

Efeito Protetor do Aleitamento Materno Contra a Obesidade Infantil

ZEFERINO, C. Z.¹; LIMA, A. V.¹; ALMEIDA, M. P.¹

1 – UniFOA, Centro Universitário de Volta Redonda, Volta Redonda, RJ.
carol.sz@hotmail.com

RESUMO

A obesidade é uma epidemia global que vem crescendo nos últimos anos e afetando cada vez mais crianças e adolescentes. Obesidade infantil é um processo dinâmico, no qual comportamentos, cognição e emoções interagem mutuamente, sofrendo influência de atitudes parentais, atividade física, padrão nutricional e estresse familiar. O aleitamento materno (AM) tem estrita correlação com a obesidade, sendo descrito como fator protetor contra essa entidade clínica. O presente trabalho tem como objetivo revisão de literatura acerca do efeito protetor do AM contra obesidade e sobrepeso infantis e avaliar sua importância para o crescimento e desenvolvimento da criança. Foram utilizados artigos científicos disponíveis na Biblioteca Virtual de Saúde, PubMed e Scielo. O Ministério da Saúde recomenda que, até os seis meses de vida, o bebê seja alimentado exclusivamente com leite materno (LM) por fornecer todos os nutrientes necessários ao crescimento, desenvolvimento saudável e adequado, agindo como protetor de doenças no trato respiratório, infecções, doenças crônicas não transmissíveis e malformação da arcada dentária. Além desses benefícios, o AM seria uma alternativa para a prevenção da obesidade infantil. Devido ao fato de ser uma enfermidade crônica, a obesidade infantil pode-se perpetuar na vida adulta e a estimativa é de que 80% das crianças obesas mantenham essa condição quando adultas e sejam acometidas por agravos metabólicos tais como: diabetes, dislipidemias, hipertensão e doenças cardiovasculares, principalmente isquêmicas. Os mecanismos pelos quais o LM desempenha uma proteção em relação à obesidade ainda não foram esclarecidos com plenitude, sendo uma das hipóteses o envolvimento do LM no fenômeno “imprinting” metabólico. Além disso, as crianças que mamam no seio da mãe podem desenvolver mecanismos para regular a sua ingestão energética, já as que recebem formas industrializadas de leite podem ter o desenvolvimento desses mecanismos de autorregulação prejudicados, promovendo a ingestão exacerbada de leite e favorecendo o desenvolvimento de sobrepeso. Sabe-se também que o leite materno é composto por fatores bioativos como os hormônios insulina, T3 e T4 e a leptina, que agem no centro da alimentação e saciedade, regulando o balanço energético do metabolismo infantil. Com isso é possível concluir que o leite materno é um importante composto nutricional que, além de trazer os benefícios já conhecidos, atua na prevenção contra o sobrepeso e a obesidade na infância, embora os mecanismos para tal ainda não estejam completamente elucidados em estudos.

Palavras-chave: efeito protetor, amamentação, obesidade infantil.