

CENTRO UNIVERSITÁRIO BRASILEIRO  
NÚCLEO DE SAÚDE  
CURSO DE NUTRIÇÃO

ANA CAROLINA FREITAS DA SILVA  
MARIA ISABELLA DE OLIVEIRA CARVALHO

**A INFLUÊNCIA DA NUTRIÇÃO E ESTADO  
NUTRICIONAL MATERNOS SOBRE O ALEITAMENTO  
E SAÚDE DA CRIANÇA**

RECIFE / 2021

CENTRO UNIVERSITÁRIO BRASILEIRO  
NÚCLEO DE SAÚDE  
CURSO DE NUTRIÇÃO

ANA CAROLINA FREITAS DA SILVA  
MARIA ISABELLA DE OLIVEIRA CARVALHO

**A INFLUÊNCIA DA NUTRIÇÃO E ESTADO  
NUTRICIONAL MATERNOS SOBRE O ALEITAMENTO  
E SAÚDE DA CRIANÇA**

Artigo apresentado ao Centro Universitário Brasileiro – UNIBRA, como requisito parcial para obtenção do título de Bacharel em Nutrição.

Professor(a) Orientador(a): Doutora Tássia Karin Ferreira Borba.

RECIFE / 2021

Ficha catalográfica elaborada pela  
bibliotecária: Dayane Apolinário, CRB4- 2338/ O.

S586i Silva, Ana Carolina Freitas da  
A influência da nutrição e estado nutricional maternos sobre o  
aleitamento e saúde da criança. / Ana Carolina Freitas da Silva; Maria  
Isabella de Oliveira Carvalho. - Recife: O Autor, 2021.

32 p.

Orientador(a): Dra. Tássia Karin Ferreira Borba.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Centro Universitário  
Brasileiro – UNIBRA. Bacharelado em Nutrição, 2021.

Inclui Referências.

1. Aleitamento materno. 2. Nutrição materna. 3. Saúde do lactente.  
4. Desmame. I. Carvalho, Maria Isabella de Oliveira. II. Centro  
Universitário Brasileiro - UNIBRA. III. Título.

CDU: 612.39

*Dedicamos esse trabalho a Deus por nos ajudar a trilhar o caminho até aqui. Aos nossos familiares que nos ajudaram desde o início dessa caminhada. E a nossa Professora Orientadora, Tássia Karin, por toda paciência e conselhos.*

## **AGRADECIMENTOS**

Gratidão a Deus, pelo dom da vida. E por nos dar sabedoria e forças para ultrapassar os obstáculos que surgiram nessa caminhada de 4 anos.

À Ele seja toda honra, glória e louvores, pois até aqui tem nos ajudado poderosamente.

Aos nossos pais, que nunca negaram ajuda, sendo os primeiros a torcerem por nós.

Obrigada pela confiança que em nós foi depositada.

À nossa orientadora, Professora Tássia Karin, pela dedicação em suas orientações prestadas, pelas correções, pelo grande incentivo e pela paciência com a qual guiou o nosso aprendizado. Somos gratas por dedicar seu tempo a nos ajudar na elaboração deste trabalho.

E a todos que direta e indiretamente fizeram parte da nossa formação. A vocês, nossa gratidão!

“Descobrir consiste em olhar para o que todo mundo está vendo e pensar uma coisa diferente”.

(Roger Von Oech)

## **A INFLUÊNCIA DA NUTRIÇÃO E ESTADO NUTRICIONAL MATERNOS SOBRE O ALEITAMENTO E SAÚDE DA CRIANÇA**

Ana Carolina Freitas da Silva  
Maria Isabella de Oliveira Carvalho

Tássia Karin Ferreira Borba<sup>1</sup>

**Resumo:** Essa pesquisa tem como objetivo estudar se os hábitos alimentares materno influenciam na qualidade do leite materno e conseqüentemente, na saúde do lactente em aleitamento exclusivo. O presente estudo se trata de uma revisão integrativa da literatura, cujas informações foram obtidas através de pesquisas nas bases de dados como o PubMed, Scientific Electronic Library Online – SciELO e Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde - LILACS, incluindo os artigos publicados nos últimos 5 anos, relacionados à saúde pública e à pesquisas com seres humanos. Como resultado, obteve-se que a nutrição da mãe produz efeitos na saúde da criança, incluindo o risco de doenças, como obesidade, diabetes, entre outras. Portanto, é importante que as mulheres que entram na gravidez estejam fisicamente ativas, possuam uma dieta saudável, não fumem e evitem o álcool, e estejam em seu peso ideal. Dessa forma, os estudos presentes nessa revisão integrativa confirmam a nossa hipótese que o estado nutricional materno afeta a qualidade do leite e a saúde da criança.

**Palavras-chave:** Aleitamento Materno. Nutrição Materna. Saúde do Lactente. Desmame.

---

1 Tássia Karin Ferreira Borba: Professora Doutora do Centro Universitário Brasileiro – UNIBRA. Orientadora do Trabalho de Conclusão de Curso.

## **ABSTRACT**

This research aims to study whether maternal eating habits influence the quality of breast milk and, consequently, the health of infants who are exclusively breastfed. The present study is an integrative literature review, whose information was obtained through searches in databases such as PubMed, Scientific Electronic Library Online - SciELO and Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences - LILACS, including the articles published in the last 5 years, related to public health and research with human beings. As a result, it was found that the mother's nutrition has effects on the child's health, including the risk of diseases such as obesity, diabetes, among others. Therefore, it is important that women entering pregnancy are physically active, have a healthy diet, do not smoke and avoid alcohol, and are at their ideal weight. Thus, the studies present in this integrative review confirm our hypothesis that maternal nutritional status affects the quality of milk and the health of the child.

**Keywords:** *Breast Feeding; Maternal Nutrition; Infant Health; Weaning.*



## SUMÁRIO

<b>1</b>	<b>INTRODUÇÃO</b>	<b>9</b>
<b>2</b>	<b>REFERENCIAL TEÓRICO</b>	<b>10</b>
	2.1 Aleitamento Materno Exclusivo	10
	2.2 Influência da Alimentação Materna na Qualidade do Leite	13
	2.3 Influência da Qualidade do Leite Materno na Saúde do Lactente	15
<b>3</b>	<b>MÉTODOS</b>	<b>16</b>
<b>4</b>	<b>RESULTADOS E DISCUSSÃO</b>	<b>17</b>
<b>5</b>	<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS</b>	<b>28</b>
<b>6</b>	<b>REFERÊNCIAS</b>	<b>29</b>

## 1. INTRODUÇÃO

Amamentar é muito mais do que nutrir a criança. É um processo que envolve bastante interação entre a mãe e o filho, com repercussões no estado nutricional, na habilidade de se defender de infecções, na fisiologia, no desenvolvimento cognitivo e emocional e na saúde da criança no longo prazo, além de ter implicações na saúde física e psíquica da mãe (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2015).

São inúmeros os benefícios agregados ao aleitamento materno, tanto os direcionados ao bebê quanto à mãe. A amamentação além de diminuir as chances de a mãe ter câncer de mama e de ovário, hipercolesterolemia, hipertensão e doença coronariana, obesidade, doença metabólica, osteoporose e fratura de quadril, artrite reumatoide, depressão pós-parto e diminuição do risco de recaída de esclerose múltipla pós-parto, atua no sistema imunológico do bebê e através dos macro nutrientes que o leite possui auxilia-o em seus primeiros meses de vida (GUIMARÃES e LIMA, 2017; MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2015).

Tendo em vista esses benefícios, a Organização Mundial da Saúde -OMS (2003) define o leite humano como o alimento mais completo para a criança e recomenda o aleitamento materno exclusivo até os 6 meses de idade, que deverá ser complementado até os dois anos ou mais.

Sabendo-se da importância da amamentação, é importante que a mãe utilize formas de favorecimento ao aleitamento materno, tais como ter cuidados com a alimentação desde o início da gravidez e estimular a lactação desde os primeiros momentos após o nascimento (GUIMARÃES e LIMA, 2017).

Durante a gravidez, recomenda-se que a mulher receba, através de sua alimentação, grande quantidade de água, glicídeos, prótidos, lipídios, sais minerais e vitaminas, elementos que serão utilizados para a formação do leite, com a finalidade de não desfaltar suas reservas orgânicas. Também é importante que a alimentação saudável seja mantida durante a lactação. Assim, o leite materno terá a qualidade necessária para oferecer ao bebê todos os benefícios mencionados anteriormente e conseqüentemente, influenciará na saúde do bebê (SHIMO e ICHISATO, 2001).

Logo, o aleitamento materno exclusivo até os seis meses de idade é o instrumento de maior eficiência, eficácia e qualidade que uma mãe pode oferecer à saúde e ao bem estar de seu bebê, atentando-se à alimentação saudável da mãe durante o período gestacional e da lactação, sendo que esse hábito traz inúmeros benefícios e vantagens a ambos. Pode-se observar que a amamentação auxilia no pós-parto materno e na formação e fortalecimento da imunidade do bebê, assim

como reforça o vínculo materno, devido ao toque, ao calor e ao contato (LIMA et. al, 2018).

Diante do apresentado, o atual trabalho tem como objetivo estudar a influência dos hábitos alimentares maternos na qualidade do leite e conseqüentemente, na saúde do lactente em aleitamento materno. Além disso, o presente estudo se propõe a examinar a importância da amamentação para a saúde e o desenvolvimento do bebê e a influência do aleitamento materno para a lactante e o lactente.

Espera-se que através deste trabalho haja uma maior atenção para o tema em questão, a fim de contribuir para outras pesquisas e descobertas sobre o mesmo. Além disso, nossa pesquisa poderá ser de grande auxílio à nossa sociedade (profissionais, equipes multidisciplinares, familiares, amigos e, também, aos próprios pacientes), por isso deixamos à disposição as conclusões aqui encontradas para servirem de base e incentivo para outros estudos da área.

## **2. REFERENCIAL TEÓRICO**

### **2.1 Aleitamento Materno Exclusivo**

No Brasil, o aleitamento materno era adotado pelas índias até os dois anos de vida dos filhos, o desmame precoce só acontecia em caso de morte da mãe, doença grave materna, ou em situações em que o bebê era fruto de adultério. Com a chegada dos colonizadores portugueses, chegou-se, também, a visão de que o aleitamento materno era uma prática arcaica e constrangedora (PEREIRA; REINALDO, 2018).

Mas ao final do século XIX e início do século XX, a concepção de que amamentar era um hábito arcaico se desfez com o surgimento da medicina higienista, resgatando o conceito da naturalidade da amamentação e a sua importância na saúde dos lactentes (PEREIRA; REINALDO, 2018).

A definição de Aleitamento Materno Exclusivo (AME) abrange as seguintes especificações: leite materno, direto da mama ou ordenhado, ou leite humano de outras fontes, sem oferta de qualquer outro líquido ou sólido, com exceção de suplementos vitamínicos e/ou minerais ou medicamentos (OLIVEIRA et. al, 2018). Recomenda-se o aleitamento materno por dois anos ou mais, sendo exclusivo nos primeiros seis meses de vida (FERREIRA et. al, 2018).

O aleitamento materno oferece diversos benefícios para o desenvolvimento infantil, seja ele no aspecto nutricional e desenvolvimento cognitivo, como em

aspecto social, emocional e físico. Além disso, tem a capacidade de reduzir o quantitativo de mortalidade, graças aos inúmeros fatores existentes no leite materno que confere imunidade e protegem as crianças contra infecções (SOUSA et. al., 2021).

Ainda reduz o risco de morbidade, de doenças cardíacas, doenças contagiosas e alérgicas, alivia cólicas, protege contra o excesso de peso e diabetes na vida adulta e possui diversos nutrientes e uma variedade de vitaminas, minerais, proteínas, gorduras e carboidratos, necessários ao desenvolvimento do bebê. Além disso, diminui as chances de a mãe apresentar diversos problemas de saúde, tais como câncer de mama e ovário, hipertensão, obesidade e doença metabólica (BRAGA et. al, 2020).

O leite materno é a principal fonte de alimento das crianças; nele estão contidos nutrientes que são importantes e imprescindíveis para a proteção da saúde dos infantes contra infecções, diarreias, doenças respiratórias, alergias, entre outras. Além disso, o crescimento e o desenvolvimento dos bebês dependem significativamente das propriedades nutricionais e imunológicas que somente o leite materno pode oferecer (LIMA et. al, 2018).

Levando essas informações em consideração, vale ressaltar que esses nutrientes estão contidos em todas as fases do leite, são elas: o colostro, o leite de transição e o leite maduro. O colostro é um fluido amarelado, levemente salgado, que começa a ser secretado a partir das últimas semanas de gravidez até os primeiros dias após o parto, com produção máxima entre o primeiro e quinto dias. Ele apresenta um teor maior de proteínas, vitaminas lipossolúveis e minerais, do que o leite de transição ou maduro, porém menor quantidade de gorduras (BERENHAUSER, 2010).

O leite de transição é um líquido de composição intermediária entre o colostro e o leite maduro e é produzido aproximadamente entre o sétimo e o décimo quarto dia após o parto. Durante essa fase, diminui a quantidade de proteínas e imunoglobulinas, enquanto aumentam as concentrações de lactose, gorduras e calorias do leite. E aproximadamente no décimo quinto dia após o parto a mãe começa a produzir o leite maduro. O seu componente mais abundante é a água, a qual preenche todas as necessidades do bebê desde o nascimento até 6 meses de idade (BERENHAUSER, 2010).

Porém, é bastante comum observar que há muitas pessoas que interrompem a amamentação antes do tempo indicado, e isso acontece devido a diversos fatores

que impossibilitam a prática. Há influências culturais e negativas da família e de parentes em afirmar que o leite é insuficiente e, a falta de conhecimento que acabam repercutindo no desmame precoce. Outros fatores que também podem influenciar o desmame é o nível de escolaridade, além da situação financeira e emocional da família e da oferta em grande demanda de fórmulas infantis (LIMA et. al, 2018).

Além desses fatores, mulheres que possuem infecções graves e invasivas, tais como meningite, osteomielite, artrite séptica, septicemia ou bacteremia, precisam interromper temporariamente a amamentação por um período que varia de 24 a 96 horas após o início da terapia antimicrobiana e de evidências de melhora clínica (LAMOUNIER, 2019).

No Brasil mães infectadas pelo vírus da imunodeficiência humana (HIV) não podem amamentar seus filhos, devido o risco de transmissão vertical (GOMES; KOIFMAN, 2021). Para mães infectadas com a Covid-19, recomenda-se que ela retire o leite e dê ao seu filho por meio de copinho, xícara ou colher. Visto que ela pode transmitir o vírus através de gotículas durante o contato com a criança (ROSADO et. al., 2021).

Outros estudos apontam que através do leite materno algumas doenças infecciosas são transmitidas e, por este motivo, o aleitamento materno está contraindicado ou sujeito a medidas de precaução devido à qualidade do leite. Por exemplo, o ácido desoxirribonucleico (DNA) do vírus citomegalovírus (CMV) pode ser detectado no leite em até 95% das mulheres soropositivas para CMV, correspondendo a uma das situações mais frequentes de transmissão mãe-filho pós-natal. As taxas de transmissão podem variar entre 5%-58%, manifestando-se como doença sintomática em percentagens que variam de 0%-75% em diferentes séries. O espectro clínico é amplo, englobando manifestações como neutropenia, trombocitopenia, petéquias, hepatite, colestase, doença respiratória e sepsis viral, e ainda atraso do desenvolvimento psicomotor e surdez neurosensorial (FRANCO, et. al, 2018).

Além desses, há ainda alguns mitos que podem ocasionar um insucesso no aleitamento materno, estes são: a “síndrome do leite fraco”, a ideia de que o leite de vaca é melhor e mais forte para o bebê, o mito de o leite ser pouco e não ser suficiente para alimentar o bebê, e ainda a ideia de que o leite materno não mata a sede do bebê (MARQUES et. al., 2009).

Porém estudos epidemiológicos e biológicos ratificam que a decisão de não amamentar repercute em efeitos importantes em longo prazo na saúde, nutrição e

desenvolvimento do bebê e na saúde da mãe (OLIVEIRA et. al, 2018).

## **2.2 Influência da Alimentação Materna na Qualidade do Leite**

O leite humano é um complexo fluido biológico, amplamente reconhecido como a melhor fonte de alimentação para os recém-nascidos. É constituído por proteínas, lipídios, açúcares, células do sistema imunológico e moléculas bioativas, e sua qualidade é avaliada pelos componentes nutricionais presentes, sendo estes os macronutrientes (proteínas, lipídios e carboidratos), os micronutrientes (minerais e vitaminas), os ácidos graxos araquidônico (AA) e os ácidos graxos saturados (AGS). Sendo a síntese destes influenciada pela alimentação materna (TELES, 2020).

Para que o leite possua a qualidade que o bebê precisa e com os nutrientes necessários é importante que durante a gravidez a mãe tenha uma alimentação saudável através de dieta variada, colorida, harmoniosa e segura, baseada em alimentos *in natura*, como frutas e verduras, cereais integrais, carnes brancas como peixes e frango sem pele, carnes vermelhas magras, porém algumas adaptações são necessárias visando garantir o suprimento de macro e micronutrientes tanto para a mãe como para o feto (GONÇALVES et. al, 2018).

Além disso, é necessário que a mãe faça pelo menos três refeições e duas refeições menores por dia, evitando ficar muitas horas sem comer, e sempre tome água entre as refeições (BRASIL, 2016). Do mesmo modo, deve-se diminuir a quantidade de sal na comida, bem como evitar o consumo de alimentos industrializados como hambúrguer, charque, salsicha, linguiça, presunto, salgadinhos, conservas de vegetais, sopas prontas, molhos e temperos prontos (BRASIL, 2014).

Durante a amamentação, uma alimentação saudável e equilibrada é suficiente para que a produção de leite seja estimulada de forma que atenda às necessidades da criança. Dessa forma, acredita-se que uma rotina alimentar composta por carnes, frutas, hortaliças e outros vegetais, somada a uma ingestão regular de líquidos é completa para o enriquecimento do leite e nutrição da mulher e da criança (RIBEIRO, 2021).

Reforça-se portanto que, para atender a necessidade de produção do leite, é necessário que a lactante aumente a ingestão de água e que a alimentação materna possua diversos nutrientes envolvidos, tais como alimentos *in natura*, minimamente processados, ingredientes culinários, temperos naturais, entre outros (SANTOS,

2017).

Porém, como regra geral, as mulheres que amamentam não necessitam evitar determinados alimentos. Entretanto, se elas perceberem algum efeito na criança de algum componente de sua dieta, pode-se retirar o alimento da dieta por algum tempo e reintroduzi-lo, observando atentamente a reação da criança. Caso os sintomas melhorem substancialmente com a retirada do alimento e piorem com a sua reintrodução, ele deve ser evitado (BRASIL, 2015).

A alimentação adequada das lactantes é muito importante, pois afeta diretamente a qualidade do leite materno, e pode acarretar consequências para o lactente (FREITAS et. al., 2020). Mães que não obtêm nutrientes suficientes por meio da alimentação podem correr o risco de ocasionar problemas para a saúde e o desenvolvimento do lactente. A vitamina B12, por exemplo, é um nutriente fundamental que provém de alimentos como fígado, carne, peixes e lácteos, sendo a carne vermelha a que fornece maior quantidade. Contudo, mães vegetarianas possuem deficit de vitamina B12 no seu leite materno e conseqüentemente, afetará os lactentes (PIVA, 2021).

Além disso, o estado nutricional das mães pode afetar a qualidade do leite e a saúde do lactente. Por exemplo, aquelas que possuem dieta hiperlipídica (DH) durante a gestação e lactação induz nos filhos, além de um maior peso corpóreo e maior massa de tecido adiposo branco, alterações no sistema nervoso central (SNC) e no balanço energético (SIMINO, 2015).

O excesso de massa corporal da mulher também tem sido considerado como uma condição capaz de modificar a composição nutricional do leite materno (OLIVEIRA et. al., 20). A inadequação da insulina no diabetes mellitus pode afetar diretamente a quantidade do leite e aumentar a quantidade de gordura contida nele. De igual modo, o colostro e o leite maduro de mães hipertensas apresentam níveis mais elevados de proteína total (AMARAL et. al., 2019).

O álcool é classificado como droga anestésica e sedativa, que se transfere para o leite materno, a partir do consumo de 1g/kg/dia. Dessa forma, mulheres que ingerem bebida alcoólica durante a lactação pode afetar a qualidade do leite e a saúde do bebê, pois reduz a produção de leite, aumenta a quantidade de gordura e reduz a de lactose; e no lactente causa a redução no consumo alimentar, no peso corporal, no crescimento e no desenvolvimento, aumento de acetoacetato no sangue, entre outros (BURGOS et. al., 2004).

Portanto, uma nutrição de melhor qualidade é fundamental durante a gravidez e

a lactação pois tem o potencial de favorecer substancialmente o desenvolvimento infantil, assim como a saúde das lactantes e dos bebês (FERREIRA et. al, 2018).

### **2.3 Influência da Qualidade do Leite Materno na Saúde do Lactente**

O leite é uma importante fonte de nutrição para o lactente, sendo o alimento essencial para o seu desenvolvimento. Além do mais, tem quantidade e qualidade adequadas aos fatores de proteção, como: proteínas, vitaminas, minerais, ácidos graxos, carboidratos, lipídeos, nucleotídeos e muitas outras substâncias fundamentais para o desenvolvimento físico, cognitivo e que também promovem a manutenção da saúde do lactente, conforme afirmam Silva et. al (2020) e Fustinoni (2008).

O leite humano varia quanto a sua composição na forma diária e durante toda a lactância, proporcionando aos lactentes nutrientes e componentes específicos adequados a cada idade e situação. Dentre os componentes existentes no leite humano, há ácidos graxos, ácido araquidônico e ácido docosaexaenóico que auxiliam no crescimento e desenvolvimento do bebê e do Sistema Nervoso Central; o alfa-tacofenol e vitamina E, que possuem efeito antioxidante; protegem contra radicais livres e estimula o desenvolvimento do sistema imunológico (FERREIRA et. al., 2018).

Também percebe-se a presença de retinol/ vitamina A, que auxiliam no crescimento, diferenciação, integridade do tecido epitelial e contribuem para evitar o risco de doença crônica pulmonar e cegueira. A Lactoferrina também está presente no leite e possui ação anti-inflamatória; previne de doenças infecciosas; protege contra morbidades gastrintestinais e estimula a proliferação celular. Lipídios/ ácidos graxos também são componentes do leite e atuam na síntese de lipídios de tecidos; na regulação de processos metabólicos, transporte e excreção; no crescimento e desenvolvimento neonatal; no desenvolvimento neural, comportamental e aprendizagem; e previnem doenças na vida adulta (FERREIRA et. al., 2017).

O leite materno também possui em sua composição a endorfina que ajuda a suprimir a dor e reforça a eficiência das vacinas. Possui também células brancas vivas (leucócitos), anticorpos, fator bífido (impedindo a diarreia) e lactofurina, que impede o crescimento de bactérias patogênicas (BUENO, 2013).

Em consequência disso, o leite materno atende a todas as necessidades alimentares dos recém-nascidos até os primeiros seis meses de vida, dos seis aos doze meses fornece três quartos de proteínas que a criança necessita além de



conter sais minerais, vitaminas, açúcar e gorduras. Portanto, os seus benefícios são de caráter sistêmico, já que agem em todo o organismo do bebê; nutrindo, fortalecendo seu corpo através dos anticorpos recebidos da mãe e ajudando na promoção do seu desenvolvimento cognitivo (PALHETA e AGUIAR, 2021).

Segundo Fustinoni (2008), o leite humano fornece todos os nutrientes importantes para a saúde e desenvolvimento do bebê e é a fonte que atende as necessidades nutricionais da criança, por isso é indispensável que ele possua todos os componentes que, em conjunto, são essenciais para obter a qualidade láctea que o lactente precisa. Um ponto importante para manter essa qualidade é a alimentação adequada das nutrizes durante a lactação, pois afeta a qualidade do leite materno, o que pode trazer consequências negativas para o lactente (FREITAS et. al, 2021).

Reforça-se, portanto, a importância do aleitamento materno. Tendo em vista que nos países desenvolvidos, a prática do desmame precoce levou ao aumento da obesidade e das alergias. Já nos países em desenvolvimento, as consequências foram a desnutrição, as infecções (principalmente as respiratórias) e diarreia. Além disso, aumenta o contato com proteínas estranhas, prejuízo da digestão, assimilação de elementos nutritivos, entre outras (NABATE et. al, 2019).

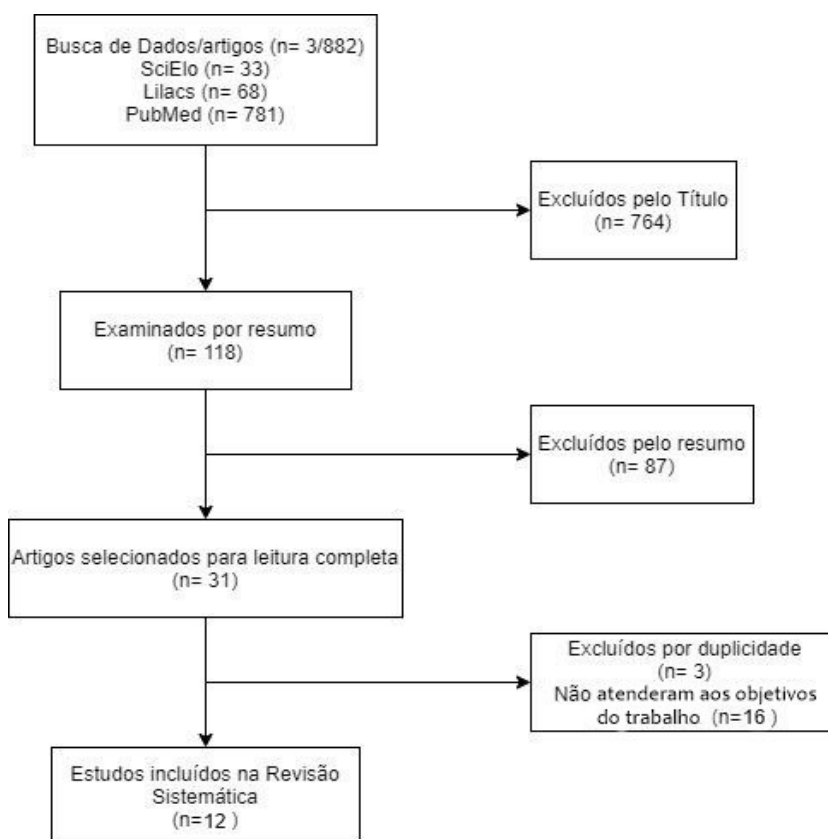
### **3. MÉTODOS**

Este trabalho se trata de uma revisão integrativa da literatura, realizada no período de fevereiro à novembro de 2021. Para tal, foram realizados levantamentos e pesquisas na literatura utilizando bases de dados como o PubMed, Scientific Electronic Library Online - SciELO, Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde - LILACS. Foram utilizados os seguintes descritores: Aleitamento Materno, Nutrição Materna, Saúde do Lactente e Desmame. Em inglês, esses mesmos descritores são, respectivamente: *Breast Feeding*, *Maternal Nutrition*, *Infant Health* e *Weaning*. Os critérios de inclusão utilizados foram estudos publicadas nos últimos cinco (5) anos. Também foram incluídos os artigos relacionados à saúde pública e aqueles relacionados à pesquisas com seres humanos. Todos aqueles que não atenderam aos critérios mencionados anteriormente, foram excluídos. Para realizar este trabalho foram incluídos os descritores nas bases de dados, logo após foi realizada a exclusão dos artigos pelo título, depois foram excluídos os estudos cujo resumo não ofereciam conteúdo que atendessem aos objetivos do trabalho, e por fim, foram selecionados os que se enquadravam nos critérios de inclusão.

#### 4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram encontrados 882 artigos através da busca nas seguintes bases de dados: PubMed, Scientific Electronic Library Online - SciELO, Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde - LILACS. Após a leitura dos resumos, a leitura na íntegra dos selecionados e exclusão das duplicatas e dos estudos que não atendiam aos objetivos do trabalho, foram selecionados 12 artigos. Os artigos e números de artigos selecionados para cada uma das etapas da pesquisa estão expostos no fluxograma abaixo.

##### Fluxograma: Bases de dados, artigos encontrados e selecionados



Segundo Pereira e Reinaldo (2018), em seu estudo “Não adesão ao aleitamento materno exclusivo até os seis meses de vida no Brasil: uma revisão integrativa”, O leite materno é um alimento completo para a nutrição do indivíduo em seus primeiros seis meses de vida. Porém, devido a diversos fatores como: uso de chupetas e mamadeiras, o trabalho da mãe, o tempo de licença a maternidade, entre outros; muitas mães deixam de praticar o aleitamento materno exclusivo até a idade indicada, o que pode causar diversos problemas à saúde do lactente. Com este estudo, os autores concluíram que a decisão de amamentar é da mãe, porém, profissionais de saúde e autoridades podem contribuir para que haja condições mais

favoráveis ao AME e, conseqüentemente, contribua para a saúde do bebê.

Em contribuição, Mosquera (2018) afirma em seu artigo “Prevalência e fatores associados ao aleitamento materno exclusivo no primeiro mês de vida ” que as práticas de alimentação no início da vida podem afetar diretamente o estado nutricional, crescimento, desenvolvimento e a sobrevivência infantil. Por isso, a Organização Mundial da Saúde indica o aleitamento materno exclusivo até 6 meses de idade, pois esta prática é fundamental para o desenvolvimento infantil. Porém, sabendo a importância do AME para a saúde materno-infantil, os resultados deste estudo evidenciam a necessidade de ações intensivas para promoção, apoio e proteção da amamentação até o sexto mês de vida do lactente. Pois a prevalência de AME aos 30 dias de vida foi 36,7% e o tempo mediano para os que interromperam o AME nesse intervalo foi 16 dias. Quando consideradas todas as crianças nascidas no período e elegíveis ao seguimento, a probabilidade de AME aos 30 dias foi 43,7% e a mediana de AME foi 30 dias. Os fatores associados à duração do AME no período estudado foram número de filhos vivos, uso de chupeta e história de chiado no peito.

Seguindo a mesma linha de raciocínio, Bezerra et. al (2017), em seu estudo intitulado “Hábitos Maternos relacionados à Amamentação”, afirmam que o Aleitamento Materno Exclusivo (AME) seja ofertado até o sexto mês de vida da criança. Este, configura-se em um elemento de suma relevância para garantir o crescimento e desenvolvimento psicológico e motor adequados, atendendo às necessidades nutricionais e imunológicas da criança, além de evitar mais despesas financeiras no lar. Além disso, início da alimentação complementar antes do sexto mês de vida da criança está relacionado ao aumento na frequência de infecções gastrointestinais, além de gerar maior risco para alergias em função da imaturidade fisiológica, entre outros. No estudo, constatou-se que 96,6% das mulheres amamentaram seus filhos, contudo, dessas, 40,7% amamentaram por um período inferior a seis meses. Deste modo, o aumento do desmame precoce configura-se um problema de saúde pública, acarretando prejuízos para a saúde e desenvolvimento da criança.

Em seu estudo denominado “Alimentação de crianças nos primeiros dois anos de vida”, Lopes et. al (2018) realizaram uma pesquisa de corte transversal através da aplicação de um questionário para avaliar a situação sociodemográfica da família, as características materno-infantis e o consumo alimentar, e através dos resultados afirmam que a qualidade e a quantidade de alimentos consumidos pela

criança são aspectos críticos e têm repercussões ao longo de toda a vida. Assim, crianças submetidas ao aleitamento materno exclusivo (AME) durante os seis primeiros meses de idade têm menos chances de desenvolver doenças crônicas não transmissíveis na infância, adolescência e vida adulta. A introdução da alimentação complementar mostrou-se precoce para líquidos, mel, açúcar e guloseimas, o que pode afetar diretamente o sucesso do aleitamento materno. Dessa forma, as práticas alimentares inadequadas identificadas são capazes de comprometer a saúde da criança; por isso, ressalta-se a importância de realizar ações para a promoção do aleitamento materno acompanhadas de orientações para a introdução da alimentação complementar. Como resultado da pesquisa, obtiveram os seguintes dados: 4,0% das crianças estavam em aleitamento materno exclusivo, 22,4%, em aleitamento materno predominante, e 43,4%, em aleitamento materno complementar. As crianças já recebiam água (56,8%), suco natural/fórmula infantil (15,5%) e leite de vaca (10,6%) no terceiro mês de vida.

Corroborando com os estudos anteriores, Luz e Silva et. al (2019), relatam em seu estudo denominado “Introdução precoce de alimentos e o risco de alergias: revisão da literatura”, que a amamentação é considerada um recurso fundamental para a promoção da saúde nutricional da criança, com repercussões ao longo da vida. A introdução de alimentos na alimentação infantil precoce é um fator de risco para o desenvolvimento de doenças crônicas, como a alergia à proteína do leite de vaca. O fator protetor do leite contra alergias é explicado pelo fato de que ele é rico em vários compostos: fatores da imunidade humoral e moléculas biologicamente ativas que auxiliam no desenvolvimento e maturidade do sistema do bebê. A introdução precoce de alimentos, além do leite materno, na alimentação do lactente, antes da fase de maturação do organismo, traz consequências deletérias para a sua saúde, quais sejam: diarreias, alergias alimentares, com perdas plurais de sistemas metabólicos e doenças; em detrimento da redução da ingestão dos fatores protetores, presentes no leite humano.

Allen e Dror (2018) contribuem afirmando em seu estudo, que é uma revisão da literatura, intitulado “Visão geral dos nutrientes no leite humano”, que o leite materno desempenha um papel crítico no desenvolvimento dos lactentes. Bebês de mães com estado nutricional adequado têm reservas de alguns nutrientes ao nascer, mas dependem inteiramente do leite materno para outros nutrientes. O leite possui folato, vitamina B6, vitamina B12, vitamina C, tiamina, riboflavina, entre outras substâncias importantes para a saúde e desenvolvimento do lactente. A

suplementação infantil com vitamina K, vitamina D e vitamina B12 no início da lactação e com ferro após os 6 meses de idade pode ser indicada para tamponar reservas insuficientes e transferência inadequada através do leite materno. Conclui-se que o leite materno é um meio de alimentação que satisfaz as necessidades do bebê em vários estágios de crescimento. Portanto, é fundamental entender quais fatores influenciam as concentrações de nutrientes no leite materno e realizar uma intervenção se possível para proteger a mãe e o bebê da deficiência de nutrientes no leite materno, a fim de evitar problemas futuros.

Sabe-se que o leite materno é muito importante para a saúde do lactente e para manter sua qualidade é necessário que as mães tenham cuidado com sua saúde e alimentação. Sobre isso, Franco et. al (2018) relatam que através do leite materno algumas doenças infecciosas são transmitidas e, por este motivo, o aleitamento materno está contraindicado ou sujeito a medidas de precaução devido à qualidade do leite. As taxas de transmissão de doenças infecciosas podem variar entre 5% e 58%, manifestando-se como doença sintomática em percentagens que variam de 0% a 75% em diferentes séries. O espectro clínico é amplo, englobando manifestações como neutropenia, trombocitopenia, petéquias, hepatite, colestase, doença respiratória e sepsis viral, e ainda atraso do desenvolvimento psicomotor e surdez neurossensorial.

Copeland et. al. (2021) também colaboram com este pensamento ao afirmarem que o leite humano contém uma comunidade diversa de bactérias que se acredita desempenhar um papel na saúde da mama e na inoculação do trato gastrointestinal do bebê; e o papel da nutrição materna se faz muito importante para a qualidade do leite. Com a pesquisa, obtiveram os seguintes resultados: a ingestão de gordura poliinsaturada e fibra de grãos foram positivamente associados com a diversidade do leite humano. A composição microbiana geral do leite humano agrupada com base na exclusividade do leite humano, frequência de amamentação direta por dia, ingestão de fibra materna de grãos, fibra total, fibra de grãos, gordura dietética e práticas de alimentação infantil foram associadas a uma série de taxa diferencialmente abundantes. A composição geral das funções microbianas previstas foi associada ao consumo total de fibra e exclusividade do leite humano. Portanto, o consumo materno de fibras e gorduras, bem como as práticas de alimentação infantil da mãe, são importantes determinantes da microbiota do leite humano. Tendo em vista que a nutrição da mãe pode afetar a qualidade do leite oferecido ao bebê e, conseqüentemente, na saúde do lactente durante o seu desenvolvimento e no

futuro.

Koletzko et. al. (2019) em seu artigo “Nutrição durante a gravidez, lactação e primeira infância e suas implicações para a saúde materna e infantil de longo prazo: as recomendações do *Early Nutrition Project*” relatam que a nutrição e o estilo de vida antes e durante a gravidez, lactação, e primeira infância também induzem efeitos de longo prazo na saúde da criança, incluindo o risco de doenças não transmissíveis comuns, como obesidade, diabetes e doenças cardiovasculares. O *Early Nutrition Project*, projeto de pesquisa formulou recomendações consensuais sobre nutrição e estilo de vida antes durante a gravidez e durante a primeira infância que levam em consideração o impacto na saúde. Para isso realizaram revisões sistemáticas nas diretrizes, padrões e recomendações dietéticas publicadas. Através das pesquisas, as recomendações do projeto foram que as mulheres grávidas devem consumir uma dieta balanceada de acordo com as recomendações dietéticas para a população em geral. Elas devem aumentar a ingestão de energia na dieta no final da gravidez em não mais do que cerca de 10% acima da ingestão de energia recomendada em mulheres não grávidas. Além disso, mulheres grávidas devem evitar tomar suplementos nutricionais em doses que excedam marcadamente a ingestão diária de referência e devem evitar comer saladas embaladas pré-preparadas. Já as mulheres que amamentam devem consumir uma dieta balanceada que forneça a ingestão adequada de nutrientes e promova a redução da retenção de peso pós-parto. Assim, resultados de gravidez saudável são mais prováveis se as mulheres que entram na gravidez são fisicamente ativas, têm uma dieta saudável, não fumam, evitam o álcool e têm um IMC normal.

Piva (2021), após realizar um estudo de revisão sistemática baseado na análise de pesquisas desenvolvidas acerca do *déficit* plasmático de vitamina B12 em lactentes amamentados por mães vegetarianas, denominado “Leite materno de mães vegetarianas e a deficiência de vitamina B12 em lactentes: uma revisão sistemática”, também corrobora com o pensamento de que a alimentação das nutrizes pode afetar a qualidade do leite e a saúde da criança, ao apresentar como resultado do seu estudo que os bebês mencionados nas pesquisas que apresentaram esse *déficit*, passaram por um tratamento por meio de suplementação de vitamina B12 intramuscular. Foram suplementados inicialmente 1.000 mcg de cianocobalamina por dia, com redução da frequência para uma dose semanal/mensal. E após este tratamento, houve recuperação total do

desenvolvimento mental e motor, da sustentação da cabeça e pescoço e das habilidades de comunicação dos nutrizes. Assim, conclui-se que o padrão alimentar materno demonstrou ser um fator determinante para os níveis da vitamina B12 em lactentes amamentados de forma exclusiva, ou seja, mães que apresentam níveis plasmáticos inadequados de cianocobalamina e amamentam de forma exclusiva seus bebês, podem causar deficiência dessa vitamina no lactente.

Oliveira et.al. (2020), por sua vez, realizou uma revisão sistemática da literatura, intitulada “O excesso de peso modifica a composição nutricional do leite materno? Uma revisão sistemática”, que consistiu na busca de artigos científicos que avaliaram a associação entre o excesso de peso e a composição nutricional do leite materno. Como resultado, os autores afirmam que, em alguns casos, perceberam que o excesso de peso da mulher alterou a concentração das frações lipídicas do leite, ou seja, houve uma redução da quantidade de ômega 3 e um aumento da quantidade de ômega 6 e triglicerídeos no leite. Em outros casos, também foi observado aumento no conteúdo total de gordura do leite. Quanto a fração protéica, verificou-se um aumento, em torno de 20%, da concentração de aminoácidos de cadeia ramificada no leite de mulheres obesas; e em relação ao conteúdo de carboidratos, observou-se a concentração 2,5 vezes maior de glicose no colostro de mulheres obesas em relação às eutróficas. Dessa forma, percebe-se que o excesso de peso é considerado um problema em mulheres no período reprodutivo, gestacional e de lactação, devido às inúmeras consequências negativas que essa condição pode acarretar para o binômio maternoinfantil.

Freitas et. al (2020), realizaram um estudo epidemiológico observacional e transversal com nutrizes através de um questionário. Amostras de leite materno maduro foram obtidas por meio de ordenha manual e o perfil de ácidos graxos do leite foi determinado por um cromatógrafo a gás equipado com detector por ionização de chama. Posteriormente se aplicaram o modelo de regressão linear múltipla e a análise de regressão multivariada. Como resultado do estudo, observou-se relação inversa entre o consumo de frutas totais e o perfil de ácidos graxos poli-insaturados e relação direta entre o consumo de frutas totais e cereais totais e os ácidos monoinsaturados e saturados. Portanto, a alimentação adequada das nutrizes é importante, pois afeta diretamente a qualidade do leite materno, refletindo na sua composição de ácidos graxos, o que pode trazer consequências para o lactente.

## **Quadro 2. Apresentação da Síntese dos artigos incluídos na revisão integrativa**

TÍTULO	AUTOR/A NO	OBJETIVOS	PRINCIPAIS RESULTADOS
Não adesão ao aleitamento materno exclusivo até os seis meses de vida no Brasil: uma revisão integrativa	PEREIRA; REINALDO /2018	Realizar uma revisão integrativa da literatura para investigar quais são as causas que levam a não adesão ao Aleitamento Materno Exclusivo (AME) até os seis meses de vida como dieta dos lactentes brasileiros.	O leite materno é um alimento completo para a nutrição do bebê em seus primeiros seis meses de vida. Mas devido a diversos fatores como: uso de chupetas e mamadeiras, o trabalho da mãe, o tempo de licença a maternidade, entre outros; muitas mães deixam de praticar o desmame precoce, que pode prejudicar a saúde do filho. Com isso, conclui-se que autoridades podem contribuir para que haja condições mais favoráveis ao AME e, conseqüentemente, contribua para a saúde do bebê.
Prevalência e fatores associados ao aleitamento materno exclusivo no primeiro mês de vida	MOSQUE RA/2018	Investigar a prevalência e os fatores associados à prática de AME aos 30 dias de vida.	As práticas de alimentação no início da vida podem afetar diretamente o estado nutricional, crescimento, desenvolvimento e a sobrevivência infantil. Porém, prevalência de AME aos 30 dias de vida Foi 36,7% e o tempo mediano para os que interromperam o AME nesse intervalo foi 16 dias. Quando consideradas todas as crianças nascidas no período e elegíveis ao seguimento, a



			<p>probabilidade de AME aos 30 dias foi 43,7% e a mediana de AME foi 30 dias. Os fatores associados à duração do AME no período estudado foram número de filhos vivos, uso de chupeta e história de chiado no peito.</p>
Hábitos Maternos relacionados à Amamentação	Bezerra et. al, 2017	Caracterizar os hábitos relacionados ao aleitamento materno de crianças menores de cinco anos.	<p>Constatou-se que 96,6% das mulheres amamentaram seus filhos, contudo, dessas, 40,7% amamentaram por um período inferior a seis meses. Deste modo, o aumento do desmame precoce configura-se um problema de saúde pública, acarretando prejuízos para a saúde e desenvolvimento da criança.</p>
Transmissão de Infecções pelo Aleitamento Materno	FRANCO et. al, 2018	Descrever os principais microrganismos transmitidos pelo leite humano e fazer uma síntese das recomendações sobre aleitamento materno em situação de infecção materna.	<p>Através do leite materno algumas doenças infecciosas são transmitidas. O espectro clínico é amplo, englobando trombocitopenia, hepatite, doença respiratória. A maioria das infecções maternas não representa perigo para o recém-nascido. A decisão de continuação ou suspensão do aleitamento materno deve ser ponderada caso a caso, de acordo com a patologia em causa, a situação socioeconómica e o desejo da</p>

			mãe.
Alimentação de crianças nos primeiros dois anos de vida.	LOPES et. al, 2018	Avaliar a frequência do aleitamento materno e a introdução da alimentação complementar em crianças de zero a 24 meses.	Crianças submetidas ao aleitamento materno exclusivo (AME) durante os seis primeiros meses de idade têm menos chances de desenvolver doenças crônicas não transmissíveis na infância, adolescência e vida adulta. Dessa forma, as práticas alimentares inadequadas identificadas são capazes de comprometer a saúde da criança; por isso, ressalta-se a importância de realizar ações para a promoção do aleitamento materno acompanhadas de orientações para a introdução da alimentação complementar.
Introdução precoce de alimentos e o risco de alergias: revisão da literatura.	LUZ e SILVA et. al, 2019	Analisar as publicações sobre a baixa prevalência do aleitamento materno, a introdução do leite precoce na alimentação do bebê e o desenvolvimento de alergias alimentares.	A introdução de alimentos na alimentação infantil precoce é um fator de risco para o desenvolvimento de doenças crônicas, como a alergia à proteína do leite de vaca. Além disso, traz consequências deletérias para a sua saúde, quais sejam: diarreias, alergias alimentares, com perdas plurais de sistemas metabólicos e outras doenças.
Nutrição durante a gravidez,	KOLETZK O et. al,	Analisar e apresentar	Resultados de gravidez saudável são mais prováveis

<p>lactação e primeira infância e suas implicações para a saúde materna e infantil de longo prazo: as recomendações do Early Nutrition Project.</p>	<p>2019</p>	<p>recomendações atualizadas para nutrição antes e durante a gravidez, durante a lactação, com referência especial aos resultados de saúde posteriores.</p>	<p>se as mulheres que entram na gravidez são fisicamente ativas, têm uma dieta saudável, não fumam, evitam o álcool e têm um IMC normal.</p>
<p>A dieta materna e as práticas de alimentação infantil estão associadas à variação na microbiota do leite humano aos 3 meses após o parto em uma coorte de mulheres com altas taxas de intolerância à glicose gestacional.</p>	<p>COPELAN D et. al., 2021</p>	<p>Explorar as associações entre a dieta materna, práticas de alimentação e a composição no leite de mulheres com estado metabólico variado.</p>	<p>O papel da nutrição materna se faz muito importante para a qualidade do leite. Portanto, o consumo materno de fibras e gorduras, bem como as práticas de alimentação infantil da mãe, são importantes determinantes da microbiota do leite humano.</p>
<p>Visão geral dos nutrientes no leite humano</p>	<p>ALLEN E DROR, 2018</p>	<p>Identificar como as concentrações de nutrientes mudam durante o início e progressão da lactação, e como fatores modificáveis e não</p>	<p>O leite materno desempenha um papel crítico no desenvolvimento. Bebês de mães com estado nutricional adequado têm reservas de alguns nutrientes ao nascer, mas dependem inteiramente do leite materno para outros</p>

		<p>modificáveis, incluindo intervenções, influenciam as concentrações de nutrientes no leite materno.</p>	<p>nutrientes. Ele possui folato, vitamina B6, vitamina B12, vitamina C, tiamina, riboflavina, entre outras substâncias importantes para a saúde e desenvolvimento do lactente. Portanto, o leite materno é um meio de alimentação que satisfaz as necessidades do bebê em vários estágios de crescimento.</p>
<p>Leite materno de mães vegetarianas e a deficiência de vitamina B12 em lactentes: uma revisão sistemática.</p>	<p>PIVA, 2021</p>	<p>Identificar e analisar as evidências científicas sobre a relação entre o leite materno de mães vegetarianas e a deficiência de vitamina B12 em lactentes.</p>	<p>O leite materno de mães que seguem um padrão alimentar vegetariano foi relacionado ao déficit de vitamina B12 nos lactentes. Além disso, mães que apresentam níveis plasmáticos inadequados de cianocobalamina e amamentam de forma exclusiva seus bebês, podem causar deficiência dessa vitamina no lactente.</p>
<p>O excesso de peso modifica a composição nutricional do leite materno? Uma revisão sistemática.</p>	<p>OLIVEIRA et. al, 2020</p>	<p>Identificar associação entre excesso de peso e composição nutricional do leite materno.</p>	<p>O excesso de peso da mulher pode alterar a concentração das frações lipídicas do leite, aumentar o conteúdo total de gordura do leite, alterar a concentração de aminoácidos de cadeia ramificada no leite de mulheres obesas; e até mesmo aumentar a concentração de glicose no colostro de mulheres obesas.</p>

			Dessa forma, o excesso de peso é considerado um problema, devido às inúmeras consequências negativas que essa condição pode acarretar para o binômio materno-infantil.
Relação entre o Índice de qualidade da dieta de nutrizes e o perfil de ácidos graxos do leite materno maduro.	FREITAS et. al, 2020	Avaliar a relação entre a qualidade da dieta materna e a composição do leite humano em primeiros trimestres de lactação.	Através de um estudo epidemiológico com nutrizes, observou-se relação direta entre o consumo de frutas totais e cereais totais e os ácidos monoinsaturados e saturados. Portanto, percebe-se que a qualidade da dieta das nutrizes reflete na composição de ácidos graxos do leite materno.

## 5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os estudos presentes nessa revisão integrativa confirmam a nossa hipótese que a saúde e o estado nutricional maternos contribuem para a qualidade do leite, e consequentemente, afetam a saúde da criança. Sabendo que o leite materno é um meio de alimentação que satisfaz as necessidades do bebê em vários estágios de crescimento, pois este contém bactérias que desempenham um papel na saúde do bebê, é fundamental o consumo materno de fibras e gorduras, pois são importantes determinantes da microbiota do leite humano. A nutrição e o estilo de vida antes e durante a gravidez e a lactação também produzem efeitos na saúde da criança, incluindo o risco de doenças, como obesidade, diabetes, entre outras. Portanto, é importante que as mulheres que entram na gravidez estejam fisicamente ativas, possuam uma dieta saudável, não fumem e evitem o álcool, e estejam em seu peso ideal.

Tendo em vista a importância das informações contidas nesta revisão integrativa de literatura, que podem contribuir para outras pesquisas, estudos e descobertas futuras sobre o aleitamento materno, e principalmente, sobre a influência que a nutrição e saúde da mãe têm sobre a saúde da criança, deixamos à

disposição os resultados encontrados para servirem como incentivo a outros estudos da área.

## 6. REFERÊNCIAS

BERENHAUSER, A.C. **Composição em ácidos graxos do colostro e leite maduro de nutrizes de recém-nascidos pré-termo e a termo**. Santa Catarina: Repositório UFSC, 2013. Acesso em: 28 mar. 2021. Disponível em: [Composição em ácidos graxos do colostro e leite maduro de nutrizes de recém-nascidos pré-termo e a termo \(ufsc.br\)](http://ufsc.br).

BRAGA, MS; GONÇALVES, MS; AUGUSTO, CR. **Os benefícios do aleitamento materno para o desenvolvimento infantil**. v. 6, n. 9. Curitiba: Brazilian Journal of Development, 2020. p. 70250-70260. Acesso em: 28 mar. 2021. Disponível em: [brazilianjournals.com/index.php/BRJD/article/view/16985/15832](http://brazilianjournals.com/index.php/BRJD/article/view/16985/15832).

BRASIL. **Aleitamento materno e alimentação complementar**. Secretaria de atenção à saúde. v. 1, n. 23. Ed 2. Brasília: Ministério da Saúde, 2015. p. 11-30.

BRASIL. **Caderneta da gestante**. Ministério da Saúde. Ed 3. Brasília: Ministério da Saúde, 2016. p. 27-30.

BRASIL. **Cartilha da gestante mães de Minas: a vida merece esse cuidado**. Secretaria de Saúde de Minas Gerais. Brasília: Ministério da Saúde, 2014. p. 9-23.

BUENO, K.C.V.N. **A importância do aleitamento materno exclusivo até os seis meses de idade para a promoção de saúde da mãe e do bebê**. Minas Gerais: Repositório UFMG, 2013. Acesso em: 28 mar 2021. Disponível em: [Repositório Institucional da UFMG: A importância do aleitamento materno exclusivo até os seis meses de idade para a promoção de saúde da mãe e do bebê](http://Repositório Institucional da UFMG).

DEWEY, KG. **Facilitando a nutrição de melhor qualidade para gestantes, lactantes e crianças de 0-5 anos de idade**: Comentários sobre Black, Reifsnider e Devaney. In: CONASS. **Nutrição na gravidez**. Brasília: Fundação Maria Cecília Souto Vidigal, 2017. p. 49-52.

FERREIRA, HLOC; OLIVEIRA, MF; BERNARDO, EBR; ALMEIDA, PC; AQUINO, PS; PINHEIRO, AKB. **Fatores associados à adesão do aleitamento materno exclusivo**. v.23, n.3, ISSN 1678-4561. Rio de Janeiro: Ciência e Saúde Coletiva, 2018. Acesso em: 30 mar. 2021. Disponível em: [SciELO - Saúde Pública - Fatores Associados à Adesão ao Aleitamento Materno Exclusivo \(scielosp.org\)](http://SciELO - Saúde Pública - Fatores Associados à Adesão ao Aleitamento Materno Exclusivo).

FRANCO, C.; CASTILHO, S.; GRAÇA, A.; MARQUES, J.G. **Transmissão de Infecções pelo Aleitamento Materno**. v. 1, DOI: 10.21069/APP.2018.13325. p. 243-252. Portugal: Acta Pediátrica Portuguesa, 2018. Acesso em: 04 mai. 2021. Disponível em: [https://www.researchgate.net/profile/Andre-Graca-2/publication/326274584\\_Transmission\\_of\\_Infections\\_via\\_Breast\\_Milk\\_A\\_Literature\\_Review/links/5b43e289458515f71cb88c56/Transmission-of-Infections-via-Breast-Milk-A-Literature-Review.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Andre-Graca-2/publication/326274584_Transmission_of_Infections_via_Breast_Milk_A_Literature_Review/links/5b43e289458515f71cb88c56/Transmission-of-Infections-via-Breast-Milk-A-Literature-Review.pdf)

FREITAS, RFS; MACEDO, MS; LESSA, AC; PINTO, NAVD; TEIXEIRA, RA. **Relação entre o índice de qualidade da dieta de nutrizes e o perfil de ácidos graxos do leite materno maduro**. v. 39, ISSN 1984-0462. São Paulo: Revista Paulista de Pediatria, 2020. Acesso em: 06 abr. 2021. Disponível em: [RELAÇÃO ENTRE O ÍNDICE DE QUALIDADE DA DIETA DE NUTRIZES E O PERFIL DE ÁCIDOS GRAXOS DO LEITE MATERNO MADURO \(scielo.br\)](https://scielo.br).

FUSTINONI, AM. **Vitamina A no leite materno**: influência do estado nutricional de lactentes e da composição do leite. Brasília: Instituto de Ciências Biológicas, 2008. p. 07-62.

GOMES, C.S.; KOIFMAN, L. **Amamentação**: Uma questão (bio)ética? Rio de Janeiro: Diversitates International Journal, 2021. Acesso em: 06 abr. 2021. Disponível em: [Amamentação: Uma questão \(bio\)ética? | Gomes | DIVERSITATES International Journal \(uff.br\)](https://uff.br)

GONÇALVES, ASA; COSTA, EJ; SOUZA, EO; CAMPOS, ES; SILVA, F; PAIVA, AA. **Perfil alimentar e nutricional durante a gestação**. v.4, ISSN 2594-6757. Várzea Grande: UNIVAG Centro Universitário, 2018. p. 1-15. Acesso em: 01 abr. 2021. Disponível em: <http://www.periodicos.univag.com.br/index.php/mostranutri/article/view/1236/1396>.

LAMOUNIER, J.A. **Doenças maternas infecciosas e amamentação**. São Paulo: Sociedade Brasileira de Pediatria, 2019. Acesso em: 08 out. 2021. Disponível em: [\\_21432d-GPA - DoençMat Infec e Amam\\_revisado.indd \(fiocruz.br\)](https://fiocruz.br).

LIMA, N; GUIMARÃES, L. **Nutrição**: da gestação à infância. v.1, n.1, ISBN 978-85-913928-5-8. Brasília: Editora JRG, 2017. p. 15-155

LIMA, APC; NASCIMENTO DS; MARTINS, MMF. **A prática do aleitamento materno e os fatores que levam ao desmame precoce**: uma revisão integrativa. v. 6, n. 2. Salvador: Revista de Saúde e Ciências Biológicas, 2018. p. 189-196. Acesso em: 28 mar. 2021. Disponível em: <https://periodicos.unichristus.edu.br/jhbs/article/view/1633/640>.

LIMA, MV; PIRES, BHV; SILVA, LQ; HAYD, RLN. **Análise dos benefícios que o leite materno oferece para a promoção de saúde da mãe e do bebê**. v. 13, n. 1. Roraima: Academia Roraimense de Ciências, 2018. p. 28-31. Acesso em: 30 mar. 2021. Disponível em: [Template - Current Biotechnology \(mensagitat.org\)](https://mensagitat.org).

MARQUES, E.S.; COTTA, R.M.M.; FRANCESCHINI, S.C.C.; BOTELHO, M.I.V.; ARAUJO, R.M.A.; JUNQUEIRA, T.S. **Práticas e percepções acerca do aleitamento materno**: consensos e dissensos no cotidiano de cuidado numa Unidade de Saúde da Família. Rio de Janeiro: Physis, 2009. Acesso em: 30 abr. 2021. Disponível em: [SciELO - Brasil - Práticas e percepções acerca do aleitamento materno: consensos e dissensos no cotidiano de cuidado numa Unidade de Saúde da Família Práticas e percepções acerca do aleitamento materno: consensos e dissensos no cotidiano de cuidado numa Unidade de Saúde da Família](https://scielo.br).

NABATE, K.M.C.; MENEZES, R.K.S.; AYOAMA, E.A.; LEMOS, L.R. **As principais consequências do desmame precoce e os motivos que influenciam esta prática**. v. 1, n.4. Brasília: Revista Brasileira Interdisciplinar de Saúde, 2019. Acesso

em: 08 out. 2021. Disponível em:  
<https://revistarebis.rebis.com.br/index.php/rebis/article/view/47>.

OLIVEIRA, RAM; CÔNSOLO, FZ; FREITAS, KC; PEGOLO, GE. **Aleitamento materno exclusivo e introdução de alimentos industrializados nos primeiros dois anos de vida**. v. 23, n. 54. Campo Grande: Multitemas, 2018. p. 47-64. Acesso em: 30 mar. 2021. Disponível em:  
<https://multitemasucdb.emnuvens.com.br/multitemas/article/view/1579/1518>.

OLIVEIRA, E.; MARANO, D.; AMARAL, Y.N.V.; ABRANCHES, A.; SOARES, F.V.M.; MOREIRA, M.E.L. **O excesso de peso modifica a composição nutricional do leite materno?** Uma revisão sistemática. Rio de Janeiro: Ciência e Saúde Coletiva, 2020.

PALHETA, QAF; AGUIAR, MFR. **Importância da assistência de enfermagem para a promoção do aleitamento materno**. v. 8, n. 1. São Paulo: Revista Eletrônica Acervo Enfermagem, 2021. Acesso em: 28 mar. 2021. Disponível em: Importância da assistência de enfermagem para a promoção do aleitamento materno | Revista Eletrônica Acervo Enfermagem ([acervomais.com.br](http://acervomais.com.br)).

PEREIRA, N.N.B.; REINALDO, A.M.S. **Não adesão ao aleitamento materno exclusivo até os seis meses de vida no Brasil**: uma revisão integrativa. Juiz de Fora: Revista de APS, 2018. Acesso em: 28 mar. 2021. Disponível em: Sobre a Revista | Revista de APS ([ufjf.br](http://ufjf.br))

PIVA, C. **Leite materno de mães vegetarianas e a deficiência de vitamina B12 em lactentes**: uma revisão sistemática. Florianópolis: Ânima Educação, 2021. Acesso em: 08 out. 2021. Disponível em: RUNA - Repositório Universitário da Ânima: Leite materno de mães vegetarianas e a deficiência de vitamina B12 em lactentes: uma revisão sistemática ([animaeducacao.com.br](http://animaeducacao.com.br)).

RIBEIRO, M.J. **Crenças alimentares de lactantes durante o aleitamento materno**: uma revisão narrativa de literatura. Brasília: UnB, 2021. Acesso em: 28 mar 2021. Disponível em: Biblioteca Digital da Produção Intelectual Discente: Crenças alimentares de lactantes durante o aleitamento materno : uma revisão narrativa de literatura ([unb.br](http://unb.br)).

ROSADO, B.N.C.L.; SILVA, A.M.; LIMA MAIA, I.C.V.; SOUSA ROSADO, B.R.; MAIA, J.K.O.; FALCÃO, E.G. **Recomendações para amamentação no contexto do Covid-19**: uma revisão integrativa. São Paulo: Revista Eletrônica Acervo Saúde, 2021. Acesso em: 08 out. 2021. Disponível em: Recomendações para amamentação no contexto do Covid-19: uma revisão integrativa | Revista Eletrônica Acervo Saúde ([acervomais.com.br](http://acervomais.com.br)).

SILVA, IE; ARAÚJO, WF; RODRIGUES, WS; AOYAMA, EA. **A importância do enfermeiro no aleitamento materno exclusivo para a evolução da criança**. v. 2, n. 1. Brasília: Revista Brasileira Interdisciplinar de Saúde, 2020. Acesso em: 28 mar. 2021. Disponível em: A IMPORTÂNCIA DO ENFERMEIRO NO ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO PARA A EVOLUÇÃO DA CRIANÇA | Revista Brasileira Interdisciplinar de Saúde ([rebis.com.br](http://rebis.com.br)).



SOUSA, F.L.L.; ALVES, R.S.S.; LEITE, A.C.; et. al. **Benefícios do aleitamento materno para a mulher e o recém-nascido**. São Paulo: Research, Society and Development, 2021. Acesso em: 01 abr. 2021. Disponível em: Benefits of breastfeeding for women and newborns | Research, Society and Development (rsdjournal.org).

TELES, LSS. **Influência da periodontite na composição nutricional do leite materno**. Salvador: Bahiana Escola de Medicina e Saúde Pública, 2020. Acesso em: 01 abr. 2021. Disponível em: <https://www7.bahiana.edu.br:8443/jspui/bitstream/bahiana/4608/1/LAYSE%20SENA%20SANTOS%20TELES.pdf>.