



**A IMPORTÂNCIA DO ALEITAMENTO MATERNO NA PREVENÇÃO DA OBESIDADE INFANTIL:
 UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA**

***THE IMPORTANCE OF BREASTFEEDING IN THE PREVENTION OF CHILD OBESITY: AN
 INTEGRATIVE LITERATURE REVIEW***

***LA IMPORTANCIA DE LA LACTANCIA MATERNA EN LA PREVENCIÓN DE LA OBESIDAD
 INFANTIL: UNA REVISIÓN INTEGRATIVA DE LA LITERATURA***

Mirelly Suenha de Araújo Costa Santos¹, Jerônimo Gregório da Silva Neto², Rosilane Gomes Mota¹, Sara Renata Proença de Oliveira¹, Nayara Nunes Gonçalves¹, Andréyna Dyovanna Cardoso³, Ana Lourdes dos Reis Silva¹, Maria do Desterro Claudino Rodrigues⁴, José Augusto Freitas Santos⁴, Carlos Henrique Ribeiro Lima⁵

e412531

<https://doi.org/10.47820/recima21.v4i1.2531>

PUBLICADO: 01/2023

RESUMO

Este estudo tem como objetivo verificar através de um estudo de revisão integrativa, a importância do aleitamento materno para as crianças e apresentar os métodos de prevenção para as doenças crônicas não transmissíveis com foco na obesidade infantil. Na pesquisa foram inclusos artigos publicados nos últimos seis anos, entre o período de 2015 e 2021, no idioma português e inglês, compreendendo âmbitos de pesquisa de campo, e que contribuem com o tema sugerido. Foram encontrados 25 artigos na PubMed, 15 na SCIELO e 8 na LILACS, totalizando 48 estudos, desses artigos encontrados, apenas 06 artigos foram incluídos nesta pesquisa por relacionarem com a temática em questão. Conclui-se que o aleitamento materno pode ser um fator protetor na prevenção do sobrepeso e obesidade em crianças e adolescentes.

PALAVRAS-CHAVE: Aleitamento Materno. Obesidade Infantil. Prevenção.

ABSTRACT

This study aims to verify, through an integrative review study, the importance of breastfeeding for children, and to present prevention methods for chronic non-communicable diseases with a focus on childhood obesity. The research included articles published in the last six years, between 2015 and 2021, in Portuguese and English, comprising fields of field research, and that contribute to the suggested topic. 25 articles were found in PubMed, 15 in SCIELO and 8 in LILACS, totaling 48 studies, of these articles found, only 06 articles were included in this research because they relate to the topic in question. It is concluded that breastfeeding can be a protective factor in preventing overweight and obesity in children and adolescents.

KEYWORDS: Breastfeeding. Child Obesity. Prevention.

RESUMEN

Este estudio tiene como objetivo verificar, a través de un estudio de revisión integradora, la importancia de la lactancia materna para los niños, y presentar métodos de prevención de enfermedades crónicas no transmisibles con enfoque en la obesidad infantil. La investigación incluyó artículos publicados en los últimos seis años, entre 2015 y 2021, en portugués e inglés, que comprenden campos de investigación de campo, y que contribuyen al tema sugerido. Se encontraron 25 artículos en PubMed, 15 en SCIELO y 8 en LILACS, totalizando 48 estudios, de estos artículos encontrados, solo 06 artículos fueron incluidos en esta investigación por relacionarse con el tema en

¹ Nutricionista pela Faculdade Estácio de Teresina.

² Nutricionista. Pós-graduado em Nutrição Clínica Hospitalar e Ambulatorial. Residente do programa de Residência Multiprofissional em Ciência, Tecnologia e Saúde (CTS) pela Universidade de Brasília (UnB).

³ Nutricionista. Pós-Graduanda em Docência do Ensino Superior pela Faculdade UNIEDUCACIONAL.

⁴ Estudante de Nutrição pela Faculdade Estácio de Teresina.

⁵ Docente da Faculdade Estácio de Teresina.



RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

A IMPORTÂNCIA DO ALEITAMENTO MATERNO NA PREVENÇÃO DA OBESIDADE INFANTIL:
UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

Mirelly Suenha de Araújo Costa Santos, Jerônimo Gregório da Silva Neto, Rosilane Gomes Mota,
Sara Renata Proença de Oliveira, Nayara Nunes Gonçalves, Andréyna Dyovanna Cardoso, Ana Lourdes dos Reis Silva,
Maria do Desterro Claudino Rodrigues, José Augusto Freitas Santos, Carlos Henrique Ribeiro Lima

cuestión. Se concluye que la lactancia materna puede ser un factor protector en la prevención del sobrepeso y la obesidad en niños y adolescentes.

PALABRAS CLAVE: *Lactancia Materna. Obesidad Infantil y. Prevención.*

INTRODUÇÃO

A obesidade infantil tornou-se um problema de saúde pública, tratando-se de uma doença crônica não transmissível caracterizada pelo aumento do peso corporal e acúmulo de tecido adiposo, podendo também ser de origem multifatorial, incluindo, fatores genéticos, socioeconômicos, biológicos, psicológicos e ambientais. A obesidade é preocupante não apenas pelas comorbidades que podem surgir pelo excesso de peso, mas também pela piora da qualidade de vida das crianças obesas em relação às crianças que não estão acima do peso. (LIBRELÃO; DINIZ, 2017; LINHARES *et al.*, 2016).

Em todo o mundo, inclusive no Brasil, a obesidade infantil é um dos principais fatores que põe em risco o futuro das crianças e um dos mais urgentes desafios a serem enfrentados pelo poder público e pela sociedade em geral. Os dados sobre obesidade infantil são tão alarmantes que a Organização Mundial da Saúde (OMS) estima que, em 2025, o número de crianças obesas no planeta chegue a 75 milhões. Os registros do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) apontam que uma em cada grupo de três crianças, com idade entre cinco e nove anos, está acima do peso no País. As notificações do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional, de 2019, revelam que 16,33% das crianças brasileiras entre cinco e dez anos estão com sobrepeso; 9,38% com obesidade; e 5,22% com obesidade grave. Em relação aos adolescentes, 18% apresentam sobrepeso; 9,53% são obesos; e 3,98% têm obesidade grave (SILVA, 2019).

Amamentação ou aleitamento é a alimentação de bebês e crianças pequenas com leite produzido pelas mamas de uma mulher. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS) a amamentação deve iniciar ainda na sala de parto na primeira hora de vida, ser mantidos na forma de aleitamento materno exclusivo (AME) até os seis meses de vida, sem adição de qualquer outro tipo de alimento que não seja leite materno, podendo ser dado como suplemento alimentar até os dois anos de idade ou mais de idade. (DE ANDRADE, 2015). A amamentação deve ser estimulada, pois cada mamada é considerado uma vacina para o bebê (OLIVEIRA; FANARO, 2015).

O leite materno é completo, pois na sua composição contém quantidades necessárias e suficientes de água, carboidratos, lipídios, proteínas, vitaminas e minerais para o desenvolvimento adequado dos lactentes. Além do que é prático, isento de bactérias e contém grande quantidade de fatores imunológicos que protegerão a criança por boa parte de sua infância. (NUNES, 2015).

O leite materno passa por três fases. Todas elas são importantes e têm características próprias. Colostro: composto por proteína e imunoglobulinas. Leite de transição: composto por menos proteína, mais gordura e carboidratos. Leite maduro: composto por gorduras e nutrientes. A alimentação nos primeiros anos de vida está diretamente ligada com repercussões na saúde do



RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

A IMPORTÂNCIA DO ALEITAMENTO MATERNO NA PREVENÇÃO DA OBESIDADE INFANTIL:
UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

Mirelly Suenha de Araújo Costa Santos, Jerônimo Gregório da Silva Neto, Rosilane Gomes Mota,
Sara Renata Proença de Oliveira, Nayara Nunes Gonçalves, Andréyna Dyovanna Cardoso, Ana Lourdes dos Reis Silva,
Maria do Desterro Claudino Rodrigues, José Augusto Freitas Santos, Carlos Henrique Ribeiro Lima

indivíduo no futuro. (OLIVEIRA; FANARO, 2015)

Crianças obesas estão sujeitas a intenso estresse psicológico devido ao estigma social. Também são frequentes as complicações respiratórias, problemas ortopédicos, dermatológicos, imunológicos e hormonais. Por essa razão, é de grande importância realizar um acompanhamento do crescimento e desenvolvimento das crianças desde o nascimento e, principalmente, no primeiro ano de vida, que é quando se faz o desmame precoce e/ou introdução de alimentos de forma inadequada, tanto em quantidade quanto em qualidade. (OLIVEIRA; FANARO, 2015). Tendo como objetivo verificar através de um estudo de revisão integrativa a importância do aleitamento materno para as crianças, e apresentar os métodos de prevenção para as doenças crônicas não transmissíveis com foco na obesidade infantil.

MÉTODO

O estudo trata-se de uma revisão integrativa da literatura baseado em análise de dados retrospectivos de publicações científicas.

A revisão integrativa trata-se de um processo de pesquisa baseado em evidências científicas sobre o tema em questão, levando em consideração que uma revisão de literatura é uma seleção, escolha e análise dos estudos a serem adicionados em uma pesquisa científica, sucedendo uma leitura crítica de cada evidência científica encontrada (NASCIMENTO *et al.*, 2013).

A questão norteadora da pesquisa que guiou a elaboração da revisão literatura consistiu em “Como o aleitamento materno pode diminuir o risco da obesidade infantil?”.

Na pesquisa foram inclusos artigos publicados nos últimos seis anos, entre o período de 2015 a 2021, no idioma português e inglês, compreendendo âmbitos de pesquisa de campo, e que contribuem com o tema sugerido através das buscas feitas pelos descritores.

Foram excluídos artigos com publicações antecedentes ao ano de 2015, artigos que se expõem nas plataformas de pesquisa como artigos pagos, artigos publicados em outros idiomas. Foram excluídos também artigos de revisão, trabalhos de conclusão de curso, teses, dissertações, anais de congresso, capítulos de livro e artigos que posteriormente a leitura não contribuíram com o tema sugerido através das buscas feitas pelos descritores.

A coleta de dados para esta revisão foi feita online por meio de busca avançada de artigos científicos nas bases de dados Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), *Scientific Electronic Library Online* (SciELO) e PubMed a partir do tema abordado.

Após a busca norteadora pelos critérios de inclusão e exclusão, foi realizada a leitura do título e do resumo de cada artigo científico a fim de verificar a sua adequação com a questão norteadora da presente investigação.

Para a busca dos estudos primários nas respectivas bases de dados foram utilizados os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) em português “Aleitamento materno” E “Obesidade infantil” OU “Prevenção da obesidade infantil”, em inglês “*Breastfeeding*” AND “*Child obesity*” OR “



RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

A IMPORTÂNCIA DO ALEITAMENTO MATERNO NA PREVENÇÃO DA OBESIDADE INFANTIL:
UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA
Mirelly Suenha de Araújo Costa Santos, Jerônimo Gregório da Silva Neto, Rosilane Gomes Mota,
Sara Renata Proença de Oliveira, Nayara Nunes Gonçalves, Andréyna Dyovanna Cardoso, Ana Lourdes dos Reis Silva,
Maria do Desterro Claudino Rodrigues, José Augusto Freitas Santos, Carlos Henrique Ribeiro Lima

"Prevention of childhood obesity", conforme apresentado na **Tabela 1**. Após a definição dos termos de busca, definiu-se o operador booleano E, AND e OU, OR combinado em diferentes estratégias com a finalidade de garantir uma busca ampla.

Tabela 1 – Estratégia de busca dos artigos nas bases de dados

DeCS (BASE DE DADOS): LILACS, SCIELO e PUBMED	
Descritores controlados	Estratégia de busca com operador booleano
Aleitamento materno	Aleitamento materno" E "Obesidade infantil" OU "Prevenção da obesidade infantil", em inglês " <i>Breastfeeding</i> " AND " <i>Child obesity</i> " OR " <i>Prevention of childhood obesity</i> ".
Obesidade Infantil	
Prevenção	

Os resultados da seleção realizada foram apresentados por meio de Tabelas contendo a identificação dos Autores/Ano, objetivo do estudo, tipo de estudo, resultados e conclusão. Essas tabelas deram subsídios para construção da categoria temática a ser discutida.

RESULTADO E DISCUSSÃO

Após a realização das buscas com os descritores, foram encontrados 25 artigos na PubMed, 15 na SCIELO e 8 na LILACS, totalizando 48 estudos, desses artigos encontrados, apenas 06 artigos foram incluídos nesta pesquisa por relacionarem com a temática em questão. Na tabela 2, são apresentados os dados referentes aos artigos analisados. Observa-se que a maioria são estudos do tipo transversal com ano de publicação entre 2015 e 2021, trazendo dados recentes acerca dessa temática.

Tabela 2: Descrição dos estudos incluídos na presente revisão.

Autores/Ano	Objetivo do estudo	Tipo de estudo	Resultados	Conclusão
Ma <i>et al.</i> (2020)	Este estudo teve como objetivo examinar a associação entre amamentação e obesidade infantil.	Estudo Transversal	A prevalência geral de obesidade, obesidade central e gordura corporal elevada foi de 12,3%, 9,9% e 8,1%, respectivamente. O aleitamento materno exclusivo foi associado a menores chances de obesidade e gordura corporal elevada (OR 0,60, IC 95% [0,43, 0,84]) em comparação com alimentação com fórmula exclusiva.	A amamentação pode ser um fator protetor para obesidade e alto teor de gordura corporal em crianças de 9 a 11 anos de 12 países.



RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR

ISSN 2675-6218

A IMPORTÂNCIA DO ALEITAMENTO MATERNO NA PREVENÇÃO DA OBESIDADE INFANTIL:
UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

Mirelly Suenha de Araújo Costa Santos, Jerônimo Gregório da Silva Neto, Rosilane Gomes Mota, Sara Renata Proença de Oliveira, Nayara Nunes Gonçalves, Andréyna Dyovanna Cardoso, Ana Lourdes dos Reis Silva, Maria do Desterro Claudino Rodrigues, José Augusto Freitas Santos, Carlos Henrique Ribeiro Lima

<p>Pattison <i>et al.</i> (2019)</p>	<p>Entender as associações entre amamentação e resultados de saúde, incluindo peso da criança, até os 3 anos de idade.</p>	<p>Estudo prospectivo longitudinal</p>	<p>Crianças amamentadas, em comparação com crianças não amamentadas, apresentaram sobrepeso (23,5% vs.37,8%; $p = 0,032$) ou obesidade (9,1% vs. 21,6%; $p = 0,012$) aos 3 anos de idade. A duração do aleitamento materno foi associada negativamente com sobrepeso / obesidade (nunca amamentou: 37,8%, 0-6 meses: 26,9%, > 6 meses: 20,2%; $p = 0,020$) e obesidade (nunca amamentou: 21,6%, 06 meses: 11,0%, > 6 meses:7,3%; $p = 0,012$).</p>	<p>Os resultados do estudo sugerem um efeito protetor da amamentação desde o sobrepeso / obesidade infantil, como crianças que receberam o leite materno por 6 meses ou mais apresentou menor chance de sobrepeso / obesidade aos 3 anos.</p>
<p>Specht <i>et al.</i> (2018)</p>	<p>Investigar se a duração do aleitamento materno exclusivo estava associada com <i>pickiness</i> ou ingestão dietética de vegetais, frutas, alimentos ricos em amido ou bebidas adoçadas com açúcar entre crianças com peso normal com tendência à obesidade com idade entre 2 e 6 anos.</p>	<p>Estudo de coorte</p>	<p>Os dados mostraram menor chance de comportamento alimentar exigente quando amamentado exclusivamente até a idade de 4-5 meses em comparação com amamentado exclusivamente por 0-1 mês (OR = 0,35, IC95 = 0,16; 0,76, $p = 0,008$). Apenas na análise bruta, amamentar exclusivamente até a idade de 6 a 10 meses foi associado a um maior consumo diário de vegetais ($p = 0,04$).</p>	<p>Este estudo sugere que a duração da amamentação exclusiva parece influenciar a seletividade e pode contribuir para facilitar o consumo de mais vegetais no final da infância em crianças com peso normal e propensas à obesidade.</p>
<p>Rito <i>et al.</i> (2019)</p>	<p>Investigar a associação de fatores da infância, a saber, mama, alimentação, aleitamento materno exclusivo e peso ao nascer, com obesidade infantil.</p>	<p>Estudo transversal</p>	<p>As maiores taxas de prevalência de obesidade foram observadas na Espanha (17,7%), Malta (17,2%) e Itália (16,8%). O Tajiquistão teve a maior porcentagem de crianças que foram amamentadas por ≥ 6 meses (94,4%) e amamentado exclusivamente por ≥ 6 meses (73,3%). Na França, Irlanda e Malta, apenas cerca de 1</p>	<p>Este trabalho confirma o efeito benéfico da amamentação contra obesidade, que aumentava se as crianças nunca tivessem sido amamentadas ou amamentadas.</p>



RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR

ISSN 2675-6218

A IMPORTÂNCIA DO ALEITAMENTO MATERNO NA PREVENÇÃO DA OBESIDADE INFANTIL:
UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

Mirelly Suenha de Araújo Costa Santos, Jerônimo Gregório da Silva Neto, Rosilane Gomes Mota, Sara Renata Proença de Oliveira, Nayara Nunes Gonçalves, Andréyna Dyovanna Cardoso, Ana Lourdes dos Reis Silva, Maria do Desterro Claudino Rodrigues, José Augusto Freitas Santos, Carlos Henrique Ribeiro Lima

			em 4 crianças foi amamentada por ≥ 6 meses. Itália e Malta mostraram o maior prevalência de obesidade entre crianças que nunca foram amamentadas (21,2%), seguido baixado pela Espanha (21,0%).	
Nascimento <i>et al.</i> (2016)	Investigar relações existentes entre excesso de peso em pré-escolares, duração do aleitamento materno e a idade de introdução de leite não materno.	Estudo transversal	A prevalência de risco de sobrepeso foi 18,9% e de excesso de peso (sobrepeso ou obesidade) de 9,3%. O IMC da criança evidenciou correlação direta com o peso ao nascer ($r=0,154$; $p<0,001$) e com o Índice de Massa Corporal (IMC) materno ($r=0,113$; $p=0,002$). A correlação foi inversa com a duração total do aleitamento materno ($r=-0,099$; $p=0,006$) e a idade de introdução de leite não materno ($r=-0,112$; $p=0,002$).	Quanto mais precoce a introdução de leite não materno, maior a correlação com excesso de peso na idade pré-escolar.
Wagner <i>et al.</i> (2021)	Investigar prevalência e duração de aleitamento materno (AM) e sua associação com sobrepeso / obesidade em escolares de 7-14 anos.	Estudo transversal	A prevalência de sobrepeso / obesidade foi de 34,2%. Nos grupos etários (7-10 e 11-14 anos), a prevalência foi 36,7% e 29,8%, respectivamente. A chance de sobrepeso / obesidade nos escolares de 7-10 anos foi menor entre aqueles que foram amamentados (OR = 0,54; IC95% 0,33-0,88), comparando com os nunca amamentados.	AM por pelo menos seis meses foi associado com menor chance de sobrepeso / obesidade para escolares de 7 a 10 anos. Não foi observada associação para o grupo 11-14 anos.

Fonte: SCIELO, LILACS E PUBMED.

Os estudos incluídos na presente revisão mostraram o aleitamento materno como fator protetor do sobrepeso e obesidade. Assim como no estudo de Ma *et al.*, (2020) mostrou a amamentação sendo um fator protetor para a obesidade geral infantil como também para alto teor de gordura corporal em crianças de 9 a 11 anos de idade.

Pattison *et al.* (2019), relatam que crianças que receberam leite materno por mais de seis meses também tiveram menores chances de sobrepeso ou obesidade aos 3 anos de idade, levando



RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

A IMPORTÂNCIA DO ALEITAMENTO MATERNO NA PREVENÇÃO DA OBESIDADE INFANTIL:
UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

Mirelly Suenha de Araújo Costa Santos, Jerônimo Gregório da Silva Neto, Rosilane Gomes Mota,
Sara Renata Proença de Oliveira, Nayara Nunes Gonçalves, Andréyna Dyovanna Cardoso, Ana Lourdes dos Reis Silva,
Maria do Desterro Claudino Rodrigues, José Augusto Freitas Santos, Carlos Henrique Ribeiro Lima

em conta que a duração da amamentação pode estar relacionada a menos doenças agudas aos seis meses de idade e doenças diarreicas e episódios de constipação em seis e doze meses.

Na pesquisa de Specht *et al.*, (2018) descobriu-se que a duração da amamentação influencia a seletividade na infância, facilitando o consumo de mais vegetais, ou seja, o aleitamento materno nos primeiros 6 meses reduz as chances de um comportamento alimentar exigentes, em comparação com crianças amamentadas exclusivamente por 0-1 mês.

Rito *et al.*, (2019) no seu estudo em 22 países da Região Europeia, ao observar as características do nascimento, práticas de amamentação (gerais e exclusivas) e risco de obesidade infantil, mostrou que em todos os países mais de 77% das crianças foram amamentadas, com exceção dos países França, Irlanda e Malta, onde foi observada uma maior prevalência (21,2%), de obesidade em crianças que nunca foram amamentadas ou foram amamentadas por menos de 6 meses.

De acordo com Nascimento *et al.*, (2016) crianças menores de dez anos tinham mais chance de desenvolver sobrepeso quando a mãe também tinha sobrepeso, e que o aleitamento materno não exclusivo por um período inferior a seis meses pode aumentar o risco de sobrepeso. Entretanto a introdução do leite não materno antes dos seis meses pode determinar um risco elevado de sobrepeso em crianças com idade pré-escolares.

Para Wagner *et al.*, (2021) a associação entre a amamentação e sua duração em escolares de 7 a 10 anos de idade, que foram amamentados por pelo menos seis meses ou mais, tiveram menor chance de sobrepeso/obesidade, em comparação aos que nunca foram amamentados. Porém não foi encontrada nenhuma associação entre aleitamento materno e sobrepeso/obesidade em escolares de 11 a 14 anos. Ainda no trabalho de Wagner *et al.*, (2021) fazem a observação sobre ações como a Estratégia Amamenta e Alimenta Brasil para continuar com suas campanhas sobre aleitamento materno exclusivo até os seis meses e complementado até os dois anos de idade.

Segundo o site do Ministério da Saúde a "Estratégia Nacional para Promoção do Aleitamento Materno e Alimentação Complementar Saudável no SUS - Estratégia Amamenta e Alimenta Brasil (EAAB)", lançada em 2012, e tem como objetivos qualificar as ações de promoção, de proteção e de apoio ao aleitamento materno e a alimentação complementar saudável para crianças menores de dois anos de idade, além de aprimorar as competências e habilidades dos profissionais de saúde para a promoção, proteção e apoio ao aleitamento materno e a alimentação complementar como atividade de rotina.

Em todos os artigos verificou-se que a duração da amamentação materna por um período de seis meses ou mais, ajuda a prevenir o risco de sobrepeso e obesidade em crianças. Os estudos mostraram que o risco do aumento de peso da criança pode estar também relacionado ao sobrepeso da mãe, também foi verificado que crianças que foram amamentadas por mais de seis meses com leite materno tem mais facilidade em aceitar vegetais, e sendo menos exigentes com a alimentação.



RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

A IMPORTÂNCIA DO ALEITAMENTO MATERNO NA PREVENÇÃO DA OBESIDADE INFANTIL:
UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

Mirelly Suenha de Araújo Costa Santos, Jerônimo Gregório da Silva Neto, Rosilane Gomes Mota,
Sara Renata Proença de Oliveira, Nayara Nunes Gonçalves, Andréyna Dyovanna Cardoso, Ana Lourdes dos Reis Silva,
Maria do Desterro Claudino Rodrigues, José Augusto Freitas Santos, Carlos Henrique Ribeiro Lima

Verificamos então nessa pesquisa a importância do aleitamento materno para prevenção da obesidade infantil, podemos citar também a Golden Hour, o termo significa “hora de ouro” e representa a primeira hora da mãe com o seu recém-nascido após os nove meses de expectativa. Essa hora de ouro também é importante para a flora intestinal do recém-nascido, e para a amamentação na primeira hora de vida, trazendo inúmeros benefícios para a saúde de bebê e para a mãe (GIACOMIN, 2021).

CONCLUSÃO

Conclui-se que o aleitamento materno pode ser um fator protetor na prevenção do sobrepeso e obesidade em crianças. Nesse sentido, torna-se fundamental a execução de forma assídua de políticas voltadas para o incentivo ao aleitamento materno, no sentido de prevenir não somente o sobrepeso e obesidade, como também auxiliar na promoção da saúde.

O leite materno traz benefícios tanto a curto, quanto em longo prazo, e com certeza é um fator protetor para obesidade infantil e diversas outras doenças como, hipertensão, diabetes, dislipidemias. Crianças que são amamentadas recebem calorias e proteínas na quantidade adequada o que diminui as chances de desenvolverem a obesidade, além de aprenderem a ter uma melhor autorregulação da ingestão alimentar, como também, desenvolvem melhores hábitos alimentares. Contudo, mais estudos são necessários para esclarecer de fato quais são os mecanismos que levam o leite materno a proteger as crianças contra a obesidade.

REFERÊNCIAS

BRASIL. **Estratégia Amamenta e Alimenta Brasil é tema de oficina promovida pela SESAI.** Brasília: Governo Federal, s. d.

DE ANDRADE, Izabella Santos Nogueira. “Aleitamento materno e seus benefícios: primeiro passo para a promoção saúde.” **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, v. 27, n. 2, 2015.

DE OLIVEIRA, Maiara Fernandes; FANARO, Gustavo Bernardes. “Aleitamento materno na prevenção de sobrepeso, obesidade infantil e alergias.” **Rev Bras Nutr Clin**, v. 30, n. 4, p. 328-37, 2015.

GIACOMIN, Iria. “Reportagem Especialista alerta para a importância da ‘hora de ouro’ para o bebê.” **Unimed Vitoria**, 21 jul. 2021.

LIBRELÃO, Valéria Hemsing Dornelas; DINIZ, Jordânia Castanheira. “Aleitamento materno: efeito protetor face ao desenvolvimento de obesidade infantil”. **Revista Brasileira de Ciências da Vida**, v. 5, n. 2, 2017.

LINHARES, Francisca Michelli Medeiros et al. “Obesidade infantil: influência dos pais sobre a alimentação e estilo de vida dos filhos.” **Temas em saúde**, v. 16, n. 2, p. 460-481, 2016.

MA, Jian et al. “Amamentação e obesidade infantil: um estudo de 12 países.” **Nutrição materno-infantil**, v. 16, n. 3, p. e12984, 2020. doi: 10.1111 / mcn.12984.



RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

A IMPORTÂNCIA DO ALEITAMENTO MATERNO NA PREVENÇÃO DA OBESIDADE INFANTIL:
UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

Mirelly Suenha de Araújo Costa Santos, Jerônimo Gregório da Silva Neto, Rosilane Gomes Mota,
Sara Renata Proença de Oliveira, Nayara Nunes Gonçalves, Andréyna Dyovanna Cardoso, Ana Lourdes dos Reis Silva,
Maria do Desterro Claudino Rodrigues, José Augusto Freitas Santos, Carlos Henrique Ribeiro Lima

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Promoção da Saúde e da Alimentação Adequada e Saudável**. Brasília: Secretaria de Atenção Primária à Saúde, 2012.

NASCIMENTO, G. C. M *et al.* Saúde Mental no Sistema Único de Saúde: mapeamento das contribuições dos Centros de Atenção Psicossocial. **Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas**, São Paulo, v. 9, n. 2, p. 95-102, 2013.

NASCIMENTO, Viviane Gabriela et al. "Amamentação materna, introdução precoce de leite não materno e excesso de peso em pré-escolares" **Revista Paulista de Pediatria**, v. 34, ed. 4, p. 454-459, dez. 2016, <https://doi.org/10.1016/j.rppede.2016.05.002>.

NUNES, Leandro Meirelles. Importância do aleitamento materno na atualidade. **Boletim científico de pediatria**, Porto Alegre, v. 4, n. 3, p. 55-58, dez. 2015.

PATTISON, Krista L. *et al.* "Início e duração da amamentação e resultados de saúde infantil no primeiro estudo com bebês." **Preventive medicine**, v. 118, p. 1-6, 2019. doi:10.1016/j.ypmed.2018.09.020.

RITO, A. et al. "Associação entre características no nascimento, amamentação e obesidade em 22 países: A Iniciativa Europeia de Vigilância da Obesidade Infantil da OMS". **Fatos sobre obesidade**, v.12, n. 2, maio 2019. doi: 10.1159/000500425.

SILVA, Maria José. **Obesidade infantil desafia pais e gestores**. Goiania: Secretaria do Estado de Saúde Governo do Estado de Goiás, 2019.

SPECHT, Ina Olmer et al. "A duração da amamentação exclusiva pode estar relacionada ao comportamento alimentar e à ingestão dietética de crianças com peso normal e propensas à obesidade". **PloS one**, v. 13, n. 7, p. e0200388, jul. 2018. doi: 10.1371 / journal. pone.0200388.

WAGNER, Katia Jakovljevic et al. "Associação entre aleitamento materno e sobrepeso/obesidade em escolares de 7-14 anos" **Revista Paulista de Pediatria**, v. 39, 2021, <https://doi.org/10.1590/1984-0462/2021/39/2020076>.