

ALEITAMENTO MATERNO: BENEFÍCIOS PARA O BINÔMIO BASEADO EM EVIDÊNCIAS

Anny Kauanny Alves Michels¹
Dominique Pereira Marques²
Letícia Gregório de Macedo³
Maria Eduarda Soares Zimmermann⁴
Everson da Silva Souza⁵

RESUMO: A presente investigação visou realizar uma revisão bibliográfica guiada pelo objetivo de analisar a importância do aleitamento materno e os benefícios para o binômio. A pesquisa, de caráter bibliográfico-documental, qualitativa e exploratória, sustentou-se através da coleta de dados em bases de dados gratuitas e de livre acesso: Web of Science e National Library of Medicine- Pubmed, Scientific Electronic Library Online - SCIELO e Google Acadêmico. Preliminarmente, foram selecionados cem estudos publicados entre os anos de 2020 e 2025, que abordam a importância do aleitamento materno para mãe e bebê. Posteriormente, foi realizada uma filtragem que isolou vinte desses estudos para apreciação. A partir da interpretação e análise dos artigos selecionados, se fez possível verificar os benefícios do aleitamento materno para o binômio. Além dos benefícios do aleitamento materno, evidenciou-se a relevância do profissional de enfermagem em assegurar o desenvolvimento de uma gestação segura para a mãe e o bebê.

Palavras-chave: Amamentação. Gestante. Neonatal. Bebê. Enfermeiro.

ABSTRACT: This research aimed to conduct a literature review guided by the objective of analyzing the importance of breastfeeding and its benefits for both mother and baby. The research, bibliographical and documentary, qualitative and exploratory in nature, was supported by data collection from free and open-access databases: Web of Science and National Library of Medicine (Pubmed), Scientific Electronic Library Online (SCIELO), and Google Scholar. Initially, one hundred studies published between 2020 and 2025 that addressed the importance of breastfeeding for both mother and baby were selected. Subsequently, a filtering process was performed to isolate twenty of these studies for analysis. Based on the interpretation and analysis of the selected articles, it was possible to verify the benefits of breastfeeding for both mother and baby. In addition to the benefits of breastfeeding, the importance of nursing professionals in ensuring a safe pregnancy for both mother and baby was highlighted.

Keywords: Breastfeeding. Pregnant. Neonatal. Baby. Nurse.

¹Discente, graduação bacharel em enfermagem. UNISUL- Tubarão, Santa Catarina.

²Discente, graduação bacharel em enfermagem. UNISUL- Tubarão, Santa Catarina.

³Discente, graduação bacharel em enfermagem. UNISUL- Tubarão, Santa Catarina.

⁴Discente, graduação bacharel em enfermagem. UNISUL- Tubarão, Santa Catarina.

⁵Professor Mestre, orientador do TCC e Professor titular do curso de enfermagem da UNISUL-Tubarão, Santa Catarina. Prezado.

INTRODUÇÃO

A gestação é um evento resultante da fecundação do óvulo (ovócito) pelo espermatozoide. Habitualmente, ocorre dentro do útero e é responsável pela geração de um novo ser. Este é um momento de grandes transformações para a mulher, para seu (sua) parceiro (a) e para toda a família (BRASIL, 2025).

A assistência ao pré-natal é uma ação fundamental para a garantia do cuidado às gestantes e aos recém-nascidos e tem impacto direto na redução da mortalidade materna e neonatal. É no momento do pré-natal que é feita a detecção precoce e a intervenção em situações de risco, bem como se garante a vinculação com a atenção hospitalar e a qualificação do parto. O pré-natal identifica patologias que, possivelmente, já estavam no organismo de forma silenciosa, que podem trazer riscos ao binômio sem tratamento adequado (BRASIL, 2024).

Na APS (atenção primária à saúde) o enfermeiro é parte importante para a adesão do pré-natal, pois, é geralmente o primeiro profissional que presta atendimento às gestantes, o principal objetivo é assegurar o desenvolvimento de uma gestação segura, permitindo o parto de um recém-nascido saudável, abordando inclusive aspectos emocionais e atividades educativas, o que contribui para a redução da morbimortalidade materna e infantil (Santos et al., 2022).

O cuidado de enfermagem no pré-natal de baixo risco deve ir além da realização de condutas técnicas e atentar para a busca da atenção integral considerando a gestante como membro ativo dentro de seu contexto sociocultural (Santos et al., 2022).

O período gestacional é dividido em etapas, no primeiro trimestre – semanas 1 à 13 – a gestante pode observar mudanças como: cólicas leves devido à maior produção de hormônios que preparam o útero para o feto, aumento e sensibilidade nos seios e náuseas. Já no segundo trimestre – semanas 14 à 27 – a barriga fica mais aparente, e já é possível sentir os primeiros movimentos do bebê. No terceiro e último trimestre – semanas 28 à 40 – é comum que a gestante sinta dores na região pélvica e lombar, bem como é perceptível o edema nos membros inferiores assim como a presença de varizes. O feto reconhece a voz da mãe, movimenta-se mais, essa interação fortalece o vínculo ainda dentro do útero e precisa ser incentivada pelo enfermeiro. A enfermagem tem um papel importante nas orientações sobre todas as mudanças que irão acontecer ao passar dos meses (Rede Américas, 2025).

A Organização Mundial da Saúde define pré-termo referindo-se ao recém-nascido vivo com menos de 37 semanas completas de gestação (menos de 259 dias), a termo refere-se ao nascimento entre 37 e 41 semanas e seis dias (259 a 293 dias) e pós-termo, quando a gestação alcança período maior do que 42 semanas (294 dias ou mais).

Algumas literaturas utilizam as seguintes nomenclaturas: prematuro extremo (menor que 28 semanas), muito prematuro (28 a 32 semanas), prematuro moderado ou tardio (32 a 37 semanas completas de gestação) (Quinn et al., 2016).

O incentivo à amamentação é uma estratégia prioritária de saúde pública, recomendada por organismos nacionais e internacionais, com o objetivo de aumentar as taxas de aleitamento materno exclusivo nos primeiros seis meses de vida e prolongado até dois anos ou mais. O Ministério da Saúde orienta que profissionais de saúde realizem ações educativas no pré-natal, no parto e no puerpério para informar sobre os benefícios da amamentação, apoiar as mães na pega correta e desmistificar crenças culturais (BRASIL, 2015).

O Ministério da Saúde recomenda a amamentação até os dois anos de idade ou mais, e que nos primeiros 6 meses, o bebê receba somente leite materno (aleitamento materno exclusivo), ou seja, sem necessidade de sucos, chás, água e outros alimentos. Quanto mais tempo o bebê mamar no peito da mãe, melhor para ele e para a mãe. Depois dos seis meses, a amamentação deve ser complementada com outros alimentos saudáveis e próprios dos hábitos da família, mas não deve ser interrompida (BRASIL, 2022).

Sabendo que existem dificuldades na realização do aleitamento materno, especialmente nos primeiros dias de vida, o profissional de enfermagem assume um importante papel perante a promoção desta prática. O enfermeiro deve atuar como profissional educador na intenção de aumentar o interesse pelo estilo de vida saudável, realizando educação continuada para a promoção do aleitamento materno (Silva et al., 2020).

O aleitamento materno é também um importante mediador no vínculo mãe-filho. De acordo com Boccolini, Carvalho e Oliveira (2015, p. 2), “a prática do aleitamento materno fortalece o vínculo afetivo entre mãe e filho, promovendo segurança emocional e desenvolvimento psicossocial”. O Ministério da Saúde ressalta que esse contato pele a pele durante a amamentação contribui para reduzir o estresse e favorecer o bem-estar do Binômio (BRASIL, 2015).

A Organização Mundial da Saúde (2023) reforça que políticas de incentivo, como a Iniciativa Hospital Amigo da Criança, as campanhas nacionais e a licença-maternidade

ampliada, contribuem significativamente para o aumento das taxas de amamentação e para a melhoria dos indicadores de saúde infantil e materna. Estudos demonstram que ações sistemáticas de incentivo aumentam a duração e a exclusividade do aleitamento materno, com impactos positivos para a saúde, desenvolvimento cognitivo e redução da mortalidade infantil (Victora et al., 2016).

As ações educativas que a enfermagem desenvolve sobre os benefícios que a amamentação oferece aos bebês e às mães são o ponto de partida para o sucesso do aleitamento materno. Essas ações devem considerar a saúde emocional das mães e o que elas pensam sobre o vínculo afetivo que a amamentação proporciona entre os envolvidos, bem como sobre os motivos alegados para a interrupção dessa prática (Machado et al., 2012).

O aleitamento materno é o único alimento que garante nutrição ao recém-nascido. Apesar do leite materno ser a fonte de alimentação mais adequada, há restrições, que podem ser contra indicações diretas ou indiretas, e seus fatores podem ser da mãe ou do neonato. Logo, o aleitamento materno deve ser suspenso em situações que podem causar danos à saúde materna e/ou neonatal (BRASIL, 2022).

Contraindicações diretas maternas: Câncer de mama que foi tratado ou está em tratamento; mulheres portadoras do vírus HIV, HTLV₁ e HTLV₂; portadoras de distúrbios da consciência ou de comportamento grave (NÚCLEO DE TELESSAÚDE MARANHÃO HU-UFMA, 2019).

Condições diretas neonatais: Galactosemia; Fenilcetonúria; Síndrome da urina de xarope do bordo; Intolerância a glicose; Malformações fetais de orofaringe, orofaciais, esôfago e traqueia, cardiopatia e/ou pneumonia grave, hiperbilirrubinemia grave e entrega do recém-nascido para adoção; Alterações da consciência da criança; Intolerância ao leite (NÚCLEO DE TELESSAÚDE MARANHÃO HU-UFMA, 2019).

Contraindicações indiretas maternas: Infecção herpética localizadas na pele da mama; Varicela: se a mãe apresentar vesículas na pele cinco dias antes do parto ou até dois dias após o parto; Doença de Chagas: na fase aguda da doença ou quando houver sangramento mamilar; Abscesso mamário: até que o abscesso tenha sido drenado e a antibioticoterapia iniciada (NÚCLEO DE TELESSAÚDE MARANHÃO HU-UFMA, 2019).

O enfermeiro da APS, como porta de entrada deve oferecer o suporte adequado para promoção do aleitamento materno. É importante que o vínculo com a equipe ocorra desde o pré-natal e que gestantes com contraindicação absoluta para amamentação sejam aos poucos

conscientizadas disto durante todo o processo até o parto. Esta família deve seguir em acompanhamento, lembrando que, após o nascimento do bebê devemos ter cuidados que são especificamente voltados para a puérpera e alguns que enfatizam somente o RN (NÚCLEO DE TELESSAÚDE MARANHÃO HU-UFMA, 2019).

O apoio dos serviços e profissionais de saúde é fundamental para que a amamentação tenha sucesso. Durante as ações educativas dirigidas à mulher e à criança, deve-se ressaltar a importância do aleitamento materno exclusivo até os seis meses e complementado até dois anos ou mais, enfatizando que o leite materno protege o bebê de infecções e alergias, enumerando as demais vantagens do aleitamento para o bebê e a mãe. Em casos onde o aleitamento materno não seja indicado, sugere-se orientar a mãe e familiares o porquê desta recomendação e utilizar estratégias alternativas para fortalecer o vínculo mãe-bebê, tal qual colocar o bebe sobre o peito descoberto, estimulando o contato visual e afetivo (BRASIL, 2015).

Visto que, há evidências científicas de que os primeiros 1.000 dias de vida de uma criança – que somam o período gestacional e seus dois primeiros anos – são cruciais para seu crescimento e desenvolvimento. Além de constituírem uma oportunidade privilegiada para cuidados com sua nutrição adequada e estimulação precoce, já se sabe que, durante esse espaço de tempo é possível haver interferências epigenéticas que beneficiam ou prejudicam todo o ciclo de vida do indivíduo (Ferreira, 2023).

371

O aleitamento materno também é benéfico para a saúde da mulher, auxiliando na recuperação pós-parto por estimular a involução uterina e reduzir o risco de hemorragia (BRASIL, 2015). A longo prazo, a prática está associada à diminuição do risco de câncer de mama e ovário, além de contribuir para o controle do peso corporal (Victora et al., 2016). Outro aspecto importante é a contribuição para a saúde mental materna, reduzindo a incidência de depressão pós-parto e fortalecendo o vínculo afetivo com o bebê (Santos e Oliveira, 2020).

Apesar dos benefícios, muitas mulheres enfrentam dificuldades para manter a prática. As principais causas de interrupção precoce do aleitamento exclusivo incluem dor, fissuras mamilares e percepção de leite insuficiente (Amaral et al., 2015). Além dos aspectos físicos, os emocionais também são determinantes. Castro et al. (2025) evidenciam que sintomas de ansiedade e depressão no período perinatal estão associados a menor duração do aleitamento.

Para as mães de primeira viagem (primíparas) o processo de amamentação pode se apresentar como algo extremamente difícil e alguns fatores podem influenciar na interrupção precoce da amamentação: a falta de experiência, dor, pouco leite, bico invertido, falta de apoio,

críticas, dificuldade na técnica de sucção do bebê, falta de informação e preparo, estado emocional, ansiedade, entre os outros, mas existem mães que não desistem impulsionadas pelos benefícios proporcionados ao bebê. A mãe deve manter os seios sempre limpos e atentar-se para a maneira em que o bebê está mamando, garantindo que o mesmo fique de forma correta e deve evitar que as mamas fiquem muito cheias e/ou doloridas (Araújo, 2018).

O enfermeiro tem autonomia para realizar o estabelecimento da amamentação porque, em razão de sua formação acadêmica, é profundo conhecedor do assunto e por manter contato longitudinal com a puérpera e o bebê desde o pré-natal até o pós-parto. Dessa forma, o apoio recebido pela gestante, seja ele da família ou dos profissionais da saúde, durante e após a gestação, é um fator que influencia positivamente para a amamentação (Silva et al., 2021).

Dante desse contexto, este estudo justifica-se por analisar a importância do aleitamento materno e seus benefícios para o binômio (lactante e lactente). O objetivo macro é analisar e explorar os benefícios do aleitamento materno para o binômio, impactos positivos da prática do aleitamento exclusivo. Para tanto, elaboramos a seguinte pergunta de pesquisa:

Quais os benefícios do aleitamento materno para o binômio baseado em evidências?

MÉTODOS

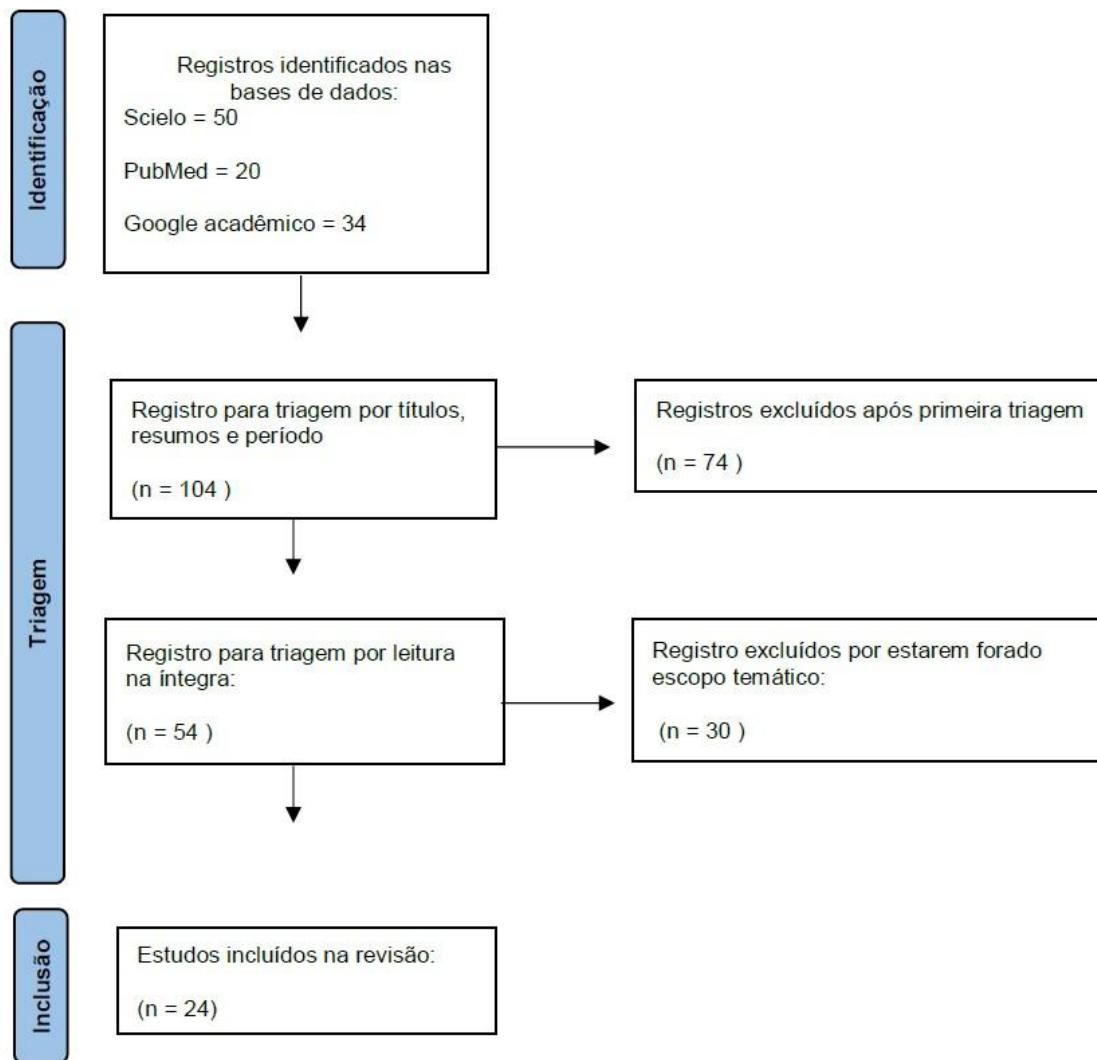
372

O presente artigo trata-se de uma revisão bibliográfica que aborda os benefícios do aleitamento materno para o binômio baseado em evidências. Para tal foram utilizados para pesquisa filtros de artigos gratuitos, adotaram-se como critérios de inclusão: artigos publicados num período entre 2020 a 2025, estudos concretos que abordassem os temas de pré-natal de baixo risco, aleitamento materno, benefícios para lactante e lactente, desenvolvimento fetal.

Os critérios de exclusão foram artigos que não fossem diretamente relacionados ao tema, base científica não concreta ou inconclusiva e artigos fora do tempo determinado, ou seja, publicadas antes do ano de 2020 e trabalhos fora do escopo temático definido.

As bases de dados utilizadas incluem: *Web of Science* e *National Library of Medicine-Pubmed*, *Scientific Electronic Library Online - SCIELO*, *Google Acadêmico*.

Figura 1 – Síntese dos resultados da revisão bibliográfica.



RESULTADOS

Foram selecionados inicialmente 104 das bases de dados, dos quais (80) foram excluídos. Após a leitura completa dos 104 restantes e a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, foram selecionados 24 artigos para compor a amostra final. A distribuição temporal dos artigos foi a seguinte, 4 artigos publicados em 2020, 7 artigos publicados em 2021, 3 artigos em 2022, 5 artigos em 2023 e 5 artigos publicados em 2024.

Autor / Ano de Publicação	Base de Dados	Título do Artigo	Objetivo
Silva et al., 2020	Google Acadêmico	<i>A importância do enfermeiro no aleitamento materno exclusivo para a evolução da criança.</i>	Revisão bibliográfica para conscientizar a importância do incentivo e suporte de assistência do enfermeiro na prática do aleitamento materno exclusivo.
Machado et al., 2012	Google Acadêmico	<i>Aleitamento materno exclusivo: do discurso à prática.</i>	Avaliar a taxa de aleitamento materno exclusivo (AME) nos primeiros 6 meses de vida, alcançada com um programa de pré-natal e puericultura direcionados a esclarecer a gestante/mãe sobre a importância do AME.
Araújo, 2018	Google Acadêmico	<i>Amamentação na primeira hora de vida do bebê: hora de ouro.</i>	Discorrer sobre aleitamento materno e a importância na primeira hora de vida do bebê; listar fatores positivos e negativos que influenciam na amamentação; descrever sobre a prática de amamentação na primeira hora de vida do bebê entre membros da equipe multiprofissional de saúde.
Amaral et al., 2015	Scielo	<i>Fatores que influenciam na interrupção do aleitamento materno exclusivo em nutrizes.</i>	Identificar os fatores que podem influenciar as nutrizes na interrupção do aleitamento materno exclusivo durante os primeiros seis meses de vida do lactente.

Boccolini e Carvalho, 2015	Scielo	<i>Fatores associados ao aleitamento materno exclusivo nos primeiros seis meses de vida.</i>	Revisão sistemática sobre a importância do aleitamento materno.
Santos e Oliveira, 2020	Google Acadêmico	<i>Benefícios do aleitamento materno para a saúde mental da mulher</i>	Uma revisão integrativa, sobre a saúde mental maternal.
Schilling e Bortolini, 2015	Google Acadêmico	<i>Aleitamento materno e alimentação complementar</i>	Desenvolver e dar sentido de sensibilizar e dar subsídio aos profissionais.
Santos et al., 2022	Google Acadêmico	<i>Assistência pré-natal pelo enfermeiro na atenção primária à saúde: visão da usuária.</i>	Avaliar a assistência prestada na consulta pré-natal pelo enfermeiro na atenção primária à saúde na visão da usuária.
Quinn Ja, 2016	PUBMED	<i>Parto prematuro: definição de caso e diretrizes para coleta de dados, análise e apresentação de dados de segurança da imunização.</i>	Nascimento Prematuro após imunização materna.
Ferreira, 2023	Scielo	<i>Os primeiros anos como fator determinante para o ciclo de vida.</i>	Os primeiros anos como fator determinante para o ciclo de vida.
Castro et al., 2025	Google Acadêmico	<i>A importância do aleitamento materno: o que revelam as evidências científicas?</i>	Importância do aleitamento materno.
Silva et al., 2022	Google Acadêmico	<i>Desafios do aleitamento materno exclusivo: Percepção de mães e enfermeiras de uma instituição privada de Governador Valadares.</i>	Compreender o papel do enfermeiro diante dos principais desafios enfrentados pelas mães no aleitamento materno exclusivo (AME).

Fonte: A autora (2025).

DISCUSSÃO

O leite materno é um alimento completo e adequado para o recém-nascido, tanto em termos nutricionais quanto imunológicos. A amamentação promove, ainda, o vínculo entre

mãe e filho, além de trazer segurança alimentar aos lactentes, mesmo em um contexto de crise e escassez. Dados do Ministério da Saúde indicam que o leite materno é capaz de reduzir em até 13% a morte por causas evitáveis na primeira infância (Conselho Federal de Enfermagem, 2024).

A amamentação deve começar após a primeira hora do nascimento do bebê, com orientação médica. As puérperas devem amamentarem seus bebês exclusivamente até os sexto mês de vidas somente com leite materno, e justificar que essa conduta se dar porque o leite materno é o alimento mais completo e eficaz para a nutrição do recém-nascido, fora a defesa que gera no sistema imunológico, sérias defesas orgânicas que o RN pode obter, pois outros alimentos podem trazer ao RN complicações na saúde como elementos patogênicos, com a alimentação do leite materno os bebês geram anticorpos e vai agir contra infecções e também proteger riscos de doenças, alergia e até mesmo de mortes (BRASIL, 2021).

É um processo fisiológico essencial que envolve a produção de leite pelas glândulas mamárias, uma resposta biológica adaptativa projetada para nutrir e proteger o bebê recém-nascido. Esta prática tem sido amplamente estudada e reconhecida por seus benefícios significativos à saúde infantil e ao desenvolvimento. O leite materno contém uma combinação complexa de nutrientes, anticorpos e fatores bioativos que são ajustados especificamente às necessidades do bebê, proporcionando uma nutrição completa e promovendo um desenvolvimento saudável (Putriana et al., 2024).

376

A amamentação oferece vantagens significativas, como redução do risco de câncer de mama e ovário, além de promover o vínculo afetivo com o bebê. A sucção durante a amamentação estimula a liberação de ocitocina, hormônio que auxilia na involução uterina e previne hemorragias pós-parto (Dos Santos et al., 2023)

As mulheres que tiveram uma amamentação maior que período de 6 meses, são beneficiadas por um fator de proteção contra infecções, e diminuição do risco de evoluir doença celíaca, autoimune, pancreática, entre outras. Diversos estudos comprovam o efeito benéfico da amamentação sobre a prevenção do diabetes na mulher (SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES, 2020).

Do ponto de vista psicológico, esse contato íntimo favorece o desenvolvimento emocional da criança e fortalece a relação mãe-filho (De Oliveira et al., 2019). Esses aspectos multifatoriais destacam a amamentação como um ato biológico e afetivo, além disso previne o risco de desenvolvimento de diabetes tipo 2 (Bento et al., 2020).

A ocitocina liberada também exerce seus efeitos lipolíticos e anorexígenos, resultando em perda de peso. A lactação também favorece o bem-estar psicológico da mulher, promovendo a liberação de ocitocina, o que auxilia na redução da ansiedade, no fortalecimento do vínculo com o bebê e na prevenção de depressão pós-parto (Oliveira et al., 2023).

A interação entre o filho e a mãe se estabelece na primeira refeição, quando a mãe apresenta o seu seio para o bebê, e essa interação cria vínculos que vai muito além do fato de amamentar (Souza, 2021). É justamente através do primeiro contato para o aleitamento que a mãe propõe segurança e sustentação ao seu bebê. A puérpera protege o seu bebê dos perigos físicos, leva em conta as suas sensibilidades cutâneas tanto visual como auditivas e a facilidade das quedas. É através desses cuidados cotidianos que ela instaura uma rotina, tendo ali sempre uma sequência repetitiva de cuidados (Caldas, 2021).

Segundo o Ministério da Saúde (Brasil, 2021), apesar de a amamentação ser a forma natural de as mulheres alimentarem as crianças pequenas, é necessário tempo para a mulher e a família se adaptarem às rotinas e aos cuidados com o novo bebê. Cada experiência de amamentação é única, diferente para cada filho e para cada mulher. Amamentar nem sempre é fácil, principalmente nos primeiros dias após o nascimento e para as primíparas. No entanto, a amamentação pode ser mais agradável e prazerosa se alguns problemas puderem ser evitados através da informação.

377

Os benefícios do contato pele a pele (CPP) são: diminuição da dor causada pelo ingurgitamento mamário, sentimento de alívio, segurança e diminuição da ansiedade desenvolvida ao longo da gestação. Além disso, o CPP pode resultar em melhores índices de AM nos primeiros quatro meses após o parto, maior duração do AM, melhor comportamento de afeto e apego da mãe, vínculo, sentimentos de felicidade, amor, tranquilidade e conforto para a mulher e o RN. Essa mistura de sentimentos faz com que a mulher desvie sua atenção do desconforto e da dor do parto para o prazer de estar com o seu RN (Campos et al., 2020).

A amamentação traz ainda vantagens práticas e econômicas. Além de ser um método natural de controle da natalidade (efeito contraceptivo de 98% nos primeiros seis meses quando em aleitamento exclusivo), elimina custos com fórmulas infantis e reduz gastos com saúde da criança (Fonseca et al., 2021). A conveniência de ter alimento sempre disponível, na temperatura ideal e livre de contaminação, representa significativa redução do estresse materno no cuidado diário (Souza et al., 2021).

Em síntese, a amamentação constitui intervenção de baixo custo e alta eficácia para a saúde materna integral. Seus benefícios abrangem aspectos físicos, emocionais e socioeconômicos, reforçando a importância de políticas públicas que apoiem as nutrizes (Cardoso et al., 2021). Investir na promoção do aleitamento materno é investir na saúde das mulheres e, consequentemente, das futuras gerações (Ribeiro e Pereira, 2021).

O leite materno é o alimento com maior quantidade de nutrientes e agentes imunológicos que protegem o recém nascido de infecções, sendo estas as principais causas de mortalidade neonatal (Campos et al., 2020). Desse modo, o aleitamento materno imediato ao nascimento é essencial. Em síntese, a amamentação constitui intervenção de baixo custo e alta eficácia para a saúde materna integral. Seus benefícios abrangem aspectos físicos, emocionais e socioeconômicos, reforçando a importância de políticas públicas que apoiem as nutrizes (Cardoso et al., 2021).

Investir na promoção do aleitamento materno é investir na saúde das mulheres e, consequentemente, das futuras gerações (Ribeiro e Barbosa, 2022). Evita que 22% dos neonatos morram por infecções, além de auxiliar na prevenção de hemorragias nas puérperas, que é a principal causa de morte materna atualmente. O aleitamento materno ainda traz benefícios de longo prazo para a criança, como maior rendimento escolar, maior quociente de inteligência e maior tempo de estudo (Campos et al., 2020).

378

A amamentação prolongada tem sido relacionada a efeitos benéficos na prevenção da rinite alérgica. Uma revisão sistemática e metanálise reforçou essa relação. Os resultados indicaram que tanto a amamentação exclusiva quanto a não exclusiva por 6 meses ou mais podem oferecer efeitos protetores contra o desenvolvimento da rinite alérgica até os 18 anos de idade. Essas descobertas enfatizam a relevância da duração da amamentação na redução do risco de rinite alérgica a longo prazo (Hoang et al., 2022).

O leite materno desempenha um papel fundamental na modulação do sistema imunológico neonatal. Metabólitos derivados de bactérias presentes no leite, como SCFAs, interagem com células linfoides inatas do grupo 3 (ILC3), promovendo a homeostase imunológica e auxiliando na reparação de tecidos intestinais (Mirpuri, 2021). Além disso, a presença de imunoglobulinas no leite materno ajuda a proteger os neonatos contra infecções e a reduzir a inflamação intestinal. Esse efeito é especialmente crítico em prematuros, que possuem sistemas imunológicos imaturos (Zhu et al., 2023). Estudos também mostram que o leite materno reduz significativamente o risco de enterocolite necrosante (NEC) e outras

condições inflamatórias graves em neonatos, devido à sua capacidade de equilibrar a microbiota intestinal (Chapman e Stewart, 2023).

Além da rinite alérgica, a amamentação também demonstrou ter um impacto positivo na prevenção de outras síndromes alérgicas respiratórias. Um estudo de coorte prospectivo investigou a relação entre a duração da amamentação, a introdução de alimentos complementares e doenças relacionadas a alergias. Os resultados revelaram que a amamentação mais longa foi associada a um risco reduzido de chiado e apresentou uma tendência a um efeito protetor na rinoconjuntivite alérgica até a idade escolar. Essas descobertas ressaltam a importância da amamentação como uma estratégia preventiva para diversas doenças alérgicas respiratórias na infância (Hoang et al., 2021).

Também está associado ao melhor desempenho cognitivo. Pesquisas recentes apontam que crianças amamentadas por períodos mais longos apresentam maior pontuação em testes de inteligência, além de melhor desempenho escolar. A presença de ácidos graxos poli-insaturados de cadeia longa (como DHA e ARA) no leite materno é determinante para o desenvolvimento cerebral e visual, promovendo ganhos cognitivos e psicomotores a curto e longo prazo (Oliveira et al., 2023).

Os benefícios psicossociais da amamentação são particularmente relevantes em contextos de vulnerabilidade social (Teixeira et al., 2024). Em populações carentes, o leite materno representa não apenas nutrição, mas também proteção contra os efeitos negativos da pobreza no desenvolvimento infantil. Programas que promovem o aleitamento materno em comunidades de baixa renda demonstram resultados significativos no desempenho escolar na redução de problemas comportamentais (Da Silva et al., 2024). Essa abordagem representa uma estratégia custo-efetiva para o desenvolvimento humano.

Estudos de corte e revisões sistemáticas (2020–2025) confirmam que o aleitamento materno reduz a probabilidade de desenvolvimento de obesidade infantil, hipertensão arterial e diabetes tipo 2 ao longo da vida. Esses efeitos estão relacionados ao melhor controle metabólico e à regulação da saciedade promovida pelo leite humano, em comparação com a alimentação artificial (UNICEF, 2021).

Os efeitos do aleitamento materno não se limitam ao sistema imunológico e ao metabolismo; ele também tem impactos no desenvolvimento muscular e ósseo do lactente. Segundo Catassi et al. (2024), os fatores bioativos presentes no leite materno, como lactoferrina e cálcio biodisponível, promovem a mineralização óssea e o crescimento saudável.

Além disso, a presença de vitamina D no leite materno é crucial para a absorção de cálcio, especialmente em neonatos, que têm um crescimento ósseo acelerado nos primeiros meses de vida. Zhu et al., (2023) destacam que crianças amamentadas exclusivamente com leite materno apresentam maior densidade mineral óssea na infância, o que pode reduzir o risco de fraturas e outras complicações ortopédicas.

O impacto no desenvolvimento muscular também é significativo. Proteínas bioativas no leite materno, como a lactoferrina, auxiliam na síntese muscular, enquanto os SCFAs derivados da fermentação microbiana promovem a regeneração muscular e a redução da inflamação (Dalby e Hall, 2020).

A amamentação exclusiva nos primeiros seis meses de vida é recomendada pela Organização Mundial da Saúde (OMS) devido aos inúmeros benefícios documentados. Estudos demonstram que o leite materno fortalece o sistema imunológico do bebê, reduzindo a incidência de infecções respiratórias, gastrointestinais e otites médias. Além disso, há evidências de que o aleitamento materno está associado a um menor risco de doenças crônicas na vida adulta, como obesidade, diabetes tipo 2 e doenças cardiovasculares (Rajagopalan et al., 2024).

Além de nutrir, promover e fortalecer o vínculo do binômio mãe e recém-nascido, o aleitamento materno contribui para o crescimento e desenvolvimento do neonato e apresenta vantagens imunológicas, psicológicas e nutricionais (Silva et al., 2021).

Por fim, o aleitamento materno misto (AMM) ocorre quando outros tipos de leite são introduzidos além do leite materno. O aumento das taxas de AME tem forte impacto na redução dos óbitos infantis, estimando-se que aquelas que são amamentadas exclusivamente têm apenas 12% do risco de morte em relação às que não foram amamentadas (Braga, Gonçalves e Augusto, 2020).

Fatores sociais e culturais, como pressões para retornar ao trabalho, falta de licença-maternidade adequada, ou falta de apoio da família e da comunidade, também podem influenciar negativamente o processo de amamentação e aumentar o risco de desmame precoce (Lira 2023).

Os principais desafios da amamentação envolvem fatores fisiológicos, emocionais e técnicos que podem interferir no sucesso do aleitamento materno. Um dos mais comuns é a demora na descida do leite, que normalmente ocorre entre o terceiro e o quinto dia após o

parto, podendo ser retardada por fatores como cesarianas programadas, parto prematuro e obesidade materna. Nesses casos, a estimulação frequente da mama, seja pela sucção do bebê ou pela extração manual, é essencial, com o acompanhamento de um profissional de saúde (BRASIL, 2022).

Um termo recente que se tornou um desafio é a “romantização da amamentação”. No que diz respeito à romantização da amamentação, é importante destacar que o aleitamento é um processo natural e salutar, mas também pode ser desafiador e complexo para algumas mulheres. A romantização excessiva desse momento pode criar expectativas irreais e pressões sobre as mães, gerando sentimento de culpa e inadequação caso enfrentam dificuldades ou optem por não amamentar (Marques, Santos e Daniel, 2022).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir da leitura, estudo, análise e reflexão dos artigos selecionados, é possível reconhecer e admirar a grandiosidade dos benefícios do aleitamento materno para o binômio. Devido sua importância, torna – se indispensável leitura por parte de toda a sociedade. Os benefícios são inúmeros e já estão comprovados por diversas evidências científicas. O leite materno é o alimento mais completo e adequado para os lactentes.

O profissional de enfermagem está à frente no incentivo e cuidados com a amamentação. Acolher, orientar a parturiente e a família, sanar as possíveis dúvidas que surgirem ao longo processo e encorajar nas dificuldades, são atribuições importantes e que fazem total diferença no processo do cuidado.

Nos dias atuais, já é de maior conhecimento populacional a importância da amamentação, entretanto, é um assunto que deve ser explorado e estudado cada vez mais, para que todos tenham acesso. A equipe multidisciplinar deve se manter atualizada constantemente acerca do assunto, para que possa conscientizar a sociedade em geral sobre o grande impacto e benefícios da amamentação.

A prática do incentivo à amamentação através da conscientização de sua importância faz parte da rotina da enfermagem, com o intuito de garantir um melhor desenvolvimento da criança, e fortalecer ainda mais o vínculo da mãe com o bebê.

Além disso, é imprescindível destacar que o incentivo ao aleitamento materno também deve ser uma responsabilidade compartilhada entre os profissionais de saúde, gestores públicos e toda a sociedade. A implantação de ambientes de acolhimento e respeito em unidades de

saúde, ambientes de trabalho e públicos, contribui para o sucesso da manutenção do aleitamento exclusivo até o sexto mês e facilita sua continuidade até os dois anos ou mais.

É importante ressaltar a necessidade de um olhar humanizado durante todo o processo de amamentação. Cada mulher possui uma experiência única, marcada por suas vivências pessoais, condições emocionais, físicas e sociais. Cabe aos profissionais de enfermagem e demais integrantes da equipe multiprofissional exercer uma escuta ativa, livre de julgamentos com o objetivo de oferecer suporte individualizado e empático. Essa abordagem fortalece a autoconfiança da mãe, reduz a ansiedade e favorece a melhor aceitação do processo de amamentar, tornando - o uma vivência mais tranquila e prazerosa. Além disso, o ato de amamentar estimula a liberação de ocitocina, hormônio responsável por promover bem-estar emocional, auxiliar na involução uterina e prevenir hemorragias pós-parto, contribuindo assim, diretamente para a recuperação física e emocional da mulher.

Reforça-se que o aleitamento materno é mais do que um ato biológico, é uma prática de amor, do mais puro cuidado e conexão mãe - bebê. Investir em ações de promoção, proteção e apoio à amamentação é investir na saúde pública, na qualidade de vida das mães e no futuro das crianças. A amamentação é um elo fundamental entre a saúde, a nutrição e o desenvolvimento integral, representando uma das estratégias mais eficazes, econômicas e humanizadoras que garante o bem-estar e a sobrevivência infantil.

382

Por fim, além dos ganhos fisiológicos já reconhecidos, o aleitamento materno fortalece consideravelmente o vínculo afetivo da mulher com o bebê, favorece o equilíbrio hormonal e emocional e proporciona uma sensação de realização e segurança, refletindo positivamente na autoestima, autoconfiança e na saúde emocional da mãe. O momento de amamentar deve ser prazeroso tanto para a mãe quanto para o bebê; um momento único de conexão pura; Deve ser um ato incentivado e apoiado por toda população em geral, mas, principalmente pelos profissionais da saúde, ligados diretamente ao cuidado.

REFERÊNCIAS

- AMARAL, L. J. X.; SALES, S. S.; CARVALHO, D. P. S. R. P.; CRUZ, G. K. P.; AZEVEDO, I. C.; FERREIRA JÚNIOR, M. A.; Fatores que influenciam na interrupção do aleitamento materno exclusivo em nutrizes. *Rev Gaúcha Enferm.* 2015;36(esp):127-34.

ARAÚJO, Jessica Gomes. Amamentação na primeira hora de vida do bebê: hora de ouro. Araguaína: Repositório UNIFACEMA, 2018. Trabalho de Conclusão de Curso – Enfermagem FAEMA.

BENTO, D. A. B.; OLIVEIRA, M. K. A.; TORRES E SOUZA, M. C.; SENHOR, R. F. L.; ALVES, P. F.; ARAUJO, M. S. V.; BENTO, E. B. (2020). A Importância da Influência do Profissional de Saúde no Aleitamento Materno / The Importance of Health Professional Influence on Breastfeeding. ID on Line. *Revista De Psicologia*, 14(49), 725–736. <https://doi.org/10.14295/ideonline.v14i49.2390>.

BOCCOLINI, C. S.; CARVALHO, M. L.; OLIVEIRA, M. I. C. Fatores associados ao aleitamento materno exclusivo nos primeiros seis meses de vida no Brasil: revisão sistemática. *Rev. Saúde Pública*, 2015, 49;91.

BRAGA, M. S.; GONÇALVES, M. S.; AUGUSTO, C. R. Os benefícios do aleitamento materno para o desenvolvimento infantil. *Brazilian Journal of Development*, Curitiba, v. 6, n. 9, p.70250-70260, sep. 2020. Acesso em: 07 out. 2025.

BRASIL, 2025. Gravidez. Saúde de A a Z. Ministério da Saúde 202?. Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/g/gravidez>>. Acesso em: 7 out. 2025.

BRASIL. Atenção à saúde do recém-nascido: guia para os profissionais de saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 2014. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/atencao_recem_nascido.pdf>. Acesso em: 24 out. 2025.

BRASIL. Cadernos de atenção básica –atenção ao pré-natal de baixo risco. Ministério da Saúde, Caderno de atenção básica. Brasília: Secretaria de Atenção à Saúde Departamento de Atenção Básica, 2012.

383

BRASIL. Como enfrentar os principais desafios da amamentação? Ministério da Saúde: 2022. Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/eu-quero-me-alimentar-melhor/noticias/2021/como-enfrentar-os-principais-desafios-da-amamentacao>>. Acesso em: 7 out. 2025.

BRASIL. Estratégia Nacional para Promoção do Aleitamento Materno e Alimentação Complementar Saudável no Sistema Único de Saúde: manual de implementação / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde. – Brasília : Ministério da Saúde, 2015. 152 p. : il.

BRASIL. Pré-Natal no SUS. Secretaria de Comunicação Social, 2024. Disponível em:<<https://www.gov.br/secom/pt-br/acesso-a-informacao/comunicabr/lista-de-acoes-e-programas/pre-natal-no-sus>>. Acesso em: 17 out. 2025.

BRASIL. Saúde da criança : aleitamento materno e alimentação complementar / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – 2. ed. – Brasília : Ministério da Saúde, 2015a. 184 p. : il. – (Cadernos de Atenção Básica ; n. 23).

CALDAS, Tailanne Araújo. Benefícios do aleitamento materno exclusivo até sexto mês de vida. *Research, sacuti and development*, v. 10, n. 6, 2021.

CAMPOS, P. M.; GOUVEIA, H. G.; STRADA, J. K. R.; MORAES, B. A. Contato pele a pele e aleitamento materno de recém-nascidos em um hospital universitário. *Rev Gaúcha Enferm.* 2020;41(esp):e20190154.

CARDOSO, P. C.; SOUSA, T. M.; ROCHA, D. S.; MENEZES, L. R. D. A saúde materno-infantil no contexto da pandemia de COVID-19: evidências, recomendações e desafios. *Rev. Bras. Saúde Matern. Infant.*, Recife, 21 (Supl. 1): S221-S228, fev., 2021.

CASTRO, L. R.; CASTRO, J. R.; FONSECA, A. L. M.; LEÃO, K. A. A importância do aleitamento materno: o que revelam as evidências científicas? *Recimaz1*, v. 6, n. 4, 2025. ISSN 2675-6218.

CATASSI, G.; MATEO, S. G.; OCCHIONERO, A. S.; ESPOSITO, C.; GIORGIO, V.; ALOI, M.; GASBARRINI, A.; CAMMAROTA, G.; IANIRO, G. The importance of gut microbiome in the perinatal period. *Eur J Pediatr.* 2024 Dec;183(12):5085-5101. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39358615/>>. Acesso em: 24 out. 2025.

CHAPMAN, J. A.; STEWART, C. J. Methodological challenges in neonatal microbiome research. *Gut Microbes.* 2023 Jan-Dec;15(1):2183687. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36843005/>>. Acesso em: 24 out. 2025.

CONSELHO FEDERAL DE ENFERMAGEM. Garantir o direito à amamentação passa pelo combate à influência da indústria do desmame. 2024. Disponível em: <<https://www.cofen.gov.br/garantir-o-direito-a-amamentacao-passa-pelo-combate-a-influencia-da-industria-do-desmame/>>. Acesso em: 24 out. 2025.

384

DA SILVA, M G. T.; COUTINHO, J. C. C.; RODRIGUES, L. P.; FILHO, R. M.; SOUSA, T. R. G.; MOREIRA, E. S. M. Impactos psicossociais da ausência de aleitamento materno adequado em crianças ou adolescentes: uma revisão integrativa. *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil*, v. 24, e2401001, 2024.

DALBY, M. J.; HALL, L. J. Recent advances in understanding the neonatal microbiome. *F1000Res.* 2020 May 22;9:F1000 Faculty Rev-422. doi: 10.12688/f1000research.22355.1.

DE OLIVEIRA, Lázaro Heleno Santos et al. Aspectos imunológicos do leite materno. *Gep News*, vol. 3, nº 3, dezembro de 2019, p. 4-6, Disponível em: <<https://seer.ufal.br/index.php/gepnews/article/view/9288>>. Acesso em: 24 out. 2025.

DEL CIAMPO, L. A.; FERRAZ, I. S.; DANELUZZI, J. C.; RICCO, R. G.; MARTINELLI JÚNIOR, C. E. Aleitamento materno exclusivo: do discurso à prática. 2008. Repositório da USP. ISSN: 0101-3858.

DOS SANTOS, Carla Abigail Sousa et al. Aleitamento materno: análise das causas e consequências que influenciam o desmame precoce. *Atenção Integral em Saúde - Saúde Criança*, v. 1, p. 23, 2023.

FERREIRA, A. L. Os primeiros anos como fato determinante para o ciclo de vida. *Ciênc. Saúde Coletiva* 28 (4) • Abr 2023.

FONSECA, R. M. S.; MILAGRES, L. C.; FRANCESCHINI, S. C. C.; HENRIQUES, B. D. O papel do banco de leite humano na promoção da saúde materno infantil: uma revisão sistemática. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 26 (01), p. 309-318, 2021.

GONÇALVES, L. S. S.; SOARES, G. F. O banco de leite humano frente à amamentação: uma revisão narrativa. *Revista Saúde Multidisciplinar, Mineiros (GO)*, v. 10, n. 1, p. 132-145, jan./jun. 2024.

HOANG, M. P.; SAMUTHPONGTORN, J.; SERESIRIKACHORN, K.; SNIDVONGS, K. Prolonged breastfeeding and protective effects against the development of allergic rhinitis: a systematic review and meta-analysis. *Rhinology*, 60(2), 82-91. 2022.

LEAL, M. C; GAMA, S. G. N. Nascer no Brasil. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 30, n. 13 (2014).

LIRA, R. F.; COELHO, S. J. F.; CARVALHO, L. R. B. Fatores determinantes do desmame precoce: uma revisão de literatura. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 6, n. 3, p. 12668-12688, 2023.

MARQUES, C. J. C.; SANTOS, K. C.; DANIEL, N. S. S. A Romantização da Amamentação e Seus Impactos Psicológicos. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Psicologia) - Centro Universitário (UNA), 2022.

MIRPURI, J. The emerging role of group 3 innate lymphoid cells in the neonate: interaction with the maternal and neonatal microbiome. *Oxf Open Immunol.* 2021, May 12;2(1).

NÚCLEO DE TELESSAÚDE MARANHÃO HU-UFMA. 2019. Quando o aleitamento materno deve ser suspenso e quais as situações mais comuns? Disponível em: <<https://aps-repo.bvs.br/aps/quando-o-aleitamento-materno-deve-ser-suspensao-e-quais-as-situacoes-mais-comuns/>>. Acesso em: 14 out. 2025.

OLIVEIRA, R. D. P.; PEREIRA, C. D.; ROCHA, R. S.; SOUSA, J. L. Extração de leite humano à beira do leito em ambiente neonatal: desafios e estratégias desenvolvidas. *Saberes Plurais: Educação na Saúde*, v. 7, n. 1, p. e128224, 2023.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Nascimento prematuro. 2023. Disponível em: <<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/preterm-birth>>. Acesso em: 7 out. 2025.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. O papel do Hospital Amigo da Criança na promoção e apoio ao aleitamento materno exclusivo. UNICEF Angola, 2023. Disponível em: <<https://www.unicef.org/angola/historias/o-papel-do-hospital-amigo-da-crianca-na-promo-apoio-ao-aleitamento-materno-exclusivo>>. Acesso em: 11 out. 2025.

PEIXOTO, L. O.; AZEVEDO, D. V.; BRITTO, L. F.; VASCONCELOS, I. N. "Leite materno é importante": o que pensam as nutrizes de Fortaleza sobre amamentação. *Rev. Bras. Saúde Mater. Infant.*, Recife, 19 (1): 165-172 jan. / mar., 2019.

PUTRIANA, Y.; RISNENI; PRANAJAYA, R.; INDRASARI, N. The effectiveness of implementing Interprofessional Collaboration (IPC) in Community Health Centers

regarding exclusive breastfeeding on knowledge, attitudes of mothers and achievements of exclusive breastfeeding. *JKM (Jurnal Kebidanan Malahayati)*, v. 10, n. 6, p. 643-648, jun. 2024.

QUELOTTI, A.; RIBEIRO, A. Maternidade e Maternagem: Quando O Biológico e o Psíquico Não Se Encontram. *Cadernos De Psicologia, Juiz de Fora*, v. 4, n. 7, pp. 331-354, jan./jun. 2022 -ISSN 2674-9483.

QUINN, J. A.; MUÑOZ, F. M.; GONIK, B.; FRAU, L.; CUTLAND, C.; MALLETT-MOORE, T.; KISSOU, A.; WITKE, F.; DAS, M.; NUNES, T.; PYE, S.; WATSON, W.; RAMOS, A. A.; CORDERO, J. F.; HUANG, W.; KOCHHAR, S.; BUTTERY, J.; BRIGHTON COLLABORATION PRETERM BIRTH WORKING GROUP. Preterm birth: Case definition & guidelines for data collection, analysis, and presentation of immunisation safety data. *Vaccine*. 2016 Dec 1;34(49):6047-6056.

RAJAGOPALAN, V.; HSU, E.; LUO, S. Breastfeeding duration and brain-body development in 9-10-year-olds: modulating effect of socioeconomic levels. *Pediatric Research*, 2025, Jan, 97(1): pp. 378-386.

REDE AMÉRICAS. Mudanças no corpo da gestante mês a mês explicadas. 2025. Disponível em: <<https://www.saudeamericas.com.br/post/mudancas-no-corpo-da-gestante-mes-a-mes/>>. Acesso em: 7 out. 2025.

RIBEIRO, J. M.; PEREIRA, S. E.; Benefícios a longo prazo na saúde da mulher promovidos pelo aleitamento materno: uma revisão narrativa. Trabalho de Conclusão de Curso – Nutrição, Pontifícia Universidade Católica de Goiás, Repositório PUC Goiás, 2021.

386

SANTOS, K. H. A Maternidade Romantizada e as Consequências na Saúde Mental da Mulher. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Psicologia), Centro Universitário FAEMA -UNIFAEMA, Ariquemes -Rondônia, 2022.

SANTOS, P. S.; TERRA, F. S.; FELIPE, A. O. B.; CALHEIROS, C. A. P.; COSTA, A. C. B.; FREITAS, P. S. Assistência pré-natal pelo enfermeiro na atenção primária à saúde: visão da usuária. *Enferm Foco*. 2022;13:e-202229.

SILVA, E. M.; GONÇALVES, A. S.; COELHO, J. V. S.; AMBRÓSIO, V. O. Desafios do aleitamento materno exclusivo: percepção de mães e enfermeiras de uma instituição privada de Governador Valadares. *Saúde integração*: v. 22 n. 1 (2022).

SILVA, I. E.; ARAÚJO, W. F.; RODRIGUES, W. S.; AOYAMA, E. A. A importância do enfermeiro no aleitamento materno exclusivo para a evolução da criança. *Revista Brasileira Interdisciplinar de Saúde – ReBIS*. v. 2 n. 1 (2020).

SILVA, M. G. T.; COUTINHO, J. C. C.; RODRIGUES, L. P.; FILHO, R. M.; SOUSA, T. R. G.; MOREIRA, E. S. M. Impactos psicosociais da ausência de aleitamento materno adequado em crianças ou adolescentes: uma revisão integrativa. *Rev. Bras. Saúde Matern. Infant.*, Recife, v. 24, e2402001, 2024.

SILVA, M. M.; PENHA, J. C.; BARBOSA, I. C. F. J.; CARNEIRO, C. T.; BORGES, J. W. P.; BEZERRA, M. A. R. Construção e validação de tecnologia educacional para promoção do aleitamento materno no período neonatal. *Esc Anna Nery* 2021; 25(2):e20200235.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES. Diretrizes Sociedade Brasileira de Diabetes 2019-2020. São Paulo: Clannad, 2020. Disponível em: <https://www.saude.ba.gov.br/wp-content/uploads/2020/02/Diretrizes-Sociedade-Brasileira-de-Diabetes-2019-2020.pdf>. Acesso em: 14 out. 2025.

SOUZA, A. C. N. M.; PERILLO, A. L. P.; SILVA, I. F.; OLIVEIRA, J. Z. F.; MOREIRA, G. S. Os benefícios da amamentação exclusiva na vida e na saúde da criança e genitora. V Colóquio Estadual de Pesquisa Multidisciplinar / III Congresso Nacional de Pesquisa Multidisciplinar e II Feira de Empreendedorismo da Unifimes. 17-19 maio 2021.

TEIXEIRA, Angela Santana et al. Aleitamento materno: benefícios para a saúde infantil e desenvolvimento. *Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences*, v. 6, n. 8, p. 1792-1801, 2024.

VICTORA, C. G.; BAHL, R.; BARROS, A. J. D.; FRANÇA, G. V. A.; HORTON, S.; KRASEVEC, J.; MURCH, S.; SANKAR, M. J.; WALKER, N.; ROLLINS, N. C.; LANCET BREASTFEEDING SERIES GROUP. Breastfeeding in the 21st century: epidemiology, mechanisms, and lifelong effect. *The Lancet*, v. 387, p. 475-490, 2016. Disponível em: <[https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(15\)01024-7/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(15)01024-7/fulltext)>. Acesso em: 24 out. 2025.

UNICEF. Redução da mortalidade e da obesidade infantis estão entre benefícios do aleitamento materno. Centro de Imprensa: Notícias. 2021. Disponível em: <<https://brasil.un.org/pt-br/127271-redu%C3%A7%C3%A3o-da-mortalidade-e-da-obesidade-infantil-est%C3%A3o-entre-benef%C3%ADcios-do-aleitamento-materno>>. Acesso em: 24 out. 2025.

ZHU, B.; SERRANO, M.; BUCK, G. The influence of maternal factors on the neonatal microbiome and health. *Res Sq* [Preprint]. 2023. Disponível em: <<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9915805/>>. Acesso em: 24 out. 2025.