

Carla Cristina Bauermann Brasil
(Organizadora)

Nutrição:

Qualidade de vida e
promoção da saúde

Carla Cristina Bauermann Brasil
(Organizadora)

Nutrição:

Qualidade de vida e
promoção da saúde

Editora chefe

Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira

Editora executiva

Natalia Oliveira

Assistente editorial

Flávia Roberta Barão

Bibliotecária

Janaina Ramos

Projeto gráfico

Camila Alves de Cremo

Daphynny Pamplona

Gabriel Motomu Teshima

Luiza Alves Batista

Natália Sandrini de Azevedo

Imagens da capa

iStock

Edição de arte

Luiza Alves Batista

2021 by Atena Editora

Copyright © Atena Editora

Copyright do texto © 2021 Os autores

Copyright da edição © 2021 Atena Editora

Direitos para esta edição cedidos à Atena Editora pelos autores.

Open access publication by Atena Editora



Todo o conteúdo deste livro está licenciado sob uma Licença de Atribuição *Creative Commons*. Atribuição-Não-Comercial-NãoDerivativos 4.0 Internacional (CC BY-NC-ND 4.0).

O conteúdo dos artigos e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores, inclusive não representam necessariamente a posição oficial da Atena Editora. Permitido o *download* da obra e o compartilhamento desde que sejam atribuídos créditos aos autores, mas sem a possibilidade de alterá-la de nenhuma forma ou utilizá-la para fins comerciais.

Todos os manuscritos foram previamente submetidos à avaliação cega pelos pares, membros do Conselho Editorial desta Editora, tendo sido aprovados para a publicação com base em critérios de neutralidade e imparcialidade acadêmica.

A Atena Editora é comprometida em garantir a integridade editorial em todas as etapas do processo de publicação, evitando plágio, dados ou resultados fraudulentos e impedindo que interesses financeiros comprometam os padrões éticos da publicação. Situações suspeitas de má conduta científica serão investigadas sob o mais alto padrão de rigor acadêmico e ético.

Conselho Editorial**Ciências Biológicas e da Saúde**

Prof. Dr. André Ribeiro da Silva – Universidade de Brasília

Profª Drª Anelise Levay Murari – Universidade Federal de Pelotas

Prof. Dr. Benedito Rodrigues da Silva Neto – Universidade Federal de Goiás

Profª Drª Daniela Reis Joaquim de Freitas – Universidade Federal do Piauí

Profª Drª Débora Luana Ribeiro Pessoa – Universidade Federal do Maranhão

Prof. Dr. Douglas Siqueira de Almeida Chaves – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro



Prof. Dr. Edson da Silva – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri
Prof^o Dr^a Elizabeth Cordeiro Fernandes – Faculdade Integrada Medicina
Prof^o Dr^a Eleuza Rodrigues Machado – Faculdade Anhanguera de Brasília
Prof^o Dr^a Elane Schwinden Prudêncio – Universidade Federal de Santa Catarina
Prof^o Dr^a Eysler Gonçalves Maia Brasil – Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira
Prof. Dr. Ferlando Lima Santos – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Prof^o Dr^a Fernanda Miguel de Andrade – Universidade Federal de Pernambuco
Prof. Dr. Fernando Mendes – Instituto Politécnico de Coimbra – Escola Superior de Saúde de Coimbra
Prof^o Dr^a Gabriela Vieira do Amaral – Universidade de Vassouras
Prof. Dr. Gianfábio Pimentel Franco – Universidade Federal de Santa Maria
Prof. Dr. Helio Franklin Rodrigues de Almeida – Universidade Federal de Rondônia
Prof^o Dr^a Iara Lúcia Tescarollo – Universidade São Francisco
Prof. Dr. Igor Luiz Vieira de Lima Santos – Universidade Federal de Campina Grande
Prof. Dr. Jefferson Thiago Souza – Universidade Estadual do Ceará
Prof. Dr. Jesus Rodrigues Lemos – Universidade Federal do Piauí
Prof. Dr. Jônatas de França Barros – Universidade Federal do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. José Max Barbosa de Oliveira Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará
Prof. Dr. Luís Paulo Souza e Souza – Universidade Federal do Amazonas
Prof^o Dr^a Magnólia de Araújo Campos – Universidade Federal de Campina Grande
Prof. Dr. Marcus Fernando da Silva Praxedes – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Prof^o Dr^a Maria Tatiane Gonçalves Sá – Universidade do Estado do Pará
Prof^o Dr^a Mylena Andréa Oliveira Torres – Universidade Ceuma
Prof^o Dr^a Natiéli Piovesan – Instituto Federacl do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Paulo Inada – Universidade Estadual de Maringá
Prof. Dr. Rafael Henrique Silva – Hospital Universitário da Universidade Federal da Grande Dourados
Prof^o Dr^a Regiane Luz Carvalho – Centro Universitário das Faculdades Associadas de Ensino
Prof^o Dr^a Renata Mendes de Freitas – Universidade Federal de Juiz de Fora
Prof^o Dr^a Vanessa da Fontoura Custódio Monteiro – Universidade do Vale do Sapucaí
Prof^o Dr^a Vanessa Lima Gonçalves – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Prof^o Dr^a Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande
Prof^o Dr^a Welma Emidio da Silva – Universidade Federal Rural de Pernambuco



Nutrição: qualidade de vida e promoção da saúde

Diagramação: Daphynny Pamplona
Correção: Yaiddy Paola Martinez
Indexação: Amanda Kelly da Costa Veiga
Revisão: Os autores
Organizadora: Carla Cristina Bauermann Brasil

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

N976 Nutrição: qualidade de vida e promoção da saúde /
Organizadora Carla Cristina Bauermann Brasil. – Ponta
Grossa - PR: Atena, 2021.

Formato: PDF

Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader

Modo de acesso: World Wide Web

Inclui bibliografia

ISBN 978-65-5983-791-5

DOI: <https://doi.org/10.22533/at.ed.915220601>

1. Nutrição. 2. Alimentação. I. Brasil, Carla Cristina
Bauermann (Organizadora). II. Título.

CDD 613.2

Elaborado por Bibliotecária Janaina Ramos – CRB-8/9166

Atena Editora
Ponta Grossa – Paraná – Brasil
Telefone: +55 (42) 3323-5493
www.atenaeditora.com.br
contato@atenaeditora.com.br



Atena
Editora
Ano 2021

DECLARAÇÃO DOS AUTORES

Os autores desta obra: 1. Atestam não possuir qualquer interesse comercial que constitua um conflito de interesses em relação ao artigo científico publicado; 2. Declaram que participaram ativamente da construção dos respectivos manuscritos, preferencialmente na: a) Concepção do estudo, e/ou aquisição de dados, e/ou análise e interpretação de dados; b) Elaboração do artigo ou revisão com vistas a tornar o material intelectualmente relevante; c) Aprovação final do manuscrito para submissão.; 3. Certificam que os artigos científicos publicados estão completamente isentos de dados e/ou resultados fraudulentos; 4. Confirmam a citação e a referência correta de todos os dados e de interpretações de dados de outras pesquisas; 5. Reconhecem terem informado todas as fontes de financiamento recebidas para a consecução da pesquisa; 6. Autorizam a edição da obra, que incluem os registros de ficha catalográfica, ISBN, DOI e demais indexadores, projeto visual e criação de capa, diagramação de miolo, assim como lançamento e divulgação da mesma conforme critérios da Atena Editora.



DECLARAÇÃO DA EDITORA

A Atena Editora declara, para os devidos fins de direito, que: 1. A presente publicação constitui apenas transferência temporária dos direitos autorais, direito sobre a publicação, inclusive não constitui responsabilidade solidária na criação dos manuscritos publicados, nos termos previstos na Lei sobre direitos autorais (Lei 9610/98), no art. 184 do Código Penal e no art. 927 do Código Civil; 2. Autoriza e incentiva os autores a assinarem contratos com repositórios institucionais, com fins exclusivos de divulgação da obra, desde que com o devido reconhecimento de autoria e edição e sem qualquer finalidade comercial; 3. Todos os e-book são *open access*, *desta forma* não os comercializa em seu site, sites parceiros, plataformas de *e-commerce*, ou qualquer outro meio virtual ou físico, portanto, está isenta de repasses de direitos autorais aos autores; 4. Todos os membros do conselho editorial são doutores e vinculados a instituições de ensino superior públicas, conforme recomendação da CAPES para obtenção do Qualis livro; 5. Não cede, comercializa ou autoriza a utilização dos nomes e e-mails dos autores, bem como nenhum outro dado dos mesmos, para qualquer finalidade que não o escopo da divulgação desta obra.



APRESENTAÇÃO

A presente obra “Nutrição: Qualidade de vida e promoção da saúde” publicada no formato *e-book* explana o olhar multidisciplinar da Alimentação e Nutrição. O principal objetivo desse *e-book* foi apresentar de forma categorizada os estudos, relatos de caso e revisões desenvolvidas em diversas instituições de ensino e pesquisa do país, os quais transitam nos diversos caminhos da Nutrição e Saúde. Em todos esses trabalhos a linha condutora foi o aspecto relacionado aos padrões e comportamentos alimentares; alimentação infantil, promoção da saúde, avaliações sensoriais de alimentos, caracterização de alimentos; desenvolvimento de novos produtos alimentícios, controle de qualidade dos alimentos, segurança alimentar e áreas correlatas.

Temas diversos e interessantes são, deste modo, discutidos nestes dois volumes com a proposta de fundamentar o conhecimento de acadêmicos, mestres e todos aqueles que de alguma forma se interessam pela área da Alimentação, Nutrição, Saúde e seus aspectos. A Nutrição é uma ciência relativamente nova, mas a dimensão de sua importância se traduz na amplitude de áreas com as quais dialoga. Portanto, possuir um material científico que demonstre com dados substanciais de regiões específicas do país é muito relevante, assim como abordar temas atuais e de interesse direto da sociedade. Deste modo a obra “Nutrição: Qualidade de vida e promoção da saúde” se constitui em uma interessante ferramenta para que o leitor, tenha acesso a um panorama do que tem sido construído na área em nosso país.

Uma ótima leitura a todos(as)!


Carla Cristina Bauermann Brasil

SUMÁRIO

CAPÍTULO 1..... 1

RECOMENDAÇÕES NUTRICIONAIS E COVID-19


Láís Lima de Castro Abreu
Rute Emanuela da Rocha
Luisa Carla Martins de Carvalho
Ana Rafaela Silva Pereira
Andrea Gomes Santana de Melo

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.9152206011>

CAPÍTULO 2..... 14

SUBSTÂNCIAS POTENCIALMENTE TÓXICAS NA ALIMENTAÇÃO DE BRASILEIROS E SEUS EFEITOS ADVERSOS PARA A SAÚDE


Letícia Faria de Souza
Daniela Marinho
Grazielle Castagna Cezimbra Weis

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.9152206012>

CAPÍTULO 3..... 25

EFEITO DO TRATAMENTO COM ÓLEO DE *Salvia hispanica* L. EM UM MODELO DE HIPERLIPIDEMIA INDUZIDA POR TRITON WR-1339


Daniela Varnier
Vanessa Corralo Borges

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.9152206013>

CAPÍTULO 4..... 34

PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES NA PRÁTICA DO NUTRICIONISTA: UM OLHAR PARA A HUMANIZAÇÃO DO CUIDADO


Ana Flávia Pitombeira dos Santos
Maria Carolina Nogueira Buarque
Isadora Bianco Cardoso de Menezes

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.9152206014>

CAPÍTULO 5..... 47

QUANTIDADE E QUALIDADE: UMA ABORDAGEM NO ATENDIMENTO NUTRICIONAL NA ESF DE PLANALTO SERRANO BLOCO A NO MUNICÍPIO DE SERRA/ES/BRASIL

Cristiano de Assis Silva
Guilherme Bicalho Nogueira

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.9152206015>

CAPÍTULO 6..... 54

AVALIAÇÃO DA INSEGURANÇA DA ALIMENTAÇÃO E NUTRICIONAL EM UM CONSÓRCIO DE SEGURANÇA ALIMENTAR NO VALE DO JQUIRIÇÁ, BAHIA, BRASIL

Joelma Cláudia Silveira Ribeiro


Sandra Maria Chaves dos Santos

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.9152206016>

CAPÍTULO 7..... 69

EFEITO DE TERAPIAS NUTRICIONAIS EM MULHERES COM SÍNDROME DE OVÁRIOS POLICÍSTICOS E EXCESSO DE PESO: REVISÃO INTEGRATIVA


Vitória Ribeiro Mendes
Joyce Sousa Aquino Brito
Lana Maria Mendes Gaspar
Andressa Correia das Neves
Juliana Feitosa Ferreira
Whellyda Katrynne Silva Oliveira
Débora Paloma de Paiva Sousa
Heide Sara Santos Ferreira
Elinayara Pereira da Silva
Marta Gama Marques Castro
Vanessa Gomes de Oliveira
Stefany Rodrigues de Sousa Melo

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.9152206017>

CAPÍTULO 8..... 81

ESTADO NUTRICIONAL, HÁBITOS ALIMENTARES E ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM EM GESTANTES ATENDIDAS EM MUNICÍPIOS DE PEQUENO PORTE


Natália Müller
Nilza Gaiola Tognon
Wania Aparecida Duran André
Leticya Aparecida de Lima Scapin
Franciele Nunes de Oliveira
Liliane Novais Dantas
Maria de Lourdes Casagrande Lazarotto
Victor Hugo Xavier Marangão
Sabrina de Souza Venâncio Mazotte
Naiara dos Santos Monção
Amanda Camerini Lima
Daniele Cristina de Paula

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.9152206018>

CAPÍTULO 9..... 98

A PUBLICIDADE DE ALIMENTOS COMO FATOR PARA O CRESCIMENTO DA OBESIDADE INFANTIL

Raphaela Freitas Yamane
Francisca Marta Nascimento de Oliveira Freitas

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.9152206019>


CAPÍTULO 10..... 109

COMUNICAÇÃO E ENVELHECIMENTO: UM ESTUDO SOBRE AS PUBLICIDADES DE

SUPLEMENTOS VITAMÍNICOS

Mariana Fernanda Braga Bogni

Celeste José Zanon

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.91522060110>

CAPÍTULO 11 117


A IMPORTÂNCIA DO ALEITAMENTO MATERNO ATÉ OS 6 MESES DE VIDA DO LACTENTE

Yanezza Caldeiras De Negreiros

Francisca Marta Nascimento de Oliveira Freitas

Rebeca Sakamoto Figueiredo

Rosimar Honorato Lobo

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.91522060111>


CAPÍTULO 12 128

PRINCIPAIS FATORES QUE INFLUENCIAM A FORMAÇÃO DE HÁBITOS E COMPORTAMENTOS ALIMENTARES DAS CRIANÇAS

Amanda Sofia Cardoso Dos Santos

Ester Myllene De Souza Moura

Junia Helena Porto Barbosa

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.91522060112>

CAPÍTULO 13 148

ROMOÇÃO DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL EM ESCOLARES DA REDE PÚBLICA DO INTERIOR DO RIO GRANDE DO NORTE

Adriene dantas de melo canário


Kelly da Silva Ferreira

Layanne Cristini Martin Sousa

Sávio Marcelino Gomes

Alanne Deyse Dantas Bezerra

Catarine Santos da Silva

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.91522060113>

CAPÍTULO 14 160

HÁBITOS ALIMENTARES E A OBESIDADE INFANTIL: REVISÃO INTEGRATIVA

Elinayara Pereira da Silva

Marta Gama Marques Castro

Vanessa Gomes de Oliveira

Vitória Ribeiro Mendes

Joyce Sousa Aquino Brito

Lana Maria Mendes Gaspar

Andressa Correia das Neves


Juliana Feitosa Ferreira

Whellyda Katrynne Silva Oliveira

Débora Paloma de Paiva Sousa

Heide Sara Santos Ferreira

Stefany Rodrigues de Sousa Melo


 <https://doi.org/10.22533/at.ed.91522060114>

CAPÍTULO 15..... 170

ALIMENTAÇÃO INFANTIL DURANTE O ISOLAMENTO SOCIAL

Paula Oliveira Muniz de Mendonça

Paula Alves Leoni

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.91522060115>

CAPÍTULO 16..... 180

CORRELAÇÃO DE SATISFAÇÃO DE VIVÊNCIA EM ILPI E RISCO PARA DISFAGIA

Izabelle Regina Vasconcelos Silva

Renata Mendonça de Barros

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.91522060116>

CAPÍTULO 17..... 192

SOBREPESO E OBESIDADE COMO UMA RELAÇÃO DO TRANSTORNO DE COMPULSÃO ALIMENTAR PERIÓDICA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Maria Julia Araujo Correia

Gláucia Francisca Soares da Silva

Thierry Gabriel Marques Ocrécio

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.91522060117>

CAPÍTULO 18..... 204

DOENÇA CELÍACA EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES PORTADORES DE DIABETES MELLITUS TIPO 1: REVISÃO NARRATIVA

Andressa Correia das Neves

Juliana Feitosa Ferreira

Vitória Ribeiro Mendes

Joyce Sousa Aquino Brito

Lana Maria Mendes Gaspar

Whellyda Katrynne Silva Oliveira

Heide Sara Santos Ferreira

Débora Paloma de Paiva Sousa

Elinayara Pereira da Silva

Marta Gama Marques Castro

Vanessa Gomes de Oliveira

Camila Guedes Borges de Araújo

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.91522060118>


CAPÍTULO 19..... 215

TRAMENTO E ESTRATÉGIAS NUTRICIONAIS NOS TRANSTORNOS ALIMENTARES: ANOREXIA NERVOSA, BULIMIA NERVOSA E TRANSTORNOS DE COMPULSÃO ALIMENTAR NUTRITIONAL

Mariana Medinilla Fayad Valverde

Larissa Nogueira Calsavara


Olívia Pizetta Zordão

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.91522060119>

CAPÍTULO 20.....228

ESTRATÉGIAS NUTRICIONAIS NO COMBATE À DEPRESSÃO


Christina Ferreira Frazão da Silva
Ellessandra Bandeira da Costa
Francisca Marta Nascimento de Oliveira Freitas

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.91522060120>

CAPÍTULO 21.....242

DIMINUIÇÃO DA INTENSIDADE E IMPACTO DA DOR APÓS INTERVENÇÃO NUTRICIONAL EM PACIENTES COM ENXAQUECA


Júlia Canto e Sousa
Camila Lima Andrade
Luana de Oliveira Leite

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.91522060121>

CAPÍTULO 22.....255

POTENCIAIS BENEFÍCIOS DO SUCO DE BETERRABA FERMENTADO PARA A SAÚDE CARDIOVASCULA

Bernardo Rafael Bittencourt Bernardi
Lígia Alves da Costa Cardoso
Eliane Carvalho de Vasconcelos

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.91522060122>

SOBRE A ORGANIZADORA.....270

PALAVRAS-CHAVE271

A IMPORTÂNCIA DO ALEITAMENTO MATERNO ATÉ OS 6 MESES DE VIDA DO LACTENTE

Data de aceite: 01/01/2022

Data de submissão: 25/10/2021

Yanezza Caldeiras De Negreiros

Graduanda do Curso de Bacharelado em
Nutrição.
Centro Universitário Fametro. Manaus –
Amazonas.
<http://lattes.cnpq.br/3571601112303702>

Francisca Marta Nascimento de Oliveira Freitas

Doutora em Biotecnologia. Docente do Curso
de Bacharelado em Nutrição.
Centro Universitário Fametro. Manaus –
Amazonas.
<http://lattes.cnpq.br/9190254143807049>

Rebeca Sakamoto Figueiredo

Especialista em Prescrição de Fitoterápicos e
Suplementação Nutricional na Nutrição Clínica.
Docente do Curso de Bacharelado em Nutrição.
Centro Universitário Fametro. Manaus –
Amazonas.
<http://lattes.cnpq.br/6167453225892206>

Rosimar Honorato Lobo

Especialista em psicopedagogia. Docente do
Curso de Bacharelado em Nutrição.
Centro Universitário Fametro. Manaus –
Amazonas.
<http://lattes.cnpq.br/3924911682434682>

RESUMO: O objetivo deste estudo é demonstrar e conscientizar a importância do aleitamento materno exclusivo, até os 6 meses de vida do

bebê, ressaltando os benefícios para a saúde física, psicológica da criança e qualidade de vida da nutriz. A revisão de literatura foi método de pesquisa utilizado no trabalho, sendo pesquisados em artigos, livros e sites especializados, que tinham como tema: o aleitamento materno, nutrição do lactente, incentivo a amamentação. Os principais sites visitados foram governamentais, como Ministério da Cidadania, Ministério da Saúde, Ministério da Educação. O resultado obtido diante desta pesquisa é que o índice do aleitamento materno exclusivo entre crianças até os 6 primeiros meses de vida, no Brasil, aumentou de 2,9% em 1986, para 45,7% até o ano passado (2020), essa estatística é ainda mais avassaladora entre crianças até os 4 meses de vida, que foi de 4,7% para 60% nesse mesmo período, e as campanhas incentivadoras à amamentação tem grande papel nesse crescimento. Portanto, ao saber que o leite materno atende a todos os requisitos nutricionais da criança, o incentivo a essa prática de amamentar deve ser fortalecido, e apesar desse alimento não ter interferência direta da dieta da mãe, na sua produção e qualidade, é importante que a alimentação da nutriz seja balanceada, rica em nutrientes evitando excessos, para que seu corpo esteja saudável para nutrir.

PALAVRAS – CHAVES: Aleitamento materno; nutriz; amamentação

ABSTRACT: The aim of this study is to demonstrate and raise awareness of the importance of exclusive breastfeeding, up to 6 months of the baby's life, highlighting the benefits for the child's physical and psychological health

and the nursing mother's quality of life. Literature review was a research method used at work, being researched in articles, books and specialized websites, which had as theme: breastfeeding, infant nutrition, breastfeeding encouragement. The main websites visited were governmental, such as the Ministry of Citizenship, Ministry of Health, Ministry of Education. The result obtained from this research is that the rate of exclusive breastfeeding among children up to the first 6 months of life, in Brazil, increased from 2.9% in 1986 to 45.7% until last year (2020). statistic is even more overwhelming among children up to 4 months of age, which went from 4.7% to 60% in the same period, and campaigns to encourage breastfeeding play a major role in this growth. Therefore, knowing that breast milk meets all the child's nutritional requirements, the encouragement of this practice of breastfeeding must be strengthened, and although this food does not have direct interference from the mother's diet, in its production and quality, it is important that the nourishment's diet is balanced, rich in nutrients, avoiding excesses, so that her body is healthy to nourish.

KEYWORDS: breastfeeding; nursing mother; breast-feeding

INTRODUÇÃO

O leite materno é o alimento mais completo que existe na natureza, sendo chamado muitas vezes de “o Superalimento”, sendo impossível de ser emulado em laboratório e muito à frente do ovo (apontado por muitos como o segundo alimento mais completo de todos), procurar entender como pode ser influente na formação genética de um recém-nascido, é um dos desafios que mesmo nos dias de hoje, a ciência ainda deve encarar, entender sua composição, pois quanto mais estudado, mesmo com os múltiplos avanços tecnológicos, o leite materno ainda é por muitas vezes um campo de pesquisa que tende a ser inovador e surpreendente (Aleitamento.com, 2016). Assim, entender o papel do leite materno não é só um critério que busca conhecimento, e sim também poder mensurar a importância dele e sua contribuição para a formação de uma sociedade mais saudável.

A variedade imensurável de constituintes do leite materno, são capazes de suprir as necessidades nutricionais, que compõem o período de formação do bebê, como crescimento, proteção contra diarreias, infecções respiratórias, alergias, redução de riscos de obesidade, doenças crônicas não-transmissíveis na vida adulta (FAGUNDES *et al.*, 2020), os benefícios não param por aí, pois outros pontos importantes são, o correto desenvolvimento da face, fonação, respiração e deglutição, e a prevenção da morbimortalidade infantil (ROCHA *et al.*, 2018).

Os bebês que tem sua nutrição baseada em leite materno e os que são alimentados com fórmulas infantis, diferem quanto ao crescimento físico e ao desenvolvimento cognitivo, social e emocional (VANDENPLAS *et al.*, 2011).

É claro que não existe hoje, uma composição alimentar (suplementos alimentares), que possua a capacidade de suprir com um nível similar a ausência do leite humano, não importando sua qualidade, especificidade de nutrientes ou de proteção contra doenças (MELO *et al.*, 2014).

Devido a todos esses apontamentos, não restam dúvidas de que os órgãos responsáveis pela gestão da saúde no nosso país e no mundo Ministério da Saúde (MS) e Organização Mundial da Saúde (OMS), apontam a amamentação como fator indispensável e insubstituível para a boa alimentação de crianças recém-nascidas, adotando a abordagem de que esta super fonte de nutrientes, deve ser o único alimento ingerido até os seis primeiros meses de vida, e após este período, ainda deve compor uma boa parte da alimentação das crianças até os seus dois primeiros anos de vida, sendo acompanhado por uma alimentação complementar (WHO, 2001; BRASIL, 2002).

Após este período o corpo da mãe tende a reduzir a produção natural de leite, levando a necessidade de que a criança venha a suprir suas carências nutricionais por meio de outras fontes, com alimentos ricos em vitaminas e ferro, que ainda podem ser associados ao leite materno, embora este ainda componha boa parte da fonte de nutrientes (WHO, 2007).

Considerando a importância do aleitamento materno exclusivo e a idade oportuna para introdução alimentar, é importante incentivar essa prática até o sexto mês de vida para promoção de um crescimento, e desenvolvimento adequados das crianças e prevenção de doenças infecciosas, gastrointestinais e carências nutricionais (SANTOS, 2016).

As evidências científicas também mostram que crianças em regime de aleitamento materno exclusivo nos primeiros seis meses de vida, complementado, a partir daí, até pelo menos aos dois anos de vida, têm menores chances de desenvolverem doenças crônicas não transmissíveis na infância, adolescência e vida adulta (DEMÉTRIO; PINTO; ASSIS, 2012).

Este estudo tem por objetivo demonstrar e conscientizar a importância do aleitamento materno exclusivo, até os 6 meses de vida do bebê, ressaltando os benefícios para a saúde física, psicológica da criança e qualidade de vida da nutriz.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

A amamentação é a melhor maneira de proporcionar o alimento para o crescimento e desenvolvimento saudáveis dos recém-nascidos, além de ser parte integral do processo reprodutivo, com importantes implicações para a saúde materna (OMS e OPAS, 2005).

Para o recém-nascido, o leite materno é ideal, atendendo todas as necessidades nutricionais, psicológicas e imunológicas. O aleitamento materno é necessário e o mais adequado, tendo em vista os vários benefícios advindos dele como o vínculo entre mãe e filho (ALMEIDA *et al.*, 2015).

Dentre os fatores de benefícios do leite humano pra crianças, destacam-se: a melhor digestibilidade, composição química balanceada, ausência de princípios alergênicos, proteção de infecções, além do baixo custo. A amamentação é a melhor maneira de alimentar o bebê constituindo bases para efeitos biológicos e emocionais no desenvolvimento da

criança (BUENO, 2013).

Estudos comprovam a supremacia da proteção contra várias doenças e redução da mortalidade infantil em crianças que são amamentadas. É consenso na literatura mundial o efeito protetor de LM, sendo uma fonte universal de nutrientes para o bebê (FONSECA *et al.*, 2013).

A garantia da saúde da criança em países em desenvolvimento como Brasil é umas das metas mais importantes da sociedade, onde a desnutrição e a mortalidade infantil representam problemas da saúde pública de grande relevância, o aleitamento materno constitui medida fundamental de proteção e promoção da saúde infantil (ABDALA, 2011).

O leite materno de acordo com Pinho (2011) citado por Euclides (2005), é tão essencial pelo fato de oferecer os nutrientes em quantidades adequadas às necessidades nutricionais, e à capacidade digestiva e metabólica da criança, como também oferece fatores protetores e substâncias bioativas que garantem sua saúde e o crescimento e desenvolvimento plenos.

De acordo com a Organização Mundial da Saúde e o Fundo de Emergência Internacional das Nações Unidas para a Infância (2020) o leite pode ser classificado como um alimento ouro, por sua complexibilidade, composição e por ser o alimento completo, mas a questão é, do que de fato é composto o Leite? Essa questão realmente tem uma resposta, e ao depender do ponto de vista a resposta pode ser considerada assustadora e espetacular, visto que a quantidade de componentes que integram o leite materno é gigantesca.

O portal Aleitamento.com (2013), publicou um artigo que expõe algumas das substâncias que compõem o leite materno, a Alfa-lactoalbumina, é a proteína que representa até 20% da composição total de proteínas encontradas no leite materno, esta proteína possui uma característica bastante singular, que é a capacidade de provocar apoptose, que consiste em induzir o suicídio celular de mais de quarenta tipos de câncer, tal dado foi coletado por uma pesquisa sueca, que fez a descoberta após notar que células cancerosas do pulmão contidas em um tubo de ensaio morreram após entrar em contato com o leite materno, Professor Karlsson responsável por dar seguimento a pesquisa teste em ratos, vê resultados promissores, visto que também foi notado que não é gerado nenhum efeito colateral, pois a substância não danifica nenhuma célula sã. Células tronco pluripotentes são outra porção que compõe o leite materno, essas células têm uma capacidade metamórfica e possuem uma certa facilidade para se converterem em diferentes tipos de células no corpo, exercendo dessa forma uma espécie de “sistema de reparação interna”. Linfócitos T, outra parte do leite materno, que age diretamente na formação e na resposta imunológica do corpo humano, com funções que ajudam a proteger o bebê e desenvolver seu sistema defensivo.

Um ponto importante da amamentação, são os efeitos psicológicos que trazem para a vida do bebê, e sobre isso podemos citar o apego seguro, “O apego seguro é um

dos 4 tipos de apego presentes na teoria do apego. O conceito de apego seguro surgiu, juntamente com o apego evitante, apego ambivalente e o apego desorganizado, a partir do estudo do vínculo desenvolvido por recém-nascidos com as suas mães e/ou cuidadores.” (8 HORAS,2020).

Um estudo citado por Toma, (2008) foram acompanhados 174 pares mãe/bebê durante o primeiro ano após o nascimento, e concluiu-se que a amamentação não apresenta diretamente relação direta como apego seguro, mas aponta que as mães que amamentam, tem mais sensibilidade aos sinais de seus bebês. Então, indiretamente a amamentação contribuiria para fomentar um apego seguro.

Uma pesquisa divulgada em agosto de 2020, pelo UNA-SUS “Universidade Aberta do Sistema Único de Saúde”, no contexto nacional a amamentação teve em seus índices, uma crescente no Brasil, a pesquisa foi realizada pelo Estudo Nacional de Alimentação e Nutrição Infantil (Enani) do Ministério da Saúde, com aplicação em 14.505 crianças, todas menores de cinco anos entre fevereiro de 2019 e março de 2020. Conforme a pesquisa cerca de 53% das crianças brasileiras tem sua amamentação continuada a partir do primeiro dia de vida, entre as crianças menores de 6 meses, a amamentação exclusiva é de 45,7%, em crianças menores de 4 meses a média é de 60%.

Ao terem os resultados da pesquisa comparados com base em indicadores de pesquisas nacionais anteriores foi constatado que houve melhoras em todos os indicadores a nível nacional, os dados anteriores (2006) da pesquisa realizada pela PNDS (Pesquisa Nacional de Demografia e Saúde da Criança e da Mulher, em comparação, foi apontado o aumento de 15 vezes na prevalência de aleitamento materno exclusivo entre crianças menores de 4 meses, e de 8,6 vezes entre crianças até os 6 meses.

A pesquisa também leva em consideração o contexto atual que o mundo passa, no contexto pandêmico atual, o Ministério da Saúde segue com recomendações fortes sobre a manutenção da amamentação, hoje ainda não existem constatações científicas significativas sobre a transmissão do coronavírus por meio do leite materno, ou seja, caso a mãe não tenha objeções e possua a capacidade clínica para tal, ela pode ocorrer naturalmente. Nos casos de mães que possuem a suspeita ou confirmação do COVID-19, e por este motivo não quiserem amamentar, com medo em relação a segurança do bebe, estas devem ser orientadas por profissionais de saúde, para que realizem a extração do leite materno, que por sua vez deve ser ofertado a criança, pela própria mãe ou por uma pessoa que não possua sinais ou sintomas de doença e com quem o bebê se sinta confortável.

O Ministério da Saúde, lançou em agosto de 2020 a campanha de incentivo à amamentação, a medida marca o início do agosto Dourado e a Semana Mundial do Aleitamento Materno 2020 (SMAM). Essa campanha brasileira, está alinhada com o tema da WABA (World Alliance for Breastfeeding Action – Aliança Mundial para Ação em Aleitamento Materno), que idealiza a semana que definiu como linha de conscientização

para o ano de 2020 “Apoie o Aleitamento Materno. Por um planeta saudável”

A mesma pesquisa divulgada no UNA-SUS, aponta que o aleitamento materno é capaz de reduzir até 13% a mortalidade por causas evitáveis em crianças menores de 5 anos, e a cada ano que a mulher amamenta, o risco de se desenvolver câncer de mama também reduz em até 6%, além de reduzir custos consideráveis com tratamento nos sistemas de saúde e combate a fome e a desnutrição em todas as suas formas.

O Governo Federal sempre adotou estratégias que buscavam incentivar a amamentação, conforme publicação do Governo, tais campanhas vêm trazendo resultados satisfatórios nos índices do aleitamento materno exclusivo entre crianças até os 6 primeiros meses de vida, que aumentaram de 2,9% em 1986, para 45,7% até o ano passado (2020), essa estatística é ainda mais avassaladora entre crianças até os 4 meses de vida, que foi de 4,7% para 60% nesse mesmo período.

O secretário de Atenção Primária à Saúde, Rafael Câmara Parente, deu a seguinte declaração “Passar de um aumento de 4 para 60% é muita coisa. A gente que trabalha com a saúde sabe que um aumento desse tipo em poucos anos é algo que mostra a robustez, a fortaleza das campanhas que vem acontecendo nos últimos anos”, mais recentemente o Governo Federal também desenvolveu a campanha Agosto Dourado, que busca simbolizar a luta no incentivo à amamentação, vale ressaltar que o nome foi dado de Agosto Dourado pois o dourado está vinculado ao padrão ouro de qualidade do leite materno, que é classificado desta forma pela OMS (Organização Mundial da Saúde) e a Unicef (Fundo Nações Unidas para a Infância, é estimado por estas entidades que aproximadamente 6 milhões de vidas são salvas por ano, devido ao sucesso do aumento das taxas de amamentação exclusiva até o 6º mês de idade. (BRASIL, 2021).

Lactantes que não podem ou por algum motivo acabam não sendo amamentados, são normalmente adotadas as fórmulas infantis que consistem na modificação do leite de vaca em sua grande maioria, todavia vale ressaltar que cerca de 17% dos bebês que não são amamentados pelo leite materno, acabam consumindo cereais e farináceos, essa estatística é 2 vezes maior neste grupo do que no grupo que não é amamentado pelo leite materno, o uso dessas fórmulas também acaba expondo as crianças ao uso das mamadeiras em um período ainda muito antecipado, o uso desta ferramenta acaba expondo as crianças a uma probabilidade maior de contraírem infecções, devido a possibilidade maior da falta de higiene nos bicos das mamadeiras, que é por sua vez um lugar muito propício para a proliferação de bactérias (CARVALHO, 1997).

A duração mediana do aleitamento materno exclusivo é de 7 meses, as variações são notáveis em relação ao tipo geográfico, onde nas regiões norte, centro-oeste do Rio de Janeiro, ficam em torno de 10 meses, a região centro-leste, com a menor proporção de lactantes amamentados fica a menor duração, em torno de 4,4 meses, nas demais localidades do estado, não houveram variações notáveis (CARVALHO, 1997).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante dos argumentos expostos, o leite materno é sem dúvidas uma fonte de nutrientes completa, onde sua ingestão pelo bebê de fato garante inúmeras vantagens na formação, sua composição mostra a inteligência orgânica do corpo humano, visto que está e sua quantidade são totalmente adaptáveis às necessidades do bebê, a partir de todos os apontamentos, é notável a função essencial básica que o leite materno vem a desempenhar para garantir um desenvolvimento seguro para a criança, e também na formação e função de progenitora da mãe.

Embora muitos mitos rodeiem o leite materno, as pesquisas apontaram que não há de fato influência significativa da alimentação, na formação e qualidade do leite produzido pela mãe, é claro que uma alimentação saudável e balanceada se faz necessária, visto que durante o processo de amamentação, o organismo da mãe sempre vai priorizar os nutrientes necessários para a composição do leite por ela ofertado, nesse período a mãe repassa tais nutrientes para a criança, e com isso em mente é extremamente aconselhável que certos alimentos venham a ser evitados, e que alguns sejam ingeridos prioritariamente, para que não haja escassez no próprio organismo da mãe, visto que há a divisão dos nutrientes ingeridos entre, criança e mãe.

Os benefícios da amamentação exclusiva no primeiro semestre de vida da criança são inúmeros, conforme vários órgãos, sejam eles mundiais ou nacionais, a amamentação exclusiva é extremamente defendida e estimulada, principalmente no período inicial de vida, não havendo contraindicações, a não ser em casos muito específicos (doenças transmissíveis), os traços que tal ato vem a trazer para a criança, ainda conseguem ir além da formação física, e atingem até mesmo o quesito psicológico da criança, que está em fase de formação.

Essa relação é tão simbiótica que o simples fato de amamentar garante também benefícios a mãe, tanto na relação mãe e filho, quanto por conter a possibilidade de evitar doenças como o próprio câncer de mama, o “Alimento Ouro” ainda é alvo de pesquisas nos tempos atuais, levando em conta que sua capacidade de alterar a própria composição intriga e trás inúmeras possibilidades, o leite materno contém todas as quantidades exatas e necessárias para o bom desenvolvimento do recém-nascido, em todas as suas fases de crescimento, podendo ser estimulado até os 2 primeiros anos de vida.

Em suma, o aleitamento materno é indispensável para todos os recém nascidos, o crescimento nos seus índices vem garantindo cada vez mais a redução dos números de casos de desnutrição entre crianças, e também a redução de gastos hospitalares por doenças infecciosas ao redor do mundo, e mesmo com as melhoras conquistadas o incentivo deve ser mantido, por todas as partes interessadas, tanto na esfera pública, quanto na esfera privada, principalmente no que se trata de atualidade, visto que hoje vivemos uma crise sanitária sem precedentes, e garantir a saúde das gerações futuras é

sem dúvida uma prioridade, maior do que nunca, o que nos leva a ver na amamentação exclusiva, uma força de combate às doenças respiratórias que cercam o nosso mundo moderno.

REFERÊNCIAS

ABDALA, M. A. P. **Aleitamento Materno como programa de ação de Saúde Preventiva no Programa de Saúde da Família**. Universidade Federal de Minas Gerais. Faculdade de Medicina. Núcleo de Educação em Saúde Coletiva. Uberaba, 2011.

ACOSTA, D. F, GOMES, V. L. O, et al. **Influências, crenças e práticas no autocuidado das puérperas**. Revista de escola de enfermagem da USP. 2012; 46(6): 1327-1333.

ALMEIDA, J. M.; LUZ, S. A. B, et al. **Apoio ao aleitamento materno pelos profissionais de saúde: revisão integrativa da literatura**. Elsevier. São Paulo; 2015.

BRASIL. Ministério da Cidadania. **Conhecendo os efeitos do uso de drogas na gestação e as consequências para os bebês**. 1. ed., Brasília: Ministério Cidadania, 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Aleitamento materno, distribuição de leites e fórmulas infantis em estabelecimentos de saúde e a legislação**. Brasília, 2012.

BRASIL. Ministério da Saúde. Governo Federal do Brasil. **TODOS PELA AMAMENTAÇÃO: campanha incentivativa o aleitamento materno no brasil. Campanha incentivativa o aleitamento materno no Brasil**. 2021. Disponível em: https://www.gov.br/pt-br/noticias/saude-e-vigilanciasanitaria/2021/07/campa_nha_incentiva-o-aleitamento-materno-no-brasil. Acesso em: 02 out. 2021.

BRASIL. Ministério da saúde. **Pesquisa inédita revela que índices de amamentação cresceram no Brasil**. 2020. Disponível em: <https://> Acesso em: 02 out. 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretária de Política de Saúde. **Organização Pan-Americana da Saúde. Guia alimentar para crianças menores de dois anos**. Brasília: Ministério da Saúde; 2002.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. A legislação e o marketing de produtos que interferem na amamentação: um guia para o profissional de saúde**. 1. ed., Brasília: Ministério da Saúde, 2015.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Secretaria de Atenção à Saúde. Saúde da criança: aleitamento materno e alimentação complementar**. Brasília: Ministério da Saúde, 2015.

BRASIL. NUTRISUS – **Estratégia de fortificação da alimentação infantil com micronutrientes (vitaminas e minerais) em pó: manual operacional/ Ministério da Saúde, Ministério da Educação**. Brasília: Ministério da saúde, 2015. p. 9-52.

BRASIL. **Saúde da criança: aleitamento materno e alimentação complementar / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica**. – 2. ed. – Brasília: Ministério da Saúde, 2015. 184 p.: il. – (Cadernos de Atenção Básica ; n. 23).

BECKER, B. B. **As causas da interrupção precoce do aleitamento materno no Brasil [monografia]**. Ijuí, Rio Grande do Sul; 2012.

BUENO, N. V. C. **A importância do aleitamento materno exclusivo até os seis meses de idade para a promoção de saúde da mãe e do bebê**. Universidade Federal de Minas Gerais/ NESCON. Trabalho de Conclusão do Curso de Especialização em Atenção Básica em Saúde da Família, 2013.

CARVALHO, J. K. M, CARVALHO, C. G, MAGALHÃES, S. R. **A importância da assistência de enfermagem no aleitamento materno**.Ver BrasGinecol Obstet.2012; 34(1):28-33.

CARVALHO, Marcus Renato de (ed.). **Dados sobre Amamentação no Brasil**. 1997. Disponível em: <http://www.aleitamento.com/Amamentacao/conteudo.asp?cod=95>. Acesso em: 02 out. 2021.

CARVALHO, Marcus Renato de (ed.). **O PODER IMUNOLÓGICO do LEITE MATERNO**. 2013. Disponível em: <http://www.aleitamento.com/amamentacao/ conteudo.asp?cod=1830>. Acesso em: 03 out. 2021.

CHEN, H.; WANG, P.; HAN, Y.; MA, J. *et al.* **Evaluation of dietary intake of lactating women in China and its potential impact on the health of mothers and infants**. BMC Women's Health. 2012; 12(18): 1-10.

COELHO, ALVES. M. M.; FREIRE, S. A.; FERNANDES, B. L. *et al.* **Alterações alimentares de nutrizes durante a amamentação**. Universidade Estadual do Ceará (UECE). Nutr. clín. diet. hosp. 2018; 38(4):49-56.

DIAS, R. B.; BOERY RNSO, V. A. **Conhecimento de enfermeiras e estratégias de incentivo da participação familiar na amamentação**. Ciência saúde coletiva. 2016; 21(8): 2527-36.

EMÉTRIO, F.; PINTO, E. J.; ASSIS, A. M. O. **Fatores associados à interrupção precoce do aleitamento materno: um estudo de coorte de nascimento em dois municípios do Recôncavo da Bahia, Brasil**. Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, v. 28, n. 4, p.641-654, 2012.

FAGUNDES, G. M. I. *et al.* **Aleitamento materno exclusivo e fatores associados ao desmame precoce**. Uruguaiiana, 2020.

FIALHO, F. A. *et al.* **Fatores associados ao desmame precoce no aleitamento materno**. Ver. Cuidaste, v. 5, n. 1, p. 670-8, 2014.

FONSECA, A. L. M.; ALBERNAZ, E. T.; KAUFMANN, C. C. *et al.* **Impacto do aleitamento materno no coeficiente de inteligência de crianças de oito anos de idade**. J Pediatría. 2013; 89(4): 346-53.

GOMES, M. R. T.; SILVA, L. T.; SALAMONI, R. M. **Investigação dos tabus e crenças alimentares em gestantes e nutrizes do hospital regional de Mato Grosso do Sul – Rosa Pedrossian**. Ensaio e Ciência: Ciências Biológicas, Agrárias e da Saúde. 2011; 15(6): 121-133.

HORA, A. B. **Dificuldades e estratégias para o aleitamento materno prolongado sob a visão do enfermeiro**. Universidade Tiradentes/UNIT. 9-12, 2017.

- LELIS, L. S. C. **Aleitamento Materno exclusivo à criança até os seis meses de Idade: avanços e desafios.** Universidade Federal de Minas Gerais. Núcleo de Educação em Saúde Coletiva. Conselheiro Lafaiete, 2012.
- LIMA, M. M. L.; SILVA, T. K. R.; TSUPAL, P. A. *et al.* **A influência de crenças e tabus alimentares na amamentação.** O mundo da saúde. 2016; 40(2): 221-229.
- MACHADO, A. K. F. et al. **Intenção de amamentar e de introdução de alimentação complementar de puérperas de um Hospital-Escola do sul do Brasil.** Ciência & Saúde Coletiva, v. 19, n. 7, p. 1983-1989, 2014.
- MALDIVA, S. R. D. M. et al. **Influência regional no consumo precoce de alimentos diferentes do leite materno em menores de seis meses residentes nas capitais brasileiras e Distrito Federal.** Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, v. 27, n. 11, p. 2253-2262, 2011.
- MARCONI, A.M.; LAKATOS, M. **Fundamentos de Metodologia Científica. In: Pesquisa.** 8 ed., Campos Elísios, São Paulo :Atlas S.A, 2017, 172-191 p.
- MARTINS, M. L.; HAACK, A. **Conhecimentos maternos: influência na introdução da alimentação complementar.** Com. Ciências Saúde, Brasília, v. 23, n. 3, p. 263-270, 2012.
- MARTINS, Z. O.; SANTANA, S. L. **Benefícios da amamentação para saúde materna.** Científicas - Saúde e Ambiente, Aracaju, v.1, n.3 • p. 87-97, 2013.
- MARQUES, E. S.; COTTA, R. M. M.; PRIORE, S. E. **Mitos e crenças sobre aleitamento materno.** Ciência & Saúde Coletiva, Viçosa, v. 16, n. 5, p. 2461-2468, 2011.
- MELO, C. D. S.; GONÇALVES, R. M. **Aleitamento materno versus aleitamento artificial.** Estudos, Goiânia, v. 41, especial, p. 7-14, out. 2014.
- MESQUITA, A. L.; SOUZA, V. A. B.; MORAES-FILHO, I. M. et al. **Atribuições de enfermeiros na orientação de lactantes acerca do aleitamento materno.** Rev. Cient. Sena Aires. 2016; 5(2): 158-70.
- MORO, G. M.B; MESQUITA, M. O. **Leite materno e seus substitutos ao longo da história.** EFDportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, n. 153, 2011.
- NASCIMENTO, P. F.S. **Aleitamento materno: fatores contribuis na prevenção do câncer de mama.** Universidade Federal de Minas Gerais. Faculdade de medicina núcleo de educação em saúde coletiva. Formiga, 2011.
- NICK, M. S. **A importância do aleitamento materno exclusivo nos primeiros seis meses de vida para a promoção da saúde da criança.** Universidade Federal de Minas Gerais. Faculdade de medicina. Núcleo de Educação em Saúde Coletiva. Teófilo Otoni, 2011.
- OLIVEIRA, K. A. **Aleitamento materno exclusivo até seis meses de vida do bebê: benefícios, dificuldades e intervenções na atenção primária de saúde.** Universidade Federal de Minas Gerais. Faculdade de medicina núcleo de educação em saúde coletiva Conselheiro Lafaiete, 2011.
- Organização Mundial de Saúde. **Planejamento familiar: um manual mundial para provedores.** Genebra; 2007.

Organização Mundial de Saúde (OMS). **Alimentação infantil: bases fisiológicas**. São Paulo: IBFAN Brasil, OMS, OPAS, UNICEF; 1994.

PINHO, N. L.A. **Prevenção e tratamento das fissuras mamárias baseadas em evidências científicas: Uma revisão integrativa da literatura**. 2011. 46 f. TCC - Curso de Especialização, Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2012.

PRANZL, M. A.; OLIVEIR, N. R. F. **O uso de fórmulas lácteas e o perfil nutricional de crianças atendidas por um programa municipal de combate às carências nutricionais**. *Disciplinarum Scientia*. Série: Ciências da Saúde, Santa Maria, v. 14, n. 2, p. 255-264, 2013.

RAVAOARISOA, L.; RAKOTONIRINA, J.; ANDRIAMIANDRISOA, D. **Habitude alimentaire des mères pendant la grossesse et l'allaitement, région Amoron'i Mania Madagascar: étude qualitative**. *Pan African Medical Journal*. 2018; 31: 194-202.

REZENDE, J. **Obstetrícia fundamental**. 12. Ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan; 2012.

ROCHA, I. S.; LOLLI, L. F. FUJIMAKI, M. *et al.* **Influência da autoconfiança materna sobre o aleitamento materno exclusivo aos seis meses de idade: uma revisão sistemática**. *Ciênc. saúde coletiva*. 2018; 23(11): 3609-19.

SANTOS, A. J. A. O.; BISPO, A. J. B.; CRUZ, L. D. **Padrão de aleitamento e estado nutricional de crianças até os seis meses de idade**. *HU Revista, Juiz de Fora*, v. 42, n. 2, p. 119-124, 2016.

SCHWARTZ, R. **Associação entre aleitamento materno e estado nutricional atual de crianças e adolescentes atendidos em um hospital do Sul do Brasil**. *Revista HCPA*, v. 32, n. 2, p. 147-153, 2012.

TADDEI, J. A. *et al.* **Nutrição em saúde pública**. Rio de Janeiro: Rubio, 2011.

TAVARES, M. P.; DEVINCENZI, M. U.; SACHS, A. **Estado nutricional e qualidade da dieta de nutrízes em amamentação exclusiva**. *Acta paul. enferm.* 2013; 26(3): 294-298.

Toma, Tereza Setsuko e Rea, Marina Ferreira. **Benefícios da amamentação para a saúde da mulher e da criança: um ensaio sobre as evidências**. *Cadernos de Saúde Pública* [online]. 2008, v. 24, suppl 2b, pp. s235-s246. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0102-311X2008001400009>>.

TRONCOSO, P. C.; RIVEROS, M. A.; PLACENCIA, J. P. A. *et al.* **Significancia del valor simbólico de los alimentos en personas mayores**. *Nutr. clin. diet. hosp.* 2018; 38(1): 10-14

VANDENPLAS, I. *et al.* **Probióticos e prebióticos na prevenção e no tratamento de doenças em lactentes e crianças**. *Jornal de Pediatria, Rio de Janeiro*, v. 87, n. 4, p. 292-300, 2011.

VICTORA, C. G.; BAHL, R.; BARROS, A. J. *et al.* **Lancet Breastfeeding Series Group**. Breastfeeding in the 21st century: epidemiology, mechanisms, and lifelong effect. *Lancet*. 2016; 387(1007): 475-90.

ÍNDICE REMISSIVO

A

Aleitamento materno 6, 66, 117, 119, 120, 121, 122, 123, 124, 125, 126, 127, 164, 166, 264

Alimentação 3, 4, 7, 1, 4, 7, 10, 11, 14, 15, 16, 23, 24, 37, 38, 44, 45, 48, 49, 50, 54, 55, 67, 68, 71, 78, 83, 84, 86, 87, 89, 90, 91, 92, 93, 95, 97, 100, 101, 102, 103, 105, 107, 117, 119, 121, 123, 124, 126, 127, 128, 129, 130, 131, 134, 136, 137, 140, 143, 144, 145, 146, 147, 150, 151, 155, 156, 158, 159, 161, 162, 164, 165, 167, 170, 171, 172, 175, 178, 179, 180, 183, 185, 187, 188, 190, 191, 202, 209, 210, 216, 223, 224, 225, 228, 231, 232, 233, 236, 241, 242, 251, 253, 256, 257

Amamentação 49, 87, 117, 119, 120, 121, 122, 123, 124, 125, 126, 127

C

Chia 25, 26, 27, 30, 32, 33, 235, 239

Comportamento alimentar 39, 45, 82, 100, 101, 107, 143, 147, 149, 150, 155, 161, 162, 192, 201, 215, 217, 219, 221, 222, 223, 225, 238, 239, 241

Comunicação 5, 40, 100, 101, 102, 106, 107, 109, 111, 112, 115, 116, 134, 136, 137, 138, 142, 145, 188, 191, 224, 231, 232

Crianças 6, 7, 19, 43, 66, 68, 83, 90, 98, 99, 100, 101, 102, 103, 104, 105, 106, 107, 117, 119, 120, 121, 122, 123, 124, 125, 127, 128, 129, 130, 131, 133, 134, 136, 137, 138, 139, 140, 142, 143, 144, 145, 146, 147, 149, 151, 155, 156, 157, 158, 161, 162, 164, 165, 166, 167, 168, 169, 170, 172, 173, 174, 175, 176, 177, 178, 179, 203, 204, 205, 206, 207, 208, 209, 210, 211, 212, 213, 244

Cuidados de enfermagem 82

E

Efeitos adversos 4, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 22, 26, 206

Estado nutricional 5, 3, 4, 6, 7, 11, 66, 68, 72, 81, 82, 83, 84, 90, 93, 102, 109, 110, 115, 116, 127, 159, 161, 164, 166, 167, 173, 174, 179, 190, 191, 192, 195, 201, 242, 265

G

Gerontologia 180, 182, 188, 189, 190

Gestantes 81, 82, 83, 84, 85, 86, 87, 88, 90, 91, 92, 93, 125, 244

H

Hábitos 5, 6, 1, 6, 8, 9, 37, 39, 40, 49, 81, 82, 83, 84, 86, 87, 89, 91, 92, 93, 94, 97, 99, 100, 101, 105, 106, 107, 110, 128, 129, 130, 132, 135, 136, 137, 139, 140, 144, 145, 146, 147, 148, 150, 151, 155, 157, 158, 159, 160, 161, 162, 163, 164, 165, 166, 167, 171, 172, 177, 178, 196, 198, 199, 201, 231, 245

Hábitos alimentares 5, 6, 6, 39, 49, 81, 82, 84, 86, 89, 93, 94, 97, 100, 101, 106, 107, 128, 129, 130, 132, 136, 137, 139, 144, 146, 147, 148, 150, 151, 155, 157, 158, 159, 160, 161, 162, 163, 164, 165, 166, 167, 171, 172, 177, 178, 196, 231

Hipercolesterolemia 25, 28, 161

I

Indicadores sociais 53, 54

Infecção por coronavírus 2, 4

M

Marketing 98, 99, 100, 101, 102, 104, 105, 107, 108, 109, 115, 116, 124, 128, 129, 134, 135, 136, 137, 138, 139, 140, 141, 143, 145, 146, 147

Marketing para Idosos 109

Mídia 98, 99, 100, 101, 103, 104, 105, 106, 107, 112, 136, 137, 138, 140, 142, 145, 146, 147, 159, 172

N

Nutricionistas 34, 35, 39, 40, 41, 44, 45, 52, 108, 147, 224, 226, 244

Nutriz 117, 119

O

Obesidade 5, 6, 7, 3, 5, 6, 25, 26, 32, 39, 45, 50, 52, 53, 70, 71, 72, 83, 98, 99, 100, 101, 103, 104, 105, 106, 107, 108, 118, 132, 133, 134, 137, 144, 145, 146, 149, 150, 157, 158, 159, 160, 161, 162, 163, 164, 165, 166, 167, 168, 169, 170, 171, 173, 174, 176, 177, 178, 179, 192, 193, 194, 195, 196, 197, 198, 199, 200, 201, 202, 203, 206, 217, 225, 243, 245

Obesidade infantil 5, 6, 98, 99, 103, 104, 105, 106, 107, 108, 132, 133, 145, 146, 158, 160, 161, 162, 163, 167, 168, 174, 176, 178, 179

P

Política pública 54

Práticas integrativas 4, 34, 35, 45, 46

Produtos naturais 25, 266

Promoção da saúde escolar 149

Propaganda 98, 100, 103, 104, 109, 116, 129, 135, 138

Publicidade 5, 98, 99, 100, 101, 102, 104, 105, 106, 107, 108, 129, 137, 138, 140, 142, 145, 147, 159

R

Recomendação nutricionais 2, 4

S

Saúde 2, 3, 4, 8, 1, 2, 4, 5, 10, 12, 14, 15, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 32, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 57, 59, 66, 67, 68, 71, 79, 82, 83, 84, 85, 86, 87, 88, 90, 91, 92, 93, 95, 99, 100, 102, 103, 104, 105, 106, 107, 110, 111, 113, 114, 115, 116, 117, 119, 120, 121, 122, 123, 124, 125, 126, 127, 132, 133, 134, 136, 138, 145, 146, 147, 148, 149, 150, 151, 152, 157, 158, 159, 160, 161, 162, 166, 167, 168, 169, 171, 172, 174, 178, 179, 180, 182, 183, 188, 189, 190, 192, 193, 196, 197, 198, 201, 202, 203, 204, 206, 207, 211, 212, 213, 215, 216, 218, 222, 223, 224, 225, 227, 231, 233, 234, 238, 239, 240, 241, 244, 245, 252, 255, 256, 258, 259, 260, 264

Segurança alimentar 3, 4, 12, 15, 22, 23, 48, 49, 54, 55, 57, 58, 59, 62, 64, 65, 66, 67, 68, 158, 178, 179, 264, 270

Síndrome dos ovários policísticos 69, 70

Suplementos vitamínicos 6, 109, 110, 111

T

Terapia nutricional 1, 2, 3, 4, 5, 6, 70, 72, 75, 201, 238

Terapias alternativas 34


Toxicologia dos alimentos 14, 15, 16, 22, 24


Triton 4, 25, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33

Nutrição:

Qualidade de vida e
promoção da saúde

 www.atenaeditora.com.br

 contato@atenaeditora.com.br


 [@atenaeditora](https://www.instagram.com/atenaeditora)

 www.facebook.com/atenaeditora.com.br


Nutrição:

Qualidade de vida e
promoção da saúde

 www.atenaeditora.com.br

 contato@atenaeditora.com.br

 [@atenaeditora](https://www.instagram.com/atenaeditora)

 www.facebook.com/atenaeditora.com.br