



CENTRO UNIVERSITÁRIO ATENEU – UNIATENEU
CURSO DE GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO

LARISSA KELLY SOUSA DA SILVA
TALIANE ALMEIDA DA SILVA
TATIANA DE ALMEIDA SOUSA
THAIS MOREIRA SANTOS SILVA

BENEFÍCIOS DO ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO PARA O BINÔMIO
MÃE-BEBÊ: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

FORTALEZA/CEARÁ
2023

LARISSA KELLY SOUSA DA SILVA

TALIANE ALMEIDA DA SILVA

TATIANA DE ALMEIDA SOUSA

THAIS MOREIRA SANTOS SILVA

**BENEFÍCIOS DO ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO PARA O BINÔMIO
MÃE-BEBÊ: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

Artigo Científico apresentado ao Curso de Nutrição do Centro Universitário Ateneu (UniÁTENEU), como requisito parcial para obtenção do Título de Bacharel em Nutrição.

Orientador (a): Prof.(a). Esp. Isabela
Natasha Pinheiro Teixeira

FORTALEZA-CEARÁ

2023

**LARISSA KELLY SOUSA DA SILVA
TALIANE ALMEIDA DA SILVA
TATIANA DE ALMEIDA SOUSA
THAIS MOREIRA SANTOS SILVA**

**BENEFÍCIOS DO ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO PARA O BINÔMIO
MÃE-BEBÊ: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

Artigo Científico apresentado ao Curso de Graduação em Nutrição do Centro Universitário Ateneu (UniATENEU), como requisito parcial para obtenção do Título de Bacharel em Nutrição.

Aprovada em: _____ de _____ de 2023.

BANCA EXAMINADORA

Prof. (a) Esp. Isabela Natasha Pinheiro Teixeira, orientador (a).
Centro Universitário Ateneu (UniATENEU)

Prof. (a) Esp. Ilanna Maria Vieira de Paula de Brito.
Universidade Estadual do Ceará (UECE)

Prof. (a) Ma. Juliana Raissa Oliveira Ricarte.
Universidade Estadual do Ceará (UECE)

AGRADECIMENTOS

Primeiramente, gostaríamos de expressar nossa profunda gratidão a Deus, fonte de força e inspiração durante toda a jornada do trabalho de conclusão de curso.

À nossa família, cujo amor incondicional e apoio constante foram o alicerce que sustentou nossa jornada acadêmica, expressamos nossa eterna gratidão. Cada sacrifício e encorajamento moldaram nosso caminho e tornaram possível a realização deste projeto.

Gratidão as colegas de equipe pelo trabalho conjunto. A jornada foi desafiadora, mas a colaboração e dedicação de todas tornaram possível alcançarmos este resultado.

E à professora Isa, cuja orientação e sabedoria foram fundamentais para o sucesso deste projeto acadêmico.

Obrigada por fazerem parte desta conquista significativa em nossas vidas!

SUMÁRIO

1. Artigo.....	07
1.1 Introdução	09
1.2 Metodologia.....	11
1.3 Resultados e discussão.....	13
1.4 Considerações finais	19
Referências	20

1 ARTIGO

BENEFÍCIOS DO ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO PARA A MÃE E PARA O BEBÊ: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

BENEFITS OF EXCLUSIVE BREASTFEEDING FOR MOTHER AND BABY: AN INTEGRATIVE REVIEW

Autoras: Larissa Kelly Sousa da Silva; Taliane Almeida da Silva; Tatiana de Almeida Sousa; Thais Moreira Santos Silva

Orientador/a: Prof^a. Esp. Isabela Natasha Pinheiro Teixeira

RESUMO

O Leite Materno é um alimento primordial para os bebês, sendo incomparável, sustentável e gratuito. Amamentar é muito mais do que nutrir a criança. O fortalecimento do entendimento sobre o aleitamento materno exclusivo e seus benefícios para todos os envolvidos, e, não somente para a criança, é fundamental para a redução de problemáticas preveníveis na saúde pública. Este estudo tem como objetivo apontar os benefícios do aleitamento materno exclusivo para a mãe e para o bebê. Foi realizada uma revisão integrativa da literatura no mês de outubro de 2023, nas bases de dados Scientific Electronic Library Online, Literatura Latino-Americana em Ciências da Saúde e National Library of Medicine, com os seguintes descritores em saúde, nos idiomas português (Brasil) e inglês: Aleitamento materno/Breastfeeding, Nutrição/Nutrition, combinados pelo operador booleano "AND". Os resultados apontaram que a amamentação promove a perda de peso pós-gestacional, contribuindo para a prevenção de doenças como diabetes tipo 2 e câncer de mama. Do ponto de vista emocional, estabelece um vínculo afetivo único entre mãe e filho, fortalecendo a conexão emocional. Já para a criança, o leite materno é uma fonte incomparável de nutrientes essenciais, oferecendo proteção contra infecções e fortalecendo o sistema imunológico. Conclui-se que este estudo emerge como uma ferramenta valiosa e esclarecedora, proporcionando elementos essenciais sobre os aspectos psicossociais do processo de amamentação. É necessário que profissionais de saúde, envolvidos na assistência à puérpera, considerem cuidadosamente a avaliação para amamentação, indicando para estas mulheres seus benefícios.

Palavras-chave: Aleitamento materno; Nutrição do lactente; período pós-parto; recém-nascido.

ABSTRACT

Breast milk is an essential food for babies, being incomparable, sustainable and free. Breastfeeding is much more than nourishing the child. Strengthening knowledge related to exclusive breastfeeding and its benefits for everyone involved, and not just for the child, is fundamental to reducing preventable problems in public health. This study aims to highlight the benefits of exclusive breastfeeding for the mother and baby. An integrative review of the literature was carried out in October 2023, in the Scientific Electronic Library Online, Literatura Latino-Americana em Ciências da Saúde and National Library of Medicine databases, with the following health descriptors, in Portuguese (Brazil) and English: Breastfeeding/Breastfeeding, Nutrition/Nutrition, combined by the Boolean operator "AND". The results showed that breastfeeding promotes post-pregnancy weight loss, contributing to the prevention of diseases such as type 2 diabetes and breast cancer. From an emotional point of view, it establishes a unique emotional bond between mother and child, strengthening the emotional connection. For children, breast milk is an incomparable source of essential nutrients, offering protection against infections and strengthening the immune system. It is concluded that this study emerges as a valuable and enlightening tool, providing essential elements on the psychosocial aspects of the breastfeeding process. It is necessary for health professionals involved in the care of postpartum women to carefully consider the assessment for breastfeeding, identifying its benefits for these women.

Keywords: Breastfeeding; nutrition; postpartum woman; newborn.

1.1 Introdução

O Leite Materno (LM) é um alimento primordial para os bebês, sendo incomparável, sustentável e gratuito; que não apenas sacia a fome, mas também supre suas necessidades nutricionais, hormonais e imunológicas (MOREIRA *et al.*, 2022).

Das inúmeras vantagens do Aleitamento Materno Exclusivo (AME), entre as crianças que recebem o LM por tempo prolongado, estão os menores índices de morbidade infantil, infecções respiratórias, otite média, além de menores taxas de mortalidade infantil em decorrência da enterocolite necrosante e da síndrome da morte súbita, maior quociente de inteligência e diminuição da má oclusão dentária. Além de que, essa prática pode proteger a criança contra o sobrepeso e a diabetes ao longo da vida. Para a mãe, esse ato como benefícios, pode prevenir o câncer de mama, aumentar o intervalo interpartal, reduzir o risco de diabetes tipo 2 e do câncer de ovário, além de agir também como contraceptivo por 6 meses se for totalmente exclusivo (PERES *et al.*, 2021).

Diversos fatores podem impactar no processo de amamentação, inclusive a não realização das consultas puerperais e a ausência ou não efetividade dos programas governamentais voltados para tal causa, acarretando a uma menor orientação e conhecimento sobre o AME. Além disso, a falta do cuidado do nutricionista durante a gestação também pode trazer consequências negativas para o AME, pois esse profissional, por meio do aconselhamento nutricional, ajuda a promover e estimular o aleitamento materno, tanto no pré-natal quanto no puerpério (JUCHEM; MEDEIROS; FREITAS, 2019).

Amamentar é muito mais do que nutrir a criança. É um processo que envolve interação profunda entre mãe e filho, além de ter implicações na saúde física e psíquica da mãe. Portanto, por este motivo, todas as ações e estratégias voltadas para que ocorra o aleitamento exclusivo até os seis meses pós-parto, devem ser bem direcionadas, assim como iniciadas ainda no pré-natal, onde as instruções necessitam ser conduzidas desde a forma como o bebê é posicionado no seio materno, até a explanação de saberes sobre os nutrientes do LM (SOUZA *et al.*, 2021).

O Brasil ainda está muito aquém do que se recomenda a OMS, é o que indica a II pesquisa de prevalência de AME nas capitais brasileiras encontrados indicaram

que o tempo médio de amamentação exclusiva era de apenas 1 mes e 24 dias e que apenas 41% das crianças menores de 6 meses estavam em AME, ressalta-se que essa taxa deva ser acima de 90% (BRASIL, 2015).

A prevalência de Aleitamento Materno Exclusivo (AME) em crianças menores de 6 meses, conforme os dados do ENANI, foi de 45,8% no Brasil. Esses números indicam um cenário relevante para a saúde infantil, destacando a importância do aleitamento exclusivo nos primeiros meses de vida. Ao analisar as regiões do país, a pesquisa identificou a maior prevalência na região Sul (54,3%), seguida pelas regiões Sudeste (49,1%) e Centro-Oeste (46,5%). Apesar dessas variações regionais, não foram encontradas diferenças estatisticamente significativas entre elas.

Portanto, fortalecer este conhecimento é uma proposta deste estudo a qual identifica que uma das possíveis lacunas para a falta de conhecimento dos benefícios do AME pela nutriz, está voltado ao emponderamento dos profissionais perante o seu papel na promoção do aleitamento materno, e, nos serviços de saúde que não se encontram preparados para a orientação quanto a prática do AME como: preparo das mamas no pré-natal, atendimento às intercorrências habituais durante o processo de amamentação e outras (SOUZA *et al.*, 2021).

Sabendo que o AME protege a criança e ajuda no desenvolvimento infantil, além de também interferir na saúde da mãe reduzindo desconforto principalmente no pós-parto, a importância de enfatizá-lo com mais emponderamento profissional, trazendo para este eixo o nutricionista é uma forma para aumentar sua adesão. Todavia, as gestantes e nutrizes mesmo sabendo da importância do AME, estão propensas a deixar de amamentar por diversos fatores que vão desde a cultura da mãe e sua família até a desistência por falta de uma educação em saúde.

Diante disso, este estudo tem como objetivo apontar os benefícios do aleitamento materno exclusivo para a mãe e para o bebê.

1.2 Metodologia

1.2.1 Tipo de estudo

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, de caráter exploratório, com abordagem qualitativa, que, de acordo com o modelo proposto de revisão apresentada por Mendes; Silveira; Galvão (2019), segue as seguintes etapas bem definidas; são elas: identificação do tema e seleção da questão norteadora; estabelecimento dos critérios de inclusão e exclusão; identificação dos estudos pré-selecionados e selecionados; categorização dos estudos selecionados; análise e interpretação dos resultados e apresentação da síntese da revisão.

O primeiro passo da revisão integrativa é a questão norteadora, e que conduz ao tema e aos objetivos elencados. A partir disso, elaboramos nossa questão norteadora: Quais os benefícios do aleitamento materno exclusivo para a mãe e para o desenvolvimento infantil?

1.2.2 Procedimento para apreensão do material bibliográfico

A busca dos artigos ocorreu no mês de outubro de 2023, nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO), Literatura Latino-Americana em Ciências da Saúde (Lilacs) e National Library of Medicine (Pubmed), com os seguintes descritores em saúde, nos idiomas português (Brasil) e inglês: Aleitamento materno/Breastfeeding, Nutrição/Nutrition, combinados pelo operador booleano “AND”.

Para estabelecer os critérios de inclusão foram utilizados: artigos publicados e disponíveis na íntegra, nos idiomas português e inglês, com delimitação temporal dos últimos cinco anos (2019 a 2023) e artigos que trouxessem mães saudáveis para o processo de amamentar.

Para os critérios de exclusão considerou-se: artigos que tenham duplicidade entre as bases de dados, incompletos, anais de eventos, textos de opinião, editoriais e cartas ao editor, artigos de revisão, teses, dissertações, textos completos, mas que mencionem mães com doenças associadas que impossibilitam a mesma de amamentar como HIV, Covid 19, e outras.

1.2.3 Instrumento de coleta de dados

Formulou-se um roteiro, para a coleta de dados, contendo as seguintes informações: Ordem; Título; Autor/Ano; Objetivo; Tipo e estudo e Local da pesquisa; Benefícios da amamentação. Sendo necessário a utilização de um fichamento elaborado pelas autoras assegurando a totalidade dos dados extraídos, para garantir precisão na checagem das informações e servir como registro.

1.2.4 Análise dos dados

Para os estudos selecionados foi realizada uma leitura minuciosa dos títulos e resumos, nos títulos foram tirado o trabalhos que não e relacionassem aos benefícios do AME, nos resumos foram retirados os trabalhos que traziam em sua metodologia artigos de revisão, estudos incompletos, anais e outros, e logo em seguida, a leitura do artigo completo foi feita, procurando em seus resultados a identificação para o alcance do objetivo proposto neste estudo.

A análise e apresentação dos resultados foi conduzida após a categorização realizada pelo instrumento de coleta de dados, que foi baseada na análise temática de Minayo; Guerriero (2014), consistindo em descobrir os núcleos de sentido que compõem uma comunicação, cuja presença ou frequência tragam significados para a resposta da questão norteadora.

Operacionalmente a análise temática se desdobra em três etapas: Fase pré-analítica, determinam-se a unidade de registro palavra-chave ou frase, alguma parte dos estudos que possam identificar o alcance dos objetivos encontrada nos títulos dos artigos; Exploração do Material, consiste na escolha dos documentos numa operação classificatória que visa alcançar o núcleo de compreensão do texto a qual s dá pela compreensão da categorização do quadro temático; Tratamento dos Resultados Obtidos e Interpretação, permite que se coloque em evidência as informações obtidas com os resultados encontrados nos artigos. A partir daí o analista propõe inferências e realiza as interpretações, inter-relacionando-as com o instrumento de coleta de dados.

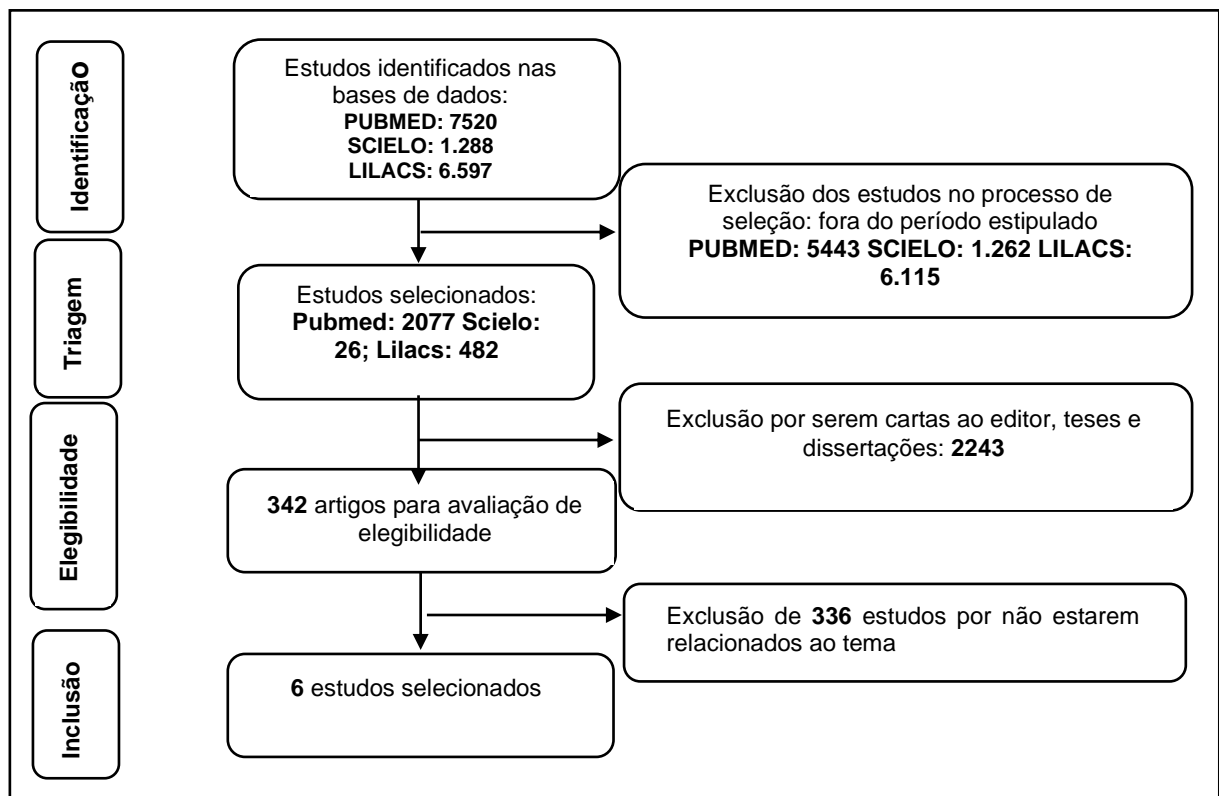
1.2.5 Síntese do conhecimento

Nesta última etapa a elaboração do documento contemplou todas as fases percorridas pelo pesquisador, apresentando os principais resultados obtidos de forma criteriosa (BOTELHO; CUNHA; MACEDO, 2011).

1.3 Resultados e discussão

A etapa de busca e seleção dos estudos a serem incluídos seguiu o passo-a-passo do fluxograma 1 logo abaixo, e as principais informações extraídas dos artigos estão no Quadro 1, a seguir.

Fluxograma 01: Fluxo de Inclusão e Exclusão da Literatura.



Fonte: Autoria própria (2023).

ORDEM	TÍTULO	AUTORES/ ANO	OBJETIVO	TIPO DE ESTUDO E LOCAL	BENEFÍCIOS DA AMAMENTAÇÃO
1	Prática do aleitamento materno exclusivo: conhecimento de gestantes	TAKEMOTO <i>et al.</i> , 2023	Identificar o conhecimento das gestantes referente à prática de aleitamento materno exclusivo.	Estudo qualitativo, Município de Guarapuava, Paraná, Brasil	Apesar dos inúmeros benefícios que o AM propicia para o binômio mãe e filho, em relação ao conhecimento das gestantes sobre o conceito de AME, foi possível apontar para o desconhecimento sobre o real significado da terminologia. Foi possível apontar para o desconhecimento sobre o real significado da terminologia. Apreende-se, a partir das entrevistas, que esta prática é compreendida como somente a oferta do leite materno, sem outro leite complementar. Mas para as participantes, o fato de oferecer água e chás é permitido e não descaracteriza a prática da amamentação exclusiva.
2	Aleitamento materno na perspectiva de lactantes de uma unidade de saúde da família	DIAS <i>et al.</i> , 2022	Analisar a prática do aleitamento materno na perspectiva de lactantes de uma Unidade de Saúde da Família do Norte de Minas Gerais.	Estudo descritivo de abordagem qualitativa Município interiorano de	Devido a sua composição, disponibilidade de nutrientes e por seu teor em substâncias imunoativas, ele fornece os nutrientes necessários para que a criança cresça saudável, também para a saúde da mulher, assim como

				pequeno porte do norte de MG	benefícios econômicos para a família e a população em geral. As lactantes reconhecem como benefício do aleitamento materno ser importante para o sistema imunológico da criança, formação dos dentes e contribuir com o estabelecimento de vínculo entre a mãe e a criança, além de atuar na prevenção de doenças. Observou-se que as mães se voltam para os benefícios para as crianças, sem mencionar os benefícios para sua saúde e outros.
3	Conhecimento acerca da amamentação de puérperas internadas em um hospital particular de Cascavel – PR	ZAGO; MACIEL, 2020	Avaliar o conhecimento acerca da amamentação de puérperas internadas em um hospital privado de Cascavel –PR.	Estudo tem caráter transversal-descriptivo Hospital particular na cidade de Cascavel–PR	O leite materno oferece imunidade e nutrição aos bebês. A nutrição e a imunidade da criança são os maiores benefícios que o aleitamento materno pode proporcionar.
4	Avaliação nutricional de crianças em amamentação exclusiva	LIMA; SANT; GASQUEZ, 2022	Analisar o estado nutricional de crianças em amamentação exclusiva até o 6º mês de idade no município de Maringá-PR no período de 2015 a 2020.	Estudo transversal, descritivo, de caráter quantitativo	Promove a saúde física, mental e psíquica da criança e da mulher que amamenta. O aumento percentual de peso adequado e a redução percentual dos estados nutricionais de peso baixo

				Maringá, PR	e peso elevado são vistos como benéficos dentro do cenário analisado.
5	Significados e experiências culturais em amamentação entre mulheres de dois países	PASTORELLI <i>et al.</i> , 2019	Identificar as experiências culturais relacionadas às decisões maternas para a amamentação entre dois países, visando compreender seus significados	Estudo de caso Rio de Janeiro	Benefícios biológicos para a mãe e, sobretudo, para o bebê. Desenvolvimento da imunidade da criança. A amamentação, na maioria das vezes, é vista como benéfica para o bebê pelo lado biológico, esquecendo-se do fator sociocultural, que faz com que a mulher/mãe queira dar o peito como um ato de amor
6	Cuidado às mulheres que vivenciam a amamentação e a terapia medicamentosa no período puerperal	TEIXEIRA <i>et al.</i> , 2019	Desenvolver o cuidado às puérperas que vivenciam a amamentação e a terapia medicamentosa, e identificar os significados da amamentação e do uso de medicamentos no período puerperal.	Pesquisa qualitativa e quantitativa Hospital Filantrópico em Jequié, Bahia, Brasil.	O aleitamento é responsável por reduzir o risco de morbidades como: diarreia, infecção respiratória, obesidade. O leite materno é o alimento ideal para o crescimento e o desenvolvimento da criança. A amamentação é uma prática influenciada pelo contexto histórico, social e cultural e pelas vivências e experiências de cada mulher ao interagirem com outros atores sociais, em especial com seus filhos.

Fonte: Autoria própria (2023).

Os objetivos delineados para a pesquisa abordam diversas identidades relacionadas ao aleitamento materno e seu impacto nas gestantes, lactantes e puérperas em diferentes contextos. Primeiramente, há a intenção de identificar o conhecimento das gestantes sobre a prática do aleitamento materno exclusivo, visando compreender a base informativa disponível antes do período puerperal.

Em seguida, a pesquisa volta-se para a análise da prática do aleitamento materno na perspectiva das lactantes em uma Unidade de Saúde da Família no Norte de Minas Gerais. Este objetivo busca capturar a realidade e as percepções das mães durante o processo de amamentação em um ambiente específico de cuidado de saúde.

O terceiro objetivo concentra-se na avaliação do conhecimento das puérperas internadas em um hospital privado de Cascavel, Paraná, acerca da amamentação. Esse enfoque visa compreender as percepções e entendimentos das mães no contexto hospitalar em relação à prática da amamentação.

Posteriormente, a pesquisa se volta para a análise do estado nutricional de crianças em amamentação exclusiva até o 6º mês de idade em Maringá, Paraná, ao longo do período de 2015 a 2020. Esse objetivo procura entender como a amamentação exclusiva impacta o estado nutricional das crianças em uma determinada localidade ao longo de anos.

Outro aspecto abordado é a identificação das experiências culturais relacionadas às decisões maternas para a amamentação entre dois países. Este objetivo busca compreender as influências culturais que moldam as escolhas das mães em relação à amamentação, enriquecendo a compreensão do papel da cultura nesse contexto.

Dentro dos estudos, há a intenção de desenvolver estratégias de cuidado para as puérperas que enfrentam o desafio da amamentação e terapia medicamentosa. Estes objetivos buscam não apenas fornecer cuidados práticos, mas também identificar os significados associados à amamentação e ao uso de medicamentos durante o período puerperal.

Além desses objetivos colaborarem para uma investigação abrangente e holística sobre o aleitamento materno e seus desdobramentos, considerando diferentes perspectivas, contextos e influências culturais ao longo do ciclo materno-infantil.

Permeia-se inicialmente sobre a composição do leite materno. Conforme a amamentação continua, o leite materno passa por mudanças. O leite de transição, que ocorre alguns dias após o parto, tem uma composição intermediária entre o colostro e o leite maduro. Finalmente, o leite maduro é produzido em maior quantidade e fornece a combinação ideal de nutrientes para o bebê, além disso, Dias et al. (2022), mencionam que a composição rica em nutrientes e substâncias imunológicas do leite materno fornece tudo o que uma criança precisa para crescer de forma saudável. Os autores apontam ainda que a ausência de uma orientação fortalecida sobre a composição do leite materno induz a mulher a proporcionar o desmame ou mesmo não amamentar.

Nos estágios iniciais da amamentação, o colostro é produzido. Embora seja produzido em pequenas quantidades, é rico em anticorpos, proteínas e células imunológicas que proporcionam uma proteção vital nos primeiros dias de vida. Conforme Zago; Maciel (2020), apesar das crenças difundidas sobre a composição do leite materno, é importante destacar, que a ideia de "leite fraco" é um mito. O leite materno é uma substância dinâmica e personalizada, produzida pela mãe de acordo com as necessidades específicas do seu bebê. A crença na fraqueza do leite pode, muitas vezes, ser desmistificada pela compreensão da incrível capacidade do corpo materno em fornecer exatamente o que é essencial para o crescimento saudável do bebê.

O leite materno contém água, proteínas, gorduras, carboidratos, vitaminas e minerais. No estudo de Zago; Maciel (2020), a análise do conhecimento das puérperas sobre a composição do leite materno revelou uma perspectiva encorajadora. Surpreendentemente, 85% das entrevistadas expressaram a convicção de que o leite materno não pode ser considerado "fraco", rompendo com a crença na sua suficiência para atender às necessidades do bebê. Essa maioria reflete uma compreensão fundamentada na realidade da natureza adaptativa do leite materno, produzido sob medida para as demandas específicas de cada criança. No entanto, é interessante notar que 15% das puérperas ainda aderem à teoria do leite fraco, indicando a persistência de algumas crenças mitológicas que talvez mereçam uma abordagem educacional mais aprofundada para promover uma compreensão mais abrangente e embasada sobre o assunto.

Identificando a composição do leite materno por meio do conhecimento das mulheres, parte-se por conhecer o que a literatura traz sobre os benefícios do leite

materno exclusivo no desenvolvimento infantil. Conforme Teixeira *et al.* (2019), a infância é uma fase crucial em que a alimentação desempenha um papel fundamental para garantir o crescimento e o desenvolvimento adequado das crianças.

Embora o aleitamento materno seja reconhecido por sua miríade de benefícios que se estendem para a criança, a mulher, a família, a sociedade e até mesmo o meio ambiente, é interessante observar que, a partir dos discursos das puérperas encontradas no estudo de Teixeira *et al.* (2019), as ênfases recaíram principalmente nos aspectos relacionados à saúde da criança. Enquanto esses benefícios são indiscutivelmente necessários, essa perspectiva pode indicar uma oportunidade de ampliar a conscientização sobre os impactos abrangentes do aleitamento materno.

É importante reconhecer o impacto do valor social associado ao aleitamento materno, que muitas vezes impõe às mulheres uma sensação de obrigação, transformando esse ato em uma expressão concreta de amor materno. Zago; Maciel (2020) referem em sua pesquisa que ao explorar a percepção das puérperas sobre os benefícios do aleitamento materno, emerge uma interessante diversidade de opiniões. A maioria expressa a crença de que a nutrição e a imunidade oferecidas ao bebê são os principais ganhos proporcionados por essa prática, totalizando 60% das entrevistadas. Outro aspecto notável, mencionado por 54% das participantes, é a importância do vínculo emocional entre mãe e filho fortalecido pela amamentação. Por outro lado, é interessante observar que apenas uma minoria, representando 20%, associa a amamentação à prevenção da gravidez. Essa variedade de percepções destaca a complexidade das visões sobre o aleitamento materno, revelando a necessidade de abordagens personalizadas ao discutir seus benefícios para melhor atender às preocupações e valores individuais das mães.

Identificando os benefícios do aleitamento materno, buscou-se conhecer o que dificulta as puérperas a amamentar. Lima; Sant; Gasquez (2022) mencionam que a decisão de não amamentar, conforme percebida pela sociedade, pode ser erroneamente interpretada como uma suposta incapacidade na arte da maternidade, culminando em julgamentos que rotulam a mãe como irresponsável. Essa pressão social pode criar um ambiente desafiador para as mulheres, destacando a necessidade de uma abordagem mais compreensiva que respeite as escolhas individuais, considerando que a maternidade é multifacetada e que o amor e cuidado

pelos filhos podem se manifestar de várias maneiras, para além do método de alimentação escolhido.

Sabe-se que as dificuldades em relação a aumentar a prevalência do AME ou promover o incentivo ao aleitamento materno são vários, entre elas citam-se o conhecimento sobre a importância do leite materno. Além destas dificuldades, crenças, costumes e hábitos familiares também são influências para que o aleitamento não ocorra. No estudo desenvolvido por Pastorelli *et al.* (2019), a família e a comunidade que cerca a nutriz é o maior obstáculo que se tem para dar continuidade ao aleitamento materno. Logo, a influência exercida pela família e amigos para a nutriz frente ao aleitamento materno se torna uma barreira para que esta possa dar prosseguimento.

Observa-se que algumas mulheres podem enfrentar dificuldades como dor durante a amamentação, problemas de pega do bebê, questões relacionadas à produção de leite e até mesmo questões emocionais. Lima; Sant; Gasquez (2022), em estudo, evidenciaram que as mulheres no momento da amamentação refletem angústias e desconhecimento quanto aos aspectos dificultadores da amamentação, causando assim desestímulo e, principalmente, insegurança no que tange ao processo de amamentar, além de desesperança por não conseguir dar a mama ao filho. Assim, os benefícios para a amamentação ficam quase que imperceptíveis pelo baixo conhecimento do aleitamento materno.

1.4 Considerações Finais

A importância de desmistificar concepções equivocadas sobre o aleitamento materno exclusivo é fundamental para promover a saúde materno-infantil. Reforçar as atividades de educação em saúde durante as consultas de pré-natal e no puerpério é uma abordagem essencial. Implementar estratégias que assegurem uma atenção integral e resolutiva à gestante não apenas empondera as futuras mães com conhecimento, mas também contribui para a promoção de práticas de amamentação saudáveis, resultando em benefícios duradouros para a saúde da mãe e do bebê.

Embora diante das dificuldades enfrentadas nos primeiros dias de vida da criança, é encorajador observar que as mães nos artigos, mesmo cogitando o abandono, persistem no aleitamento materno. Embora haja desafios na prática, o

conhecimento sobre os benefícios dessa prática parece ser um fator motivador importante.

Reforçar o suporte e a orientação nos momentos iniciais e fornecer às mães as ferramentas necessárias para superar as dificuldades e estabelecer uma amamentação bem-sucedida, pode contribuir significativamente para a promoção da saúde infantil e o fortalecimento do vínculo entre mãe e filho.

Conclui-se que este estudo emerge como uma ferramenta valiosa e esclarecedora, proporcionando elementos essenciais sobre os benefícios do processo de amamentação. É necessário que profissionais de saúde, envolvidos na assistência à puérpera, considerem cuidadosamente a avaliação para amamentação, identificando para estas mulheres os benefícios da amamentação.

1.5 Referências

BOTELHO, Louise de Lira Roedel; CUNHA, Cristiano Castro de Almeida; MACEDO, Marcelo. The integrative review method in organizational studies. **Rev Eletr Gestão Soc**, v. 5, n. 11, p. 121-36, 2011.

BRASIL. Ministério da Saúde. Estratégia Nacional para Promoção do Aleitamento Materno e Alimentação Complementar Saudável no Sistema Único de Saúde: **manual de implementação**. Brasília: Ministério da Saúde, 2015.

DIAS, Ernandes Gonçalves et al. Aleitamento materno na perspectiva de lactantes de uma unidade de saúde da família/Breastfeeding from the perspective of nursing mothers at a family health unit. **Journal of Nursing and Health**, v. 12, n. 1, 2022.

JUCHEM, Neiva Maria; MEDEIROS, Cássia Regina Gotler; FREITAS, Ana Luísa. Maternidade e trabalho: as empresas apoiam o cuidado à saúde materna e infantil? **Revista de APS**, v. 22, n. 3, 2019.

LIMA, Claudyohana Firmino Augusto; SANT, Adriana; GASQUEZ, Ana. Avaliação nutricional de crianças em amamentação exclusiva. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 13, p. e327111335526-e327111335526, 2022.

MENDES, Karina Dal Sasso; SILVEIRA, Renata Cristina de Campos Pereira; GALVÃO, Cristina Maria. Uso de gerenciador de referências bibliográficas na seleção dos estudos primários em revisão integrativa. **Texto & Contexto-Enfermagem**, v. 28, p. e20170204, 2019.

MINAYO, Maria Cecília de Souza; GUERRIERO, Iara Coelho Zito. Reflexividade como éthos da pesquisa qualitativa. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 19, p. 1103-1112, 2014.

MOREIRA, Michelle Araújo *et al.* Manejo das consultoras em amamentação diante das intercorrências mamárias. **Saúde Coletiva (Barueri)**, v. 12, n. 80, p. 11290-11301, 2022.

PASTORELLI, Pernelle Paula Laurencine *et al.* Significados e experiências culturais em amamentação entre mulheres de dois países [Meaning and cultural experiences of breastfeeding among women from two countries][Significados y experiencias culturales en lactancia entre mujeres de dos países]. **Revista Enfermagem UERJ**, v. 27, p. 40605, 2019.

PERES, Janaine Fragnan *et al.* Percepções dos profissionais de saúde acerca dos fatores biopsicossocioculturais relacionados com o aleitamento materno. **Saúde em Debate**, v. 45, p. 141-151, 2021.

SOUZA, Ana Caroline Nogueira Moreira *et al.* Os benefícios da amamentação exclusiva na vida e saúde das crianças e sua genitora. In: **Anais Colóquio Estadual de Pesquisa Multidisciplinar (ISSN-2527-2500) & Congresso Nacional de Pesquisa Multidisciplinar**. 2021.

TAKEMOTO, Angélica Yukari *et al.* Prática do aleitamento materno exclusivo: conhecimento de gestantes. **Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR**, v. 27, n. 8, p. 4170-4182, 2023.

TEIXEIRA, Marizete Argolo *et al.* Cuidado às mulheres que vivenciam a amamentação e a terapia medicamentosa no período puerperal. **SALUSVITA**, v. 38, n. 2, p. 307-328, 2019.

ZAGO, Morgana Gris; MACIEL, Caroline Lima Zanatta. CONHECIMENTO ACERCA DA AMAMENTAÇÃO DE PUÉRPERAS INTERNADAS EM UM HOSPITAL PARTICULAR DE CASCAVEL-PR. **FAG JOURNAL OF HEALTH (FJH)**, v. 2, n. 3, p. 364-369, 2020.