

A IMPORTÂNCIA DO ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO NOS PRIMEIROS SEIS MESES DE VIDA PARA A DUPLA MÃE-BEBÊ

THE IMPORTANCE OF EXCLUSIVE BREASTFEEDING IN THE FIRST SIX MONTHS OF LIFE FOR THE MOTHER- BABY DOUBLE

Taiane Cristina de Oliveira¹, Maria das Mercês Gomes da Silva¹, Jordan Barros da Silva²

1. Discente do Curso de Enfermagem da Faculdade de Ciências e Educação Sena Aires.

2. Biomédico. Mestre em Ciência Genômicas e Biotecnologia. Faculdade de Ciências e Educação Sena Aires. jordanbarros@senaaires.com.br

RESUMO

Identificou-se na literatura a importância do aleitamento materno exclusivo nos primeiros seis meses de vida para a promoção da saúde da criança e da mãe. As estratégias de promoção a amamentação variam de acordo com a população, cultura, crença entre outras características. No entanto, a conscientização das mães e seus familiares, mostrando as evidências epidemiológicas da importância do leite materno para a saúde da dupla mãe/bebê é extremamente importante. Para esse trabalho foi realizada uma pesquisa bibliográfica, de natureza qualitativa descritiva, elaborada a partir de material já publicado, constituído principalmente de livros, revistas, artigos de periódicos e materiais disponibilizados na internet, com objetivo de garantir a compreensão dos benefícios garantidos pela amamentação exclusiva até o sexto mês de vida, uma vez que a técnica do aleitamento materno é extremamente fundamental a nutrição da criança, lhe garantido proteção e melhorando seu desenvolvimento. É recomendado como exclusivo nos seis primeiros meses de vida, pois dele a criança recebe os nutrientes necessários para o crescimento, prevenindo-o de doenças futuras e garantindo-lhe imunidade. É essencial compreender que a prática da amamentação exclusiva traz efeitos de pequeno em longo prazo, como fatores relacionados à mortalidade, saúde, prevenção de doenças, imunidade, crescimento e uma vida ativa e saudável. Dessa forma, concluiu-se que o aleitamento materno exclusivo deve ser sempre influenciado e conscientizado, pois os benefícios são inúmeros e serão espelhados durante toda a vida.

Descritores: Amamentação; Aleitamento Materno Exclusivo; Desmame Precoce; Enfermagem.

ABSTRACT

We identified in the literature the importance of exclusive breastfeeding in the first six months of life to promote the health of the child and the mother. Strategies to promote breastfeeding vary according to population, culture, beliefs and other characteristics. However, this review seeks to raise the awareness of mothers and their families by showing the epidemiological evidence of the importance of breast milk for the health of the mother / baby. A qualitative bibliographical research was carried out for this work, elaborated from material already published, consisting mainly of books, magazines, periodicals and materials made available on the Internet. The same is about understanding the benefits guaranteed by exclusive breastfeeding until the sixth month of life. The technique of breastfeeding is extremely important to the child's nutrition, guaranteeing protection and improving its development. It is recommended as exclusive in the first six months of life, as the child receives the nutrients needed for growth, preventing him from future diseases and granting him immunity. It is essential to understand that the practice of exclusive breastfeeding brings small effects in the long run, with factors related to mortality, health, disease prevention, immunity, growth and an active and healthy life. It is concluded that exclusive breastfeeding must always be influenced and conscientized, since the benefits are numerous and will be mirrored throughout life.

Descriptors: Breastfeeding; Exclusive Breastfeeding; Early Weaning; Nursing.

Como citar: Braz TCO, Silva MDMG, Silva JB. Revisão sobre A Importância do aleitamento materno exclusivo nos primeiros seis meses de vida para a dupla mãe-bebê. Rev Inic Cient Ext. 2018; 1(Esp.2): 250-4.

INTRODUÇÃO

As vantagens da amamentação exclusiva para crianças até o sexto mês de vida é a estratégia isolada que mais previne mortes infantis precoces, além de promover a saúde física, mental e psíquica da criança e da mulher que amamenta. Dentre os benefícios do leite humano para a criança, destaca-se a sua melhor digestão, composição química balanceada, ausência de princípios alérgicos, proteção de infecção, além do baixo custo. Dessa forma, a amamentação é a melhor maneira de nutrir o bebê constituindo bases para efeitos biológicos e emocionais no desenvolvimento da criança.¹

Nos últimos anos, a Organização Mundial de Saúde (OMS), a Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP) e outros órgãos de saúde, sugeriram que todas as crianças sejam alimentadas unicamente por leite materno durante os primeiros seis meses de vida e a amamentação deve ocorrer imediatamente após o nascimento, visto que quanto mais cedo ele ocorre, melhor para o bebê, uma vez que a proteção do leite materno contra mortes infantis é maior quanto mais nova for a criança. Acredita-se, atualmente, que a mortalidade por doenças infecciosas é seis vezes maior em crianças menores de dois meses não amamentadas.²

No entanto, muitas vezes esse processo de amamentação precoce não ocorre devido à sensibilidade da mãe, que relata ser “difícil e doloroso”, quando na realidade esse período deveria ser considerado “mágico e sublime”, uma vez que amamentar é muito mais do que nutrir a criança e envolve interação profunda entre mãe e filho, com repercussões no estado nutricional da criança, em sua habilidade de se defender de infecções, em sua fisiologia e no seu desenvolvimento cognitivo e emocional, e em sua saúde em longo prazo, além de ter implicações na saúde física e psíquica da mãe.³

Evidências também nos mostram que o leite materno protege contra a diarreia, principalmente em crianças mais pobres. É importante destacar que essa proteção pode diminuir quando o aleitamento materno deixa de ser exclusivo. Oferecer à criança amamentada água ou chás, prática considerada inofensiva até pouco tempo atrás, pode dobrar o risco de diarreia nos primeiros seis meses de vida. Além de evitar a diarreia, a amamentação também exerce influência na gravidade dessa doença. Crianças não amamentadas têm um risco três vezes maior de desidratar e de morrerem por diarreia quando comparadas com as amamentadas.⁴

A proteção do leite materno contra infecções respiratórias foi demonstrada em vários estudos realizados em diferentes partes do mundo, inclusive no Brasil. Assim como ocorre com a diarreia, a proteção é maior quando a amamentação é exclusiva nos primeiros seis meses. Além disso, a amamentação diminui a gravidade dos episódios de infecção respiratória.⁵

Outro fator importante do aleitamento materno é a prevenção de otites e alergias. Estima-se redução de 50% de episódios de otite média aguda em crianças amamentadas exclusivamente por três ou seis meses quando comparadas com crianças alimentadas unicamente com leite de outra espécie, e menos quadros de alergias à proteína do leite de vaca, dermatite atópica, asma e sibilos recorrentes⁶. Em contrapartida, a exposição a pequenas doses de leite de vaca nos primeiros dias de vida parece aumentar o risco de alergia ao leite de vaca. Por isso é importante evitar o uso desnecessário de formulas infantil.⁶

Dessa forma, é possível perceber que o leite materno é o alimento ideal, não sendo necessário oferecer água, chá e nenhum outro alimento até os seis meses de idade.

A maioria dos estudos que avaliaram a relação entre obesidade em crianças maiores de três anos e tipo de alimentação no início da vida constatou menor frequência de sobrepeso/obesidade em crianças que haviam sido amamentadas. Na revisão da OMS sobre evidências do efeito do aleitamento materno em longo prazo, os indivíduos amamentados tiveram uma chance 22% menor de vir a apresentar sobrepeso/obesidade.⁷

É possível também que haja uma relação dose/resposta com a duração do aleitamento materno, ou seja, quanto maior o tempo em que o indivíduo foi amamentado, menor será a chance de ele vir a apresentar sobrepeso/obesidade.⁸

Acredita-se que a amamentação traga benefícios psicológicos para a criança e para a mãe. Uma amamentação prazerosa, os olhos nos olhos e o contato contínuo entre mãe e filho certamente fortalecem os laços afetivos entre eles, oportunizando intimidade, troca de afeto e sentimentos de segurança e de proteção na criança e de autoconfiança e de realização na mulher. Amamentação é uma forma muito especial de comunicação entre a mãe e o bebê e uma oportunidade de a criança aprender muito cedo a se comunicar com afeto e confiança.¹

O aleitamento materno também pode melhorar a qualidade de vida das famílias, uma vez que as crianças amamentadas adoecem menos, necessitam de menos atendimento médico, hospitalizações e

medicamentos, o que pode implicar menos faltas ao trabalho dos pais, bem como menos gastos e situações estressantes. Além disso, quando a amamentação é bem-sucedida, mães e crianças podem estar mais felizes, com repercussão nas relações familiares e, conseqüentemente, na qualidade de vida dessas famílias.¹

Dessa maneira, o presente trabalho tem como objetivo demonstrar dados que favoreçam o laço afetivo entre mãe e filho, e também ajudar na prevenção de doenças, que nesta fase da vida são combatidas pelos nutrientes que somente o leite materno pode oferecer com segurança. Os benefícios para as mães são proporcionar a redução do sangramento após o parto, diminuição da incidência de anemia, câncer de ovário e mama e ajuda no combate à osteoporose.⁹

MÉTODO

O presente trabalho consiste de uma revisão bibliográfica envolvendo a bibliografia já publicada em forma de livros, revistas e artigos científicos relacionados ao tema de estudo, na qual tem a finalidade de colocar o leitor em contato direto com aquilo que já foi desenvolvido sobre a importância do aleitamento materno.

A coleta dos dados foi realizada nos meses de março e abril de 2018. Neste sentido, para análise dos textos selecionados, foram identificadas idéias centrais que deram direcionamento a pesquisa, como a importância de se descrever a seriedade das ações propostas pelo Ministério da Saúde na promoção e incentivo ao aleitamento materno.

Dessa forma, como critérios de inclusão, foram selecionados artigos nacionais, originais, publicados no período 2008 a 2015. Como critérios de exclusão, foram retirados do trabalho todos os artigos de revisão e estudos em que a temática não era pertinente ao tema.

Na plataforma *SciELO*, foram encontrados cinco artigos sobre o tema, utilizando as palavras-chave “amamentação” e “aleitamento materno exclusivo”, e dois deles foram utilizados. Na plataforma *BIREME*, foram encontrados 13 arquivos, com palavras chave “amamentação e nutrição”, e dois artigos foram inseridos no trabalho. Das 21 referências encontradas na plataforma *LILACS*, com as palavras-chave “incentivas a amamentação”, quatro artigos foram utilizados. Assim, dentre os 39 documentos obtidos, foram selecionados 20 artigos para análise e apenas oito atenderam ao objetivo do estudo.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Abaixo se apresenta os resultados obtidos a partir da revisão bibliográfica, os quais buscaram responder, a importância do incentivo da amamentação exclusiva nos primeiros seis meses de vida e identificar a contribuição do enfermeiro e demais profissionais em saúde para a amamentação no primeiro semestre da amamentação.

O aleitamento materno é uma fase da ação reprodutiva da mulher em que a técnica resulta em melhora na saúde da mulher e da criança. Ao escolher este método, a lactante além de prover o sustento ao filho, cultiva proximidade física, carregada de percepção para a relação mãe e filho. Neste sentido, percebe-se que prática do aleitamento materno é bastante antiga e como é do conhecimento de todos, traz inúmeros benefícios para a saúde da dupla mãe/bebê.¹⁰

É possível compreender que toda mulher é capaz de amamentar, porém nem todas desenvolvem a prática. Apesar de dados relevantes serem apresentados pela (OMS) em relação às vantagens do processo e de se observar uma considerável melhora nos índices de amamentação registrados no Brasil entre as décadas de 80 e 90, observa-se também que ainda existe uma espécie de tendência latente ao desmame historicamente presente na sociedade, levando as mulheres a desmamarem os seus filhos de forma precoce.¹¹

O leite materno é a primeira alimentação que o bebê deve ganhar ao nascer, sendo rico em nutrientes. Nos primeiros seis meses de vida, não há necessidade de água ou chá, mesmo quando o tempo estiver muito quente, seco ou quando o bebê estiver com cólica. O leite materno é importante para o bebê durante esse período porque evita muitas doenças, principalmente quando dado exclusivamente. Além disso, contém todas as substâncias necessárias para que o bebê cresça mentalmente e fisicamente.¹

Neste sentido, percebe-se que, após a revisão bibliográfica, fica constatado que os bebês que são amamentados exclusivamente com leite materno até os seis meses de idade e possuem uma quantidade de hemoglobina superior aos bebês que possuem introdução de alimentação complementar antes dessa idade, diminuindo assim as chances de desenvolverem anemia. Desse modo, observa-se

que a ausência de amamentação ou sua interrupção precoce e a introdução de outros alimentos à dieta da criança, durante esse período, tem consequências para a saúde do bebê, como exposição a agentes infecciosos, contato com proteínas estranhas, prejuízo da digestão e assimilação de elementos nutritivos.¹²

Outro fator que influencia de forma intensa o aleitamento é a idade da mãe, que, quando adolescente, apresenta uma menor duração do aleitamento. Isto é causado por uma insegurança por parte da mãe, que não tem habilidade e nem conhecimento suficiente para amamentar adequadamente o seu filho e também por falta de incentivo por parte das pessoas que a cercam.

Neste contexto, é necessário que exista mais informação ou conhecimento, para que as mulheres apresentem sucesso em sua experiência de amamentar, ou se sintam incentivadas em fazê-lo. É imprescindível dar oportunidade para que mães e bebês vivenciem esta arte de forma natural.¹

O processo da amamentação, embora de aparente simplicidade, requer um complexo conjunto de condições no contexto social da mulher e seu filho. Assim, só a informação ou educação não basta para que as mulheres tenham sucesso em sua experiência de amamentar, ou fiquem motivadas em fazê-lo. É preciso dar condições concretas para que mães e bebês vivenciem este processo de forma prazerosa. Dessa forma, compete ao profissional de saúde habilitada passar informações necessárias para que a mãe tenha ciência da importância do aleitamento materno exclusivo, além de exercer com propriedade sua função de orientar, incentivar e sem desrespeitar as questões culturais e preceitos relacionados à amamentação.¹³

O profissional enfermeiro é considerado apto a dar informações no acompanhamento de gestantes com baixo risco obstétrico, sendo atribuídas a ele inúmeras ações como: solicitações de exames; abertura do Sistema de Informação de Saúde (SIS); realização de exame obstétrico; encaminhamentos necessários; preparo para o parto; orientações sobre os cuidados com o recém-nascido e sobre a amamentação materna exclusiva; vacinação; e também a promoção de vínculo entre mãe e bebê.¹⁴

No início da gestação, os conhecimentos fornecidos à futura mãe são muito importantes. Principalmente nos primeiros dias após o nascimento, considerando a situação de desconforto ou ainda o surgimento de fissuras no seio; esses fatores juntamente com a falta de incentivo à prática do aleitamento materno podem se tornar um agravante para o desmame precoce e prejudicar no estado nutricional da criança.¹⁵

Nesta perspectiva, os profissionais de enfermagem, juntamente com as mães, devem encontrar formas de superar as dificuldades vivenciadas na amamentação. Na prática é possível perceber que muitos dos profissionais de saúde apresentam dificuldades para se manterem atualizados em relação à amamentação infantil, ficando nítida a necessidade de treinamentos e conscientização desses profissionais.¹⁶

CONCLUSÃO

A confecção deste artigo acadêmico sobre a importância da amamentação materna exclusiva foi de suma relevância para nossa formação acadêmica em Enfermagem. Desta forma, concluir que este trabalho contribua para que as crianças tenham seu direito de mamar no peito exclusivamente até os seis meses e o seu prolongamento até os dois anos de idade ou mais garantidos e respeitados. A amamentação é a primeira e mais importante ação no combate a fome, as doenças, desnutrição e no fortalecimento do vínculo fundamental entre mãe e filho e com a participação da família e da comunidade, a amamentação exclusiva até os seis meses de idade promove um desenvolvimento infantil adequado.

O trabalho de enfermeiros e demais profissionais da saúde que no dia a dia convivem com gestantes, mães, crianças e seus familiares têm a grande missão de promover, proteger e apoiar a amamentação. Para que a prática do aleitamento materno exclusivo tenha sucesso, é indispensável o apoio dos profissionais de saúde, auxiliando e cuidando da dupla mãe/bebê.

Dessa forma, deve-se então, criar um vínculo de confiança com a mãe e seus familiares, permitindo uma escuta ativa, esclarecendo dúvidas relacionadas ao aleitamento, como o manejo, a prevenção de complicações, as dificuldades e crenças, e principalmente reforçar a importância do aleitamento materno exclusivo até o sexto mês de vida. Neste contexto o enfermeiro, no cumprimento de sua missão de acompanhar e informar pode contribuir incentivando as mães frente o aleitamento materno e auxiliando nos esclarecimentos, ajudando-as a entender a importância do ato de amamentar. Passando assim a ser visto como um importante viabilizador das recomendações relacionadas à amamentação, sendo parte integrante de equipes multiprofissionais.

REFERÊNCIAS

1. Brasil, Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Saúde da criança: Nutrição infantil: aleitamento materno e alimentação complementar / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2009 a.
2. Rea MF, Aleitamento materno e saúde da mulher: algumas considerações. In: LABRA M.E, Mulher, saúde e sociedade no Brasil. Petrópolis: Vozes, 1989. p.269-276.
3. World Health Organization. Collaborative study team on the role of breastfeeding on the prevention of infant mortality: effect of breastfeeding on infant and child mortality due to infectious diseases in less developed countries: a pooled analysis. Lancet, v. 355, p. 451-455, 2000.
4. Brown KH, Et al. Infant-feeding practices and their relationship with diarrheal and other diseases in Huascar. Pediatrics, Lima (Peru), v. 83, p. 31-40, 1989.
5. Albernaz EP, MENEZES AM, CESAR JA. Fatores de risco associados à hospitalização por bronquiolite aguda no período pós-natal. R. Saúde Pública, v. 37, p. 485-493, 2003.
6. Van Odijk J, et al. Breastfeeding and allergic disease: a multidisciplinary review of the literature: 1966-2001: on the mode of early feeding in infancy and its impact on later atopic manifestations. Allergy, v. 58, p. 833- 843, 2003.
7. Dewey KG. Is breastfeeding protective against child obesity? J. Hum. Lact., v. 19, p. 9-18, 2003.
8. Haisma H, et al. Complementary feeding with cow's milk alters sleeping metabolic rate in breast-fed infants. J. Nutr., v. 135, p. 1889, 2005.
9. Orquiza SMC. Aleitamento materno 2005. Disponível em: <http://www.orientações médicas.com>. BR.
10. Takushi, Sueli Aparecida Moreira. et al. Motivação de gestantes para o aleitamento materno. Rev. Nutr., Campinas, v. 21, n. 5, out. 2008. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo>. Acesso em: 6 de abril de 2018.
11. Araújo RMA, Almeida JAGD. Aleitamento materno: o desafio de compreender a vivência. Revista de Nutrição, Campinas, v. 20, n. 4, p. 431-8, jul./ago., 2007.
12. Torres MAA, Braga JAP, Taddei JAAC, Nóbrega FJ. Anemia em lactentes de baixa renda em aleitamento materno exclusivo. Jornal de Pediatria, Rio de Janeiro, v. 82, n. 4, p. 284-8, jul./ago., 2006.13.
13. Silva IA. Amamentar: uma questão de assumir riscos ou garantir benefícios. São Paulo, Robe, 2004 a.
14. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Área Técnica de Saúde da Mulher. Pré-natal e Puerpério: atenção qualificada e humanizada. Brasília: Ministério da Saúde; 2006.
15. Ramos CV, Almeida JAG. Alegações maternas para o desmame: estudo qualitativo. J Pediatr. 2003; 79(5): 385-90.17.
16. Organização Mundial da Saúde. OMS. Brasil. Evidências científicas dos dez passos para o sucesso do aleitamento materno. Brasília: OPAS; 2001.