

## **ALEITAMENTO MATERNO: UMA REVISÃO SOBRE SEUS BENEFÍCIOS PARA A SAÚDE DA MULHER.**

II Congresso Online de Ginecologia e Obstetrícia da Sogise, 1ª edição, de 25/01/2021 a 28/01/2021  
ISBN dos Anais: 978-65-86861-36-5

**SILVA; Taís Lorrane Mendes <sup>1</sup>, BOLOTÁRIO; Kamila <sup>2</sup>, BALAN; Nathália de Carvalho <sup>3</sup>, MORAIS; Raphaela Montalvão <sup>4</sup>, RODRIGUES; Vitória Dolci <sup>5</sup>, BERGAMASCO; Vanessa Soares <sup>6</sup>**

### **RESUMO**

**Introdução:** A amamentação é uma das etapas mais importantes para a promoção do desenvolvimento do recém-nascido. É através do aleitamento materno que o bebê recebe o suporte nutritivo e imunológico, favorecendo também o vínculo afetivo entre mãe e filho. Traz benefícios econômicos para saúde pública, ao diminuir o número de infecções e influenciar diretamente na mortalidade dos lactentes, e benefícios para a família, principalmente as menos favorecidas, pois não terão custos adicionais com substitutos do leite materno. A maioria das informações com relação à amamentação visa as vantagens que o aleitamento materno traz para o recém-nascido, entretanto, são pouco discutidos os benefícios para a saúde da mulher. **Objetivo:** destacar os benefícios do aleitamento para a saúde materna e suas repercussões orgânicas. **Métodos:** para elaboração deste artigo, foi realizada uma pesquisa bibliográfica a partir de buscas feitas nas bases de dados eletrônicas: SciELO e LILACS, para tanto, foram utilizados os seguintes descritores: aleitamento materno e saúde da mulher. Os critérios de inclusão foram estudos que abordavam a importância do aleitamento materno para as mulheres e que foram publicados entre os anos de 2010 à 2020. Na base de dados SciELO foram identificados 38 artigos, sendo selecionados 7; na LILACS foram identificados 84 artigos e selecionados 11, totalizando 18 artigos que cumpriam os critérios de inclusão. **Resultados:** a literatura aponta inúmeros benefícios para a saúde feminina. Ocorre ampliação do espaçamento entre as gestações e partos, pois no período da lactação há supressão de progesterona e do estrogênio, levando à um período de infertilidade. A involução uterina é mais rápida, pois durante as mamadas há produção de ocitocina que é responsável pela contração uterina, acelerando esse processo. Pode ocorrer a diminuição do risco de endometriose. O estudo de Farland et. al (2017), mostrou que mulheres que amamentaram por 36 meses ou mais, durante sua vida reprodutiva tiveram uma diminuição de 40% do risco de endometriose. Segundo Ciampo e Ciampo (2018, p. 355), uma mulher que amamenta pode ter um gasto médio de 2.100 kj/dia, havendo um aumento no gasto calórico, o que auxilia o retorno ao peso pré-gestacional. Os estudos de Ciampo e Ciampo (2018, p. 356-357) mostram, ainda, uma relação positiva com menor taxa de fraturas ósseas por osteoporose, proteção contra neoplasias de ovário e endométrio, menor risco de artrite reumatoide entre as mulheres que amamentam, bem como a diminuição do risco de desenvolver Alzheimer, esclerose múltipla

<sup>1</sup> Centro Universitário Ingá, taislms@hotmail.com

<sup>2</sup> Centro Universitário Ingá, kamilabolotario@gmail.com

<sup>3</sup> Centro Universitário Ingá, balannathalia@gmail.com

<sup>4</sup> Centro Universitário Ingá, raphaela\_morais@hotmail.com

<sup>5</sup> Centro Universitário Ingá, vitoriadr@hotmail.com

<sup>6</sup> Centro Universitário Ingá, vssoares2007@gmail.com

e síndrome metabólica. **Conclusões:** São inúmeros os benefícios do aleitamento materno para a criança, para a mulher, para a família, para a sociedade e para saúde pública. É necessária uma maior divulgação sobre os benefícios que amamentação traz para a saúde da mulher, pois quanto mais informações e conhecimento sobre a importância do aleitamento materno, maiores as chances de sucesso.

**PALAVRAS-CHAVE:** saúde da mulher, aleitamento materno, saúde materna