



Aleitamento Materno

Seis milhões de crianças no mundo sobreviveriam se amamentassem com leite materno

Aproximadamente seis milhões de crianças sobreviveriam por ano no mundo se aleitadas ao seio materno. A composição do leite humano é complexa, espécie-específica, sendo o leite constituído de carboidratos, dentre eles os cerebrosídeos, responsáveis pelo desenvolvimento do sistema nervoso central, proteínas como a glutamina, que participa do crescimento celular do epitélio intestinal e da defesa do organismo. Ele possui vários fatores bioativos anti-infecciosos, entre eles os mais de 200 tipos de oligossacáridos, conhecidos também como prebióticos. Os ácidos graxos conhecidos como PUFAS e LCPUFA (ácido aracdônico e docosahexanóico) são responsáveis pelo crescimento, neurodesenvolvimento e função visual. A adiponectina está elevada no leite humano e pode estar relacionada ao papel protetor contra a obesidade, observada quando há aleitamento materno, além da grelina e leptina, que também são hormônios responsáveis pelo controle do apetite. O estilo de vida e a nutrição na infância são considerados atualmente como um dos responsáveis pela programação de efeitos mais tardios na vida do indivíduo, como obesidade, diabetes tipo 2 e hipertensão.

Recentemente, foi descoberto o HAMLET "*human alpha-lactalbumin made lethal to tumor cells*", composto por uma alfa-lactalbumina complexa e ácido oléico, com participação ativa na atividade antimicrobiana do leite humano, além de promover a apoptose de células tumorais sem danificar as células saudáveis.

Vários são os fatores que interferem no aleitamento, propiciando o desmame. Já na antiguidade há vestígios arqueológicos de utilização de artefatos semelhantes às mamadeiras e aleitamento cruzado. Mas, principalmente nas décadas de 1970 e 1980, houve um índice alarmante de desmame de crianças brasileiras, com uma mortalidade inaceitável por causas evitáveis, principalmente a diarreia. Nessa época, a propaganda maciça das fórmulas infantis fórmulas voltadas para a infância, aliada a um certo desconhecimento de quão importante é o leite materno no crescimento e desenvolvimento infantil, entre outros fatores, produziram esse efeito danoso com final trágico para muitas crianças. A partir dos anos 1980, as políticas públicas de saúde passaram a incentivar, através de abordagens diversas, um aumento do aleitamento exclusivo no país e a duração desse aleitamento.

Na Declaração de *Innocenti*, documento surgido a partir da reunião de vários países sob a coordenação do Unicef e OMS, na Itália, foram propos-

tos os "Dez Passos Para o Sucesso do Aleitamento Materno" com a finalidade de proteger, promover e apoiar o aleitamento materno. A solicitação e outorga desse título para Hospitais no Brasil está quase que incipiente nos últimos anos.

Outra iniciativa de sucesso, proposta pela WABA (Aliança Mundial de Ação Pró-Amamentação) e efetivada pelo Ministério da Saúde, é a Semana Mundial de Aleitamento Materno (SMAM) que, em 2013, acontecerá no período de 1º a 8 de agosto com o tema "Aconselhamento". Aqui cabe lembrar que o conhecimento do profissional de saúde em aleitamento materno por si só não é suficiente. Ele deverá ser um aconselhamento efetivo e para isso é preciso ter sensibilidade para escutar, além de desenvolver habilidades de comunicação para esclarecer e ajudar as nutrizes a transpor as barreiras que elas encontram no aleitamento.

Felizmente, tem aumentado a frequência de cursos, jornadas e outros eventos que têm como pauta o aleitamento materno. Nos dias 23 e 24 de maio aconteceu o II Congresso Virtual de Aleitamento Materno. Apoio foi a palavra chave na promoção do aleitamento em todos os tópicos abordados. Foi enfatizada a grande relevância do apoio que a mulher recebe, durante a gravidez, durante o parto e durante o puerpério, das pessoas com as quais se relaciona afetivamente, sejam seus pais, seu companheiro ou outras pessoas próximas, e também dos profissionais de saúde que a atendem ou atendem o recém-nascido. A importância desse apoio revela-se na íntima relação do psiquismo com o equilíbrio neuro-hormonal que determina a lactação. Nesse equilíbrio, ressalta-se a importância da sucção frequente que ocorre no aleitamento em livre demanda para manter bons níveis de prolactina. Assim sendo, o uso da mamadeira e também da chupeta interfere negativamente por prejudicar a frequência da sucção. Ressalte-se também que situações de estresse, às quais as mães possam estar expostas, reduzem os níveis de ocitocina. Ainda na fisiologia da lactação, foi ressaltado que 50 a 70% da produção de leite acontece durante cada mamada, sendo importantes para isso os bons níveis desses hormônios.

Em tempos modernos, a mulher pode também utilizar as redes sociais. A troca de experiências que acontece nessas redes é uma forma das mães se apoiarem mutuamente. Também podem ser encontradas preciosas informações em sites específicos, como: www.aleitamento.com, www.prematuridade.com,

www.alemdauti.com.br, entre outros. Foram também discutidos o tempo de licença-maternidade e sua influência sobre o aleitamento, quando há terceirização dos cuidados com a criança após o término da licença, favorecendo o desmame.

O aleitamento de crianças prematuras continua merecendo atenção especial por parte dos profissionais e instituições. Há necessidade de atenção interdisciplinar, com técnicas de estimulação a sucção que vão permitir que o aleitamento materno seja instituído assim que a criança puder ser levada ao seio, ressaltando também sua importância para o desenvolvimento harmônico da face. É necessária atenção aos múltiplos estímulos a que a criança está submetida dentro de uma unidade de cuidados intensivos, que podem atingir níveis nocivos pelo estresse que desencadeiam, como a dor das punções sucessivas, a intensidade do ruído ambiental, a intensidade luminosa que pode vir do aparelho de fototerapia da incubadora ao lado, por exemplo. Há aplicativos gratuitos disponíveis na internet que podem ajudar no controle desses fatores de estresse, como o decibelímetro e light meter. O apoio interdisciplinar às mães cujos filhos estão em terapia intensiva foi enfatizado e detalhado, sendo citado o exemplo da abordagem que é feita na maternidade Sofia Feldman, de Belo Horizonte, pelo Sistema Único de Saúde.

A influência da sexualidade na amamentação também foi discutida. Dissertou-se a respeito dos vários fatores biopsicossociais que influenciam a sexualidade no puerpério. Orientações sobre as mudanças na sexualidade podem ser antecipadas ao casal para que possam contorná-las e conviver com elas sem problemas com o prazer sexual, o que pode influenciar positivamente o tempo de amamentação.

A Sociedade Mineira de Pediatria, através de seu Comitê de Aleitamento Materno, está em ação integrada com a Faculdade de Medicina da UFMG e as entidades governamentais, municipais e estaduais, visando a adoção de medidas práticas e educação continuada para profissionais na rede assistencial de saúde do Estado, que possam apoiar as mães e possibilitar que as crianças possam usufruir de seu direito de ser adequadamente nutridas e amamentadas.

Dr^a Maria Cândida Ferrarez Bouzada Viana – presidente do Comitê de Aleitamento Materno da Sociedade Mineira de Pediatria

Dr^a Giane Marques Barbosa Chaves – 1^a Secretária da Sociedade Mineira de Pediatria