

Estratégias contra os fatores de desistência do aleitamento materno

Strategies against the factors leading to breastfeeding abandonment

Estrategias contra los factores de desistimiento de la lactancia materna

DOI: 10.5281/zenodo.15183583

Recebido: 28 fev 2025

Aprovado: 15 mar 2025

Nívia Larice Rodrigues de Freitas

Medicina

Universidade Nilton Lins

Manaus – AM, Brasil

E-mail: nivialaric@gmail.com

Odailson Nogueira dos Santos

Medicina

Faculdade Metropolitana de Manaus (Fametro)

Manaus – AM, Brasil

E-mail: oda.nair@gmail.com

Paola Zaccaro da Silveira

Nutrição

Fundação Universitária Vida Cristã (UNIFUNVIC)

Pindamonhangaba – SP, Brasil

E-mail: zaccaropaola33@gmail.com

Rodrigo Manoel Ferreira Carrapeiro

Medicina

Universidade Federal do Amazonas

Porto Velho – RO, Brasil

E-mail: rcarrapeiro@gmail.com

Dayna Aragão Benchimol

Medicina

Universidade Nilton Lins

Manaus – AM, Brasil

E-mail: daynabenchimol@gmail.com

Allyne Kelly Carvalho Farias

Biomedicina

Faculdade de Saúde, Ciências Humanas e Tecnológicas do Piauí - Centro Universitário Uninovafapi

Teresina – PI, Brasil

E-mail: allynnnekelly@hotmail.com

Jaqueline Cristine Vasconcelos

Nutrição
Universidade Católica de Brasília
Brasília – DF, Brasil
E-mail: jackfigueiredo2013@gmail.com

Eduardo Martins da Cruz

Medicina
Universidade Gama Filho
Rio de Janeiro – RJ, Brasil
E-mail: edmacr@hotmail.com

Rosane da Silva de Santana

Enfermagem
Universidade Castelo Branco
Rio de Janeiro – RJ, Brasil
E-mail: rosaneenf@hotmail.com

Gisele Aparecida Gomes

Enfermagem
Universidade do Vale do Rio dos Sinos (Unisinos)
Sapucaia do Sul – RS, Brasil
E-mail: giseleaparecidagomes6@gmail.com

Raissa Nóbrega Ferreira

Medicina
Faculdade de Medicina de Olinda
Recife – PE, Brasil
E-mail: raissanobregaferreira@hotmail.com

Daniel Nunes Soares Costa

Medicina
Faculdade de Medicina de Olinda
Recife – PE, Brasil
E-mail: danielnsc@hotmail.com

Nilcéia Janine Pereira Ribeiro

Enfermagem Bacharelado
Faculdade de Ciências e Educação Sena Aires
Valparaíso de Goiás – GO, Brasil
E-mail: nilceia.j.ribeiro@gmail.com

Vanessa Toscano de Moraes

Enfermagem
Universidade Federal do Rio Grande do Norte
Santa Cruz – RN, Brasil
E-mail: vanessa.morais.706@outlook.com

Eliete Bispo Nascimento

Nutrição
Faculdade de Saúde Ibituruna (FAI)
Montes Claros – MG, Brasil
E-mail: elietebisponascimento@hotmail.com

RESUMO

O aleitamento materno exclusivo (AME) é essencial para a saúde de mães e filhos, proporcionando benefícios nutricionais, imunológicos e emocionais. No entanto, o desmame precoce continua sendo um desafio, influenciado por fatores como a percepção de produção insuficiente de leite, falta de informações sobre a fisiologia da amamentação, escassez de apoio institucional e familiar, dificuldades emocionais e barreiras sociais e profissionais. A pesquisa objetiva aprofundar o entendimento sobre os fatores que influenciam a desistência do AME, contribuindo para o desenvolvimento de estratégias que promovam a prática, assegurando um futuro mais saudável para as novas gerações. Trata-se de uma revisão narrativa qualitativa, realizada entre fevereiro e março de 2025, com base em publicações de 2021 a 2025. Foram usados os descritores “Aleitamento Materno”, “Dificuldades da Amamentação” e “Saúde Materna”, com critérios rigorosos de inclusão e exclusão. Os resultados indicam que a principal causa do desmame precoce é a percepção errônea sobre a produção de leite, agravada pela falta de apoio e conhecimento. Além disso, fatores como dificuldades emocionais e falta de infraestrutura nos locais de trabalho contribuem significativamente para a desistência. Estratégias como campanhas educativas, apoio contínuo no pós-parto, políticas públicas favoráveis e o fortalecimento das redes de apoio são fundamentais para garantir o sucesso do AME.

Palavras-chave: Aleitamento Materno. Dificuldades da Amamentação. Saúde Materna.

ABSTRACT

Exclusive breastfeeding (EBF) is essential for the health of mothers and children, providing nutritional, immunological, and emotional benefits. However, early weaning continues to be a challenge, influenced by factors such as the perception of insufficient milk production, lack of information about the physiology of breastfeeding, scarcity of institutional and family support, emotional difficulties, and social and professional barriers. This research aims to deepen the understanding of the factors influencing the discontinuation of EBF, contributing to the development of strategies that promote the practice, ensuring a healthier future for new generations. It is a qualitative narrative review conducted between February and March 2025, based on publications from 2021 to 2025, excluding legislation. The descriptors “Breastfeeding,” “Breastfeeding Difficulties,” and “Maternal Health” were used, with strict inclusion and exclusion criteria. The results show that the main cause of early weaning is the erroneous perception of milk production, aggravated by lack of support and knowledge. Additionally, factors such as emotional difficulties and lack of infrastructure in the workplace contribute significantly to discontinuation. Strategies such as educational campaigns, continuous post-partum support, favorable public policies, and strengthening support networks are crucial for ensuring the success of EBF.

Keywords: Breastfeeding. Breastfeeding Difficulties. Maternal Health.

RESUMEN

La lactancia materna exclusiva (LME) es esencial para la salud de las madres y los niños, proporcionando beneficios nutricionales, inmunológicos y emocionales. Sin embargo, el destete precoz sigue siendo un desafío, influenciado por factores como la percepción de una producción insuficiente de leche, la falta de información sobre la fisiología de la lactancia, la escasez de apoyo institucional y familiar, las dificultades emocionales y las barreras sociales y profesionales. Esta investigación tiene como objetivo profundizar la comprensión de los factores que influyen en la discontinuación de la LME, contribuyendo al desarrollo de estrategias que promuevan la práctica, asegurando un futuro más saludable para las nuevas generaciones. Se trata de una revisión narrativa cualitativa realizada entre febrero y marzo de 2025, basada en publicaciones de 2021 a 2025, excluyendo legislaciones. Se utilizaron los descriptores “Lactancia Materna”, “Dificultades en la Lactancia” y “Salud Materna”, con criterios estrictos de inclusión y exclusión. Los resultados muestran que la principal causa del destete precoz es la percepción errónea sobre la producción de leche, agravada por la falta de apoyo y conocimiento. Además, factores como las dificultades emocionales y la falta de infraestructura en el lugar de trabajo contribuyen significativamente a la discontinuación. Estrategias como campañas educativas, apoyo continuo en el postparto, políticas públicas favorables y el fortalecimiento de las redes de apoyo son fundamentales para asegurar el éxito de la LME.

Palabras clave: Lactancia Materna. Dificultades en la Lactancia. Salud Materna.

1. INTRODUÇÃO

O Aleitamento Materno Exclusivo (AME) é amplamente reconhecido como a forma mais completa e benéfica de nutrição para o bebê nos primeiros meses de vida, sendo uma das práticas de saúde mais recomendadas por diversas organizações internacionais (Silva, 2025). A Organização Mundial da Saúde (OMS) e o Ministério da Saúde do Brasil defendem a amamentação exclusiva até os seis meses de idade, seguida da introdução gradual de alimentos complementares, mas com a continuidade da amamentação até os dois anos ou mais, devido aos benefícios tanto para o bebê quanto para a mãe (Dos Santos, 2022; Da Silva *et al.*, 2024). Essa prática não só fornece os nutrientes necessários, mas também fortalece o sistema imunológico da criança, tornando-a mais protegida contra infecções e doenças (De Amorim *et al.*, 2023). O leite materno é considerado a melhor fonte de nutrição, contendo uma combinação única de proteínas, lipídios, carboidratos, vitaminas e minerais essenciais para o desenvolvimento físico e cognitivo do lactente (Dos Santos, 2022).

Além disso, o leite materno é rico em anticorpos e células de defesa, como linfócitos e macrófagos, que são vitais para a proteção do bebê contra infecções e doenças no início da vida, quando o sistema imunológico da criança ainda não está completamente desenvolvido (De Magalhães Barbosa *et al.*, 2023). A imunoglobulina A (IgA), presente no leite materno, atua principalmente na proteção da parede gastrointestinal do recém-nascido contra microrganismos patogênicos, prevenindo doenças (Carvalho *et al.*, 2023). Essa proteção imunológica é crucial para a saúde do bebê nos primeiros meses de vida, quando ele ainda não possui um sistema imunológico plenamente funcional (Dos Santos, 2022). O leite materno, portanto, não é apenas um alimento, mas também um sistema de defesa natural que fortalece o bebê contra uma série de infecções e doenças que poderiam comprometer sua saúde a curto e longo prazo (De Amorim *et al.*, 2023).

A amamentação, além de proporcionar benefícios nutricionais e imunológicos, desempenha um papel fundamental na formação do vínculo emocional entre mãe e filho. De acordo com Dos Santos (2022), durante a amamentação, ocorre a liberação de hormônios como a oxitocina e a prolactina, que ajudam a fortalecer esse vínculo, além de favorecer a produção de leite e a recuperação pós-parto da mãe. A oxitocina, também conhecida como o “hormônio do amor”, tem um efeito calmante, ajudando a reduzir a ansiedade e promovendo o bem-estar emocional da mãe, o que é fundamental para o sucesso da amamentação (Silva, 2025). A prolactina, por sua vez, está diretamente envolvida na produção de leite, garantindo que a mãe tenha uma quantidade adequada de leite para alimentar o bebê (Dos Santos, 2022). Além disso, esse vínculo

emocional e a interação entre mãe e filho durante a amamentação são cruciais para o desenvolvimento psicológico da criança, afetando positivamente o seu bem-estar a longo prazo (Morais; Nascimento; Da Silva, 2021).

No entanto, apesar dos benefícios amplamente reconhecidos do AME, muitos fatores podem levar à desistência precoce da amamentação, o que compromete a saúde da criança e da mãe (De Araújo *et al.*, 2021). As dificuldades iniciais com a pega, a dor durante a amamentação e a percepção de que o leite materno não é suficiente são alguns dos principais obstáculos enfrentados pelas mães (Pires *et al.*, 2024). Esses desafios podem ser agravados pela falta de apoio emocional e prático, além da pressão social para retornar ao trabalho logo após o nascimento do bebê (Dodou *et al.*, 2023). A ausência de políticas públicas que garantam uma licença maternidade adequada e a falta de suporte nas unidades de saúde aumentam ainda mais as dificuldades que as mães enfrentam para manter o AME (De Amorim *et al.*, 2023; Galdino *et al.*, 2023). A desinformação sobre a produção de leite também é um fator importante, com muitas mães acreditando que não têm leite suficiente ou que o leite materno não é adequado, o que pode levar ao abandono precoce da amamentação (Pires *et al.*, 2024).

A desistência precoce do AME tem sérias repercussões para a saúde do bebê, pois ele perde os benefícios imunológicos e nutricionais essenciais oferecidos pelo leite materno (De Oliveira, 2021). Segundo os autores Moraes, Nascimento e da Silva (2021), crianças que não são amamentadas exclusivamente durante os primeiros seis meses têm maior risco de desenvolver doenças infecciosas, como otites, diarreias e infecções respiratórias, e podem apresentar um desenvolvimento cognitivo e motor mais lento. Além disso, o desmame precoce está associado a um aumento do risco de doenças crônicas, como obesidade, diabetes tipo 2 e hipertensão, que podem afetar a saúde do indivíduo na vida adulta (Dos Santos, 2022). A amamentação exclusiva até os seis meses de idade, portanto, é essencial para garantir o fortalecimento do sistema imunológico da criança e para prevenir uma série de complicações de saúde (De Magalhães Barbosa *et al.*, 2023).

O impacto positivo do AME na saúde da mãe também deve ser destacado. Estudos mostram que a amamentação reduz o risco de câncer de mama, câncer de ovário e câncer do colo do útero, além de facilitar a recuperação pós-parto e ajudar na perda de peso após o parto (Carvalho *et al.*, 2023; Bernardes, 2021). A amamentação também contribui para o fortalecimento da saúde emocional da mãe, promovendo um vínculo mais profundo com o bebê e ajudando a reduzir os níveis de estresse e ansiedade (Ferreira, 2021). Esse impacto positivo no bem-estar da mãe, juntamente com os benefícios para o bebê, faz do AME uma prática essencial para o fortalecimento da saúde familiar (De Araújo *et al.*, 2021; Galdino *et al.*, 2023).

Esse cenário reforça a necessidade de uma abordagem que não apenas identifique os obstáculos enfrentados pelas mães, mas também forneça soluções práticas e políticas públicas eficazes que incentivem a amamentação. A presente pesquisa objetiva aprofundar o entendimento sobre os fatores que influenciam a desistência do AME, contribuindo para o desenvolvimento de estratégias que promovam a prática, assegurando um futuro mais saudável para as novas gerações. Diante do exposto, a promoção do Aleitamento Materno Exclusivo (AME) surge como um dos pilares fundamentais para a saúde e o bem-estar tanto da mãe quanto do bebê. O AME oferece benefícios nutricionais, imunológicos e emocionais que são essenciais para o desenvolvimento saudável da criança, sendo amplamente recomendado por organizações de saúde mundialmente. No entanto, as taxas de adesão à prática do AME ainda estão aquém do ideal, devido a diversos desafios enfrentados pelas mães, como a falta de apoio, dificuldades iniciais e pressões sociais. Compreender as estratégias mais eficazes para superar essas barreiras e garantir a continuidade da amamentação se faz, portanto, imprescindível para a melhoria da saúde pública e o fortalecimento das políticas de promoção do aleitamento.

2. METODOLOGIA

A presente pesquisa caracteriza-se como uma revisão narrativa qualitativa, conduzida entre fevereiro e março de 2025. O período de pesquisa foi delimitado para abranger publicações entre 2021 e 2025, com exceção das legislações, que foram incluídas independentemente de sua data de publicação. Os descritores utilizados nas buscas foram “Aleitamento Materno”, “Dificuldades da Amamentação” e “Saúde Materna”. Esses termos foram escolhidos de maneira estratégica para cobrir as principais dimensões relacionadas ao aleitamento materno, às dificuldades enfrentadas pelas mães e às questões de saúde materna, permitindo uma análise ampla sobre o tema.

As buscas foram realizadas nas bases de dados acadêmicas SciELO, Google Scholar e PubMed, selecionadas por sua abrangência e relevância na literatura científica, assegurando o acesso a artigos de alta qualidade e rigor metodológico. Foram aplicados critérios rigorosos de inclusão, com a seleção de artigos publicados entre 2021 e 2025, em português, que tratassem das dificuldades da amamentação, estratégias de apoio à saúde materna e políticas públicas relacionadas ao aleitamento. As publicações selecionadas precisavam abordar a temática de forma relevante e aprofundada, sem limitações metodológicas ou resultados inconclusos.

Foram aplicados critérios de exclusão para eliminar publicações com metodologias inadequadas, resultados inconclusivos ou que não tratassem da temática de maneira pertinente. Artigos incompletos ou que não correspondessem aos critérios de qualidade científica também foram descartados. Ao final do

processo de triagem, foram selecionadas 16 publicações que atenderam aos critérios estabelecidos, proporcionando contribuições relevantes para a análise das dificuldades da amamentação e das abordagens de apoio à saúde materna.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

O aleitamento materno exclusivo (AME) é reconhecido mundialmente por ser a forma mais eficaz de nutrição nos primeiros seis meses de vida do bebê, oferecendo todos os nutrientes essenciais para o crescimento e desenvolvimento da criança (Silva *et al.*, 2025). Além disso, o leite materno fortalece o sistema imunológico e protege contra várias doenças infecciosas, como diarreia e infecções respiratórias, sendo vital para a saúde pública (Silva *et al.*, 2025; Moraes; Nascimento; Da Silva, 2021). No entanto, o desmame precoce continua sendo um problema significativo em várias partes do mundo, inclusive no Brasil, onde as taxas de AME estão aquém das metas estabelecidas pela OMS (Silva, 2025; Pires *et al.*, 2024).

De acordo com o estudo do autor Dos Santos (2022), diversos fatores contribuem para o desmame precoce, sendo a percepção de baixa produção de leite uma das principais causas relatadas pelas mães nos primeiros dias de amamentação. Esse receio, muitas vezes, é alimentado pela falta de conhecimento sobre a fisiologia da amamentação, levando muitas mulheres a recorrerem precocemente a fórmulas e outros alimentos, o que compromete a prática exclusiva (Dos Santos, 2022). A desinformação sobre o processo natural de aumento da produção de leite também é uma barreira significativa, já que a falta de apoio adequado, tanto da família quanto dos profissionais de saúde, pode desestimular a mãe e gerar insegurança (De Araújo *et al.*, 2021; De Magalhães Barbosa *et al.*, 2023).

Outro fator crucial que contribui para o desmame precoce é a falta de infraestrutura no ambiente de trabalho, como a ausência de locais adequados para a extração e armazenamento do leite materno (Dos Santos, 2022). Segundo Silva (2025), muitas mães que retornam ao trabalho após a licença maternidade enfrentam dificuldades em conciliar a amamentação com suas responsabilidades profissionais, especialmente quando a licença é curta e as políticas de apoio no local de trabalho são limitadas. Isso se agrava pelo fato de que as mães, muitas vezes, se veem pressionadas a adotar alternativas mais práticas, como o uso de fórmulas, devido à falta de apoio e a dificuldades no processo de amamentação (Moraes; Nascimento; Da Silva, 2021; Silva, 2025).

A introdução precoce de alimentos sólidos e a falta de apoio familiar também desempenham um papel importante na desistência precoce do AME (De Magalhães Barbosa *et al.*, 2023). A crença de que o leite materno não é suficiente ou que o bebê precisa de alimentos complementares antes dos seis meses de

vida leva muitas mães a interromper a amamentação (De Araújo *et al.*, 2021; Da Silva *et al.*, 2024). Além disso, a pressão social para que a mãe retorne rapidamente ao trabalho ou para que a amamentação seja interrompida por outros motivos, como conveniência ou sugestões de familiares, também contribui para o desmame precoce (Morais; Nascimento; Da Silva, 2021).

Fatores emocionais, como a depressão pós-parto, são outros obstáculos significativos para a continuidade do AME (De Araújo *et al.*, 2021). Mães que enfrentam dificuldades psicológicas podem sentir-se inseguras quanto à sua capacidade de amamentar, o que muitas vezes leva à desistência do aleitamento (De Araújo *et al.*, 2021; De Magalhães Barbosa *et al.*, 2023). O apoio emocional adequado, tanto do parceiro quanto dos profissionais de saúde, é essencial para ajudar a mãe a superar esses desafios e manter o aleitamento exclusivo (De Araújo *et al.*, 2021; Silva *et al.*, 2025).

Além disso, a falta de conhecimento adequado sobre a técnica de amamentação e as melhores práticas pode agravar esses problemas, levando muitas mães a desistirem da amamentação devido a dificuldades práticas, como dor ao amamentar ou a dificuldade em fazer o bebê pegar corretamente o seio (Dos Santos, 2022; De Araújo *et al.*, 2021). A falta de apoio profissional adequado para ensinar a técnica correta de amamentação ou para fornecer orientação sobre como lidar com problemas como o ingurgitamento mamário e a mastite também é uma causa significativa de desmame precoce (Pires *et al.*, 2024; Silva *et al.*, 2025).

A desinformação e as crenças culturais também desempenham um papel importante na decisão de interromper a amamentação (Carvalho *et al.*, 2023; De Magalhães Barbosa *et al.*, 2023). Mitos populares, como a ideia de que o leite materno não é suficiente ou que ele pode ser substituído por mamadeiras, contribuem para a escolha de alternativas que prejudicam o aleitamento exclusivo (Carvalho *et al.*, 2023; Silva *et al.*, 2025). Tais crenças, muitas vezes alimentadas pela falta de informações precisas e pela pressão social, podem gerar insegurança nas mães e levar à interrupção prematura da amamentação (De Magalhães Barbosa *et al.*, 2023; Moraes; Nascimento; Da Silva, 2021).

O nível educacional da mãe também influencia diretamente a adesão ao AME, já que mulheres com maior escolaridade tendem a amamentar por mais tempo devido ao maior entendimento sobre os benefícios do leite materno (Silva, 2025; Da Silva *et al.*, 2024). No entanto, o retorno ao trabalho, combinado com a falta de políticas de apoio adequadas, pode impactar negativamente na continuidade da amamentação, mesmo entre as mulheres mais instruídas (Silva, 2025; Da Silva *et al.*, 2024). Mulheres com menor nível educacional ou em situações de vulnerabilidade social têm mais dificuldades em acessar informações sobre os benefícios do AME e, frequentemente, recorrem a alternativas como fórmulas (De Araújo *et al.*, 2021; Silva, 2025).

A falta de políticas públicas eficazes para apoiar o AME nos locais de trabalho também é uma barreira significativa para a continuidade da amamentação (Pires *et al.*, 2024). Programas de apoio à amamentação, como a criação de espaços para extração de leite, a ampliação da licença maternidade e a implementação de ações educativas, são essenciais para garantir que as mães possam amamentar sem enfrentar obstáculos no retorno ao trabalho (Pires *et al.*, 2024; Dos Santos, 2022). A criação de ambientes favoráveis à amamentação, tanto no trabalho quanto na comunidade, é crucial para aumentar as taxas de amamentação exclusiva (Morais; Nascimento; Da Silva, 2021; Silva, 2025).

Estratégias para contornar a problemática do desmame precoce incluem, primeiramente, a implementação de campanhas educativas de conscientização sobre a importância do AME, tanto nas unidades de saúde quanto nas escolas e comunidades (Silva *et al.*, 2025). Essas campanhas devem focar em desmistificar crenças populares e informar as mães sobre os benefícios a longo prazo do aleitamento materno exclusivo (Silva, 2025; Carvalho *et al.*, 2023). A educação sobre a fisiologia da amamentação e a abordagem de mitos relacionados ao leite materno são essenciais para aumentar a adesão ao AME e reduzir o desmame precoce (De Araújo *et al.*, 2021; Silva, 2025).

Outra estratégia eficaz seria a ampliação do apoio profissional durante o pós-parto, oferecendo visitas domiciliares e orientações específicas sobre a técnica de amamentação e como lidar com problemas comuns, como ingurgitamento mamário, mastite e dificuldades com a pega do bebê (Pires *et al.*, 2024; De Araújo *et al.*, 2021). Profissionais de saúde devem ser treinados para fornecer suporte contínuo, garantindo que as mães possam superar as dificuldades iniciais e manter o AME por um período mais longo (Dos Santos, 2022; De Magalhães Barbosa *et al.*, 2023). Esse tipo de apoio pode aumentar significativamente a confiança das mães e a percepção de que a amamentação é viável, mesmo em face de desafios iniciais (De Araújo *et al.*, 2021; Pires *et al.*, 2024).

Além disso, a implementação de políticas públicas que incentivem o AME nos ambientes de trabalho é fundamental para a manutenção do aleitamento exclusivo (Pires *et al.*, 2024). Empresas devem ser incentivadas a oferecer espaços adequados para a extração e armazenamento do leite materno, além de promoverem um ambiente acolhedor para as mães (Dos Santos, 2022; Silva *et al.*, 2025). A ampliação da licença maternidade e a criação de programas de apoio à amamentação, como orientações para o retorno ao trabalho, são passos essenciais para garantir que as mães possam conciliar suas responsabilidades profissionais com a prática do AME (Silva, 2025; Moraes; Nascimento; Da Silva, 2021).

A promoção de redes de apoio comunitárias também é uma estratégia valiosa. Envolver familiares, como pais e avós, bem como amigos, no processo de amamentação, pode fornecer a segurança e a confiança necessárias para as mães continuarem a amamentar (Carvalho *et al.*, 2023; Silva *et al.*, 2025). As redes de

apoio podem incluir grupos de mães ou grupos de apoio à amamentação, onde as mulheres podem compartilhar experiências e receber orientação (De Magalhães Barbosa *et al.*, 2023). Esse tipo de apoio comunitário fortalece a confiança das mães e as ajuda a superar as dificuldades do dia a dia, tornando o processo de amamentação mais sustentável e menos solitário (Carvalho *et al.*, 2023; Pires *et al.*, 2024).

Por fim, é crucial aumentar a conscientização sobre os benefícios do AME não apenas para a criança, mas também para a mãe, destacando como a amamentação pode ser benéfica para a recuperação pós-parto, prevenção de câncer e promoção do bem-estar emocional (De Magalhães Barbosa *et al.*, 2023; Silva *et al.*, 2025). A educação sobre esses benefícios deve ser integrada em todas as etapas da jornada materna, desde o pré-natal até o pós-parto, para garantir que as mães compreendam completamente a importância da amamentação exclusiva e estejam preparadas para manter essa prática durante o primeiro semestre de vida do bebê (De Araújo *et al.*, 2021; Silva, 2025).

4. CONCLUSÃO

O aleitamento materno exclusivo (AME) é amplamente reconhecido por seus benefícios profundos à saúde das crianças e das mães, oferecendo os nutrientes essenciais para o crescimento saudável da criança, além de fortalecer seu sistema imunológico e protegê-la contra doenças infecciosas. Para as mães, a amamentação reduz o risco de doenças como o câncer de mama, facilita a recuperação pós-parto e estabelece um vínculo afetivo duradouro com o bebê. No entanto, apesar de sua relevância, o desmame precoce continua sendo um desafio persistente, influenciado por diversos fatores que dificultam a continuidade dessa prática essencial.

A percepção de que a produção de leite materno é insuficiente é um dos principais obstáculos enfrentados pelas mães, frequentemente levando-as a introduzir fórmulas ou outros alimentos antes do tempo recomendado. Esse equívoco é agravado pela falta de informação sobre a fisiologia da amamentação, o que, somado à escassez de apoio adequado, pode resultar na desistência precoce da amamentação. Além disso, a falta de infraestrutura nos locais de trabalho, o peso das pressões sociais e as dificuldades emocionais que muitas mães enfrentam também contribuem de forma decisiva para o desmame precoce. A falta de suporte institucional e familiar torna ainda mais desafiadora a continuidade do AME, levando muitas mães a abandonarem essa prática, muitas vezes por sentirem-se desamparadas ou inseguras. Diante disso, estratégias como a implementação de campanhas educativas, focadas na desmistificação de mitos sobre a amamentação e na conscientização dos seus benefícios, o apoio contínuo durante o pós-parto, políticas públicas que promovam um ambiente de trabalho favorável à amamentação, fortalecimento das

redes de apoio, são essenciais para fortalecer a confiança das mães em sua capacidade de amamentar e a lidar com os desafios diários, tornando o processo de amamentação mais sustentável.

Portanto, garantir a continuidade do AME envolve mais do que simples apoio técnico; exige um entendimento profundo dos desafios que as mães enfrentam e a oferta de condições adequadas para que possam amamentar com confiança e sem obstáculos. Somente por meio de informações claras, apoio emocional constante e políticas que favoreçam a amamentação será possível reduzir as taxas de desmame precoce e assegurar que as crianças se beneficiem dos imensos benefícios que a amamentação proporciona.

REFERÊNCIAS

BERNARDES, Pollyana Cruz Ferreira. **Utilização do aplicativo Instagram® como ferramenta de educação em saúde sobre aleitamento materno.** 2021. Disponível em: <https://repositorio.pucgoias.edu.br/jspui/handle/123456789/3425>. Acesso em: 04 fev. 2025.

CARVALHO, Maria Eduarda Santos et al. Influência da rede de apoio social na promoção do aleitamento materno: percepção das nutrizes. **Revista de APS**, v. 26, 2023. Disponível em: <https://periodicos.ufjf.br/index.php/aps/article/view/e262340146>. Acesso em: 04 fev. 2025.

DA SILVA, Ianny Alves et al. Promoção Ao Aleitamento Materno: Resultados Encontrados Na Maternidade Rede Cegonha De Várzea Grande. **Informe Epidemiológico**, n. 30, 2024. Disponível em: <https://www.periodicos.univag.com.br/index.php/InfEpidemio/article/view/2864>. Acesso em: 04 fev. 2025.

DE ARAÚJO, Shelda Cunha et al. Fatores intervenientes do desmame precoce durante o aleitamento materno exclusivo. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 13, n. 4, p. e6882-e6882, 2021. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/6882>. Acesso em: 04 fev. 2025.

DE AMORIM, Maria Luana Sousa et al. Aleitamento materno exclusivo: aspectos desafiadores enfrentados pelas puérperas. **Brazilian Journal of Development**, v. 9, n. 9, p. 27370-27382, 2023. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/63480>. Acesso em: 04 fev. 2025.

DE MAGALHÃES BARBOSA, Maria Eduarda Motta et al. A importância do aleitamento materno para o desenvolvimento do complexo craniofacial e do sistema estomatognático. **Revista Fluminense de Extensão Universitária**, v. 13, n. 1, p. 11-14, 2023. Disponível em: <https://editora.univassouras.edu.br/index.php/RFEU/article/view/3814>. Acesso em: 04 fev. 2025.

DODOU, Hilana Dayana et al. Efeitos de uma intervenção educativa por telefone no aleitamento materno: ensaio clínico. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 36, p. eAPE01101, 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ape/a/39Nqr3RR7KqNkwc5kqttC6n/>. Acesso em: 04 fev. 2025.

FERREIRA, Mayara de Lima. **As intercorrências no aleitamento materno e o papel do enfermeiro nas intervenções.** 2021. Disponível em: <http://200.150.122.211/jspui/handle/23102004/263>. Acesso em: 04 fev. 2025.

GALDINO, Livia Ferreira Cirilo et al. Experiências sobre aleitamento materno entre mães residentes em município Paraibano. **Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR**, v. 27, n. 5, p. 2370-2389, 2023. Disponível em: <https://unipar.openjournalsolutions.com.br/index.php/saude/article/view/9801>. Acesso em: 04 fev. 2025.

MORAES, Raquel Damiana Beltramini; NASCIMENTO, Carolina Alves; DA SILVA, Elaine Reda. Fatores relacionados ao desmame precoce e o papel do enfermeiro na promoção e apoio ao aleitamento materno-revisão de literatura. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 7, n. 12, p. 407-424, 2021. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/3414>. Acesso em: 05 fev. 2025.

PIRES, Victória da Costa Barreto Pinto et al. Fatores intervenientes na adesão à amamentação durante a administração de vacinas injetáveis: estudo qualitativo. **Escola Anna Nery**, v. 28, p. e20240056, 2024. Disponível em: <https://www.scielo.br/jean/a/fSDLfFC59zgwLpWptwnVNhb/>. Acesso em: 14 fev. 2025.

PORTO, Jessica Prates et al. Aleitamento materno exclusivo e introdução de alimentos ultraprocessados no primeiro ano de vida: estudo de coorte no sudoeste da Bahia, 2018. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v. 30, p. e2020614, 2021. Disponível em: <https://www.scielosp.org/article/ress/2021.v30n2/e2020614/pt/>. Acesso em: 21 fev. 2025.

SILVA, Julia Roberta Mançano da. **Aleitamento materno: uma análise de fatores relacionados à autoeficácia e conhecimento sobre amamentar**. Orientadora: Michelle Cristine de Oliveira Minharro. 2025. Trabalho de Conclusão de Residência (Residência em Enfermagem Obstétrica) – Faculdade de Medicina, Universidade Estadual Paulista (UNESP), Botucatu, 2025. Disponível em: <https://repositorio.unesp.br/entities/publication/12c224ee-7924-4c5f-831e-0851f1f51242>. Acesso em: 14 fev. 2025.

SILVA, Kamyille Giovanna Alves et al. **Percepção Sobre As Práticas De Aleitamento Materno De Gestantes Residentes Do Município De Pires Do Rio, Goiás**. 2025. Disponível Em: <https://repositorio.ifgoiano.edu.br/handle/prefix/5301>. Acesso em: 08 fev. 2025.

DOS SANTOS, Ian Xavier Paschoeto et al. **Benefícios do aleitamento materno exclusivo durante os primeiros meses de vida do recém-nascido**. 2022. Disponível em: <http://residenciapediatrica.com.br/exportar-pdf/1238/v12n4aop773.pdf>. Acesso em: 07 fev. 2025.