

## O IMPACTO DO ALEITAMENTO MATERNO NA PREVENÇÃO DA OBESIDADE INFANTIL

Daniela Luiza de Araújo<sup>1</sup>  
Esthefanie da Silva Catarino<sup>1</sup>  
Izadora das Graças Dornelas<sup>1</sup>  
Joice Aparecida Vieira<sup>1</sup>  
Kênia Pereira Lemos Bastos<sup>2</sup>  
Fernanda Cristina Ferrari<sup>3</sup>

nandacrisferrari@gmail.com

**ÁREA DO CONHECIMENTO:** Ciências da Saúde

**PALAVRAS-CHAVE:** obesidade infantil; aleitamento materno exclusivo; controle da obesidade; desmame precoce; introdução alimentar.

### 1 INTRODUÇÃO

A obesidade é um distúrbio do estado nutricional, que constitui-se no nível excessivo de calorias, elevando o índice de massa corporal e o acúmulo de gordura nos adipócitos (Flores *et al.*, 2024) e sua incidência vem aumentando cada vez mais. Em 2021 o Ministério da Saúde divulgou que aproximadamente 6,4 milhões de crianças têm excesso de peso no Brasil e 3,1 milhões já evoluíram para obesidade. O aumento do número de crianças com obesidade deve ser considerado pelo fato de vir acompanhado por comorbidades na vida adulta (Ferreira *et al.*, 2021). De acordo com Marques (2020), a obesidade pode ter início em qualquer idade, através do desmame precoce, da introdução de alimentos de forma indevida, da ingestão inadequada de fórmulas infantis, do sedentarismo, da influência da mídia e da alimentação dos pais. O Guia Alimentar para Crianças Brasileiras menores de 2 anos (2019), classifica o leite materno como único e incomparável, sendo o alimento ideal para a criança, por ser totalmente adaptado às suas necessidades. Existe uma relação positiva entre o aleitamento materno exclusivo e a redução da obesidade infantil, pois o leite materno oferece uma nutrição adequada, influenciando positivamente a primeira experiência nutricional, reduzindo a vulnerabilidade da criança à obesidade (Soares *et al.*, 2021). A melhor forma de se prevenir o sobrepeso é iniciando um aleitamento materno desde a sala de parto, continuando de forma exclusiva até os seis meses, em livre demanda e a partir daí, complementado com a alimentação adequada (Sociedade Brasileira de Pediatria, 2020). O objetivo desse estudo foi analisar a relação entre o aleitamento materno e a prevalência da obesidade na infância através de uma revisão de literatura.

<sup>1</sup> Acadêmicas do Curso de Nutrição do Centro Universitário Vértice – Univértix, Matipó.

<sup>2</sup> Nutricionista, Especialista em Nutrição Clínico esportiva e Alimentação Escolar. Responsável técnica do Programa de Alimentação Escolar da Prefeitura Municipal de Matipó, professora e coordenadora do curso de Nutrição do Centro Universitário Vértice - Univértix, Matipó.

<sup>3</sup> Farmacêutica, Mestre e Doutora em Ciências Farmacêuticas (UFOP). Professora do Centro Universitário Vértice – Univértix – Matipó- MG.

## 2 METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa bibliográfica, que segundo Alves *et al.*, (2021) é uma importante metodologia, onde partir de conhecimentos já estudados, o pesquisador analisa os resultados para responder seu problema ou comprovar suas hipóteses. Utilizou-se produções científicas que descreviam as características sobre o fenômeno investigado, ou seja, a relação entre o aleitamento materno e a obesidade infantil. O estudo foi realizado a partir de artigos publicados nos últimos 5 anos extraídos das bases de pesquisa Google Scholar (Google Acadêmico), Scientific Electronic Library Online (SciElo) e Portal de Periódico CAPES. Foram utilizados os seguintes Descritores em Ciências da Saúde (DeCs), combinados pelo operador booleano “and” “obesidade infantil”, “aleitamento materno exclusivo”, “controle da obesidade”, “desmame precoce” e “introdução alimentar”. Os critérios de inclusão adotados foram: artigos disponíveis na íntegra e de forma gratuita, publicados nos últimos 5 anos e que se adequaram ao tema. Os critérios de exclusão foram: artigos indisponíveis gratuitamente e que não se adequaram ao assunto proposto. Foram encontrados 50 artigos correlacionados, sendo selecionados 30 para leitura, onde foram escolhidos 13, mais adequados ao tema. As produções selecionadas foram lidas na íntegra e analisadas. Em seguida, os dados foram sintetizados em textos, expondo os assuntos convergentes e divergentes em relação à temática investigada.

## 3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Nos últimos anos no Brasil, houve uma redução na proporção de bebês amamentados até os seis meses, chegando a 40%, abaixo do nível ideal recomendado pela Organização Mundial da Saúde (OMS), que é de 90 a 100% (Bastos *et al.*, 2020). De acordo com estudo de Holanda e Silva (2022), um dos motivos para o desmame precoce é a insegurança das mães em relação a produção de leite e mesmo com orientações dos profissionais da saúde, a falta de conhecimento sobre a nutrição do leite materno e as crenças culturais, fazem com que a nutriz desista do aleitamento exclusivo. Esses fatores predispõem ao risco de sobrepeso e obesidade, já que são introduzidos antes dos seis meses, fórmulas, chás e outros alimentos. Estima-se que no último século, 42 milhões de crianças menores de 5 anos encontram-se acima do peso da média global (Paula *et al.*, 2021). Muitas pesquisas mostram conclusões conflitantes sobre a relação entre a amamentação e o risco de sobrepeso e obesidade e a maioria sugere uma maior prevalência de distúrbios nutricionais em crianças que passaram por introdução alimentar precoce (Viana-Filho *et al.*, 2020). O aleitamento materno nos primeiros mil dias é fundamental para o desenvolvimento e nutrição infantil, possuindo um papel essencial na formação do vínculo entre mãe e filho (Cunha, Moraes e Nieto, 2021). A interrupção da amamentação de maneira precoce pode aumentar o risco de obesidade, pois priva a criança dos benefícios do leite, aumentando a ingestão energética (Soares *et al.*, 2021). Em uma pesquisa, onde foram monitoradas crianças de 06 a 23 meses de idade em unidades de atenção primária, os resultados evidenciaram que aquelas em aleitamento materno continuado (AMC) apresentaram melhores resultados de estado nutricional, comparadas as que não continuaram a ser amamentadas após os seis meses (Sousa *et al.*, 2023). Um estudo realizado por Andrade *et al.*, (2023), apontou que a análise de prontuários de crianças dos 4 aos 6 anos, constatou que 60,7% foram exclusivamente amamentadas e 5,8% delas

desenvolveram obesidade. O mesmo se aplica ao estudo de Wagner *et al.*, (2021) ao analisar escolares de 7 a 14 anos, onde verificou-se que a probabilidade de sobrepeso/obesidade em crianças de 7 a 10 anos foi menor entre as que foram amamentadas, em comparação com as que nunca foram.

#### **4 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Foi compreendido que a obesidade é uma enfermidade crônica e as estratégias de prevenção com o incentivo ao aleitamento materno, merecem uma atenção especial. São notáveis os benefícios do leite materno na primeira infância e ao longo da vida, na prevenção de doenças. A relação entre a falta do aleitamento materno e a prevalência da obesidade infantil é notória, visto que dentre os estudos analisados as crianças que se encontravam acima do peso não foram amamentadas adequadamente. Faz-se necessário a promoção de políticas relacionadas à amamentação exclusiva até os seis meses de vida, prorrogada até os dois anos, com a participação da equipe de saúde para orientar e apoiar as gestantes, pois muitas mulheres são influenciadas por novas tendências, estilos de vida, tradições e disseminação de informações culturais incorretas, o que aumenta o risco de desenvolvimento de obesidade infantil.

#### **REFERÊNCIAS**

ALVES, L. H.; OLIVEIRA, G. S.; SOUSA, A. S. A pesquisa bibliográfica: princípios e fundamentos. **Cadernos da FUCAMP**, v. 20, n. 43, p. 64-83, 2021. Disponível em: <https://revistas.fucamp.edu.br/index.php/cadernos/article/view/2336>. Acesso em: 13 jul. 2024.

ANDRADE, P. B.; GUIMARÃES L. B. C.; GUIMARÃES, A. C. C.; DA COSTA, R. I.; SALES, M. D. M. B. Obesidade infantil em crianças de idade pré-escolar em relação ao aleitamento materno exclusivo até os 6 meses de idade. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 6, n. 3, p. 10750-10761, 2023. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/proteja\\_estrategia\\_nacional\\_obesidade\\_](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/proteja_estrategia_nacional_obesidade_). Acesso em: 09 jul. 2024.

BASTOS, C. DE O.; SALIMT, R.; DO CARMO, A. L. O.; MURATORIA, S.; NOGUEIRA, E. DE T.; MUNHOZ, E. K.; MACIELI, M.; GOMES, J. M.; SILVA M. C.; DAMASCENO, T. DE P. Deficiência do aleitamento materno exclusivo como contribuinte para a obesidade infantil. **Revista Eletrônica Acervo Científico**, v. 17, p. 1-6, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.25248/reac.e5757.2020>. Acesso em: 07 jul. 2024.

BRASIL. **Guia alimentar para crianças brasileiras menores de 2 anos**. Brasília: Ministério da Saúde, 2019. 265 p. ISBN 978-85-334-2737-2.

BRASIL. **Obesidade infantil afeta 3,1 milhões de crianças menores de 10 anos no Brasil**. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/ptbr/>. Acesso em: 15 de julho de 2024.

CUNHA, M. M.; MORAES, V. T.; NIETO, G. C. Aleitamento materno: qual a sua relação com a obesidade infantil? **Jornal Paranaense de Pediatria**, Curitiba, v. 22, n. 1, p. 01-04, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.5935/1676-0166.20210021>. Acesso em: 12 jul. 2024.

FERREIRA, B. R.; DE MELO, C. E.; FONSECA, M. E. R. M.; SANTOS, G. B. Fatores associados à obesidade infantil: uma revisão de literatura. **Revista Eletrônica Acervo Científico**, v. 25, p. 01-09, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.25248/reac.e6955.2021>. Acesso em: 13 jul. 2024.

FLORES, K. N.; MARTINS, K. L. R.; SETÚBAL, A. C.; VOIGT, A. L. B.; OLIVEIRA, L. R.; SONCINI, L. C.; DE OLIVEIRA, A. B. C.; KLEIN, K. M.; BRIGLIA, A. K. T.; ARANHA, A. L. S.; WUNSCH, B. S.; SANTOS, D. S.; SANTOS, A. C. S. Progressões do tratamento na obesidade infantil no brasil: revisão de literatura. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 6, n. 3, p. 1748–1761, 2024. Disponível em: <https://bjih.emnuvens.com.br/bjih/article/view/1726> . Acesso em: 15 jul. 2024.

HOLANDA E. R.; SILVA, I. L. Fatores associados ao desmame precoce e padrão espacial do aleitamento materno em território na Zona da Mata de Pernambuco, Brasil. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, Recife, v. 22, n. 4, p. 813-822, out/dez, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1806-9304202200040005>. Acesso em: 09 jul. 2024.

MARQUES, O. Fatores relacionados à obesidade infantil e o papel da enfermagem. 2020. **Monografia (Graduação em Enfermagem)** - Faculdade de Ciências da Educação e Saúde, Centro Universitário da Brasília, Brasília, 2020. Disponível em: <https://repositorio.uniceub.br/jspui/handle/prefix/15024>. Acesso em: 15 jul. 2024.

PAULA, D. O.; QUINTANILHA, C. A.; CHAER, C. F. DE S.; DIAS, H. B.; VIEIRA, H. F. P.; BUZZO, J. C.; DA MATA, L. F. B.; BARROS, M. S. F.; COSTA, M. D.; DE SOUZA, R. C. Relação entre o aleitamento materno exclusivo nos seis primeiros meses e a prevenção da obesidade infantil. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 13, n. 4, p. 1-7, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.25248/reas.e7007.2021>. Acesso em: 10 jul. 2024.

SOARES, F. R.; LUCAS, J. V. R. P.; ROSA, M.; GÓES, P. C. R. D. Relação do aleitamento materno com a prevalência da obesidade infantil. 2021. **Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Nutrição)** - Universidade Cidade de São Paulo, São Paulo, 2021. Disponível em: [https://www.oasisbr.ibict.br/vufind/Record/UNICSUL1\\_5e56a56938fdbf3b33ae6f7bd2737f11](https://www.oasisbr.ibict.br/vufind/Record/UNICSUL1_5e56a56938fdbf3b33ae6f7bd2737f11). Acesso em: 15 jul. 2024.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA (SBP). Departamento Científico de Aleitamento Materno. **Guia Prático de aleitamento materno**. Rio de Janeiro: SBP, 2020.

SOUSA, A. K. S.; LIMA, C. E. B. D.; MASCARENHAS, M. D. M.; RODRIGUES, M. T. P. Tendência e correlação de obesidade e aleitamento materno continuado em crianças de seis a 23 meses. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, Recife, v. 23, p. 1-8, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1806-9304202300000223>. Acesso em: 15 jul. 2024.

VIANA-FILHO L. P.; DA SILVA, A. F.; PEREIRA, C. B. R.; FERREIRA, D. P.; DINIZ, I. P. T.; QUINTO, M. O.; VIEIRA, N. B.; SOUZA, R. T. N.; DE SOUZA, T. M.; BELO, V. M. A amamentação como prevenção da obesidade infantil: uma revisão narrativa. **Brazilian Journal of Health Review**, Curitiba, v. 3, n. 4, p. 11146-11162, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.34119/bjhrv3n4-365>. Acesso em: 07 jul. 2024.

WAGNER, K. J. P.; ROSSI, C. E.; HINNIG, P. D. F.; ALVES, M. D. A.; RETONDARIO, A.; VASCONCELOS, F. D. A. G. D. Associação entre aleitamento materno e sobrepeso/obesidade em escolares de 7-14 anos. **Revista paulista de Pediatria**, v. 39, p. 1-12, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1984-0462/2021/39/2020076>. Acesso em: 12 jul. 2024.