

ANAIS DA V MOSTRA CIENTÍFICA DO  
PROGRAMA DE INTERAÇÃO COMUNITÁRIA DO CURSO DE MEDICINA

---

OS BENEFÍCIOS DA AMAMENTAÇÃO NA PREVENÇÃO DA OBESIDADE  
INFANTIL

Maria Anthonia Dobri Teixeira<sup>I</sup>; Jheniffer Alves Flores<sup>I</sup>; Larissa Damiani<sup>I</sup>; Laura Zawaski Paim<sup>I</sup>; Tananny Torraca Matos Pinheiro da Silva<sup>II</sup>

I. Acadêmica de Medicina do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG).

II. Médica. Residente de medicina de família e comunidade pelo Hospital Geral de Cuiabá (HG). Docente do centro universitário de Várzea Grande UNIVAG

**Introdução:** As mudanças alimentares da população vêm sendo modificadas ao longo dos anos com o aumento da ingestão de alimentos industrializados, que são adicionados ao cardápio humano desde as primeiras idades, com a substituição do leite materno por fórmulas infantis e leites de outros gêneros<sup>3</sup>. Esses hábitos vão progredindo para uma inclusão de alimentos com maior concentração de lipídeos e açúcares, aumentando a incidência de doenças crônicas, com predomínio da obesidade, definida como “o excesso de gordura corporal, em quantidade que determina prejuízos à saúde”<sup>2,3</sup>. “O aleitamento materno, isto é, o consumo único de leite materno<sup>1</sup>, é recomendado a ser mantido pelo menos até os dois anos de idade, sendo exclusivo até os seis meses, pois trará benefícios mútuos para a criança e a nutriz. Respeitar esse período de tempo é importante não só para maturação de diversos sistemas do corpo da criança<sup>1</sup>, mas para protegê-la contra alergias e prevenir distúrbios nutricionais, desde a desnutrição até a obesidade<sup>2</sup>.

**Objetivo:** Revisão de literatura para verificar a influência da amamentação eficaz como fator protetivo para o não desenvolvimento da obesidade em crianças. **Método:** As referências usadas para esta revisão bibliográfica e documental foram retiradas de livros físicos e virtuais, artigos pesquisados nas bases de dados SciELO, BVS e revistas de universidades brasileiras, dos últimos dez anos, priorizando as publicações nacionais e também os da língua inglesa.

**Discussão/Resultados:** A amamentação demonstrou, em diversos estudos, um efeito protetor da obesidade e sobrepeso<sup>4</sup>. Essa característica se dá através do *imprinting metabólico*, pelo qual a criança aumenta a suscetibilidade para algumas doenças através da primeira nutrição, pois modifica as características dos adipócitos e sua quantidade. Além disso, a leptina, um hormônio presente no leite materno, regula o metabolismo do lactente, devido às suas funções de inibição do apetite e das vias metabólicas, provocando melhor diferenciação da saciedade<sup>3,4</sup>. Dentre os benefícios do leite materno, além dos já citados, tem-se uma rica composição que nenhuma fórmula infantil consegue abranger tão grandemente, a citar, hormônios, enzimas, fatores de crescimento e fatores imunológicos.<sup>4</sup> Nesse sentido, a interrupção da amamentação precocemente traz malefícios ao recém-nascido, já que, como demonstrado por um estudo na Suécia, há uma menor prevalência de sobrepeso naqueles que receberam aleitamento materno por mais de três meses. Além disso, o lactente perderia os benefícios dos outros componentes presentes no leite materno. Dessa forma, destaca-se a importância da amamentação para prevenção de doenças e melhoria da qualidade de vida.<sup>4</sup> Outro ponto importante, porém pouco conhecido, está relacionado com as situações em que o aleitamento materno é contraindicado, envolvendo mães com infecções pelo vírus da imunodeficiência humana e vírus T-linfotrópicos humanos tipo I,

**ANAIS DA V MOSTRA CIENTÍFICA DO  
PROGRAMA DE INTERAÇÃO COMUNITÁRIA DO CURSO DE MEDICINA**

---

além do uso de substâncias como antineoplásicos, radiofármacos, drogas de abuso. Embora a amamentação confira proteção aos lactentes, esses casos oferecem riscos de contaminação e efeitos adversos. **Conclusão:** Em virtude dos dados expostos, percebe-se que a amamentação é um fator de prevenção de sobrepeso e obesidade infantil. Isso porque a amamentação exclusiva até os seis primeiros meses oferece à criança a liberação de hormônios como a leptina, que regula o apetite e, ainda, evita a inserção de alimentos industrializados precocemente. Sendo assim, a amamentação traz melhorias para a saúde da criança e da mulher, permanecendo o desafio aos acadêmicos e profissionais de saúde pública o incentivo à essa prática.

**Palavras-chave:** Aleitamento materno; Obesidade pediátrica; Criança; Dieta.

**Referências:**

1. Sociedade Brasileira de Pediatria. Tratado de Pediatria da Sociedade Brasileira de Pediatria. 5ª ed. Vol. 1. Seção 9. Capítulo 1: Tópicos básicos em aleitamento materno. Barueri, SP: Manole, 2021.
2. Sociedade Brasileira de Pediatria. Tratado de Pediatria da Sociedade Brasileira de Pediatria. 5ª ed. Vol. 2. Seção 26. Capítulo 7: Obesidade exógena. Barueri, SP: Manole, 2021.
3. Giugliani ERJ, Lamounier JA. Aleitamento materno: uma contribuição científica para a prática do profissional de saúde. *Jornal de pediatria* [online]. 2004, v. 80, n. 5 suppl [Acessado 15 Outubro 2022], pp. s117-s118. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0021-75572004000700001>>. Epub 01 Abr 2008. ISSN 1678-4782. <https://doi.org/10.1590/S0021-75572004000700001>.
4. Bezerra IM. Amamentação por tempo prolongado como fator de prevenção à obesidade infantil. *Rev científica multidisciplinar núcleo do conhecimento*. ed. 07, Vol. 03, pp. 88-112, Julho de 2018. Disponível em: <https://www.nucleodoconhecimento.com.br/saude/amamentacao-por-tempo-prolongado>