

DESAFIOS E SABERES DAS PUÉRPERAS SOBRE AMAMENTAÇÃO

Challenges and knowledge of postpartum women regarding breastfeeding

Bianca Rodrigues Anaia¹

Anna Kelly Kapp Poli Schneider²

Adriana Aparecida Baraldi Gaion³

¹Discente do curso de Enfermagem das Faculdades Integradas de Bauru

²Orientadora e Docente do curso de Enfermagem das Faculdades Integradas de Bauru

³Coorientadora e Docente do curso de Enfermagem das Faculdades Integradas de Bauru

Resumo

Introdução: O aleitamento materno é amplamente reconhecido como prática essencial para a saúde materno-infantil, oferecendo benefícios nutricionais, imunológicos e emocionais. Apesar disso, ainda se observa desmame precoce, motivado por fatores como falta de informação, influência de mitos culturais, ausência de apoio profissional e condições socioeconômicas adversas. **Objetivo:** Compreender o entendimento das puérperas acerca do aleitamento materno, cuidados com a mama e identificar fatores que dificultam a continuidade da amamentação, contribuindo para sua interrupção precoce. **Método:** Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, realizada entre 2015 e 2025, nas bases SciELO, PubMed, Google Acadêmico, acervos acadêmicos e sites oficiais. Foram utilizados os descritores “Amamentação”, “Aleitamento materno”, “Enfermagem”, “Leite humano” e “Saúde materno-infantil”. **Desenvolvimento:** Os estudos demonstraram que, embora a maioria das mulheres manifeste intenção positiva de amamentar, a prática é frequentemente interrompida por dificuldades relacionadas à pega, fissuras mamilares, crenças sobre “leite fraco” ou “pouco leite”, além da curta duração da licença-maternidade. A literatura aponta ainda para lacunas de orientação durante o pré-natal e no acompanhamento pós-parto, evidenciando falhas na atuação profissional. Constatou-se a superioridade do leite materno em relação às fórmulas infantis, tanto na composição quanto no impacto em curto e longo prazo sobre a saúde infantil e materna. **Conclusão:** O fortalecimento do aleitamento materno depende de ações educativas, suporte profissional qualificado e políticas públicas eficazes que combatam barreiras culturais e estruturais. Assim, será possível reduzir o desmame precoce, prevenir agravos à saúde e alinhar-se às metas globais de diminuição da mortalidade infantil.

Palavras-Chave: Amamentação; Aleitamento materno; Enfermagem; Leite humano; Saúde materno-infantil.

Abstract

Introduction: Breastfeeding is widely recognized as an essential practice for maternal and child health, providing nutritional, immunological, and emotional benefits. Despite this, early weaning is still observed, driven by factors such as lack of information, cultural myths, absence of professional support, and adverse socioeconomic conditions. **Objective:** To understand the knowledge of postpartum women regarding breastfeeding and breast care, and to identify factors that hinder the continuation of breastfeeding, contributing to its early interruption. **Method:** This is a narrative literature review, conducted between 2015 and 2025, using the databases SciELO, PubMed, Google Scholar, academic collections, and official websites. The descriptors used were “Breastfeeding,” “Maternal breastfeeding,” “Nursing,” “Human milk,” and “Maternal and child health.” **Development:** The studies showed that, although most women expressed a positive intention to breastfeed, the practice is often interrupted by difficulties related to latching, nipple fissures, beliefs about “weak milk” or “insufficient milk,” as well as the short duration of maternity leave. The literature also highlights gaps in guidance during prenatal care and postpartum follow-up, revealing shortcomings in professional practice. Breast milk was found to be superior to infant formula, both in composition and in its short- and long-term impact on child and maternal health. **Conclusion:** Strengthening breastfeeding depends on educational actions, qualified professional support, and effective public policies that address cultural and structural barriers. In this way, it will be possible to reduce early weaning, prevent health complications, and align with global goals for reducing child mortality.

Keyword: Breastfeeding; Maternal breastfeeding; Nursing, Human milk; Maternal and child health.

Introdução

Durante a gestação, as glândulas mamárias passam por diversas modificações sob a influência de múltiplos hormônios. Essas alterações são fundamentais para a produção do colostro, a primeira secreção láctea que é liberada em quantidades restritas pelos alvéolos mamários. No período pós-parto, a redução dos níveis de estrogênio e progesterona desencadeia o aumento da liberação de prolactina, hormônio essencial para a preparação da mama e o estabelecimento da produção de leite (Santos; Oliveira, 2024).

Com isso, o leite materno é reconhecido como principal fonte de nutrição para os lactentes, pois oferece todos os nutrientes essenciais para o crescimento e desenvolvimento adequados. Ademais, desempenha um papel fundamental na proteção contra diversas enfermidades, como infecções respiratórias, enterocolite necrosante, anemia e diarreia, ao fornecer suporte imunológico. Outro benefício

relevante é a promoção do fortalecimento do vínculo afetivo entre mãe e filho (Pires *et al.*, 2024).

Embora grande parte das mulheres inicie o processo de amamentação, mais da metade das crianças deixam de receber o aleitamento materno exclusivo ainda no primeiro mês de vida. Apesar do avanço na promoção da amamentação no país, os índices ainda estão aquém da recomendação estabelecida pela Organização Mundial da Saúde (OMS), que orienta a manutenção do aleitamento materno exclusivo até os seis meses de idade e sua continuidade, de forma complementar, até pelo menos o segundo ano de vida ou por período prolongado (Almeida; Luz; Ued, 2015).

De acordo com o Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF), a maior causa de mortalidade infantil nos últimos anos ao redor do mundo se dá pela interrupção do aleitamento materno precoce, sendo que metade das crianças e bebês nascidas no ano em que foram levantados estes dados não receberam o leite materno de forma adequada. A pesquisa revela, também, que cerca de três em cada cinco crianças são amamentadas exclusivamente no peito (UNICEF, 2025).

No Brasil, a Fundação Oswaldo Cruz (FIOCRUZ) publicou uma pesquisa sobre desnutrição infantil e desmame precoce, sendo que os índices não haviam sido atualizados desde 2006. Com esta pesquisa foi possível observar-se que, apesar do aumento de casos em que as crianças permanecem recebendo como principal fonte de alimento o leite materno exclusivo até os seis meses de idade, os índices ainda não estão satisfatórios o suficiente, sendo que 47,5% das crianças na região sul do país recebem esta fonte alimentar exclusiva e somente 38% na região nordeste. A pesquisa ainda aponta que, se houver uma amamentação por tempo adequado para os lactentes, isso prevenirá cerca de 820.000 mortes de crianças com menos de cinco anos no mundo e evitará 20.000 mortes de mulheres por câncer de mama (FIOCRUZ, 2020).

Em mais uma pesquisa que foi feita em São Mateus (ES), visando analisar o conhecimento de 323 puérperas acerca da amamentação, concluiu-se que a maioria das mulheres avaliadas, mesmo 318 tendo feito acompanhamento pré-natal, tinham conhecimento escasso sobre o processo de aleitar. Além disso, 206 mães não tiveram orientações durante o pré-natal sobre aleitamento, 287 delas não sabiam que poderia

haver complicações decorrentes da amamentação e 212 não sabiam como realizar o preparo da mama (Visintin *et al.*, 2015).

Os índices apontam para a existência de um déficit no aleitamento materno em escala global, que se repete a nível nacional, evidenciando a urgência de políticas públicas para o combate ao desmame precoce. Nesse contexto, em 2023 o estado de São Paulo apresentou resultados expressivos nas ações de incentivo à amamentação. Mais de 321 mil lactantes foram atendidas por meio da rede formada por 58 bancos de leite humano e 51 postos de coleta espalhados pelo estado. Além dos atendimentos individualizados, também foram realizadas mais de 29 mil atividades em grupo e cerca de 54 mil visitas domiciliares, todas gratuitas e voltadas à promoção do aleitamento materno e à prevenção do desmame precoce. Essas ações têm foco principal, garantir que mães e bebês tenham acesso ao suporte necessário nos primeiros meses de vida, fortalecendo o vínculo e contribuindo para uma infância mais saudável (Brasil, 2023).

Em que pese as ações positivas do poder público, as dificuldades enfrentadas pelas puérperas na amamentação continuam sendo um tema muito caro para toda a sociedade. Pensando nisso, estudiosos de uma universidade de Ponta Grossa realizaram entrevistas com mulheres que passaram por desafios para conseguir amamentar, das quais alegaram terem sofrido com fissuras e dificuldades com a pega pelo bebê. Foi ressaltado, por elas, que tais obstáculos ocorreram pela escassez de informações e apoio que tiveram por parte de profissionais de saúde (Guarienti; Ricardo, 2022).

Para alcançarmos as metas estabelecidas pelos órgãos de saúde, é importante que o profissional tenha um vasto conhecimento, tanto teórico quanto prático, para que possa orientar, aconselhar e auxiliar as mães, uma vez que a ausência de domínio teórico e prático por parte deles impacta diretamente no processo de lactar e não proporcionar apoio e orientações necessárias para a realização da prática do aleitamento, pode distanciar esse desejo de aleitar (Jesus; Oliveira; Fonseca, 2016).

A promoção da amamentação exige não apenas conhecimento em anatomia, bioquímica e fisiologia, mas também a compreensão da capacidade das mulheres de discernir, ouvir, aprender, desenvolver autoconfiança e receber suporte.

Dessa forma, para que os profissionais de saúde consigam transmitir segurança às mães nutrizes, é fundamental que tenham acesso a um amplo embasamento técnico, permitindo orientá-las de maneira eficaz. Além disso, é essencial que esses profissionais reconheçam a mãe como um indivíduo que vivencia uma nova fase, respeitando seus desafios, dificuldades e particularidades no processo de amamentação (Santos; Oliveira, 2024).

Pensando nisso, a Cúpula do Milênio realizada pelas Nações Unidas, no início dos anos 2000, estabeleceu metas claras para a redução da mortalidade infantil e o fortalecimento das políticas de saúde materno-infantil, recomendando o apoio ao aleitamento materno como prioridade para alcançar esses objetivos. Além disso, o Objetivo de Desenvolvimento do Milênio 4, que visava reduzir em dois terços a mortalidade de crianças menores de 5 anos, reconheceu a importância do aleitamento exclusivo como um fator chave para atingir essa meta. Assim, a promoção da amamentação, por meio de um cuidado adequado e da implementação de políticas públicas eficazes, é fundamental para garantir um futuro mais saudável para as crianças, alinhando-se aos compromissos globais assumidos pelas Nações Unidas para a melhoria das condições de vida e saúde da população mundial (ONU, 2010).

Diante de todos os aspectos abordados, a presente pesquisa busca enfatizar a importância do trato humanizado e especializado no cuidado às mães, promovendo a confiança e o suporte necessário para que elas possam superar as dificuldades e manter o aleitamento materno exclusivo pelo maior tempo possível. Este tema ganha ainda mais relevância quando consideramos as recomendações da Cúpula do Milênio, onde foi reconhecido que o aleitamento materno exclusivo até os seis meses de idade é uma das estratégias mais eficazes para a redução da mortalidade infantil e a melhoria das condições de saúde global, especialmente em países em desenvolvimento.

Com isso, objetiva-se compreender o entendimento das puérperas acerca do aleitamento materno, cuidados com a mama e identificar possíveis fatores que possam dificultar a amamentação e fazer com que elas terminem precocemente.

Método

Este estudo trata-se de uma revisão bibliográfica do tipo narrativa, onde foram pesquisados artigos científicos dentro da temática proposta. A revisão de literatura corresponde ao procedimento de identificar, analisar e apresentar um conjunto de saberes voltados à resposta de uma questão determinada. O conceito de “literatura” inclui todo material relevante produzido acerca de um tema, como livros, artigos acadêmicos, matérias jornalísticas, registros históricos, documentos oficiais, dissertações, teses e outras produções. Na revisão narrativa não se utiliza parâmetros definidos e sistemáticos para a busca e a avaliação crítica da literatura. A pesquisa dos estudos não exige esgotamento completo das fontes de informações, tampouco o uso de métodos de busca sofisticados e extensivos. A escolha dos trabalhos e a interpretação dos resultados podem refletir a subjetividade dos pesquisadores. Esse formato é apropriado para a base teórica de artigos, dissertações, teses e trabalhos de conclusão de curso (FCA, 2015).

A construção deste estudo teve início com a escolha do tema, que direcionou toda a revisão narrativa: Desafios e saberes das puérperas sobre amamentação. Na segunda etapa, foram definidos os critérios para selecionar os textos e os descritores que orientaram a busca. A coleta de dados aconteceu nas bases de dados SciELO, PubMed, Google Acadêmico, Acervos acadêmicos e sites oficiais, considerando publicações entre 2015 a 2025. Entretanto, foi utilizado apenas um artigo que ultrapassou a margem de 10 anos adotada para as referências, sua inclusão se justifica pela relevância teórica e conceitual que apresenta para o tema estudado.

Para garantir precisão na busca, foram definidos os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS), desenvolvidos pela BIREME, associando os termos com o operador AND: Amamentação, Aleitamento materno, Enfermagem, Leite humano e Saúde materno-infantil. Foram incluídos artigos publicados em português e inglês, com contexto completo disponível e dentro do período de cinco anos. Foram excluídos aqueles que estavam repetidos ou que não se adequavam ao objetivo deste trabalho.

Foram adotadas diferentes etapas para selecionar os artigos, começando por uma leitura prévia dos objetivos, com o intuito de verificar a relação com o tema proposto. Apenas após essa análise, a leitura completa foi realizada. A partir desse

processo criterioso, 22 artigos científicos foram selecionados para compor o estudo, conforme mostra a tabela 1.

Tabela 1 – Tabela mostrando as etapas da revisão de literatura.

Fonte	Artigos encontrados	Artigos excluídos	Artigos utilizados
SciELO	6	2	4
Google Acadêmico	11	2	9
PubMed	5	3	2
Acervo Acadêmico	2	0	2
Órgãos Oficiais	5	0	5
TOTAL	29	8	22

“Fonte: Elaborado pelos autores, (2025)”

Desenvolvimento

Os estudos analisados reforçam a importância do aleitamento materno e da orientação adequada às lactantes, de modo a favorecer a continuidade da amamentação pelo maior tempo possível. Fernandes e Höfelmann (2017) identificaram que 99,1% das gestantes avaliadas manifestaram intenção de amamentar, o que evidencia uma predisposição positiva, ainda que com variações quanto à duração pretendida. De forma semelhante, Rocha *et al.* (2018) observaram que as mães investigadas também demonstraram intenção favorável ao aleitamento materno, embora essa decisão sofra influência de fatores sociais, do apoio recebido e do contexto em que a maternidade se desenvolve, os quais podem interferir tanto na adesão quanto na manutenção da prática.

Santos e Oliveira (2024) consideram que o leite humano traz inúmeros benefícios, não só para a saúde do lactente pelo desenvolvimento saudável, aumento da imunidade inata, diminuição do índice de desnutrição, como também reduz riscos de desenvolvimento de doenças nas mulheres que amamentam como diabetes, problemas ovarianos e no endométrio e câncer de mama. Braga, Gonçalves e Augusto (2020) complementam os benefícios do aleitamento materno alegando que previne mal formações craniofaciais tais como: deformidade nas estruturas ósseas e dentárias, desenvolvimento mandibular exagerado, alterações miofuncionais orofaciais, atresias de palato inferior hipertônica, interposição de língua e mal oclusão (mordida cruzada superior, mordida aberta anterior e aumento de sobressalência) nos recém-nascidos, diferente dos meios artificiais, que podem causar deformações.

A ONU havia estabelecido os objetivos de desenvolvimento do milênio para serem alcançadas até o ano de 2015, sendo uma delas “4. Reduzir a mortalidade infantil em menores de 5 anos”, entretanto não foi atingida até o ano proposto, sendo atualmente mantida até 2030 (ONU, 2010 e ONU 2025). FIOCRUZ (2020) por meio de sua pesquisa correlacionou o estado nutricional de 14.584 crianças menores de cinco anos no nordeste, sul e sudeste do Brasil, verificando que a amamentação exclusiva teve uma taxa maior nos primeiros quatro meses de vida do bebê, com 65,3% e 55,8% nas regiões sudeste e nordeste respectivamente, sendo que esses valores diminuem drasticamente quando as crianças chegam aos seis meses, caindo para 53,1% e 38%, aumentando o risco de desnutrição e desenvolvimento de problemas de saúde.

Segundo a Unicef (2019) na primeira infância a inadequação alimentar configura-se como fator de risco para deficiências nutricionais, entre as quais se destaca a hipovitaminose A. Tal condição fragiliza a imunidade infantil, aumenta a vulnerabilidade a infecções, eleva o risco de cegueira evitável e pode levar ao óbito em decorrência de doenças comuns, como a diarreia. Sendo assim, as fórmulas infantis podem, em último caso, ser uma opção para nutrição da criança. Entretanto, sabe-se que não tem os mesmos compostos que o leite materno e que deixa uma lacuna na saúde da criança, que seria facilmente preenchida pelo leite materno. O leite de vaca, por exemplo, está fora de questão, pois é uma grande causa de diarreia nos primeiros meses de vida, otites e aumento da mortalidade infantil. Na tabela 2, é possível compreender com mais clareza a diferença entre as fórmulas infantis e o leite materno (Maestro *et al.*, 2025; Souza *et al.*, 2024).

Tabela 2 – Comparação Leite Materno vs. Fórmula Infantil

Característica	Leite Materno	Fórmula Infantil
COMPOSIÇÃO		
Proteínas	Predominância de soro (fácil digestão), rico em proteínas bioativas como lactoferrina e lisozima.	Base de leite de vaca com perfil proteico modificado (relação soro/ caseína ajustada).
Carboidratos	Lactose e alta concentração de Oligossacarídeos (HMOs), que atuam como prebióticos complexos.	Lactose como principal carboidrato. Adição de prebióticos sintéticos (GOS/FOS) para imitar a função dos HMOs.

“Fonte: Adaptado de Maestro *et al.*, (2025).”

Tabela 2 – Comparação Leite Materno vs. Fórmula Infantil

Característica	Leite Materno	Fórmula Infantil
COMPOSIÇÃO		
Gorduras	Composição de ácidos graxos complexa e variável (DHA/ARA), com glóbulos de gordura com membranas bioativas.	Mistura de óleos vegetais. Adição padrão de DHA e ARA, mas com estrutura e absorção diferentes.
Micronutrientes	Vitaminas e minerais com alta biodisponibilidade (fácil absorção pelo organismo do bebê).	Fortificada por lei com vitaminas e minerais; biodisponibilidade de alguns é menor (ex: ferro).
BIOATIVIDADE		
Fatores imunológicos	Ricos em anticorpos (IgA), células de defesa vivas e centenas de moléculas com função anti-inflamatória.	Não contém anticorpos maternos ou células imunológicas vivas. Não oferece proteção imunológica ativa.
Enzimas e Hormônios	Contém enzimas que auxiliam na digestão (lipase) e hormônios que regulam o apetite e o metabolismo (leptina).	O processo de estabilização destrói as enzimas e hormônios naturais.
Fatores de Crescimento	Presentes diversos fatores que promovem o desenvolvimento e a maturação do intestino e de outros órgãos.	Ausência da completa gama de fatores de crescimento encontrados no leite materno.
Microbiota	Fonte natural de bactérias benéficas (probióticos) e prebióticos (HMOs) que colonizam o intestino do bebê.	Produto estéril. Algumas fórmulas adicionam cepas limitadas de probióticos.
IMPACTO NA SAÚDE		
Curto prazo	Redução comprovada do risco de infecções gastrointestinais, respiratórias e otite média.	Não oferece a mesma proteção imunológica, resultando em maior risco de infecções em comparação com bebês amamentados.
Longo prazo	Associação robusta com menor risco de sobrepeso, obesidade, diabetes e melhores índices cognitivos.	Estudos observacionais sugerem uma associação com maior risco para o desenvolvimento de doenças crônicas na vida adulta.

“Fonte: Adaptado de Maestro *et al.*, (2025).”

Del Ciampo e Del Ciampo (2018) diz que a mãe deve ser livre para decidir a forma como vai alimentar seu filho, mas que cabe aos profissionais de saúde darem todo o apoio, orientações e incentivos necessários para ela a fim de compreender o entendimento dela quanto a importância do aleitamento materno exclusivo, bem como entender o seu contexto social. Ressaltam, também, a importância dessa troca de informações entre o profissional e a mulher desde as consultas do pré-natal. À despeito dessa importância, Visintin *et al.* (2015) nos traz em sua pesquisa que, mesmo participando das consultas de pré-natal, ainda há enorme lacuna de conhecimentos e informações necessárias sobre a amamentação. Além disso, mostrou que muitas mulheres não sabem qual é o preparo correto das mamas ou as complicações que podem ocorrer com ela ocasionadas pela pega incorreta do bebê, por exemplo.

Guarienti e Ricardo (2022) explana em sua matéria a dificuldade das mães ao realizar o aleitamento materno. As mulheres relataram que se sentiram pressionadas e exaustas com o processo de aleitar, pois tinham muita dificuldade com a pega. Em dado momento, o processo se tornou tão doloroso que por conta das fissuras nos mamilos, que uma das lactantes entrevistadas disse que segurava para não gritar durante o aleitamento. O autor mostra que na maioria dos casos as mulheres foram incentivadas a abandonar o aleitamento e recorrer às fórmulas e que só tiveram estas dificuldades por não terem acesso a orientações necessárias com os profissionais de saúde durante o pré-natal.

Lahós, Pretto e Pastore (2016) mostram que em seu estudo, 59% das mulheres entrevistadas, pararam de amamentar antes do tempo por conta de mitos e crenças relativas ao aleitamento materno como “leite fraco”, “pouco leite”, “bebê não pegou o peito”, “o leite não mata a sede do bebê”, “seios caem com o aleitamento materno”, “cerveja preta aumenta a produção de leite” e “leite seca”.Dentre as gestantes analisadas mais de 66% delas acreditam que o leite materno seca ou que não é o suficiente para o bebê. Moura (2024) alega que o que mais causa o manejo incorreto e conseqüentemente o inter rompimento precoce da amamentação são os mitos e as crenças populares, que acredita ser pouco rebatidos pelos profissionais de saúde por alegar falta de preparo e capacitação deles.

Por isso, Almeida, Luiz e Ued (2015) e Visintin *et al.* (2015) ressaltam a importância de profissionais capacitados, para que possam trazer um melhor suporte e preparo para a gestante durante e após a gestação, incentivando a amamentação, uma vez que o conhecimento adquirido pela mulher nesse tempo influencia diretamente no seu interesse em seguir com o aleitamento materno pelo maior tempo possível, em conformidade com o Decreto N° 9.579, de 22 de novembro de 2018, Art. 22 “Os profissionais de saúde deverão estimular e divulgar a prática do aleitamento materno exclusivo até os seis meses de idade e continuado até os dois anos de idade ou mais” (Brasil, 2018).

A licença maternidade também é um problema que impacta na continuidade do aleitamento materno e não passou despercebido pela FIOCRUZ (2020) que alega que 60% das crianças brasileiras permanecem com o aleitamento materno exclusivo até os quatro meses de idade, caindo para 45% após esse período, pois é quando se encerra a licença maternidade. Gabriel *et al.* (2021) traz, além deste problema, a questão das mães autônomas que não têm a possibilidade de se afastarem do serviço por, nem mesmo, quatro meses, dificultando ainda mais a oferta do leite materno.

Conclusão

O aleitamento materno representa uma das práticas mais eficazes para a promoção da saúde materno-infantil, sendo amplamente reconhecido por seus benefícios nutricionais, imunológicos, emocionais e de desenvolvimento. Os achados desta revisão evidenciam que, apesar dos esforços institucionais e governamentais, como as ações implementadas em São Paulo no incentivo à amamentação e as diretrizes estabelecidas pelo Decreto nº 9.579/2018, persistem desafios que dificultam a manutenção do aleitamento materno exclusivo até os seis meses de vida, conforme preconizado pela OMS.

Dentre esses desafios, destacam-se a desinformação das mães durante o pré-natal, a ausência de suporte adequado dos profissionais de saúde, a perpetuação de mitos e crenças populares sobre a prática e os fatores socioeconômicos, como a curta duração da licença-maternidade e a realidade das mães autônomas. Esses aspectos contribuem para o desmame precoce, comprometendo a saúde infantil e

aumentando riscos de morbimortalidade, como já apontado em relatórios internacionais.

Além disso, os estudos analisados reforçam a superioridade do leite materno em relação às fórmulas infantis, tanto na composição quanto no impacto na saúde em curto e longo prazo. Embora o uso de fórmulas possa ser necessário em situações específicas, sua substituição indiscriminada reforça a necessidade de políticas públicas e estratégias de educação em saúde voltadas ao fortalecimento da prática do aleitamento.

Portanto, conclui-se que a amamentação deve ser compreendida não apenas como um ato biológico, mas como uma prática social, cultural e de saúde pública. O fortalecimento das ações de promoção, incentivo e apoio à amamentação depende da capacitação contínua dos profissionais de saúde, da ampliação das redes de suporte às puérperas e do combate ativo aos mitos e barreiras que dificultam a continuidade do aleitamento. Dessa forma, será possível alcançar avanços significativos na redução da mortalidade infantil e na melhoria da qualidade de vida de mães e crianças, em consonância com os compromissos nacionais e globais de saúde.

Referências

ALMEIDA, J. M., LUZ, S. A. B., UED, F. V. Support of breastfeeding by health professionals: integrative review of the literature. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 33 n. 3, 2015. DOI: 10.1016/j.rpped.2014.10.002. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC4620964/pdf/0103-0582-rpp-33-03-0355.pdf>. Acesso em: 07 mar. 2025.

BRAGA, M. S., GONÇALVES, M. S., AUGUSTO, C. R. Os benefícios do aleitamento materno para o desenvolvimento infantil. **Brazilian Journal of Development**, v. 6, n. 9, p. 70250-70260, 2020. DOI: 0.34117/bjdv6n9-468. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/16985/15832>. Acesso em: 07 mar. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Agosto dourado: São Paulo avança no apoio à amamentação em 2023**. Entrevista publicada em: 12 de ago. 2024. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias-para-os-estados/sao-paulo/2024/agosto/sao-paulo-avanca-no-apoio-a-amamentacao-em-2023>. Acesso em: 04 abr. 2025.

BRASIL. Decreto nº 9.579, de 22 de novembro de 2018. Dispõem sobre a temática do lactente, da criança e do adolescente e do aprendiz, e sobre o Conselho Nacional dos Direitos da Criança e do Adolescente, o Fundo Nacional para a Criança e o Adolescente e os programas federais da criança e do adolescente, e dá outras providências. **Diário Oficial da União**: seção 1, Brasília, DF, 2018, n. 225, p. 49, 23 nov. 2018. Disponível em: <https://www.in.gov.br/web/dou/-/decreto-n-9-579-de-22-de-novembro-de-2018-51525297>. Acesso em: 07 set. 2025.

DEL CIAMPO, L. A., DEL CIAMPO, I. R. L. Breastfeeding and the benefits of lactation for women's health. **Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia**, v. 40, p. 354-359, 2018. DOI: 10.1055/s-0038-1657766. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10798271/pdf/10-1055-s-0038-1657766.pdf>. Acesso em: 07 mar. 2025.

FCA. Faculdades de ciências agrônômicas. **Tipos de revisão de literatura**. Biblioteca Prof. Paulo de Carvalho Mattos. UNESP Campos de Botucatu. Botucatu, 2015. Disponível em: <https://www.fca.unesp.br/#!/biblioteca/normas-tecnicas/tipos-de-revisao-de-literatura/>. Acesso em: 30 maio 2025.

FERNANDES, R. C., HÖFELMANN, D. A. Intenção de amamentar entre gestantes: associação com trabalho, fumo e experiência prévia de amamentação. **Temas livres ciências e saúde coletiva**, v. 23, n. 3, p. 1061-1072, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-81232020253.27922017>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/Tv8Ns8Yz5vLJf74XFrmDJYm/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 23 set. 2025.

FIOCRUZ. Fundação Oswaldo Cruz – FIOCRUZ. **Pesquisa aponta que índice de aleitamento materno aumentou nas últimas décadas**. FIOCRUZ Ciência e Saúde pela vida. 2020. Disponível em: <https://portal.fiocruz.br/noticia/pesquisa-aponta-que-indice-de-aleitamento-materno-aumentou-nas-ultimas-decadas>. Acesso em: 21 mar. 2025.

GABRIEL A. C. *et al.* Retorno ao trabalho e desmame precoce: uma revisão de literatura. **Revista Terra e Cultura: Caderno de Ensino e Pesquisa**, v. 37, n. especial, 2021. ISSN 2596-2809. Disponível em: <http://periodicos.unifil.br/index.php/Revistatestes/article/view/2355/1764>. Acesso em: 12 set. 2025.

GUARIENTI, B. *et al.* Falta de orientação gera dificuldades no aleitamento materno. **Periódico UEPG redação de mídia integrada**, Ponta Grossa, 19 ago. 2022. Disponível em: <https://periodico.sites.uepg.br/index.php/saude/2787-falta-de-orientacao-gera-dificuldades-no-aleitamento-materno>. Acesso em: 20 mar. 2025.

JESUS, P., C., OLIVEIRA, M., I., C., FONSECA, S., C. Impact of health professional training in breastfeeding on their knowledge, skills, and hospital practices: a systematic review. **Jornal de Pediatria**, Rio de Janeiro, v. 92, n. 5, p. 436-450, 2016. DOI: <http://dx.doi.org/10.1016/j.jped.2015.09.008>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jped/a/FNjK8GvTpnSnM78SvZb8RDd/?format=pdf&lang=en>. Acesso em: 20 mar. 2025.

- LAHÓS, T. N., PRETTO, A. D. B., PASTORE, C. A. Mitos e crenças acerca do aleitamento materno no estado do Rio Grande do Sul (Brasil). **Nutrición clínica y dietética hospitalaria**, v. 36, n. 4, p. 27-33, 2016. DOI: 10.12873/364toschi. Disponível em: <https://revista.nutricion.org/PDF/DOUMID-BORGES.pdf>. Acesso em: 01 set. 2025.
- MAESTRO, A. D. *et al.* Diferenciação do leite materno e fórmulas infantis: uma análise da composição, bioatividade e impacto na saúde infantil. **Alimentos e Nutrição na promoção de uma vida saudável 2**. p. 108-115, 2025. DOI: <https://doi.org/10.22533/at.ed019122528049>. Disponível em: <https://atenaeditora.com.br/catalogo/download-post/98641>. Acesso em: 07 set. 2025.
- MOURA, I. M. B. Mitos e verdades sobre o aleitamento materno na sociedade. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 7, n. 1, p. 628-639, 2024. DOI: <https://doi.org/10.34119/bjhrv7n1-047>. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/66214/47236>. Acesso em: 07 mar. 2025.
- ONU – Organização das Nações Unidas - ONU. **Os objetivos de desenvolvimento do milênio**. Nações Unidas Brasil. 2010. Disponível em: <https://brasil.un.org/pt-br/66851-os-objetivos-de-desenvolvimento-do-mil%C3%AAnio>. Acesso em: 21 mar. 2025.
- ONU – Organização das Nações Unidas – ONU. **Os objetivos de desenvolvimento sustentável. 3 Saúde e bem-estar**. Nações Unidas Brasil. 2025. Disponível em: <https://brasil.un.org/pt-br/sdgs/3>. Acesso em: 23 set. 2025.
- PIRES, P. L. S. *et al.* Introdução da alimentação complementar e fatores associados em recém-nascidos pré-termo e com baixo peso: estudo de coorte prospectivo. **Caderno de Saúde Pública – CSP**, Uberlândia, v. 40, n. 8, e00194923, 2024. DOI: 10.1590/0102-311XPT194923. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/sYNXLGT7xJRqrvTjfCwCmsJ/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 14 mar. 2025
- ROCHA, A. F. *et al.* Intenção de engravidar e amamentação: revisão integrativa. **Revista brasileira em promoção da saúde**, v. 31, n. 2, p. 1-10, 2018, e-ISSN:1806-1230. DOI: 10.5020/18061230.2018.6960. Disponível em: <https://ojs.unifor.br/RBPS/article/view/6960/pdf>. Acesso em: 23 set. 2025.
- SANTOS, I. I., OLIVEIRA, A. C. D. A importância do aleitamento materno. **Revista Saúde dos Vales**, Goiânia, v. 4, n. 1, 2024. DOI: 10.61164/rsv.v4i1.2355. Disponível em: <http://revista.unipacto.com.br/index.php/rsv/article/view/2355/2873>. Acesso em: 14 mar. 2025.
- SOUZA, D. S. *et al.* O impacto do aleitamento materno versus o uso de fórmula láctea na saúde infantil. **Novos Desafios Revista Científica**, v. 4, n. 2, 2024, p. 26-34, ISSN 2764-1724. DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.14200029>. Disponível em: <https://novosdesafios.inf.br/index.php/revista/article/view/94/77>. Acesso em: 07 set. 2025.

UNICEF. Fundo das Nações Unidas para Infância - UNICEF. **Early childhood nutrition:** Preventing malnutrition in infants and young children. UNICEF for Every child. 2025. Disponível em: <https://www.unicef.org/nutrition/early-childhood-nutrition>. Acesso em: 20 mar. 2025.

VISINTIN, A. B. *et al.* Avaliação do Conhecimento de Puérperas Acerca da Amamentação. **Enfermagem em Foco**, Espírito Santo, v. 6, 2015. DOI: 10.21675/2357-707X.2015.v.6, n.1/4, p.12-16. Disponível em: https://enfermfoco.org/wp-content/uploads/articles_xml/2357-707X-enfoco-06-01_04-0012/2357-707X-enfoco-06-01_04-0012.pdf. Acesso em: 12 mar. 2025.