VICTORA et al., 2016).

Vale ressaltar que o aleitamento materno é uma prática natural, portanto, não há custos adicionais, além de ser a melhor fonte de nutrição para o lactente em relação a utilização de

fórmulas infantis que possuem alto custo. Diante do quadro atual de pandemia pelo novo coronavírus, é válido ressaltar que não existem evidências científicas que sugiram que a amamentação aumente o risco de bebês contraírem COVID-19. Sendo assim, é propício que o contato pele a pele continue sendo essencial para a saúde do recém-nascido e da mãe (TULLEKEN et al., 2020).

A amamentação é um ato que promove o vínculo entre mãe e filho, devido ao contato corporal e visual entre os dois, favorecendo doação de afeto, carinho, sensação de segurança e proteção ao lactente (SBP, 2018). Em razão a esta gama de benefícios que o aleitamento materno pode favorecer tanto a criança, quanto a progenitora, o profissional de saúde, enquanto agente educativo, deve incentivar a prática da amamentação, com ênfase ao nutricionista, pela responsabilidade de promover a alimentação saudável desde a primeira fase da vida.

Quadro 1. Síntese qualitativa dos benefícios da amamentação e do leite materno na saúde materna e neonatal.

Fonte	Benefícios neonatais	Benefícios maternos
Andreas, Kampamann, Doare, 2015 Doare et al., 2018	Nutrição do lactente, otimização do desenvolvimento imunológico imaturo, amadurecimento do sistema gastrointestinal	-
Liu et al., 2016	Redução da morbimortalidade infantil, menores taxas de infecção, redução dos índices de hospitalização	-
Victora et al., 2016	Redução da ocorrência de infecções no trato gastrointestinal (TGI) Prevenção e tratamento de diarreia	-
Arslanoglu et al., 2013 Andreas, Kampamann, Doare, 2015	Redução do risco à alergias	-
Borba, Sharif, Shoenfeld, 2018	Desenvolvimento físico e neurocognitivo	-
Horta, Loret, Victora, 2015 Borba, Sharif, Shoenfeld, 2018	A longo prazo: redução do risco para agravos crônicos, como hipertensão arterial sistêmica (HAS), diabetes mellitus tipo 1 (DM1) e tipo 2 (DM2), hipercolesterolemia, sobrepeso e obesidade	-
Victora et al., 2016 Tulleken, 2020	-	Fator de proteção para desenvolvimento de DM2 Redução do risco de câncer de mama e câncer de ovário

Maior espaçamento entre as
gestações
Redução de custos (prática
natural)
Vínculo mãe-filho

4. CONCLUSÕES

Diversas políticas públicas de saúde em favor do aleitamento materno foram instituídas para que ações de conscientização sejam intensificadas, a fim de instruir e sensibilizar a população sobre os benefícios a curto e longo prazo à saúde materno-infantil.

Dentre esses benefícios, a amamentação permite ao lactente sua nutrição plena, a otimização do sistema imunológico, desenvolvimento físico e neurocognitivo, amadurecimento do trato gastrointestinal, redução do risco de alergias e redução da morbimortalidade infantil. Além disso, a longo prazo, há redução do risco para agravos crônicos, como HAS, DM1 e DM2, hipercolesterolemia, sobrepeso e obesidade.

Os benefícios para a progenitora incluem fator de proteção para desenvolvimento de DM2, câncer de mama, câncer de ovário, permite um maior espaçamento entre as gestações e redução de custos, por ser uma prática natural, além de estimular o vínculo mãe-filho.

Logo, cabe aos profissionais de saúde, de forma multidisciplinar, e especial, o nutricionista, apoiar e promover a amamentação infantil, para contribuir, numa perspectiva universal, com a qualidade de vida da sociedade.

6. REFERÊNCIAS

ANDREAS, N.J., KAMPMANN, B., DOARE, K. Human breast milk: A review on its composition and bioactivity. **Early Hum Dev.** Estados Unidos, v. 91, n. 11, p. 629-635, 2015.

ARSLANOGLU, S., et al. ESPGHAN Committee on Nutrition, Donor human milk for preterm infants: current evidence and research directions. **J Pediatr Gastroenterol Nutr.** Itália, v. 57, n. 4, p. 535-542, 2013.

BORBA, V., SHARIF, K., SHOENFELD, Y. Breastfeeding and autoimmunity: programing health from the beginning. **Am J Reprod Immunol.** Portugal, v. 79, n. 1, 2018.

BRASIL^b. Lei nº 13.435, de 12 de abril de 2017. Institui o mês de agosto como o Mês do Aleitamento Materno. Diário Oficial da União (DOU): seção 1, Brasília, DF, 2017.

BRASIL^a. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Bases para a discussão da Política Nacional de Promoção, Proteção e Apoio ao Aleitamento Materno / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. – Brasília : Ministério da Saúde, 2017.

DOARE, K., et al. Mother's Milk: A Purposeful Contribution to the Development of the Infant Microbiota and Immunity. **Front Immunol.** Estados Unidos, v. 9, p. 361, 2018.

ENANI. Estudo Nacional de Alimentação e Nutrição Infantil. Resultados preliminares: Indicadores de aleitamento materno no Brasil. Universidade Federal do Rio de Janeiro. Rio de Janeiro, 2020.

HORTA, B.L., LORET DE MOLA, C., VICTORA, C.G. Long-term consequences of breastfeeding on cholesterol, obesity, systolic blood pressure and type 2 diabetes: a systematic review and meta-analysis. **Acta Paediatr.** Brasil, v. 104, n. 467, p. 30-37, 2015.

JARVINEN, K.M. Variations in human milk composition: impact on immune development and allergic disease susceptibility. **Breastfeeding Medicine.** Estados Unidos, v. 13, s. 1, p. 11-13, 2018.

LIU, L., et al. Global, regional, and national causes of under-5 mortality in 2000-15: an updated systematic analysis with implications for the Sustainable Development Goals. **Lancet.** Estados Unidos, v. 388, n. 10063, p. 3027-3035, 2016.

SBP. Sociedade Brasileira de Pediatria. Amamentação: A base da vida. Departamento Científico de Aleitamento Materno. Brasil, 2018.

TULLEKEN, V.C., WRIGHT, C., MCCOY, D., COSTELLO, A. Marketing of breastmilk substitutes during the COVID-19 pandemic. **Lancet.** Reino Unido, v. 396, n. 10259, 2020.

VICTORA, C.G., et al. Breastfeeding in the 21st century: epidemiology, mechanisms, and lifelong effect. **Lancet.** Brasil, v. 387, n. 10017, p. 475-490, 2016.

WHO. World Health Organization. Health in 2015: From MDGs to SDGs; 2015. Disponível em: http://www.who.int/gho/publications/mdgs-sdgs/MDGsSDGs2015_chapter4.pdf?ua=1.