

**CENTRO UNIVERSITÁRIO BRASILEIRO
NÚCLEO DE SAÚDE
CURSO DE NUTRIÇÃO**

AMANDA JESUS CABRAL
AMANDA PRISCILA DA SILVA SANTOS
MARIA GEOVANNA BRONZEADO VASCONCELOS

**OS BENEFÍCIOS DA PRÁTICA DA AMAMENTAÇÃO
EXCLUSIVA E DA EDUCAÇÃO NUTRICIONAL NA
INFÂNCIA APÓS OS 6 PRIMEIROS MESES DE VIDA**

RECIFE- PE
2021

AMANDA JESUS CABRAL
AMANDA PRISCILA DA SILVA SANTOS
MARIA GEOVANNA BRONZEADO VASCONCELOS

**OS BENEFÍCIOS DA PRÁTICA DA AMAMENTAÇÃO
EXCLUSIVA E DA EDUCAÇÃO NUTRICIONAL NA
INFÂNCIA APÓS OS 6 PRIMEIROS MESES DE VIDA**

Projeto de pesquisa apresentado como
requisito parcial, para conclusão do curso
de Bacharelado em Nutrição do Centro
Universitário Brasileiro,

Orientadora: Viviane Lima

RECIFE- PE
2021

C117b

Cabral, Amanda Jesus

Os benefícios da prática da amamentação exclusiva e da educação nutricional na infância após os 6 primeiros meses de vida./ Amanda Jesus Cabral; Amanda Priscila da Silva Santos; Maria Geovanna Bronzeado Vasconcelos. - Recife: O Autor, 2021.
30 p.

Orientador(a): Viviane Lima.

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

1.Amamentação exclusiva. 2.Introdução alimentar.
3.Hábitos alimentares. 4.Alimentação complementar. 5.Atuação do nutricionista. I. Centro Universitário Brasileiro. - Unibra. II. Título.

CDU: 612,39

AMANDA JESUS CABRAL
AMANDA PRISCILA DA SILVA SANTOS
MARIA GEOVANNA BRONZEADO VASCONCELOS

OS BENEFÍCIOS DA PRÁTICA DA AMAMENTAÇÃO EXCLUSIVA E DA EDUCAÇÃO NUTRICIONAL NA INFÂNCIA APÓS OS 6 PRIMEIROS MESES DE VIDA

Artigo aprovado como requisito parcial para obtenção do título de Bacharel em Nutrição, pelo Centro Universitário Brasileiro – UNIBRA, por uma comissão examinadora formada pelos seguintes professores:

Prof.o Titulação Nome do Professor(a)
Professor(a) Orientador(a)

Professor(a) Examinador(a)

Professor(a) Examinador(a)

Recife, _____ de _____ de 2021.

NOTA: _____

AGRADECIMENTOS

Agradecemos primeiramente a Deus e aos nossos pais; E queremos agradecer a todas nós que, apesar das dificuldades não desistimos. Obrigada também a nossa orientadora e a todos envolvidos nessa etapa final!

EPÍGRAFE

"A filosofia de uma pessoa não é melhor expressa em palavras; ela é expressa pelas escolhas que a pessoa faz. A longo prazo, moldamos nossas vidas e moldamos a nós mesmos. O processo nunca termina até que morramos. E, as escolhas que fizemos são, no final das contas, nossa própria responsabilidade."

(Eleanor Roosevelt)

OS BENEFÍCIOS DA PRÁTICA DA AMAMENTAÇÃO EXCLUSIVA E DA EDUCAÇÃO NUTRICIONAL NA INFÂNCIA APÓS OS 6 PRIMEIROS MESES DE VIDA

Amanda Jesus Cabral
Amanda Priscila da Silva Santos
Maria Geovanna Bronzeado Vasconcelos

Orientadora: Viviane Lima

Resumo: O objetivo deste estudo foi apresentar evidências que comprovem cientificamente os benefícios do aleitamento materno exclusivo e a importância da introdução alimentar após os seis meses de vida. Para a revisão, foram utilizadas as bases de dados das bibliotecas eletrônicas Scielo, BVS e PubMed, sendo estudos publicados entre os anos de 2010 e 2021. Os resultados desse trabalho mostram que a prática da amamentação exclusiva e uma introdução alimentar saudável promovem vários benefícios, entre eles: diminuição de doenças respiratórias e de diarreia; menor desnutrição infantil; melhora no desenvolvimento neurológico; diminuição do risco de desenvolvimento de diabetes e obesidade; contribuição para o desenvolvimento correto do sistema estomatognático e estabelecimento de uma oclusão dentária favorável. Além disso, através deste estudo foi possível concluir que a amamentação exclusiva e uma educação nutricional durante a introdução alimentar, juntamente com a exclusão de açúcares e industrializados em crianças menores de seis meses, pode causar impactos positivos à saúde da criança, evitando retardo do crescimento, atraso intelectual, anemia, aumento de peso na infância e a longo prazo, desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis. Nesse período também formam-se hábitos alimentares que permearão até a fase adulta, concluindo que é de suma importância o incentivo do aleitamento materno exclusivo nos primeiros seis meses, e após esse período, a introdução alimentar adequada.

Palavras-chave: Amamentação exclusiva. Introdução alimentar. Hábitos alimentares. Alimentação complementar. Atuação do nutricionista

THE BENEFITS OF EXCLUSIVE BREASTFEEDING AND NUTRITIONAL EDUCATION IN CHILDHOOD AFTER THE FIRST 6 MONTHS OF LIFE

Amanda Jesus Cabral
Amanda Priscila da Silva Santos
Maria Geovanna Bronzeado Vasconcelos

Advisor: Viviane Lima

Abstract: The aim of this study was to present evidence that scientifically proves the benefits of exclusive breastfeeding and the importance of introducing food after six months of life. For the review, the databases of the Scielo, BVS and PubMed electronic libraries were used, and studies were published between 2010 and 2021. The results of this work show that the practice of exclusive breastfeeding and a healthy food introduction promote several benefits, among them: decrease in respiratory illnesses and diarrhea; lesser child malnutrition; improvement in neurological development; decreased risk of developing diabetes and obesity; contribution to the correct development of the stomatognathic system and establishment of a favorable dental occlusion. In addition, through this study, it was possible to conclude that exclusive breastfeeding and nutritional education during food introduction, together with the exclusion of sugars and processed foods in children under six months, can have positive impacts on the child's health, preventing growth retardation, intellectual delay, anemia, childhood and long-term weight gain, development of chronic non-communicable diseases. During this period, eating habits are also formed that will permeate into adulthood, concluding that the encouragement of exclusive breastfeeding in the first six months is of paramount importance, and after that period, the introduction of adequate food.

Keywords: Exclusive breastfeeding. Food introduction. Eating habits. Complementary food. Nutritionist performance.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	9
2. REFERENCIAL TEÓRICO.....	10
2.1 Amamentação exclusiva e seus benefícios	10
2.2 As consequências do açúcar e industrializados na alimentação.....	12
2.3 Educação nutricional na introdução alimentar.....	13
2.4 A importância do nutricionista na promoção da amamentação.....	14
3. MÉTODOS.....	15
4. RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	16
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	26
6. REFERÊNCIAS.....	27

1 INTRODUÇÃO

A alimentação adequada faz parte do processo de construção de uma vida saudável e é essencial a vida desde o nascimento até a morte. Diante disso, o aleitamento materno se faz importante desde os primeiros dias de vida da criança até os seus seis primeiros meses, pois é através dele que a criança consegue suprir todas as suas necessidades nutritivas. A introdução de alimentos sólidos após os seis meses de vida também se faz importante, pois uma alimentação adequada é essencial para que a criança desenvolva um peso adequado, sendo um fator de proteção contra a obesidade na adolescência (LIMA et al., 2020).

Segundo Passanha (2013), a alimentação de crianças menores de seis meses é atendida pela amamentação exclusiva. Após o sexto mês, outros alimentos são necessários. Para uma alimentação saudável, deve-se incluir alimentos adequados em nutrientes, energia, minerais e água. Essa alimentação não deve conter excesso de sal, gordura, ou açúcar - a quantidade e consistência desses alimentos devem ser apropriadas. É recomendado, também, manter o aleitamento materno até os dois anos de idade.

Nos últimos anos, os índices de aleitamento materno vêm aumentando. Segundo dados do Ministério da Saúde (2020), 53% das crianças brasileiras são amamentadas no primeiro ano de vida, mais de 45% das menores de seis meses são amamentadas com aleitamento materno exclusivo e, cerca de 60% das crianças menores de quatro meses recebem apenas o leite materno. Apesar desse aumento, percebe-se que é necessário mais incentivo da prática da amamentação exclusiva para se ter uma prevalência ainda maior nos próximos anos (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2020).

Para Lopes (2018), diante a falta de informação, muitas mães acreditam que líquidos como sucos, chás e outros leites são complementares ao leite materno, oferecendo mais energia e nutrientes, fomentando a ideia errônea de que as crianças estariam mais saudáveis a partir da ingestão desse tipo de alimento. A partir disso, resta a dúvida: como a falta de informações sobre a amamentação exclusiva afetaria o desenvolvimento saudável de uma criança?

Segundo a recomendação da OMS/UNICEF (2020), é fundamental uma alimentação complementar que busque promover positivamente o estado nutricional, o crescimento e o desenvolvimento, contribuindo assim para a prevenção do surgimento de possíveis doenças. É recomendável que a introdução dos alimentos seja gradual, respeitando os intervalos e o apetite da criança.

Outro fator a ser considerado é que há a necessidade de promover ações sociais e acompanhamento de profissionais da área da saúde para as mães durante o período de aleitamento materno e introdução alimentar, de modo que o índice de crianças amamentadas exclusivamente e a introdução de alimentos de forma correta cresça nos próximos anos (PORTO, 2018).

Sendo assim, o tema proposto para esse projeto se deu pela necessidade de tratar da importância da alimentação nos primeiros anos de vida da criança. Segundo Lopes (2018), uma alimentação de forma adequada nos primeiros anos de vida tem um papel fundamental para o crescimento e desenvolvimento saudável do indivíduo.

Esse trabalho pretende analisar as influências da prática da amamentação exclusiva em crianças de até seis meses de vida, apresentando os benefícios da educação nutricional na introdução alimentar. Com os objetivos específicos, pretende-se orientar sobre os riscos da falta de informações sobre a alimentação saudável em crianças de até dois anos de vida e ressaltar a importância de um acompanhamento nutricional na infância.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 Amamentação exclusiva e seus benefícios

Segundo Rocha et al (2018), na prática da amamentação às mães estabelece uma criação de vínculo com seu filho pelo contato durante as mamadas,, desenvolvendo o psicoafetivo através das trocas entre mãe e filho, transformando a prática da amamentação exclusiva como um processo de profunda interação com a criança, fortalecendo a autoconfiança trazendo ainda a satisfação à mulher, a prática trás sensações prazerosas com relação à afetividade, as mães que estão nessa fase de aleitamento materno (AM) se tornam mais responsáveis e atentas aos

sinais das necessidades do seu filho durante o processo de interação no início de vida.

Santos et al (2019), recomenda que o aleitamento materno seja exclusivo até os seis meses de vida da criança e complementado até os dois anos ou mais. Essa recomendação tem sido apresentada com frequência, tendo por objetivo a demonstração e conscientização dos benefícios promovidos pela realização dessa prática, tanto para a saúde da mulher, quanto para a saúde da criança.

A maneira que o hábito alimentar é formado vai chamando a atenção e dando mais importância às práticas alimentares nos primeiros anos de vida. Os hábitos alimentares irão repercutir de diferentes formas ao longo de toda vida dos indivíduos. O ideal é que a criança seja amamentada exclusivamente, pois durante esse período, o leite materno é o único alimento capaz de atender a todas as necessidades nutricionais e emocionais do lactante, além disso, acredita-se na existência da associação positiva entre a duração do aleitamento materno exclusivo e o consumo de uma dieta mais saudável em fases posteriores da infância (SILVA et al, 2016).

“É possível perceber que a importância do aleitamento materno tanto para o lactente como também para a mãe, pois ambos são beneficiados por meio desse ato amamentar. São diversos benefícios que o leite materno traz, devido à presença de uma grande quantidade de nutrientes e moléculas que atuam diretamente no sistema imunológico do bebê que nos primeiros anos de vida é bastante suscetível a infecções, assim o leite materno, se torna um aliado na defesa do organismo da criança” (Silva et al., 2020,p.7).

Segundo Barbosa et al (2017), um dos fatores pouco explorado pela literatura são os facilitadores que pode levar ao desmame relacionados às dificuldades inerentes com a técnica da amamentação, uma má técnica aplicada pode dificultar a sucção e o esvaziamento da mama, causando dores na mama, sensibilidade mamilar, rachaduras e feridas por consequência da pega incorreta, diante essas dificuldades citadas a mãe ela pode precocemente introduzir outros alimentos além da oferta exclusiva do leite materno acarretando assim o desmame.

Moimaz et al (2020), reforça que a amamentação deve ser iniciada ainda na gestação, para que possíveis barreiras que possam impedir a amamentação ou acarretar o desmame precoce sejam identificadas e prevenidas assim que possível. As causas do desmame precoce são diversas, destacando-se a falta de orientação e

acompanhamento das mães, a não amamentação na primeira hora pós parto, o parto cesárea, a condição socioeconômica materna desfavorável, o trabalho materno e a introdução de bicos artificiais e fórmulas lácteas adicionadas de forma precoce na alimentação do bebê.

2.2 As consequências do açúcar e industrializados na alimentação infantil

De acordo com o Guia Alimentar para Crianças Menores de Dois Anos (2021), ao ingerir outros alimentos, como os açúcares, industrializados (biscoitos recheados, iogurte, refrigerantes, salgados) e frutas antes dos seis meses de idade, além de ser desnecessário, pode vir a ser prejudicial à saúde da criança, podendo haver interferências na absorção de alguns nutrientes importantes que existem no leite materno, dando a entender que as crianças só estão aptas a receber outros alimentos após os seis meses de idade.

Nas últimas décadas, ocorreram mudanças nos hábitos alimentares da população, principalmente quanto à substituição de alimentos caseiros e naturais por alimentos industrializados, que possuem elevada densidade energética e baixa qualidade nutricional (TADDER et al., 2015).

Segundo Passanha (2013), condutas alimentares inadequadas nos primeiros anos de vida podem trazer consequências negativas, como o retardo do crescimento, o atraso intelectual, a anemia, o aumento de peso e, a longo prazo, o desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis. Nesse período, também formam-se hábitos alimentares que permeiam até a fase adulta.

De acordo com Silva et al (2016), à medida que a criança cresce, ela define suas preferências alimentares, daí a importância de se estimular desde o início uma alimentação variada, adequada e que reflita a cultura alimentar regional. Não há dúvidas de que uma alimentação saudável é fundamental na promoção da saúde da criança, trazendo a necessidade de se analisar os vários aspectos envolvidos na alimentação infantil, os quais vão determinar as práticas alimentares.

É importante que os pais saibam o que estão dando aos seus filhos. A maioria dos alimentos industrializados não declara a quantidade de açúcar na tabela

nutricional de seus rótulos. No entanto, em grande parte deles, o açúcar aparece nas primeiras posições da lista de ingredientes, ou seja, é um ingrediente predominante na composição desses produtos, tanto nos tradicionais, quanto nos diet, light e zero. Ao ler a composição desses alimentos, observa-se que os que contém açúcar são de sabor salgado, e por isso a presença do açúcar não é evidente ao consumidor (JAPUR et al., 2021).

As influências do mercado publicitário, da globalização, do ritmo acelerado de vida nas grandes cidades, do trabalho da mulher fora do lar e do desenvolvimento econômico e social, contribuíram para o atual ambiente obesogênico, no qual se dá a introdução de alimentos industrializados nos primeiros meses de vida. Este ambiente caracteriza-se pelo crescimento mundial do consumo de alimentos industrializados, motivado por estratégias de marketing desenvolvidas por indústrias multinacionais, que investem fortemente na divulgação de produtos de alta densidade energética para crianças e adolescentes. (TADDER et al., 2015)

2.3 Educação nutricional na introdução alimentar

Após seis meses de vida, a criança precisa consumir outros alimentos além do leite materno. É neste momento que se faz necessário iniciar a complementação alimentar. De acordo com o crescimento do bebê, é necessário outras fontes de nutrientes. Mesmo sendo amamentado nesse período, é importante a introdução de outros alimentos, de modo que o bebê possa ter contato com alimentos presentes no seu dia a dia, garantindo assim um aporte nutricional e adquirindo autonomia e habilidades motoras relacionado ao ato de comer, conhecendo o cheiro, formato, textura e o sabor de cada alimento. Com isso, a nova abordagem Baby-led Weaning (BLW), que seria um desmame guiado pelo bebê sendo importante no processo de introdução alimentar para o desenvolvimento da criança (DA COSTA et al., 2020).

Silva et al (2021), reforça que o desmame conduzido pelo bebê (BLW) está também associado a ansiedade das mães pela introdução dos alimentos sólidos, tendo em vista a oferta dos alimentos em sua forma natural, além disso, a estratégia desencadeia a capacitação multitossensorial onde a criança passa a ter interação com formas, textura, cores e sabores dos alimentos, além disso o

desenvolvimento das funções orais: morder, mastigar e engolir de forma natural respeitando seu tempo, um dos principais benefícios desse método é o compartilhamento de refeições em família.

Segundo o Guia Alimentar para Crianças Menores de Dois Anos (2021), quando iniciada a introdução alimentar, a criança, além de consumir o leite materno, deve começar a receber três refeições diárias. Sempre é recomendado, sendo as refeições dos familiares saudáveis, que a comida da criança seja igual a estes. Logo, não há necessidade das refeições da criança serem diferentes dos integrantes da família.

A alimentação complementar adequada deve compreender alimentos ricos em energia, proteínas e micronutrientes, sem contaminação, sem excesso de sal ou condimentos e açúcares, em quantidade apropriada, fáceis de preparar, assegurando-se a consistência e a densidade energética adequada. A família tem papel decisivo na formação de hábitos e no autocontrole da ingestão alimentar, que pode ser adequada ou não (DIAS et al., 2010).

Segundo Magalhães et al (2019), atualmente, a educação nutricional infantil tem passado por diversas modificações. Sabe-se que as influências relacionadas aos hábitos alimentares tem sido o principal motivo das causas futuras para o aumento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), por isso, os avanços dos conhecimentos sobre educação alimentar nutricional (EAN), a busca pela prática da alimentação e os hábitos alimentares saudáveis foram gradativamente valorizados, sobretudo nas políticas públicas. Hoje a introdução de hábitos alimentares mais saudáveis está sendo vista como a melhor maneira de prevenção à saúde.

2.4 A importância do nutricionista na promoção da amamentação

De acordo com Rocha et al (2018), a atuação da equipe de saúde é de grande importância, pois a prática da amamentação é bastante complexa para algumas lactantes. O nutricionista tem o papel de facilitar a prática do aleitamento materno, promovê-la, protegê-la e apoiá-la, mostrando os benefícios que são adquiridos durante esse período, e que são levados por todas as fases da vida do bebê.

O nutricionista enquanto profissional da área da saúde tem um papel importante no que diz respeito a oferta nutricional adequada para o bebê e para a mãe. Passando orientações de acordo com o estilo de vida de cada gestante, com recomendações ideais em cada refeição, esse profissional incentiva, desde a gestação, uma alimentação saudável (VASSIMON et al., 2020). As atividades de educação nutricional de orientação e estratégias educativas devem ser realizadas durante os períodos pré e pós-gestacional, tendo assim a responsabilidade de ser executadas por grupos multidisciplinares de saúde, proporcionando benefícios à mãe, à criança e aos familiares (SILVA et al., 2017).

Santana et al (2016) afirma que, neste âmbito, a educação nutricional na promoção do aleitamento materno e o profissional nutricionista são de suma importância para o desenvolvimento de incentivo às mães sobre a prática e a técnica correta do aleitamento. Além disso, Santana et al (2016) também afirma que é preciso ser repassado para as nutrizes orientações quanto a prevenção e o manejo dos principais problemas decorrentes durante a lactação.

Devem ser desenvolvidas estratégias de promoção ao aleitamento materno, como nas unidades de atenção primária à saúde e hospitais. Destaca-se também a estratégia de saúde da família para a realização de atividades voltadas ao aleitamento materno. O profissional de saúde é fundamental para a prevenção e a intervenção nas dificuldades relacionadas à amamentação, necessitando estar preparado para orientar as mães, pois estas nem sempre possuem habilidades maternas para cuidar da criança e amamentá-la (TORQUATO et al.,2018).

3 MÉTODOS

Esta pesquisa trata-se de uma revisão da literatura que procura dissertar sobre a amamentação exclusiva e a importância da educação nutricional na introdução alimentar. Para este trabalho, foram utilizados artigos científicos que estão disponíveis nos seguintes bancos de dados: Scielo, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), PubMed, Associação Brasileira de Nutrição (ASBRAN).

Para a pesquisa dos artigos supracitados foram encontrados 257 artigos. Após a pesquisa dos artigos encontrados, foram utilizados critérios para filtrar aqueles que

mereciam maior atenção, Primeiramente, foram excluídos os artigos anteriores ao ano de 2010, de modo que os trabalhos a serem analisados pudessem estar atualizados.

Depois, artigos que não tratavam diretamente dos temas “alimentação infantil”, “amamentação exclusiva”, “introdução alimentar” e “aleitamento materno” foram retirados dos trabalhos a serem analisados, resultando em 27 artigos. Abaixo, segue o resultado desta revisão bibliográfica.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para essa pesquisa foram encontrados 257 artigos. Após a pesquisa destes trabalhos encontrados, foram utilizados os critérios de filtragem, excluindo os artigos anteriores ao ano de 2010 e os artigos que não tratassem diretamente dos temas abordados neste trabalho, resultando em 27 artigos, sendo selecionados 7, resumidamente, na tabela 1 - localizada abaixo - que caracteriza os estudos para os resultados e discussão. Os outros 20 artigos também foram utilizados para a revisão bibliográfica, entretanto, apenas os artigos originais foram postos na tabela.

A seguir, após a tabela com as principais informações sobre os artigos selecionados, serão comentadas as pesquisas e seus respectivos resultados, de modo a avaliar os pontos em comum entre eles e o que dizem a respeito da temática abordada nesta revisão bibliográfica.

Tabela 1

Autor/ano	Revista	Objetivo/Metodologia	Resultados
LOPES, Wanessa Casteluber et al., 2018	Revista Paulista de pediatria	Avaliar a frequência do aleitamento materno e a introdução da alimentação complementar em crianças de zero a 24 meses.	Ao completarem 180 dias de vida, 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.
PASSANHA, Adriana et al., 2013	Revista de saúde pública	Analisar a associação entre grau de implantação da Rede Amamenta Brasil e prevalência de aleitamento materno exclusivo.	prevalência de aleitamento materno exclusivo em locais públicos não Rede, em locais públicos com Oficina da Rede e em locais públicos certificados na Rede ($p = 0,047$). A Prevalência para amamentação exclusiva foi igual a 1,47 (IC95% 1,00;2,17).

VENANCIO, Sonia, et al. Revista de pediatria
2010

Apresentar os indicadores de aleitamento materno (AM), obtidos na Pesquisa de Prevalência de Aleitamento Materno nas Capitais Brasileiras e Distrito Federal, bem como analisar sua evolução no período de 1999 a 2008.

os 34.366 crianças. Verificou-se que 67,7% (IC95% 66,7-68,8) mamaram na primeira hora de vida; a prevalência do AME em crianças de 0 a 6 meses foi de 41% (IC95% 39,7-42,4).

PORTO Jessica Prates et al.,2018

Epidemiologia e Serviços de Saúde

Analisar a associação entre aleitamento materno exclusivo (AME) e a introdução de alimentos ultraprocessados em crianças menores de 12 meses.

Foram avaliadas 286 crianças, das quais 40,2% receberam quatro ou mais alimentos ultraprocessados e 48,9% receberam AME por menos de 120 dias.

DA COSTA RAMOS, Ketlin Luana Gomes et al., 2020

Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro

Identificar o impacto do método BLW (Baby Led Weaning) como estratégia de alimentação complementar na introdução alimentar dos bebês.

No método BLW, os bebês apresentam maior participação nas refeições da família; parecem estar menos propensos a engasgos do que bebês que seguem a abordagem tradicional..

VASSIMON, Siqueira et al., 2020	Helena	Revista da associação brasileira de nutrição	Identificar características da gravidez e da lactação de mulheres procuraram um banco de leite humano e as razões que motivaram essas mães a recorrerem ao serviço.	as	As participantes realizaram o pré-natal em número adequado de consultas e tinham em média 25 anos. Os sintomas gestacionais mais relatados foram náuseas/vômitos (71,7%) e picamálacia (60%).
TOLONI, de A. et al., 2014	Maysa Helena	Revista Paulista de pediatria	Identificar a idade de introdução do queijo suísse e macarrão instantâneo na dieta de lactentes e comparar suas composições nutricionais com a alimentação recomendada para idade(leite materno e refeição salgada), visando estimar erros nutricionais.		O petit suisse e o macarrão instantâneo foram consumidos por 89,6 e 65,3% dos lactentes ainda no primeiro ano de vida. Os percentuais de adequação para carboidrato foram superiores do recomendado.

Diante do estudo realizado, compreendemos que durante os primeiros seis meses de vida, a prática da amamentação exclusiva reflete no estado nutricional da criança, fornecendo todos os nutrientes necessários para um crescimento e um desenvolvimento saudável, ao mesmo tempo prevenindo doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) na fase adulta. A partir do que foi visto a respeito da alimentação complementar após os seis meses, além do aleitamento materno, percebe-se que é necessário introduzir de forma gradativa alimentos saudáveis, evitando o consumo de açúcar e industrializados. Essas ações podem trazer para a criança repercussões benéficas ao longo de toda a vida.

Os autores do primeiro artigo apresentado na tabela 1, para o estudo, utilizaram a metodologia transversal de base populacional, mostrando uma coleta de dados que foi realizada em 2015, através de entrevistas em domicílio. A entrevista foi feita por meio de questionários para avaliar os aspectos sociodemográficos da família, destacando as características de consumo alimentar. Segundo os resultados da pesquisa, 4,0% das crianças com seis meses de vida estavam no aleitamento materno exclusivo. No aleitamento materno predominante haviam 22,4%, enquanto 43,4% estavam no aleitamento complementar. No terceiro mês de vida, 56,8% das crianças já recebiam água e suco natural; 15,5% recebiam fórmula infantil e 10,6% consumiam leite de vaca. Aos 12 meses de idade, 31,1% das crianças já recebiam a oferta de suco artificial e 50% já consumiam doces. Antes de completar um ano de idade, 25% das crianças já haviam consumido macarrão instantâneo (LOPES et al., 2018).

Lopes et al. (2018), em seu estudo, mostra que uma alimentação de qualidade e adequada, quando ofertada a criança nos seus primeiros anos de vida, assegura um crescimento rápido e saudável; trazendo benefícios ao longo da vida. O aleitamento materno exclusivo e uma introdução alimentar adequada previnem, além de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), reações alérgicas; além disso, há uma absorção adequada dos nutrientes, favorecendo um crescimento saudável. Os autores ainda indicam que a introdução da alimentação complementar precoce - adição de mel, outros líquidos e açúcar - pode afetar de forma direta no sucesso do aleitamento materno. A falta de informações resulta em práticas alimentares inadequadas que podem comprometer a saúde da criança. É necessário levar ações de promoção do aleitamento materno e orientações de uma introdução alimentar feita corretamente para os responsáveis da criança.

Em um estudo transversal, Passanha et al. (2013) analisaram uma amostra de 916 crianças menores de seis meses, em 2011. Os dados coletados estavam relacionados ao aleitamento materno em um acompanhamento laboratorial em locais privados, locais públicos que não realizaram a oficina de trabalho em aleitamento materno (AM) e nem estavam certificados na rede, em locais públicos que realizaram a oficina de trabalho em AM mas não estavam certificados na rede e em locais públicos certificados na rede. Para a análise foram feitas perguntas fechadas sobre o

consumo de leite materno, outros leites e alimentos. A pesquisa indicou que a prevalência do aleitamento materno exclusivo em crianças menores de seis meses foi maior em locais certificados na rede, mostrando uma relevância em investir na certificação de Unidades Básicas de Saúde voltadas para esse tipo de ação.

Passanha et al. (2013) trazem em seu estudo o objetivo de analisar a associação entre grau de implantação da Rede Amamenta Brasil e a prevalência do aleitamento materno exclusivo em crianças menores de seis meses. O trabalho traz informações sobre a prática do aleitamento materno exclusivo e após os seis meses, complementando com outros alimentos até os dois anos ou mais. Segundo os autores supracitados, a prevalência em crianças com o perfil destacado acima foi de 41,0% em 2008.

Além disso, os resultados da pesquisa do Estudo Nacional de Alimentação e Nutrição Infantil (Enani) mostraram que 53% das crianças brasileiras continuam sendo amamentadas no primeiro ano de vida, sendo 45,7% o índice de amamentação exclusiva e, nas menores de quatro meses, 60%. Esta pesquisa foi realizada no ano de 2019, em 123 municípios brasileiros (MINISTÉRIO DA SAÚDE; 2019).

A Organização Mundial da Saúde (2017) recomenda que o aleitamento materno seja exclusivo até os seis meses de vida. Após esse período, deve-se complementar as refeições da criança com alimentos adequados para ela. Essa recomendação vem sendo bastante apresentada em diversos trabalhos acadêmicos, entre eles, alguns expostos na tabela acima - como os trabalhos de Lopes et al. (2018), Passanha et al. (2013) e (Porto et al., 2018) -, com o objetivo de orientar e conscientizar os responsáveis sobre os benefícios que são adquiridos por meio da amamentação e uma introdução alimentar feita de maneira correta.

Venancio et al. (2010) realizaram um trabalho de pesquisa para o qual participaram 34.366 crianças, que compareceram à campanha de multivacinação de 2008 em todas as capitais brasileiras e no Distrito Federal. Os autores elaboraram um questionário, com questões fechadas, sobre o consumo de leite materno, outros tipos de leite e outros alimentos, incluindo água, chás e outros líquidos. Verificou-se que 67,7% mamaram na primeira hora de vida. A prevalência do Aleitamento

Materno Exclusivo (doravante AME) em crianças de zero a seis meses foi de 41%, e do Aleitamento Materno (doravante AM) em crianças de 9 a 12 meses foi de 58,7%. Houve um aumento de 30,7 dias na duração mediana do AME e 45,7 dias na mediana do AM.

Ainda nesta pesquisa, Venancio et al. (2010) evidenciam que a situação da amamentação em 1999 sobre o comportamento dos indicadores em 2008 revelou claramente que houve maior incremento de aleitamento materno nas capitais com pior situação em 1999 e, por outro lado, avanços mais discretos ou mesmo retrocessos em locais onde a situação era mais favorável. Segundo os pesquisadores, os municípios de Belém e Fortaleza, por exemplo, que em 1999 apresentavam as maiores medianas de AM e AME, respectivamente, não só não avançaram, como retrocederam. Esse cenário evidencia a necessidade do Brasil investir em novas estratégias de incentivo à amamentação para que os seus indicadores atinjam patamares mais elevados. Houve uma melhora significativa da situação do AM na última década, no conjunto das capitais brasileiras, persistindo diferenças entre as regiões e capitais analisadas. Porém, ainda é necessário um grande esforço para que o Brasil atinja índices de AM compatíveis com a recomendação da OMS.

Para o trabalho de Porto et al. (2018), o objetivo foi analisar a associação entre aleitamento materno exclusivo (AME) e a introdução de alimentos ultraprocessados em crianças menores de 12 meses, com os Métodos de Estudo de Coorte, realizado com crianças de Vitória da Conquista, na Bahia. A linha de base da Coorte nas maternidades foi composta por 388 mães e crianças. Após perdas que ocorreram por mudança de número telefônico, endereço ou cidade, e por desistência, a amostra final deste estudo foi de 286 mães e crianças, sendo estas acompanhadas até os 12 meses de vida. Os resultados deste estudo mostram que as frequências de introdução de quatro ou mais alimentos ultraprocessados no primeiro ano de vida e do aleitamento materno exclusivo por menos de 120 dias foram elevadas. Crianças que receberam aleitamento materno exclusivo por um período inferior a 180 dias apresentaram maior risco de introdução de ultraprocessados no primeiro ano de vida.

Na alimentação, durante os primeiros anos de vida, recomenda-se o aleitamento materno exclusivo com orientação adequada e saudável é fundamental

para um crescimento e desenvolvimento infantil, e complementado com outros alimentos dentre eles: os in natura ou minimamente processados até os dois anos ou mais de vida da criança (Porto et al., 2018).

Quanto ao estudo de Costa Ramos et al. (2020), destaca-se que esse objetivo foi identificar o impacto do método BLW (Baby Led Weaning) como estratégia de alimentação complementar dos bebês. A pesquisa, realizada com base em uma revisão integrativa, afirmam que, para o desenvolvimento e crescimento da criança, é necessário outras fontes de nutrientes, pois o bebê precisa ter contato frequente com os alimentos e obter novas habilidades; com isso, a estratégia BLW é de suma importância para o processo de introdução alimentar e o desenvolvimento da criança. Os pais que adotarem o método BLW para introdução alimentar complementar devem ser orientados, pelo profissional nutricionista, sobre a grande variedade de alimentos a serem ofertados; alimentos ricos em diversos tipos de nutrientes e minerais para suprir às necessidades nutricionais e para a melhoria do desenvolvimento da promoção à saúde do bebê. Quanto a este assunto, cabe trazer o que Silva et al. (2016) salientam. Estes autores indicam que é importante, desde a primeira infância, a estimulação de uma alimentação variada e saudável, trazendo a cultura alimentar regional, sempre analisando os aspectos que vão determinar as práticas alimentares sociais e culturais.

Os resultados da pesquisa de da Costa Ramos et al. (2020) mostraram que com o método BLW houve um aumento da participação dos bebês no momento familiar das refeições, diminuindo os riscos de engasgo, ao contrário da abordagem tradicional. Por consequência, os bebês aprendem a ser seletivos e a preferir alimentos saudáveis, havendo assim uma melhor resposta à saciedade, regulando a ingestão de alimentos.

Assim, o trabalho acima pode contribuir para o planejamento, a implementação e a execução de ações, sobretudo nos serviços de Atenção Primária à Saúde, como a Estratégia Saúde da Família (ESF) e o Núcleo de Apoio à Saúde da Família (NASF). Essas ações devem se pautar na Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN), outras políticas de atenção à saúde materno-infantil e em diretrizes atualizadas, a exemplo do Guia alimentar para crianças menores de dois anos (2021), publicado pelo Ministério da Saúde do Brasil (DA COSTA RAMOS et al.,2020).

A seguir, destaca-se o estudo feito por Vassimon et al. (2020), que teve como objetivo identificar as características da gravidez e da lactação de mulheres que procuraram um banco de leite humano e as razões que motivaram essas mães a recorrerem ao serviço. O estudo foi realizado no Banco de Leite Humano (BLH) da Fundação Santa Casa da Misericórdia de Franca. Participaram 60 mulheres que responderam a um questionário para a obtenção de informações a respeito da gestação, da amamentação e dos motivos que as levaram ao banco de leite. Dentre os fatores que levaram as mulheres a buscarem o BLH, destacam-se o auxílio para estimular a produção do leite ou para doação deste, pois 58% das mulheres estavam em aleitamento materno exclusivo e as demais afirmaram estar aguardando a descida do leite ou estarem distantes dos bebês, que se encontravam no centro de terapia intensiva. Alguns bebês menores de dois meses receberam água, chás e papas precocemente.

A respeito da caracterização das participantes do estudo citado acima, observou-se que a maioria eram mulheres adultas, jovens e casadas. Um estudo que propôs estudar as particularidades das doadoras de leite em um BLH em Cuiabá-MT, encontrou dados semelhantes quanto à idade média e ao estado civil dessas mulheres. Referente à alimentação dos lactentes, todas as mães descreveram a importância da amamentação como forma de garantir saúde e proteção aos seus filhos e, por isso, procuraram o BLH, buscando ajuda para manterem ou iniciarem este processo. Muitas mães chegaram até o serviço com problemas de ingurgitamento, mastite e fissuras no bico do peito. Ainda assim, deve-se destacar o uso de fórmulas infantis e a oferta precoce de alimentos aos bebês que foram verificados na presente pesquisa e refletem um cenário desfavorável, mas ainda comum (VASSIMON et al., 2020).

Na pesquisa de Vassimon et al. (2020), os estudiosos ressaltaram a importância de um acompanhamento pré-natal adequado quanto às orientações de ordenha das mamas, pega e sucção do bebê, para que não se coloque em risco a amamentação. Além disso, os profissionais de saúde devem ser os principais estimuladores da amamentação e da doação do leite materno, o nutricionista tem papel importante nessa fase.

Japur et al. (2021), em seu trabalho, concluíram que é necessário que os pais entendam a importância de uma alimentação saudável, que eles saibam o que estão ofertando para seus filhos, observando sempre a tabela nutricional dos alimentos industrializados que, na maioria das vezes, não facilitam a apresentação da quantidade de açúcar e de sódio em seus rótulos, não trazendo as informações essenciais para o consumidor; dificultando a identificação para os pais e responsáveis. É importante uma orientação nutricional para saber identificar certos aditivos. O açúcar é um dos que aparecem nas primeiras posições na lista de ingredientes em alguns produtos, ou seja, é um ingrediente predominante na composição desses alimentos - mas que pode vir a prejudicar o desenvolvimento saudável da criança (JAPUR et al., 2021).

Na pesquisa de Toloni et al. (2014), um estudo transversal com 366 crianças de 9 a 36 meses em berçários de sete creches públicas da cidade de São Paulo, o objetivo foi comparar os alimentos oferecidos pelas mães, aos seus filhos, com a alimentação recomendada para a idade. Para isso, foi realizado um cálculo da composição centesimal do leite materno e da refeição salgada, utilizando tabelas de composição de alimentos. Ao longo do estudo, os autores perceberam que dois alimentos (queijo petit suisse e macarrão instantâneo), utilizados pelas mães para alimentar os seus filhos, possuíam um percentual de sódio 20 vezes superior aos encontrados nos alimentos recomendados, incluindo também o percentual de adequação para carboidratos, que foram duas vezes superior ao recomendado - ressaltando a necessidade de profissionais da saúde informarem sobre os riscos ao consumir esses alimentos.

Toloni et al. (2014) destacam que a introdução precoce e o consumo excessivo desses alimentos industrializados na dieta da criança pode estar relacionado a uma predisposição para obesidade infantil e doenças crônicas não transmissíveis (DCNT). Além disso, campanhas publicitárias estão cada vez mais presentes na vida da população brasileira, com marketing duvidoso, contrariando as orientações nutricionais saudáveis.

Ainda no estudo de Toloni et al. (2014), percebeu-se que, muitas vezes, as mulheres não conhecem o contexto da amamentação ou ainda não estão preparadas para tal ato, apresentando dificuldades ao longo do processo. Dentre estas, as mais

frequentes são: dores e desconforto no mamilo ao amamentar, e fissuras - as quais se assumem como causas relevantes no abandono desta prática.

Moimaz et al. (2020) ressaltam em sua pesquisa que as mães devem ser incentivadas ainda na gestação sobre a amamentação, para que possíveis barreiras que possam surgir no decorrer dos meses não atrapalhem esse processo, ou, até mesmo, não ocorra um desmame precoce. Essas possíveis causas devem ser identificadas, mostrando assim a importância da promoção da manutenção da amamentação para as mães.

De acordo com Silva et al. (2017), os profissionais de saúde têm como responsabilidade incentivar, por meio de orientações e estratégias, a importância da educação nutricional no período pré e pós gestacional, assegurando assim as necessidades nutricionais dos alimentos, tanto para a mãe, quanto para o bebê.

De acordo com Moimaz (2020), há vários benefícios promovidos pela amamentação para a criança, entre eles, a diminuição de doenças respiratórias, de diarreia, menor desnutrição infantil, melhora no desenvolvimento neurológico, diminuição do risco do desenvolvimento de diabetes e obesidade, contribuição para o desenvolvimento correto do sistema estomatognático, e estabelecimento de uma conclusão dentária favorável.

Estes foram os resultados coletados a partir da revisão bibliográfica realizada e apresentada acima através da tabela 1. A seguir, serão apresentadas as considerações finais desta análise.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante da pesquisa realizada, observou-se que a amamentação exclusiva e a introdução alimentar é essencial para a saúde do bebê. É um período de grandes descobertas no início da vida alimentar para a mãe e para o filho, que começa a formar seus hábitos alimentares. Uma alimentação de qualidade com quantidades adequadas durante a primeira infância contribui para a formação de um crescimento e desenvolvimento saudável.

Os artigos analisados neste estudo mostram a importância de compreender os benefícios da amamentação exclusiva e de uma introdução alimentar após os seis meses de vida. A partir deste estudo, destaca-se que maus hábitos alimentares desde a infância podem trazer prejuízos à saúde, podendo levar a criança a adquirir doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), ao longo da vida, como hipertensão arterial sistêmica, obesidade, diabetes ou até mesmo desnutrição na infância e deficiência de nutrientes.

A análise dos artigos trouxe a compreensão de que, para combater essa má alimentação e as possíveis DCNT, é importante que a família tenha conscientização sobre hábitos alimentares e uma boa educação nutricional. Dessa forma, o nutricionista pode atuar na promoção desses agravos, visando uma melhor qualidade de vida.

Além disso, o estudo ainda permitiu entender que é de suma importância que instituições governamentais responsáveis pela população criem campanhas de promoção sobre amamentação e seus benefícios e sobre a introdução alimentar adequada a partir dos 6 meses de vida.

6 REFERÊNCIAS

BARBOSA, Gessandro Elpidio Fernandes et al. Dificuldades iniciais com a técnica da amamentação e fatores associados a problemas com a mama em puérperas. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 35, n. 3, p. 265-272, 2017. Disponível em <https://www.scielo.br/j/rpp/a/XtsYg9R64YjSGTwyZw9yhLG/?format=pdf&lang=en> Acessado em 30/10/2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Dez passos para uma alimentação saudável - Guia alimentar para crianças menores de dois anos**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2015 Disponível em https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_dez_passos_alimentacao_saudavel_2ed.pdf Acesso em 23/04/2021

CASTRO, Mariana Almeida Viveiros; DE LIMA, Grazielle Corrêa; ARAUJO, Gabriella Pinto Belfort. Educação alimentar e nutricional no combate à obesidade infantil: visões do Brasil e do mundo. **Revista da Associação Brasileira de Nutrição-RASBRAN**, v. 12, n. 2, p. 167-183, 2021. Disponível em <https://rasbran.emnuvens.com.br/rasbran/article/view/1891> acesso em 11/10/2021.

DA COSTA RAMOS, Ketlin Luana Gomes; MEDEIROS, Thais Alves; da silva NEUMANN, Karine Rodrigues. Impacto do método blw (baby led weaning) na

alimentação complementar dos bebês—uma revisão integrativa. **Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro**, v. 1, p. 01, 2020. Disponível em https://revistas.unipacto.com.br/storage/publicacoes/2020/416_impacto_do_metodo_blw_baby_led_weaning_na_alimentacao_complementar_dos.pdf Acesso em: 23/09/2021

DIAS, Mara Cláudia Azevedo Pinto; FREIRE, Lincoln Marcelo Silveira; FRANCESCHINI, Sylvia do Carmo Castro. **Recomendações para alimentação complementar de crianças menores de dois anos**. Revista de Nutrição, v. 23, p. 475-486, 2010. Disponível em <https://doi.org/10.1590/S1415-52732010000300015> Acesso em: 12/07/2021

JAPUR, Camila Cremonesi et al. Disponibilidade de informação sobre quantidade de açúcar em alimentos industrializados. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, p. 1153-1162, 2021. Disponível em <https://scielosp.org/article/csc/2021.v26n3/1153-1162/pt/> Acesso em 30/06/2021

LIMA, Ana Thaís Alves et al. Influência da introdução alimentar precoce para o desenvolvimento da obesidade infantil: uma revisão de literatura. **Research, Society and development**, v. 9, n. 8, p. e56984925-e56984925, 2020. Disponível em <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v9i8.4925> Acesso em 11/08/2021

LOPES, Wanessa Casteluber et al. Alimentação de crianças nos primeiros dois anos de vida. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 36, n. 2, p. 164-170, 2018. Disponível em <https://www.scielo.br/j/rpp/a/r8tJMQJJZxCP7n6q4zTwMWx/?lang=pt> Acesso em 17/05/2021

MAGALHÃES, Heloísa Helena Silva Rocha; PORTE, Luciana Helena Maia. Percepção de educadores infantis sobre educação alimentar e nutricional. **Ciência & Educação (Bauru)**, v. 25, p. 131-144, 2019. Disponível em <https://www.scielo.br/j/ciedu/a/47ktF8tC8vHmskBBYrdHmTJ/abstract/?lang=pt> acesso em 11/10/2021

MINISTÉRIO da saúde: **GUIA ALIMENTAR PARA CRIANÇAS BRASILEIRAS MENORES DE 2 ANOS**. [S. l.: s. n.], 2019. Disponível em http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/guia_da_crianca_2019.pdf Acesso em 23/05/2021

MINISTÉRIO da saúde: **GUIA ALIMENTAR PARA CRIANÇAS BRASILEIRAS MENORES DE 2 ANOS**. p.3 [S. l.: s. n.], 2021. Disponível em http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/guia_alimentar_2anos.pdf Acesso em 20/03/2021

MOIMAZ, Suzely Adas Saliba et al. Estudo quanti-qualitativo sobre amamentação exclusiva por gestantes de alto risco. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, p. 3657-3668, 2020. Disponível em <https://doi.org/10.1590/1413-81232020259.30002018> Acesso em 09/05/2021

MORAIS; CASSAB, Aparecida de Fátima; et al. **Qual o impacto da introdução alimentação precoce em crianças menores de seis meses de vida**. 2018. Universidade Estadual de Campinas Faculdade de Odontologia de Piracicaba, [S. l.],

2018. Disponível em
file:///C:/Users/Cliente/Downloads/Morais_AparecidadeFatima_TCC.pdf. Acesso em
19/05/2021

OLIVEIRA, Melissa Fernanda de et al. A importância nutricional da alimentação complementar. **Revista Ciências Nutricionais Online**, v.1, n.1, p.36-45, 2017 . Disponível em:
<https://www.unifafibe.com.br/revistasonline/arquivos/cienciasnutricionaisonline/sumario/46/27032017152234.pdf> Acesso em: 24/09/2021

PASSANHA, Adriana et al. Implantação da Rede Amamenta Brasil e prevalência de aleitamento materno exclusivo. **Revista de Saúde Pública**, v. 47, p. 1141-1148, 2013.. Disponível em <https://doi.org/10.1590/S0034-8910.2013047004807> Acesso em 09/05/2021

PORTO, Jessica Prates et al. Aleitamento materno exclusivo e introdução de alimentos ultraprocessados no primeiro ano de vida: estudo de corte no sudoeste da Bahia, 2018. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v. 30, 2021. Disponível em <https://doi.org/10.1590/S1679-49742021000200007> Acesso em 10/10/2021.

ROCHA, Gabriele Pereira et al. Condicionantes da amamentação exclusiva na perspectiva materna. **Cadernos de saúde pública**, v. 34, p. e00045217, 2018. Disponível em <https://www.scielosp.org/article/csp/2018.v34n6/e00045217/> Acesso em 25/09/2021

ROSA PIASETZKI, Cláudia Thomé; DE OLIVEIRA BOFF, Eva Teresinha. Educação alimentar e nutricional e a formação de hábitos alimentares na infância. **Revista Contexto & Educação**, v. 33, n. 106, p. 318-338, 2018. Disponível em: <https://revistas.unijui.edu.br/index.php/contextoeducacao/article/view/7934> acesso em: 22/09/2021

SANTOS, Eryka Maria dos et al. **Avaliação do aleitamento materno em crianças até dois anos assistidas na atenção básica do Recife**, Pernambuco, Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 24, p. 1211-1222, 2019. Disponível em <https://www.scielosp.org/article/csc/2019.v24n3/1211-1222/pt/> acesso em: 09/10/2021

SILVA, Denysario Itamyra Soares et al. A importância do aleitamento materno na imunidade do recém-nascido. **Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento** , v. 9, n. 7, pág. e664974629-e664974629, 2020. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/download/4629/4059/22165> Acessado em 08/11/2021

SILVA, Giselia AP; COSTA, Karla AO; GIUGLIANI, Elsa RJ. Alimentação infantil: além dos aspectos nutricionais. **Jornal de Pediatria**, v. 92, p. 2-7, 2016. Disponível em <https://doi.org/10.1016/j.jped.2016.02.006> Acesso em 25/05/2021

SILVA, Maristela Ribeiro da. **Introdução Alimentar Tradicional (IAT) X Método Baby-Led Weaning (BLW): Uma Revisão**. 2021. disponível em <https://seer.ufrgs.br/hcpa/article/download/83278/pdf> . Acessado em 29/10/2021.

SOARES, Kallyne Sousa et al. A importância da promoção de ações de educação nutricional no período de lactação, João Pessoa, **volume 19 número 4**, p. 217, 2019. Disponível em <https://temasemsaude.com/wp-content/uploads/2020/01/19601.pdf> Acesso em: 27/09/2021

TOLONI, Maysa Helena de A. et al. Consumo de alimentos industrializados por lactentes matriculados em creches. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 32, p. 37-42, 2014. Disponível em <https://www.scielo.br/j/rpp/a/xsG9JXk8rDhF4PXY8vYyqpQ/?format=pdf&lang=pt> Acesso em: 22/05/2021

TORQUATO, Rebecca Camurça et al. Perfil de nutrizes e lactentes atendidos na Unidade de Atenção Primária de Saúde. **Escola Anna Nery**, v. 22, 2018. Disponível em <https://www.scielo.br/j/ean/a/4YwH5mCFD7zmYrSjghyjwzt/?lang=pt&format=pdf> Acesso em 13/10/2021

VASSIMON, Helena Siqueira et al. Características da gravidez e lactação de mulheres atendidas em um banco de leite humano. **Revista Da Associação Brasileira De Nutrição-RASBRAN**, v. 11, n. 1, p. 35-47, 2020. Disponível em <https://www.rasbran.com.br/rasbran/article/view/1153/332> Acesso em 21/09/2021

VENANCIO, Sonia I. et al. A prática do aleitamento materno nas capitais brasileiras e Distrito Federal: situação atual e avanços. **Jornal de Pediatria**, v. 86, n. 4, p. 317-324, 2010. Disponível em <https://doi.org/10.1590/S0021-75572010000400012> Acesso em 30/09/2021