

# Aleitamento Materno

O aleitamento materno produz efeitos benéficos para a evolução da espécie humana desde a sua existência. Para tanto, a genética humana está apta para receber os benefícios do leite humano. Sua importância surgiu na década de 1980 pelo alto volume de evidências científicas que demonstraram os efeitos positivos da criança ao receber o alimento após o nascimento. É um alimento completo constituído por vitamina, proteínas, gorduras e carboidratos, imunoglobulinas e oligossacarídeos. Os compostos nutricionais conferem proteção às morbidades gastrointestinais e respiratórias, doenças comuns na infância, interferindo no desenvolvimento e crescimento da criança. O aleitamento reduz os níveis de colesterol total, diminui a prevalência por sobrepeso, obesidade e diabetes tipo 2.

O alimento por ser completo, também melhora o estado nutricional, o desenvolvimento cognitivo e orofacial da criança. Os índices de mortalidade na infância diminuem especialmente em crianças de famílias com menor nível socioeconômico. Nos primeiros anos de vida se formam os hábitos alimentares repercutindo no estado nutricional do indivíduo para sempre. É uma fase de crescimento acelerado que deve ser mantido o aleitamento e incluído alimentos ricos em nutrientes permitindo o bom desenvolvimento do sistema estomatognático. O ato de amamentar para a mulher reduz a prevalência de câncer de mama e ovário, evita a gravidez e promove vínculo afetivo melhorando a qualidade de vida da família. A Organização Mundial da Saúde (OMS) e o Ministério da Saúde do Brasil recomendam aleitamento materno por dois anos ou mais, sendo de forma exclusiva nos primeiros seis meses de vida. E após os seis meses os alimentos complementares devem ser saudáveis e inseridos gradativamente. Apesar dos esforços para sua exclusividade nos primeiros seis meses de vida, somente 38% são alimentados desta forma. E apenas 32%

continuam até os vinte e quatro meses de idade, isto na América Latina, que possui as taxas mais elevadas de aleitamento, mas com uma cobertura menor de 50%, considerada a meta mundial esperada. No Brasil, estudo secundário de Boccolini e colaboradores, publicado em 2017, sobre atualizações e tendências de indicadores do aleitamento materno, evidenciaram que o uso do alimento em menores de seis meses teve prevalência ascendente com 4,7%, em 1986, para 37,1%, em 2006 um aumento de 32,4%. Esse valor manteve-se estável entre 2006 e 2013. Os autores alertaram para revisões das políticas e programas quanto ao apoio e proteção do aleitamento. A existência de políticas que fomentam a prática, não garante o acesso da criança ao alimento, portanto, a informação sobre os benefícios deve ser disseminada à sociedade. O apoio de profissionais de saúde, familiares, organizações governamentais e não governamentais são essenciais para melhorar os indicadores relacionados.

Períodos como o pré-natal, espera pela adoção de crianças menores de dois anos são momentos indicados para esclarecimentos sobre os benefícios, doação de mães que amamentam, dos locais de armazenamento e distribuição do leite. No Brasil em todas as regiões estão distribuídos os Bancos de Leite Humano (BLH), que tem a finalidade de coletar, manter o controle de qualidade, pasteurizar e distribuir o leite pronto para o consumo infantil. Os profissionais da área da saúde devem entender que o aleitamento está determinado por fatores sociais, culturais, econômicos, étnicos, psicológicos e comportamentais. Para lidarem com a complexidade que envolve o aleitamento materno é necessário ter acesso à educação permanente. A fim de se apropriarem dos indicadores sobre o desenvolvimento saudável de uma criança e conhecer o perfil nutricional e alimentar infantil permitindo subsidiar as políticas públicas

direcionadas às crianças. O conhecimento aprofundado dos compostos do leite materno facilita a inclusão dos pais no processo. As leis brasileiras que protegem os núcleos familiares devem ser incorporadas nas práticas cotidianas, nos vínculos sociais, nas igualdades de gênero e na paternidade responsável de modo a impactar a sociedade sobre a importância do aleitamento materno. Desde 1992, o mês de agosto foi escolhido para comemorar a Semana Mundial do Aleitamento Materno, e a cada ano um tema é disponibilizado para reflexões e aprendizados em eventos e congressos promovidos pelos setores públicos e privados, com o intuito de promover a saúde na infância. Em 2019 o tema proposto discutirá a proteção social parental e equitativa e as formas de ajudar as mulheres amamentarem. No entanto, todos os esforços são relevantes desde que haja o comprometimento de todos no processo do aleitamento materno. 🐦



**Phd. Dra. Célia Scapin Duarte. Docente da Faculdade de Enfermagem - Universidade Federal de Goiás (UFG).**