



## OS BENEFÍCIOS DO ALEITAMENTO MATERNO COMO POSSÍVEL EFEITO PROTETOR CONTRA A OBESIDADE

IV CONUCA - Congresso Brasileiro Online de Nutrição da Criança e do Adolescente , 4ª edição, de 26/09/2023 a 28/09/2023  
ISBN dos Anais: 978-65-5465-059-5  
DOI: 10.54265/UKVE8324

**SILVINO; Ana Carolina Cardozo**<sup>1</sup>

### RESUMO

O presente trabalho possui como título “Os benefícios do aleitamento materno como possível efeito protetor contra a obesidade”. Neste prefácio, estudos mostram que a amamentação até os primeiros meses de vida reduz o risco de crianças e adolescentes com obesidade. Sabe-se que o aleitamento materno é a primeira experiência, no quesito nutricional, que o recém-nascido experimentará e que o leite materno possui todos os componentes essenciais para cada fase de crescimento e desenvolvimento do bebê nos primeiros meses de vida. Como objetivos este resumo visa conscientizar para a amamentação até os seis meses do bebê evitando riscos de obesidade na infância e juventude; esclarecer o denominado *imprinting* metabólico; os possíveis fatores que influenciam no aleitamento materno; os benefícios para o bebê que é amamentado e a correlação com a obesidade. Trata-se, portanto, do método envolvendo uma pesquisa teórica de revisão bibliográfica, baseado na sondagem acerca do tema proposto e seus desdobramentos para o lactente. Destarte, estudos denominam o *imprinting* metabólico como uma experiência nutricional preliminar desenvolvida em um período crítico e específico do desenvolvimento do bebê, apresentando efeitos prolongados durante as fases de crescimento do indivíduo, dispendo antecipadamente a determinadas doenças, como é o caso da obesidade. Com isso, o *imprinting* metabólico poderia estar associado a composição do leite materno. É essencial possuir perseverança quanto ao aleitamento materno, pois causas como idade materna, fissuras nas mamas, desconhecimento sobre as vantagens da amamentação e recém-nascidos prematuros são alguns dos fatores que influenciam o aleitamento. O leite materno tem demonstrado vantagens, sendo um alimento completo para o recém-nascido. Ele reduz o risco de alergias, doenças e infecções e melhora o desenvolvimento cognitivo. Também produz resultados positivos no sistema imunológico e, conforme estudos e revisões, aventa um efeito protetor contra a obesidade e sobrepeso, reprimindo, ainda, casos de diabetes mellitus e colesterol alto na vida adulta. É alarmante o

<sup>1</sup> Centro Universitário Leonardo da Vinci - UNIASSELVI, cardozo.carool@gmail.com

número de crianças e jovens acima do peso. No Brasil, uma a cada três crianças encontra-se com obesidade, tornando-se um problema preocupante de saúde pública. Fato este acarreta tanto na obesidade, como na prevalência de doenças crônicas como hipertensão arterial, doenças cardiovasculares e diabetes. O resultado exposto demonstrou que a amamentação por um período prolongado da vida do bebê indicou um menor grau de obesidade em crianças com idade superior a três anos. Concluindo, é essencial que ocorra o aleitamento materno exclusivamente até os primeiros seis meses de vida do bebê, visto que o leite materno possui fatores importantes para os desenvolvimentos psicológicos, imunológicos e, principalmente, afetivos, uma vez que fortalece o vínculo mãe-filho. Bebês que se alimentam diretamente do seio materno podem desenvolver mecanismos que ajudam a regular a ingestão energética, diferente dos bebês que são amamentados com mamadeiras. Apesar das hipóteses que o aleitamento materno ajudaria no efeito protetor contra a obesidade, ainda se faz necessário que as famílias incentivem hábitos alimentares saudáveis para suas crianças evitando riscos de obesidade na juventude e na fase adulta. Área temática Nutrição Clínica Materno-infantil. Resumo sem apresentação oral.

**PALAVRAS-CHAVE:** aleitamento materno, crianças e adolescentes, obesidade, sobrepeso