

# ALEITAMENTO PROLONGADO: REVISÃO DE LITERATURA

MALLMANN, Amanda Laís ; UBERTI, Camila; MOTTER, Laura Milena;  
RODRIGUES, Natallya ; DE BONA, Lucine Furlan; ZANOTELLI, Silvana dos Santos.

## INTRODUÇÃO

O ato de amamentar é um processo fisiológico onde o leite materno possui todos os nutrientes necessários para o desenvolvimento adequado do bebê. O aleitamento materno é a primeira orientação de promoção à saúde dentre as práticas alimentares<sup>1</sup>. Esse processo proporciona diversos benefícios para o bebê, podendo ser notados, no estado nutricional, no aprimoramento do sistema imunológico e no desenvolvimento psíquico e emocional<sup>2</sup>. Além disso, há diversas vantagens para a lactante, dentre elas, evitar o câncer de mama e a proteção de uma nova gravidez devido a amenorreia e liberação hormonal durante a amamentação exclusiva nos primeiros seis meses de idade do lactente<sup>2</sup>. A amamentação é uma ação que influencia diretamente o vínculo entre mãe e filho<sup>2</sup>. É recomendado que o período de amamentação exclusiva seja até os seis meses de idade<sup>2</sup>. Porém, após esse tempo, aliado à uma alimentação complementar, é recomendado manter por dois anos ou mais, até ocorrer naturalmente o desmame<sup>2</sup>. O aleitamento materno complementar continua sendo fundamental no segundo ano de vida, a partir do fornecimento de nutrientes e no fortalecimento imunológico<sup>2</sup>. Durante esse período, a composição do leite materno se adapta conforme necessidades do lactente, logo, continua trazendo múltiplos benefícios para a nutriz e ao bebê<sup>3</sup>. Contudo, manter o aleitamento até essa idade, na maioria das vezes não é uma decisão fácil para as nutrizes. Essa deliberação envolve diversos fatores intrínsecos e extrínsecos para a mulher, como por exemplo as condições de saúde de ambos, fatores emocionais, rede de apoio, questões socioeconômicas, culturais e profissionais<sup>4</sup>. Cabe avaliar, e optar pela continuidade ou não da amamentação de acordo com os aspectos culturais e econômicos. O desmame geralmente ocorre de forma natural e gradual, dessa forma é menos estressante tanto para a mãe quanto para o bebê<sup>2</sup>.

## OBJETIVO

Descrever os fatores envolvidos na decisão de mulheres nutrizes no prolongamento da amamentação.

## MÉTODO

Trata-se de uma revisão narrativa de literatura, buscando responder a pergunta de pesquisa: O que tem sido publicado acerca do aleitamento materno prolongado e quais fatores envolvidos na decisão de mulheres nutrizes no prolongamento da amamentação. A busca pelos estudos foi realizada no mês de agosto de 2022, na plataforma Google Acadêmico a partir dos seguintes descritores: Amamentação and Lactação Prolongada. Foram incluídos estudos publicados nos últimos cinco anos que abordassem a temática pesquisada, disponíveis na íntegra, publicados em português, inglês ou espanhol entre os anos 2018 e 2022 após a leitura dos artigos. Foram selecionados cinco artigos que atendiam aos critérios inicialmente propostos. Foram excluídas teses, dissertações, monografias, editoriais, literaturas cinzentas, ou que não diziam respeito ao propósito deste estudo.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Através de leituras na íntegra de artigos e resumos, foram selecionados quatro títulos, que possuíam adesão ao objetivo proposto. A Organização Mundial da Saúde (OMS) e o Ministério da Saúde do Brasil recomendam aleitamento materno por dois anos ou mais, sendo exclusivo nos primeiros seis meses. Não há vantagens em se iniciar os alimentos complementares antes dos seis meses, podendo, inclusive, haver prejuízos à saúde da criança, pois a introdução precoce de outros alimentos está associada a aumento da diarreia; menor absorção de nutrientes importantes do leite materno, como o ferro e o zinco; risco de desnutrição e risco de obesidade.

Assim, de acordo com a OMS, a mortalidade por doenças infecciosas é seis vezes maior em crianças menores de dois meses não amamentadas naturalmente. Essa taxa diminui à medida que a criança cresce, mas ainda é o dobro no segundo ano de vida se comparada com bebês que não estão em amamentação prolongada. Segundo uma pesquisa da OMS, 500 ml de leite materno no segundo ano de vida fornece 95% das necessidades de vitamina C, 45% das de vitamina A, 38% das de proteína de alto valor biológico (com anticorpos) e 31% do total de energia (ou calorias) de que uma criança precisa diariamente. A opção pela manutenção da amamentação prolongada se dá por inúmeros fatores, entre eles, influências sociais e culturais. Mulheres que, durante as diferentes fases da vida, presenciaram suas mães amamentando por um período prolongado, tendem a repetir este comportamento. Diante disso, sabe-se que o ato de amamentar é composto por demandas construídas socialmente, reforçada a pela individualidade de cada mulher, visto que, como fato social não se restringe apenas como forma de alimentar um indivíduo, mas demonstra um modo de se comportar socialmente, envolvendo a complexidade do mundo social e os papéis assumidos pelas mulheres com seus atributos e expectativas. Sabe-se que além dos benefícios fisiológicos, têm-se vantagens emocionais, possibilita a proximidade e vínculo entre o binômio, com repercussões no desenvolvimento cognitivo e emocional infantil e implicações na saúde física e psíquica da nutriz.

## CONCLUSÃO OU CONSIDERAÇÕES FINAIS

Dessa forma, a amamentação tem uma grande influência da condição emocional da mãe e da sociedade da qual ela faz parte, e tem impactos positivos na prevenção da mortalidade infantil. Todo o suporte familiar e dos profissionais da saúde é importante para que o processo de amamentação não seja prejudicado. A base para a tomada de decisão para o prolongamento do aleitamento materno se dá a partir de motivações intrínsecas e transcendentais, sendo algo natural sem a necessidade de maiores incentivos. Ainda, a motivação do prolongamento do aleitamento materno deve ser assistido de forma efetiva, principalmente pelos inúmeros benefícios em que este é relacionado. Porém, sabe-se que muitos valores e crenças, especialmente em ambientes desfavoráveis a informações ou estímulos, refletem no desmame precoce. Dessa forma, mais pesquisas nesta temática podem estar auxiliando na identificação, na análise, assim como no reconhecimento das vulnerabilidades em que essas mães estão expostas e o que as levam a interromper ou prolongar o aleitamento materno.

## REFERÊNCIAS

- LIMA VF. A importância do aleitamento materno: uma revisão de literatura. 2017: 38p.
- 2 Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. 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, 2015.
- 3 Martínez- Poblete G, Ossa X. Motivações para o prolongamento da amamentação. Acta Paul Enferm. 2019 Nov 11:1-8
- 4 Ignatios, Mariana Nunes; Silva, Mariane Ferraz; Paes, Luciana Braz de Oliveira; Fabbro, Márcia Regina Cangiani Amamentação prolongada: fatores envolvidos na decisão de mulheres nutrizes. CuidArte, Enferm, Brasil, v. 15, n. 2, p. 205-213, jul./2021. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1367169>. Acesso em: 8 ago. 2022