

Os benefícios do aleitamento materno exclusivo até os seis meses de vida

The benefits of exclusive breastfeeding up to six months of age

Los beneficios de la lactancia materna exclusiva hasta los seis meses de edad

Lorraine Nascimento Teixeira Braga¹, Geisa Sereno Velloso da Silva², Marilei de Melo Tavares³, Mario Luiz Jacobino Ribeiro⁴, Rafaela Barboza Arantes⁵, Alessandra da Silva de Souza⁶

Como citar esse artigo. Braga, LNT. Silva, GSV. Tavares MM. Ribeiro, MLJ. Arantes, RB. Souza, AS. Os benefícios do aleitamento materno exclusivo até os seis meses de vida. Rev Pró-UniverSUS. 2025; 16(3):155-165.



Resumo

Introdução: Este estudo teve como objetivo sintetizar os dados disponíveis na literatura sobre a importância do aleitamento materno exclusivo até os seis meses de vida do bebê e o papel da equipe de enfermagem nesse processo. **Metodologia:** Trata-se de um estudo qualitativo, exploratório descritivo que foi realizado através de uma revisão integrativa de literatura, com intuito de compreender e discutir sobre qual a importância do aleitamento materno até os seis meses e o papel da equipe de enfermagem nesse processo. **Resultados:** Mostraram que a equipe de enfermagem tem a responsabilidade de incentivar o cuidado humanizado, garantindo que a assistência prestada seja respeitosa e acolhedora. **Discussão:** Os profissionais enfermeiros, desempenham um papel muito importante na promoção, ensino e definição do aleitamento materno, especialmente para jovens e primíparas. Problemas físicos como retenção de leite, inflamação da mama, obstrução dos ductos de leite, lesões nos mamilos, feridas mamárias, infecções e outros dificultam a amamentação. Essas condições muitas vezes levam à interrupção do aleitamento materno e ao início da fórmula com leite processado. A orientação profissional, reuniões de grupo, participação da família durante o período de amamentação, consultas de pré-natal, planos de intervenção baseados nas necessidades de treinamento e educação dos profissionais que atuam nesse processo, são estratégias valiosas para instruir e estimular o aleitamento. **Considerações Finais:** Nesse sentido, ressalta-se a relevância do papel do enfermeiro na viabilização da amamentação, devendo direcionar a prática educativa com o objetivo de diminuir as dificuldades, aprimorar as condições que facilitam a amamentação.

Palavras-chave: Aleitamento Materno; Lactentes; Nutrição.

Abstract

Introduction: This study aimed to synthesize the data available in the literature on the importance of exclusive breastfeeding until the baby's six months of life and the role of the nursing team in this process. **Methodology:** This is a qualitative, exploratory, descriptive study that was carried out through an integrative literature review, with the aim of understanding and discussing the importance of breastfeeding up to six months and the role of the nursing team in this process. **Results:** Showed that the nursing team has the responsibility to encourage humanized care, ensuring that the assistance provided is respectful and welcoming. **Discussion:** Professional nurses play a very important role in promoting, teaching and defining breastfeeding, especially for young people and primiparous women. Physical problems such as milk retention, breast inflammation, obstruction of the milk ducts, nipple injuries, breast wounds, infections and others make breastfeeding difficult. These conditions often lead to stopping breastfeeding and starting formula with processed milk. Professional guidance, group meetings, family participation during the breastfeeding period, prenatal consultations, intervention plans based on the training and education needs of professionals who work in this process, are valuable strategies to instruct and encourage breastfeeding. **Final Considerations:** In this sense, the relevance of the nurse's role in enabling breastfeeding is highlighted, and should direct educational practice with the aim of reducing difficulties and improving the conditions that facilitate breastfeeding.

Key words: Breastfeeding; Infants; Nutrition.

Resumen

Introducción: Este estudio tuvo como objetivo sintetizar los datos disponibles en la literatura sobre la importancia de la lactancia materna exclusiva hasta los seis meses de vida del bebé y el papel del equipo de enfermería en este proceso. **Metodología:** Se trata de un estudio cualitativo, exploratorio, descriptivo, que se realizó a través de una revisión integradora de la literatura, con el objetivo de comprender y discutir la importancia de la lactancia materna hasta los seis meses y el papel del equipo de enfermería en este proceso. **Resultados:** Demostraron que el equipo de enfermería tiene la responsabilidad de fomentar el cuidado humanizado, garantizando que la asistencia brindada sea respetuosa y acogedora. **Discusión:** Los profesionales de enfermería juegan un papel muy importante en la promoción, enseñanza y definición de la lactancia materna, especialmente en personas jóvenes y primíparas. Problemas físicos como retención de leche, inflamación de los senos, obstrucción de los conductos galactóforos, lesiones en los pezones, heridas en los senos, infecciones y otros dificultan la lactancia materna. Estas condiciones a menudo llevan a suspender la lactancia materna y comenzar a usar fórmula con leche procesada. La orientación profesional, las reuniones grupales, la participación familiar durante el período de lactancia materna, las consultas prenatales, los planes de intervención basados en las necesidades de capacitación y educación de los profesionales que actúan en este proceso, son estrategias valiosas para instruir e incentivar la lactancia materna. **Consideraciones finales:** En este sentido, se destaca la relevancia del papel del enfermero como posibilitador de la lactancia materna, debiendo orientar la práctica educativa con el objetivo de reducir las dificultades y mejorar las condiciones que facilitan la lactancia materna.

Palabras clave: Bebés; Lactancia Materna; Nutrición.

Afiliação dos autores:

¹Enfermeira pela UniVassouras, Vassouras, Rio de Janeiro, Brasil. Email: lorraine.bga@gmail.com ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-2637-3763>.

²Mestre em Enfermagem pela UFRJ. Docente do Curso de Enfermagem, UniVassouras, RJ, Brasil. E-mail: geisa.velloso@hotmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0304-8010>

³Doutora. Professor do Curso de Enfermagem, UniVassouras, RJ, Brasil. E-mail: marileimts@hotmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3276-0026>.

⁴Mestre. Professor do Curso de Enfermagem, UniVassouras, RJ, Brasil. E-mail: mlj30ribeiro@gmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2800-0232>.

⁵Enfermeira. Professora do Curso de Enfermagem, UniVassouras, RJ, Brasil. E-mail: rafaela-barboza@hotmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1627-6138>.

⁶Mestre. Professor do Curso de Enfermagem, UniVassouras, RJ, Brasil. E-mail: alesouza22@yahoo.com.br ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9009-9774>.

E-mail de correspondência: lorraine.bga@gmail.com

Recebido em: 08/12/23 Aceito em: 07/07/25

Introdução

Garantir a saúde infantil é um dos pilares da saúde pública. O Aleitamento Materno (AM) é a prática mais importante para promover e proteger a saúde infantil e pode reduzir significativamente as doenças evitáveis, como desnutrição e desidratação, e, portanto, a mortalidade infantil, continua sendo um problema gravíssimo no atual cenário de saúde do Brasil ¹.

Hoje, dez passos para o sucesso da amamentação são recomendados para estabelecer o que é considerado uma alimentação saudável para crianças. O Ministério da Saúde (MS) recomenda o Aleitamento Materno Exclusivo (AME) até os seis meses de idade sem adição de água, chá ou outros nutrientes além do leite materno. Após os seis meses de idade, a recomendação é a introdução lenta e gradual de outros alimentos, mantendo o aleitamento materno, idealmente até os dois anos de idade ou mais ².

O AM é uma prática muito importante para o binômio, mãe-filho, oferecendo uma oportunidade de conferir e usufruir dos benefícios para a saúde de ambos. Para os bebês, promove o desenvolvimento facial adequado, vocalização, respiração e deglutição e previne a morbidade e mortalidade infantil. Alguns autores associam o AM ao melhor desenvolvimento intelectual e melhores níveis educacionais e de renda na vida adulta ³.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) recomenda que a amamentação seja a única fonte de nutrição para bebê. Sem água ou outros líquidos até os seis meses de idade, após isso, outros alimentos sólidos e líquidos podem ser complementados para manter a amamentação até os dois anos de idade. Mesmo quando o AME é iniciado após o parto, muitas mães não amamentam ou complementam a amamentação nas primeiras semanas. Isso se deve a vários fatores, incluindo: O bebê tem dificuldade para mamar, mamilos achatados ou caídos, doloridos e pouca produção de leite. Além disso, fatores emocionais maternos, nível socioeconômico, escolaridade, incentivo familiar, verdadeiras intenções de amamentar e desconhecimento materno sobre o AM ⁴.

As consequências da alimentação complementar inadequada podem levar ao desmame precoce, sobrepeso, obesidade, alergias, doenças crônicas, diarreia, desnutrição, problemas gastrointestinais e respiratórios ^{5,6}.

A amamentação é influenciada por diversos fatores: Histórico familiar, estado emocional das mães que amamentam, apoio familiar e médico. Além disso, devemos enfatizar o bem-estar da mulher durante o processo de amamentação é de extrema importância para o AME, as inúmeras alterações fisiológicas, adaptações anatômicas e bioquímicas no período

gestacional. Por isso, devemos como profissionais da enfermagem conhecer a mulher em sua adaptação no período gravídico e de que forma podemos contribuir na promoção da saúde da mesma ^{7,8}.

A mulher é um ser social, influenciada por aspectos biológicos, psicológicos e espirituais, sendo estimulada pelo ambiente durante todo o seu ciclo vital, incluindo o processo de amamentação ⁹.

Nessa prática, a forma como ela responde aos estímulos caracteriza seu comportamento. Isso reflete o uso de mecanismos de enfrentamento e adaptações na amamentação. Para entender esses mecanismos, a teoria adaptativa sugerida por Callista Roy reconhece o ser humano como um sistema holístico adaptável. A adaptação se refere à forma como a mãe se ajusta ao processo de amamentação, considerando estímulos internos e externos ⁹.

O objetivo dos cuidados de enfermagem é auxiliar a nova mãe em todos os aspectos de adaptação. A enfermeira identificará o nível de adaptação da mãe e as capacidades de resistência, identificará as dificuldades, e intervirá onde for necessário para promover a adaptação da mãe. Desta forma, a integridade do recém-nascido é igualmente mantida ¹⁰.

A teoria da adaptação da Sister Callista Roy afirma que cada indivíduo constitui um sistema de adaptação ao meio e assim, no caso das mulheres grávidas, responde de forma eficaz aos estímulos que realizam as mudanças trazidas pela gravidez. De acordo com a teoria do propósito da enfermagem de facilitar o ajustamento a cada um dos quatro modos de ajustamento, os enfermeiros devem estar cientes do nível de ajustamento, resiliência individual e dificuldade, a fim de, promover a saúde de mulheres e crianças ¹¹.

É necessária uma visão holística e humana para que a prática assistencial seja bem executada, sendo que o cuidado prestado, quando avaliado com base nos processos normativos, o cuidado deve ser integral para o indivíduo, família e comunidade. Onde a ênfase está no processo de adaptação, incluindo a transição para a gravidez e a maternidade. Os enfermeiros devem encorajar as mulheres a desenvolver e maximizar o seu potencial no processo de transição da pré-gravidez para a gravidez ¹¹.

Diante do exposto, faz necessário compreender e discutir sobre qual a importância do AME até os seis meses e o papel da equipe de enfermagem nesse processo?

Na perspectiva de responder aos questionamentos, foram estabelecidos os seguintes objetivos: Sintetizar os dados disponíveis na literatura sobre a importância do AME até os seis meses de vida do bebê e o papel da equipe de enfermagem nesse processo; Identificar os problemas que as mães encontram para a prática da amamentação estabelecendo quais os desafios que as levam a abandonar tal prática e definir qual é atuação da

enfermagem em relação à prática do AM, e quais são as estratégias que podem contribuir para a manutenção do AM até o 6^o mês de vida.

Metodologia

Este estudo caracteriza em uma revisão de literatura sobre os benefícios do AM até os seis meses de vida. Isso ocorre porque o método acima está estruturado de uma forma muito peculiar. Além de ser uma das melhores formas de começar a trabalhar com essas correspondências, serviu para buscar semelhanças e diferenças entre os artigos e referências. Desta forma, torna-se possível uma compreensão mais profunda e melhor, lançando as bases para os fenômenos que queremos melhor conhecer^{12 13}.

A análise e síntese dos dados coletados durante a pesquisa foram analisadas de forma descritiva, com o objetivo de demonstrar as idiosincrasias das populações, fenômenos ou experiências. Este tipo de estudo promove relações entre as variáveis estudadas^{12 13}.

A revisão integrativa de literatura permite condensar pesquisas anteriores para que se possa extrair de forma geral o conhecimento científico onde se divide a população e a amostra em critérios de inclusão e exclusão^{12 13}. Portanto, os critérios de seleção para a inclusão de artigos são: artigos publicados em português sobre o assunto do fascículo e publicados na base de dados nos últimos 10 anos. Os critérios de exclusão foram artigos e palavras-chave irrelevantes ao tema anterior a 2013. A coleta de artigos ocorreu no final de 2022.

A investigação de natureza qualitativa atribui uma importância crucial à interpretação do pesquisador. Isso acontece porque o fenômeno estudado não se limita a um conjunto de informações restritas, em que o valor numérico é o único fator a ser levado em conta.¹³

Para o levantamento dos artigos, foi realizada uma busca nos seguintes bancos de dados: Google Acadêmico, Scielo, BIREME, LILACs. Os descritores foram os seguintes, com base nas suas combinações na língua portuguesa, “Aleitamento Materno”, “Lactentes” e “Nutrição” que resultaram em 70 artigos no banco de dados, 55 artigos foram selecionados, mas apenas 35 estavam relacionados ao tema. Os demais foram excluídos por não atenderem o objetivo da pesquisa. O tipo de pesquisa foi uma análise integrativa, qualitativa e descritiva com estudos publicados entre 2013 a 2022. Os critérios de inclusão foram artigos relacionados ao tema dentro deste corte temporal, artigos publicados que se encontravam disponíveis online na íntegra no banco de dados. Os critérios de exclusão foram artigos que não estavam disponíveis na íntegra, publicados fora do corte temporal e em língua estrangeira.

Resultados e Discussão

Com base na análise da literatura, apresentaremos classes que atendem aos objetivos estabelecidos neste estudo, incluindo três classes que visam alcançá-los, sendo elas: Importância do aleitamento materno e papel da enfermagem; Problemas e desafios encontrados para a não adesão à amamentação; Estratégias e atuação da enfermagem que promovem à adesão ao aleitamento materno exclusivo até o sexto mês de vida, 21 artigos estavam relacionados com as categorias proposta sendo proposta em um quadro organizado.

Obteve-se um total de três categorias neste estudo e iremos considerá-los abaixo através de um quadro importante para a estrutura deste trabalho.

Na primeira categoria, cujo tema é a importância do aleitamento materno e papel da enfermagem obtiveram dez (10) artigos relacionados com o tema, dentro da metodologia adotada. O tema aborda a promoção e suporte ao AM destacando como prioridades nas políticas de saúde pública. O profissional de enfermagem, que atua na atenção primária à saúde e é um educador comunitário, desempenha um papel crucial em estimular, instruir e esclarecer acerca da amamentação, sobretudo para as mães jovens e as primíparas.

Na segunda categoria, problemas e desafios encontrados para a não adesão à amamentação, obtiveram oito (8) artigos relacionados com o estudo. O tema aborda que os problemas que os bebês enfrentam para mamar com são diversos, tais como problemas físicos como a retenção de leite, a inflamação da mama, a obstrução dos canais de leite, lesões nos mamilos, inflamação mamária, infecções, entre outros. Estas condições frequentemente resultam na interrupção da amamentação e no início precoce do uso de fórmulas e leites industrializados, muitas vezes influenciados por profissionais de saúde e familiares que seguem suas práticas culturais e sociais.

Na terceira categoria, estratégias e atuação da enfermagem que promovem à adesão ao aleitamento materno exclusivo até o sexto mês de vida, obtiveram seis (6) artigos dentro do tema proposto. Verificou-se que as principais estratégias utilizadas pela enfermagem para estimular a amamentação são: As instruções fornecidas pelos profissionais baseadas em evidências científicas confiáveis, a realização de encontros em grupo para facilitar a troca de experiências entre as lactantes, a participação da família durante o período de amamentação como fator crucial, as influências culturais e sociais, as visitas pós-parto, as estratégias de intervenção por telefone e mídia para encorajar a amamentação e a relevância da capacitação e educação em saúde dos profissionais que trabalham no pré e pós-parto.

Quadro 1. Quadro de caracterização da pesquisa em categorias.

nº	Título	Ano	País	Delineamento de Pesquisa	Objetivo
1	A Importância do Aleitamento Materno nos Seis Primeiros Meses de Vida do Recém Nascido	2020	Brasil	Revisão integrativa de Literatura	Apontar a importância do aleitamento materno nos primeiros meses de vida do recém-nascido.
2	Benefícios e importância do aleitamento materno	2014	Brasil	Estudo Bibliográfico	Propor um plano de ação para incentivar a amamentação, determinante para aproximação entre mãe e filho, nas orientações oferecidas pelos profissionais.
3	Aleitamento materno exclusivo e fatores de interrupção precoce	2018	Brasil	Revisão Integrativa	Obter um profundo entendimento, baseando-se em estudos científicos anteriores, e responder à questão norteadora que investiga: Quais os fatores que levam à interrupção precoce do aleitamento materno exclusivo?
4	Importância da assistência de enfermagem para a promoção do aleitamento materno	2021	Brasil	Pesquisa exploratório/descritiva e bibliográfica por meio de revisão integrativa da literatura.	Dissertar sobre a importância da assistência em enfermagem para estimular a promoção ao aleitamento materno.
5	A importância do enfermeiro no aleitamento materno exclusivo para a evolução da criança	2020	Brasil	Revisão integrativa de bibliografia.	Descrever a importância do enfermeiro durante o aleitamento materno exclusivo para a evolução da criança.
6	Participação da equipe de enfermagem para o aleitamento materno: uma ação de educação em saúde	2021	Brasil	Pesquisa bibliográfica de abordagem qualitativa e caráter descritivo.	Descrever contribuições da equipe de enfermagem na orientação frente ao aleitamento materno.

Quadro 1 (cont.). Quadro de caracterização da pesquisa em categorias.

nº	Título	Ano	País	Delineamento de Pesquisa	Objetivo
7	Enfermagem e saúde da mulher: papel da enfermeira no aleitamento materno exclusivo até os seis meses de vida	2021	Brasil	Revisão integrativa	Ofertar informação a mulher sobre o aleitamento materno exclusivo, além de fortalecer os benefícios da amamentação para a mãe e a criança orientando sobre as técnicas de aleitamento e fatores que beneficiam nesse momento inicial de amamentar.
8	Importância da enfermagem frente à assistência primária ao aleitamento materno exclusivo na atenção básica	2020	Brasil	Pesquisa bibliográfica de revisão integrativa de literatura.	Verificar a prática dos profissionais de enfermagem relacionada ao aleitamento materno, no período gravídico e puerperal especificamente.
9	A importância do enfermeiro no incentivo ao aleitamento materno exclusivo até o sexto mês	2020	Brasil	Revisão bibliográfica	Mostrar a importância do papel do enfermeiro no incentivo e ao aleitamento materno exclusivo nos seis primeiros meses de vida da criança.
10	Desafios e potencialidades encontradas pelas nutrizes ao amamentar	2019	Brasil	Pesquisa foi de abordagem qualitativa e descritiva, com o uso da Teoria Fundamentada nos Dados (TFD). Para a coleta de dados utilizou-se um questionário com questões abertas e fechadas.	Desvelar os desafios e potencialidades encontradas pelas nutrizes ao amamentar durante os seis primeiros meses de vida do lactente.
11	Práticas de enfermeiros e a influência sociocultural na adesão ao aleitamento materno	2021	Brasil	Estudo qualitativo que utilizou referencial metodológico da Teoria Fundamentada nos Dados. Obteve-se a participação de nutrizes e enfermeiros, totalizando 19 pessoas.	Descrever os saberes e práticas de enfermeiros da atenção primária em saúde quanto às intervenções para a promoção da amamentação.

Quadro 1 (cont.). Quadro de caracterização da pesquisa em categorias.

nº	Título	Ano	País	Delineamento de Pesquisa	Objetivo
12	Dificuldades iniciais com a técnica da amamentação e fatores associados a problemas com a mama em puérperas	2017	Brasil	Estudo Transversal	Identificar a prevalência de condições indicativas de dificuldades iniciais com a técnica da amamentação e verificar os fatores associados com a presença de problemas na mama em puérperas em maternidades de Hospitais Amigos da Criança.
13	Apresentar a importância do aleitamento materno exclusivo para mãe, o desenvolvimento do bebê e as atribuições da enfermagem	2021	Brasil	Revisão Integrativa de Literatura	Compreender a importância do aleitamento materno de forma exclusiva até o 6º mês de vida da criança, os benefícios para a saúde materna, os fatores que levam ao desmame precoce e conhecer qual o papel da equipe de enfermagem nesse processo.
14	Fatores que influenciam na adesão ao aleitamento materno exclusivo: uma revisão integrativa da literatura	2021	Brasil	Pesquisa bibliográfica do tipo integrativa.	Analisar a produção científica disponível na literatura sobre os fatores que dificultam o aleitamento materno exclusivo.
15	Identificar as dificuldades da amamentação no puerpério imediato em uma maternidade do seridó potiguar	2019	Brasil	Estudo observacional transversal e quantitativa com abordagem descritiva e analítica.	Analisar as dificuldades da amamentação no puerpério imediato, fatores que afetam direto ou indiretamente o aleitamento materno.
16	Estratégias de atuação da enfermagem para promoção do aleitamento materno	2021	Brasil	Revisão integrativa da literatura	Identificar as estratégias de atuação da enfermagem para promoção do aleitamento materno.

Quadro 1 (cont.). Quadro de caracterização da pesquisa em categorias.

nº	Título	Ano	País	Delineamento de Pesquisa	Objetivo
17	Assistência de enfermagem para promoção do aleitamento materno nas Estratégias Saúde da Família em um município do norte de Minas Gerais	2022	Brasil	Estudo descritivo de abordagem qualitativa com dados coletados entre agosto e setembro de 2021, por meio de entrevista semiestruturada e analisados por meio da técnica de Análise Temática.	Investigar a assistência de enfermagem para promoção do aleitamento materno nas Estratégias Saúde da Família de um município do norte de Minas Gerais.
18	A importância da assistência do enfermeiro das práticas educativas no aleitamento materno	2020	Brasil	Revisão bibliográfica do tipo integrativa.	Descrever a importância das práticas educativas no aleitamento materno, identificar os benefícios para a saúde da mãe que amamenta, destacar a importância nutricional do leite materno para criança, e enfatizar as estratégias que colaboram para aumentar a adesão das mães no processo de amamentação.
19	Dificuldades no aleitamento materno e influência no desmame precoce	2014	Brasil	Estudo de coorte com amostra de 225 mães entrevistadas no puerpério mediato e no 15º, 30º, 60º, 120º e 180º dias após a alta, por telefone.	Verificar o tempo médio do aleitamento materno exclusivo (AME) de crianças nascidas em Hospital Amigo da Criança (IHAC) e correlacioná-lo com as variáveis: estado civil, idade materna, peso do bebê, dificuldades na amamentação e orientações recebidas.
20	Desafios e potencialidades na assistência de enfermagem no aleitamento materno	2019	Brasil	Estudo exploratório-descritivo, de abordagem qualitativa.	Caracterizar as principais dificuldades e potencialidades da assistência de enfermagem durante o período de aleitamento materno
21	Prevenção e cuidados frente às complicações mamárias relacionadas à amamentação na atenção primária à saúde	2019	Brasil	Estudo descritivo, de natureza qualitativa, relato de experiência	Descrever a experiência de ações educativas relacionadas a prevenção e cuidados frente as complicações mamárias referentes ao processo de amamentação.

Fonte. Pesquisa dos Autores.

Importância do aleitamento materno e papel da enfermagem

O AM pode aprimorar a qualidade de vida da família, visto que os bebês amamentados apresentam menor incidência de doenças, necessitam menos de cuidados médicos, internações e remédios, o que pode resultar em menor ausência dos pais e menor gasto financeiro e emocional. Ademais, após uma amamentação bem-sucedida, mães e filhos sentirão maior felicidade, o que refletirá nas interações familiares e, conseqüentemente, na qualidade de vida desses núcleos familiares¹⁴.

O AM é o alimento apropriado para as crianças durante os primeiros meses de vida, tanto em termos de nutrição e imunidade quanto no aspecto psicológico. Além disso, quando as mães vivenciam o ato de amamentar de forma positiva, ele fortalece o vínculo entre mãe e filho. O LM contém os nutrientes necessários para que a criança comece a vida de forma saudável e é fundamental para o lactente até os seis meses de vida, como alimento exclusivo. A partir daí, é necessário complementá-lo com outras fontes nutricionais até pelo menos os dois anos de idade¹⁵.

O LM apresenta uma composição nutricional equilibrada, contendo todos os nutrientes essenciais, como proteínas, carboidratos e lipídios. As proteínas presentes no LM desempenham diversas funções, pois contêm todos os aminoácidos necessários para proteção e transporte de hormônios e vitaminas. Além disso, a amamentação oferece uma excelente proteção, uma vez que a mãe produz anticorpos específicos para proteger o bebê contra os patógenos presentes em seu ambiente. Novos anticorpos são produzidos sempre que a mãe entra em contato com microrganismos prejudiciais ou quando amamenta, já que ocorre uma troca de microbiota da saliva do bebê para a mãe durante a amamentação. Isso estimula o sistema imunológico a produzir anticorpos que serão transmitidos ao filho nas próximas mamadas. Portanto, se o bebê for alimentado com leite artificial, ele terá apenas seus próprios anticorpos, que são produzidos em níveis baixos e possui um sistema imunológico imaturo, tornando-o altamente vulnerável a infecções¹⁶.

Evidências sugerem que a lactação promove o progresso craniofacial do bebê, previne problemas de articulação e subdesenvolvimento, além de promover conexão afetiva física, através do contato pele a pele, prevenindo hipotermia nas primeiras horas de vida¹⁷.

Entre os proveitos que a amamentação oferece para o bebê, ressaltam-se a defesa contra enfermidades alérgicas, a prevenção da desnutrição, de infecções digestivas, obesidade, cáries, redução da morbidade em recém-nascidos prematuros, além de ajudar na maturação do sistema gastrointestinal e no desenvolvimento psicomotor da criança. O LM estimula o crescimento de uma microbiota intestinal saudável, bem como o

desenvolvimento cerebral, além de incentivar a adoção de hábitos alimentares saudáveis¹⁸.

Pesquisas indicam que a equipe de enfermagem é responsável por incentivar o cuidado humanizado, assegurando respeito e acolhimento durante a assistência prestada. Para tanto, é fundamental que os profissionais considerem diferentes técnicas de cuidado, com o objetivo de minimizar desconfortos e proporcionar segurança e confiança à mãe no início da amamentação, tornando esse momento agradável e conveniente para mãe e filho. Estudos apontam ainda outros benefícios do aleitamento materno, como a prevenção de infecções gastrointestinais, respiratórias e urinárias, efeito protetor contra alergias e melhor adaptação a outros alimentos. A longo prazo, o AM pode contribuir para a prevenção de diabetes e linfomas, conforme destacam os autores¹⁹.

É fundamental destacar que o LM engloba todos os componentes essenciais para a saúde do bebê, como a água, proteínas, lactose, gorduras, minerais e vitaminas, em quantidades suficientes. O AME é capaz de prevenir diversas doenças, incluindo as respiratórias, gástricas e neurológicas, com destaque para a diarreia, que é comum em bebês que não são amamentados de forma adequada e apresentam a introdução precoce de outros alimentos nos primeiros meses de vida. Além disso, o AME reduz significativamente o risco de mortalidade infantil²⁰.

De maneira similar ao bebê, a lactação traz diversos ganhos para a saúde da genitora, já que esse ato fomenta a conexão afetiva entre mãe e filho, o que reduz as chances de interrupção prematura, além disso, a amamentação auxilia na recuperação do útero, reduzindo a probabilidade de hemorragia e anemia após o parto. O AM ainda favorece a perda de peso e diminui o risco de desenvolvimento, futuramente, de câncer de mama e ovário, enfermidades cardiovasculares e diabetes¹⁶.

A assistência prestada pela equipe de enfermagem deve abranger orientações sobre a forma correta de amamentar, incluindo instruções sobre a técnica apropriada, a posição e a forma correta de segurar o bebê. Além disso, é importante fornecer informações sobre os cuidados necessários para manter os mamilos secos, como deixá-los expostos ao ar livre ou à luz solar e trocar frequentemente os absorventes quando houver vazamento de leite²¹.

É inquestionável a importância de treinar o enfermeiro para enfrentar o problema do desmame prematuro. O enfermeiro deve enfatizar a promoção de atividades educacionais sobre o AM, desde o pré-natal até o pós-parto. Com um profissional bem preparado, é possível intervir prontamente em dificuldades que a mãe possa enfrentar. Ademais, é crucial utilizar novas tecnologias e estratégias para promover o êxito da amamentação, considerando o cenário atual que envolve

o AME²².

Problemas e desafios encontrados para a não adesão à amamentação

A prática da lactação feminina engloba fatores subjetivos e objetivos que vão desde os aspectos físicos e mentais até a compreensão e apoio dos entes queridos e a supervisão dos profissionais da área da saúde²³.

Frequentemente, as lactantes enfrentam vários obstáculos para amamentar, incluindo dificuldades fisiológicas como a congestão mamária, a inflamação da mama, a obstrução dos ductos de leite, feridas nos mamilos, abscesso mamário, infecções, entre outros. Essas condições muitas vezes levam à interrupção da amamentação e ao início precoce de fórmulas e leites industrializados, muitas vezes sob a influência de profissionais de saúde e familiares, que seguem suas práticas socioculturais²⁴.

Os elementos encontrados na literatura que ocasionam a interrupção precoce da amamentação estão relacionados aos obstáculos inerentes à técnica da lactação. É compreendido que a falta de habilidade técnica dificulta a sucção e o esvaziamento da mama, o que pode afetar a dinâmica da produção do leite. Por isso, a mãe pode introduzir outros alimentos rapidamente, o que pode ocasionar o desmame. Há alguns fatores da amamentação de grande relevância que devem ser analisados criteriosamente pelos profissionais de saúde nas atividades educativas e na prática de promoção do AM^{16 25}.

Algumas fontes indicam que a idade da mãe pode impactar a amamentação exclusiva, com estudos apontando uma correlação significativa entre a idade materna e o AME. Adolescentes têm maior probabilidade de não amamentar exclusivamente em comparação com mães entre 20 e 25 anos, ou com 35 anos ou mais. Isso evidencia que a idade materna é um fator importante a ser considerado na análise dos motivos do desmame precoce, já que mães com menos de 20 anos tendem a introduzir alimentos sólidos mais cedo na dieta do bebê²⁶.

Algumas atitudes presenciadas durante a amamentação em maternidades ainda são consideradas indesejáveis e fatores de risco para o desmame. A existência de mamilos doloridos, obstrução mamária, lesão no mamilo, exaustão e sensação de fadiga são exemplos de técnicas de amamentação difíceis e comumente citados nas primeiras 24 horas após o parto. Além disso, outras situações também afetam negativamente a duração do AM, como a dificuldade na pega e sucção, inquietude do bebê e a percepção de oferta insuficiente de leite pela mãe^{16 27}.

Frente aos obstáculos mencionados, o pré-natal apresenta-se como uma oportunidade essencial para a consolidação da rede de suporte e implementação de estratégias pedagógicas. O profissional de enfermagem

exerce atividades de cuidado e instrução, com ênfase na disseminação de práticas e conhecimentos por meio de uma abordagem horizontalizada, levando em consideração o contexto sociocultural da paciente. Dessa forma, cria-se um ambiente propício para a construção de saberes embasado nas diretrizes da Política Nacional de Humanização e da Política Nacional de Atenção Integral à Saúde da Mulher²⁸.

Adicionalmente, fatores de natureza biológica, cultural, demográfica e socioeconômica, entre outros, exercem influência e têm sido identificados como um desafio global para a saúde pública. Há diversos elementos que podem interferir na continuidade da amamentação, tais como idade avançada da mãe, primeira gestação, baixa escolaridade, uso precoce de mamadeiras e chupetas, trabalho materno, urbanização, tabagismo, falta de apoio familiar, bem como sintomas depressivos na mãe, problemas nas mamas, hospitalização da criança, dentre outros. Não obstante, os benefícios da amamentação têm sido amplamente divulgados nas últimas décadas, o que tem contribuído para a diminuição da prevalência desses fatores^{16 29}.

Estratégias e atuação da enfermagem que promovem à adesão ao aleitamento materno exclusivo até o sexto mês de vida

Os autores afirmam que ter conhecimento sobre a amamentação exclusiva e seus benefícios é um recurso poderoso para melhorar a efetividade da amamentação, tornando-se crucial a realização de intervenções por meio de iniciativas de ensino para alcançar tal objetivo. Os artigos estudados, enfatizam que é essencial fornecer orientações claras sobre as principais dúvidas, equívocos e verdades, desafios do aleitamento e estratégias que possam ajudar as mulheres no período pós-parto³⁰.

As instruções oferecidas surgiram a partir do compromisso com o AME após o retorno da mãe ao trabalho, a desencorajamento do uso de mamadeiras para alimentar o bebê, a crença materna de que o leite é fraco, insuficiente e não sustenta o bebê, conforme relatado pelas mães, a influência da família na prática do AM e, por último, orientações relacionadas a problemas mamários e distúrbios menstruais³⁰.

São enfatizadas, dentre estas, as estratégias pedagógicas, evidenciando a importância da educação em saúde realizada por um profissional capacitado, pois esta é uma ferramenta eficiente para promover o AM, se conduzida por um profissional de saúde que possua conhecimento, contribuindo para a integração dos benefícios relacionados à mãe e ao bebê. Além disso, o profissional da saúde deve repensar suas ações e a forma como interage com a mãe, colaborando para enfrentar e superar obstáculos, estabelecendo vínculos em cada encontro e levando em conta sua autonomia no ato de amamentar³¹.

A consulta de enfermagem é uma atividade

crucial para a gestante e é realizada pelo enfermeiro com o objetivo de promover a saúde da grávida e melhorar sua qualidade de vida. De acordo com o MS e a Lei do Exercício Profissional regulamentada pelo Decreto nº 94.406/87, é responsabilidade do enfermeiro acompanhar todo o pré-natal de baixo risco na rede básica de saúde³².

Durante o período pré-natal, é o momento propício para que o enfermeiro possa identificar características importantes, como o nível educacional, conhecimento prático, crenças e experiência social e familiar da gestante. A identificação desses pontos no início do pré-natal é fundamental para garantir um acompanhamento efetivo durante a assistência oferecida à nutriz no pós-parto e para assegurar que essa mulher adote o AME³³
³⁴.

A instrução em saúde durante e depois do período de gravidez, de forma comprovada, influencia positivamente as taxas de amamentação, especialmente entre mulheres que estão tendo seu primeiro filho. Por isso, é responsabilidade do enfermeiro reconhecer e entender o processo de amamentação no contexto social, cultural e familiar, exigindo atitudes, habilidades e conhecimentos específicos, oferecendo assistência de qualidade e uma comunicação eficiente durante esse período³⁵.

Considerações Finais

Os estudos demonstraram que a equipe de enfermagem tem a responsabilidade de incentivar o cuidado humanizado, garantindo que a assistência prestada seja respeitosa e acolhedora. Para isso, é crucial que os profissionais considerem diferentes técnicas de cuidado, com o intuito de minimizar desconfortos e proporcionar segurança e confiança à mãe no início da amamentação, tornando esse momento agradável e conveniente para mãe e filho. O LM é tido como o alimento ideal para o lactente, especialmente nos primeiros seis meses de vida, por conter gorduras, minerais, vitaminas, enzimas e imunoglobulinas. Além dos benefícios nutricionais, o LM também favorece o crescimento e desenvolvimento, influenciando no desempenho escolar futuro da criança.

Evidências indicam que a AM estimula o desenvolvimento craniofacial do bebê, previne problemas de articulação e subdesenvolvimento, além de fomentar o vínculo afetivo físico, por meio do contato pele a pele, evitando hipotermia nos primeiros momentos de vida. Reforçando esse argumento, a amamentação materna é recomendada como única fonte de alimentação até os 6 meses e, em conjunto com a diversificação alimentar, pelo menos até os 2 anos, já que o LM apresenta nutrientes que atendem todas as necessidades do lactente até os 6 meses, além

de elementos que contribuem para o fortalecimento da imunidade da criança.

Foi verificado que as principais táticas empregadas pela enfermagem para fomentar a amamentação são: as orientações fornecidas pelos profissionais baseadas em evidências científicas confiáveis, a organização de sessões em grupo para promover a troca de experiências entre as lactantes, o envolvimento da família durante o período de amamentação como fator crucial, as influências culturais e sociais, as visitas após o parto, as estratégias de intervenção por telefone e mídia para incentivar a amamentação e a importância da formação e educação em saúde dos profissionais que atuam no pré e pós-parto. Entende-se que o enfermeiro tem papel fundamental na viabilização da amamentação, devendo direcionar a prática educativa com o objetivo de diminuir as dificuldades, aprimorar as condições que facilitam a amamentação, apoiar e orientar as mães em pós-parto para que se sintam motivadas a manter a amamentação exclusiva, dessa maneira reduzindo as taxas de desmame precoce e, conseqüentemente, contribuindo para o bem-estar das mães, crianças e comunidade em geral. Com base no que foi aludido acima, considero que os objetivos sobre a Importância do aleitamento materno e papel da enfermagem, problemas e desafios encontrados para a não adesão à amamentação e estratégias e atuação da enfermagem que promovem à adesão ao aleitamento materno exclusivo até o sexto mês de vida, foram alcançados.

Conflito de Interesses

Os autores declaram não haver conflito de interesses de nenhuma natureza.

Referências

1. Ferraz, Camila de Queiroz Campos. Estímulo ao aleitamento materno: ações de acompanhamento pré-natal, puerperal e de puericultura. Trabalho de Conclusão de Curso (Especialização em Saúde da Família). Universidade do Ceará - Fortaleza. 2019. 25f.
2. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Dez passos para uma alimentação saudável: guia alimentar para crianças menores de dois anos: um guia para o profissional da saúde na atenção básica. 2º ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2013. 76P.
3. Rocha, Isabela Silva, et al. "Influência Da Autoconfiança Materna Sobre O Aleitamento Materno Exclusivo Aos Seis Meses de Idade: Uma Revisão Sistemática." *Ciência & Saúde Coletiva*, vol. 23, no. 11, nov. 2018, pp. 3609–3619.
4. Margotti, Edficher, and Matias Epifanio. "Exclusive Maternal Breastfeeding and the Breastfeeding Self-Efficacy Scale." *Revista Da Rede de Enfermagem Do Nordeste*, vol. 15, no. 5, 21 out. 2014.
5. Machado, Adriana Kramer Fiala, et al. "Intenção de Amamentar E

- de Introdução de Alimentação Complementar de Puérperas de Um Hospital-Escola Do Sul Do Brasil.” *Ciência & Saúde Coletiva*, vol. 19, 1 jul. 2014, pp. 1983–1989.
6. Andrade Fialho, Flávia, et al. “fatores associados ao desmame precoce do aleitamento materno.” *Revista Cuidarte*, vol. 5, no. 1, 1 jun. 2014, pp. 670–678.
7. Dodt, Regina Cláudia Melo, et al. “Influência de Estratégia de Educação Em Saúde Mediada Por Álbum Seriado Sobre a Autoeficácia Materna Para Amamentar.” *Texto & Contexto - Enfermagem*, vol. 22, no. 3, Set. 2013, pp. 610–618.
8. Rocha, Najara Barbosa, et al. “Estudo Longitudinal Sobre a Prática de Aleitamento Materno E Fatores Associados Ao Desmame Precoce.” *Pesquisa Brasileira Em Odontopediatria E Clínica Integrada*, vol. 13, no. 4, 30 Dec. 2013, pp. 337–342.
9. Barros, Camila Silva. *Práticas paternas de apoio à amamentação na perspectiva da mulher*. Dissertação (Mestrado em Enfermagem). Programa de Pós-Graduação em Enfermagem da Universidade Federal de Pernambuco, Recife, 2014. 131 p.
10. Roy, Callista. *Teoria da Enfermagem: O modelo de adaptação de Roy*. Instituto Piaget. 2001.
11. Melo, Kaliny Mendes et al. O processo de adaptação da mulher às modificações da gestação à luz da teoria de Callista Roy. *Dissertação (Mestrado em Enfermagem)*. - Programa de Pós-Graduação em Enfermagem da Universidade Federal do Maranhão, São Luís, 2018. 102p.
12. de Souza, Lethícia Oliveira, et al. “Vínculo de Familiares de Recém-Nascidos Internados Em Uma Unidade de Terapia Intensiva Neonatal.” *Revista Pró-UniverSUS*, vol. 12, no. 2, 15 julho 2021, pp. 27–31.
13. Moraes, Suellen Rocha, et al. “Benefícios Do Aleitamento Materno Em Unidade de Terapia Intensiva Neonatal: Uma Revisão de Literatura.” *Revista Pró-UniverSUS*, vol. 13, no. 1, 29 junho 2022, pp. 95–102.
14. Aoyama, Elisângela de Andrade, et al. “A importância do aleitamento materno nos seis primeiros meses de vida do recém-nascido.” *Revista Brasileira Interdisciplinar de Saúde*, vol. 2, no. 2, 10 jan. 2020.
15. Silva, Simone Brito Mangabeira. “Benefícios E Importância Do Aleitamento Materno.” *Trabalho de Conclusão de Curso (Especialização em Atenção Básica em Saúde da Família)*. Repositorio.ufmg.br, 16 agosto. 2014.
16. Andrade, Liciane Ferreira de Oliveira. “Aleitamento Materno Exclusivo E Fatores de Interrupção Precoce”. *Monografia (Pós-Graduação de Especialista em Saúde da Família/Gestão em Saúde)*. Repositorio.unilab.edu.br, 19 maio 2018, 33 f.
17. Palheta, Quezia Aline Ferreira, and Maria de Fatima Rodrigues Aguiar. “Importância da assistência de enfermagem para a promoção do aleitamento materno”. *Revista Eletrônica Acervo Enfermagem*, v. 8, p. e5926, 29 jan. 2021.
18. Silva, Isaías Eduardo da, et al. “A importância do enfermeiro no aleitamento materno exclusivo para a evolução da criança.” *Revista Brasileira Interdisciplinar de Saúde*, vol. 2, no. 1, 10 jan. 2020.
19. dos Santos, Larissa Christiny Amorim, et al. “Participação da equipe de enfermagem para o aleitamento materno: uma ação de educação em saúde”. *Revista Científica Multidisciplinar*, vol. 2, no. 11, 27 dez. 2021.
20. Santos, Maria Isabel Rabelo. *Enfermagem e saúde da mulher: papel da enfermeira no aleitamento materno exclusivo até os seis meses de vida*. Monografia (Bacharelado de Enfermagem) - UniAGES Centro Universitário. 2021. 74 f.
21. Lutosa, Evaldo; Lima, Ronaldo Nunes. *Importância da enfermagem frente à assistência primária ao aleitamento materno exclusivo na atenção básica*. *Revista Brasileira Interdisciplinar de Saúde*, 2020.
22. Lima, Gildevan da Costa Bezerra et al. *A importância do enfermeiro no incentivo ao aleitamento materno exclusivo até o sexto mês*. *Revista Brasileira Interdisciplinar de Saúde*, 2020.
23. Santos, Sibeli Seefeld dos. *Desafios e potencialidades encontradas pelas nutrizes ao amamentar*. *Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado de Enfermagem)* - Universidade Federal de Santa Maria – UFSM, Palmeira das Missões - RS, 2019. 54f.
24. Higashi, Giovana Callegaro, et al. “Práticas de Enfermeiros E a Influência Sociocultural Na Adesão Ao Aleitamento Materno.” *Rev. Baiana Enferm*, 2021, pp. e38540–e38540.
25. Barbosa, Gessandro Elpídio Fernandes et al. *Dificuldades iniciais com a técnica da amamentação e fatores associados a problemas com a mama em puérperas*. *Revista Paulista de pediatria*, v. 35, p. 265-272, 2017.
26. Ferreira, Hellen Livia Oliveira Catunda et al. *Fatores associados à adesão ao aleitamento materno exclusivo*. *Ciencia & saude coletiva*, v. 23, p. 683-690, 2018.
27. Freitas, Larissa Caroline da Silva. *Apresentar a importância do aleitamento materno exclusivo para mãe, o desenvolvimento do bebê e as atribuições da enfermagem*. 2021. 40f. *Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Enfermagem)*. Faculdade Para O Desenvolvimento Sustentavel Da Amazonia. Parauapebas-PA. 2021.
28. Barros, Fernanda Alves. *Fatores que influenciam na adesão ao aleitamento materno exclusivo: Uma Revisão Integrativa Da Literatura*. 2021. 39f. *Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Enfermagem)* - Centro Universitário Doutor Leão Sampaio. 2021.
29. Barreto, Erika Mayara de Almeida. *Identificar as dificuldades da amamentação no puerpério imediato em uma maternidade do seridó potiguar*. *Trabalho de Conclusão de Residência (Grau de Especialista)*. Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Caicó-RN. 2019. 30f.
30. de Souza, Alane Dantas Araújo, et al. *Estratégias de atuação da enfermagem para promoção do aleitamento materno*. *Revista Eletrônica Acervo Saúde* 13.4 (2021): e6885-e6885.
31. Dias, Ernandes Gonçalves et al. *Assistência de enfermagem para promoção do aleitamento materno nas Estratégias Saúde da Família em um município do norte de Minas Gerais*. *Saúde em Revista*, v. 22, p. 1-12. 2022.
32. Barroso, Zoraide Almeida; Alves, Nathallya Castro Monteiro. *A importância da assistência do enfermeiro das práticas educativas no aleitamento materno*. *Revista Atlante Cuadernos de Educacion e Desarrollo*, 2020.
33. Rocci, Eliana; Fernandes, Rosa Aurea Quintella. *Dificuldades no aleitamento materno e influência no desmame precoce*. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 67, p. 22-27, 2014.
34. de Sousa, Luzia Fabiana et al. *Desafios e potencialidades na assistência de enfermagem no aleitamento materno*. *Revista Remecs-Revista Multidisciplinar de Estudos Científicos em Saúde*, v. 4, n. 7, p. 17-26, 2019.
35. da Silva Oliveira, Ana Kelly et al. *Prevenção e cuidados frente às complicações mamárias relacionadas à amamentação na atenção primária à saúde*. *Enfermagem Brasil*, v. 18, n. 1, 2019.