

IMPORTÂNCIA DA AMAMENTAÇÃO NA PREVENÇÃO DE ALERGIAS NA PRIMEIRA INFÂNCIA

Karina Dos Santos ROSA¹; Luciana Pereira SILVA²

1. Voluntária PIC, Graduanda do Curso de Enfermagem da Fundação Educacional do Município de Assis (FEMA)
karina_santos.rosa@hotmail.com
2. Bióloga, Doutora em Imunologia e Parasitologia Aplicadas, Professora Titular do Curso de Enfermagem da Fundação Educacional do Município de Assis (FEMA)
sraregildo@yahoo.com.br

RESUMO: O leite materno é o alimento mais completo para o recém-nascido, pois contém os nutrientes necessários para seu crescimento e desenvolvimento além de evitar diversas patologias, como infecções, alergias, sendo considerado um redutor da mortalidade infantil. Apesar dos inúmeros benefícios tanto para mãe quanto para a filho, ocorre com uma grande frequência o desmame precoce. O objetivo deste estudo foi pesquisar a importância do aleitamento materno exclusivo, e maneiras de prevenir alergias que pode ocorrer na primeira infância. Foi realizado um estudo bibliográfico do tipo exploratório descritivo utilizando os bancos de dados SCIELO, GOOGLE ACADÊMICO, BVS, sendo selecionados artigos publicados nos últimos dez anos, entre 2008 a 2018, através dos seguintes descritores como critérios de inclusão: Aleitamento materno, Desmame, Amamentação e Alergias. Este conhecimento torna-se extremamente importante com informações atuais e esclarecedoras, informando os benefícios da amamentação dando estímulo à conscientização da sua importância e à formulação de políticas e ações, que priorizem a prática da amamentação.

PALAVRAS-CHAVE: aleitamento; desmame; alergias;

ABSTRACT: Breast milk is the most complete food for the newborn, since it contains the nutrients necessary for its growth and in addition, such as infections, allergies, and is considered a reduction of infant mortality. Despite the higher value for the mother than a child, early weaning occurs at a high frequency. The highlight was the importance of preventing and preventing allergies that may occur in early childhood. A bibliographic study of the exploratory type with the use of databases SCIELO, GOOGLE ACADEMICO, VHL, was carried out in the decade between 2008 and 2018, through the editors of inclusion criteria: Breastfeeding, Weaning, Breastfeeding and Allergies. This knowledge becomes important information and current information, informing the benefits of breastfeeding promotion promotion in conscientization of its importance and the formula of policies and actions, which prioritize the practice of breastfeeding.

KEYWORDS: lactation; weaning; allergies;

1. Introdução

O aleitamento materno possui a nutrição completa para o lactente com benefícios e proteção contra determinadas doenças. A alergia alimentar é uma delas, que se caracteriza por reações adversas aos alimentos por meio dos mecanismos imunológicos mediados por IgE, por células ou por ambas (AGOSTONI et al., 2008).

As manifestações clínicas variam de urticária leve a reações sistêmicas com morte por anafilaxia. Nas crianças, os alimentos mais comuns de alergia são o leite, a soja, o ovo, o trigo e o amendoim, sendo a alergia ao leite de vaca a mais comum nas crianças. Os principais alergénios do leite de vaca são as caseínas e a β - lactoglobulina, embora também tenham sido relatadas alergias a outras proteínas do leite de vaca, como a imunoglobulina e a albumina bovina (RESTANI et al., 2009).

A prevenção da alergia alimentar é realizada na intervenção ao nível da dieta materna na gravidez e na lactação; do aleitamento materno; do uso de fórmulas de substituição hidrolisadas; da introdução da alimentação complementar e de alterações no padrão alimentar da criança (CAFFARELLI et al., 2010).

Diante da ideia previa que após o desmame as alergias se manifestam e muitas vezes a mãe não tem uma orientação correta. Deve-se estimular os profissionais da saúde para que haja

uma melhor orientação quanto à importância e benefícios da amamentação e uma melhor prevenção e promoção da saúde de crianças.

A alergia alimentar preocupa não apenas muitas crianças e pais, mas também todos os profissionais de saúde. Os custos financeiros e sociais relacionados a esta condição está a aumentar, contudo têm vindo a ser desenvolvidos estudos que procuram soluções possíveis para facilitar o tratamento destes pacientes.

2. Metodologia

O presente trabalho trata-se de um estudo exploratório-descritivo de abordagem qualitativa da importância do aleitamento materno na prevenção das alergias na primeira infância.

Os sujeitos da pesquisa foram crianças com alergias e mães em fase de amamentação de forma a incentivar o aleitamento materno e orientar sobre como alergias se manifestam na primeira infância.

Será realizada revisão de literatura a partir de busca em livros e artigos indexados nas bases de dados de dados PubMed, Scopus e SciElo.org através dos descritores “aleitamento materno”, ‘food allergy children’, “food allergy treatment”, “food allergens”, “oral tolerance”, “clinical tolerance”, “food intolerance”, “cross reactivity”, e “breastfeeding duration”, para artigos publicados desde o ano 2008 até Junho de 2018,

Serão realizadas ainda consultas nas páginas digitais de organismos e entidades oficiais e em instituições de referência na área – OMS (Organização Mundial de Saúde), FDA (Food and Drug Administration), WAO (World Allergy Organization), ADA (American Dietetic Association), AAP (American Academy of Pediatrics), EAACI (European Academy of Allergology and Clinical Immunology), EUFIC (The European Food Information Council) e ESPGHAN (European Society for Paediatric Gastroenterology Hepatology and Nutrition). A revisão da literatura tem por finalidade garantir a fundamentação científica, para preservar a segurança do leitor e abordar os conceitos de forma apropriada no material informativo.

Uma cartilha informativa foi elaborada para ser distribuída nos locais onde são frequentados gestantes para serem orientados pela enfermeira e facilitar de acesso às informações pertinentes à saúde.

A cartilha foi confeccionada com uma linguagem acessível ao público alvo da pesquisa intencionado a prevenção de alergias por meio do aleitamento materno.

3. Revisão de literatura

A garantia da saúde da criança em países em desenvolvimento como o Brasil é uma das metas mais importantes da sociedade, onde a desnutrição e a mortalidade infantil representam problemas de saúde pública de grande relevância, o aleitamento materno constitui medida fundamental de proteção e promoção da saúde infantil. O leite materno atende plenamente aos aspectos nutricionais, imunológicos, psicológicos e ao crescimento e desenvolvimento adequado de uma criança no primeiro ano de vida, período de grande vulnerabilidade para a saúde da criança (ABDALA, 2011).

Estudos mostram que a amamentação exclusiva nos primeiros meses de vida diminui o risco de alergia à proteína do leite de vaca, de dermatite atópica e de outros tipos de alergias, incluindo asma e sibilos recorrentes. Assim, retardar a introdução de outros alimentos na dieta da criança pode prevenir o aparecimento de alergias, principalmente naquelas com histórico familiar positivo para essas doenças. A exposição a pequenas doses de leite de vaca nos primeiros dias de vida parece aumentar o risco de alergia ao leite de vaca. Por isso é importante evitar o uso desnecessário de fórmulas lácteas nas maternidades (JUNIOR e; MACYEL e; VIEIRA 2009).

Apesar da importância do aleitamento materno para o desenvolvimento do bebê, muitas mulheres desconhecem questões importantes sobre a prática da amamentação, como preparo das mamas para amamentação, posicionamento do bebê e pega da mama, leite empedrado ou não ter leite, apontando a necessidade estratégias centradas no aspecto educativo que facilitem a difusão de informações sobre a importância e as vantagens do aleitamento materno principalmente relacionado a diminuição das taxas de mortalidade infantil (MACHADO M.M.Te; BOSI M.L.M).

O enfermeiro é o profissional que mais se relaciona com a mãe durante este período, portanto, deve preparar a gestante para o aleitamento, facilitando sua adaptação na fase puerperal, evitando assim dúvidas, dificuldades e possíveis complicações.(RIVEMALES, AZEVEDO e BASTOS 2009).

O diagnóstico de alergia alimentar é de extrema importância não só pela evicção que implica e potencial gravidade clínica, como também pelo seu papel na caminhada da

marcha alérgica. Mais que uma alergia é por vezes a porta de entrada para um amplo espectro de patologias alérgicas. É essencial atuar na prevenção, não só a nível da indústria alimentar para a correta rotulagem dos alimentos, mas também na promoção dos bons hábitos alimentares e na educação da criança alérgica (SANTALHA M; CORREIA F; COSTA A; MACEDO L; ALENDOURO P; MATOS A).

É relevante para se alcançar a prática do aleitamento materno e a promoção da segurança alimentar e nutricional dos bebês, que as mães frequentadoras do SUS recebam orientações corretas e adequadas à condição socioeconômica da família sobre a amamentação, o que também traz benefícios a elas mesmas, a própria família e a sociedade. “A amamentação deve ser promovida, protegida e apoiada” (CUNHA, 2009, p. 356).

É importante que o enfermeiro (a) esteja capacitado para promover a captação e o acolhimento precoce da gestante no período pré-natal e pós parto para que possa ser orientada.

4. Resultados e discussões

A equipe de enfermagem, principalmente o enfermeiro, este precisa estar preparado para auxiliar as mães no pré-natal e após o parto em suas dificuldades em relação à amamentação e técnicas. Assim, promovendo a segurança, acolhendo-a em suas ansiedades, fornecendo informações e orientações e sanar as dúvidas.

Estudos comprovam que, crianças que são amamentadas são mais saudáveis e apresentam um melhor desenvolvimento cognitivo, para além de estarem mais protegidas contra o aparecimento de infecções gastrointestinais como a diarreia, respiratórias como pneumonia e bronquiolite e infecções urinárias.

É importante que o enfermeiro (a) esteja devidamente capacitado para promover a captação e o acolhimento precoce da gestante no período pré-natal e pós parto para que possa orientar sobre os benefícios da amamentação para a qualidade de vida da mãe e do filho. As orientações podem ocorrer por meio de atividades educativas, palestras e criação de grupos de apoio e promoção do aleitamento materno por meio de cartilha.

Os principais motivos que levam as lactantes para o desmame precoce do aleitamento materno foram o uso frequente de chupeta e chuchinhas, o alto nível socioeconômico, com

o término da licença maternidade a volta da mãe ao trabalho, a insegurança e a falta de experiência com a amamentação, problemas com o leite e com as mamas, alegando o leite não ser suficiente, além da falta de apoio psicossocial e incentivo.

É importante que o profissional crie um vínculo com a mulher, para que ela se sinta segura e apoiada. Praticar a comunicação não verbal, com gestos, expressão facial e sorrisos, demonstrando sinal de acolhimento; revelar sinal de interesse no diálogo; tocar na mulher e no bebê, como sinal de empatia e dar espaço para a mulher expor suas dúvidas.

A cartilha elaborada é um suporte aos profissionais da saúde, gestante, puérpera, para que sanem dúvidas e dificuldades que podem levar a interrupção da amamentação.

5. Considerações finais

Este projeto teve como objetivo melhor compreender e mostrar a importância do leite materno, benefícios da amamentação exclusiva até os seis meses ou mais para a saúde da mãe e da criança, as causas do desmame precoce, por meio de investigação bibliográfica.

É perceptível que ainda é baixo o número de mães que cumprem a recomendação do aleitamento materno exclusivo até os seis meses de vida do bebê. Os profissionais de saúde devem estar mais capacitados e envolvidos para dar apoio, atenção e orientações eficazes que possa evitar o desmame precocemente.

E que com a cartilha informativa, seja os profissionais, gestantes e puérperas mostra o quão importância é o ato amamentar para a saúde e bem estar.

Assim a prática do desmame precoce seja superada pela conscientização e incentivo à amamentação, que traz tantos benefícios para a mãe, filho, família e sociedade.

6. Cartilha informativa

IMPORTÂNCIA DA AMAMENTAÇÃO NA PREVENÇÃO DE ALERGIAS



IMPORTÂNCIA DO LEITE MATERNO

O leite materno é o alimento mais completo para o recém-nascido, pois contém os nutrientes necessários para seu crescimento e desenvolvimento além de evitar diversas patologias, como infecções, alergias, sendo considerado um redutor da mortalidade infantil.

A amamentação vai suprir as necessidades do seu bebê, ela é importante para determinar seu crescimento e desenvolvimento. O leite materno tem tudo o que a criança precisa para se desenvolver até os seis meses, para a evolução de seu sistema imune, que é um sistema de estruturas e processos biológicos que protege o organismo contra doenças.

Além disso, o consumo precoce de alimentos complementares interfere na manutenção do aleitamento materno, fazendo muitas vezes com que o bebê pare de “querer o peito”. Adicionalmente, como as crianças crescem muito rápido nessa idade, os alimentos não suprem as necessidades nutricionais.



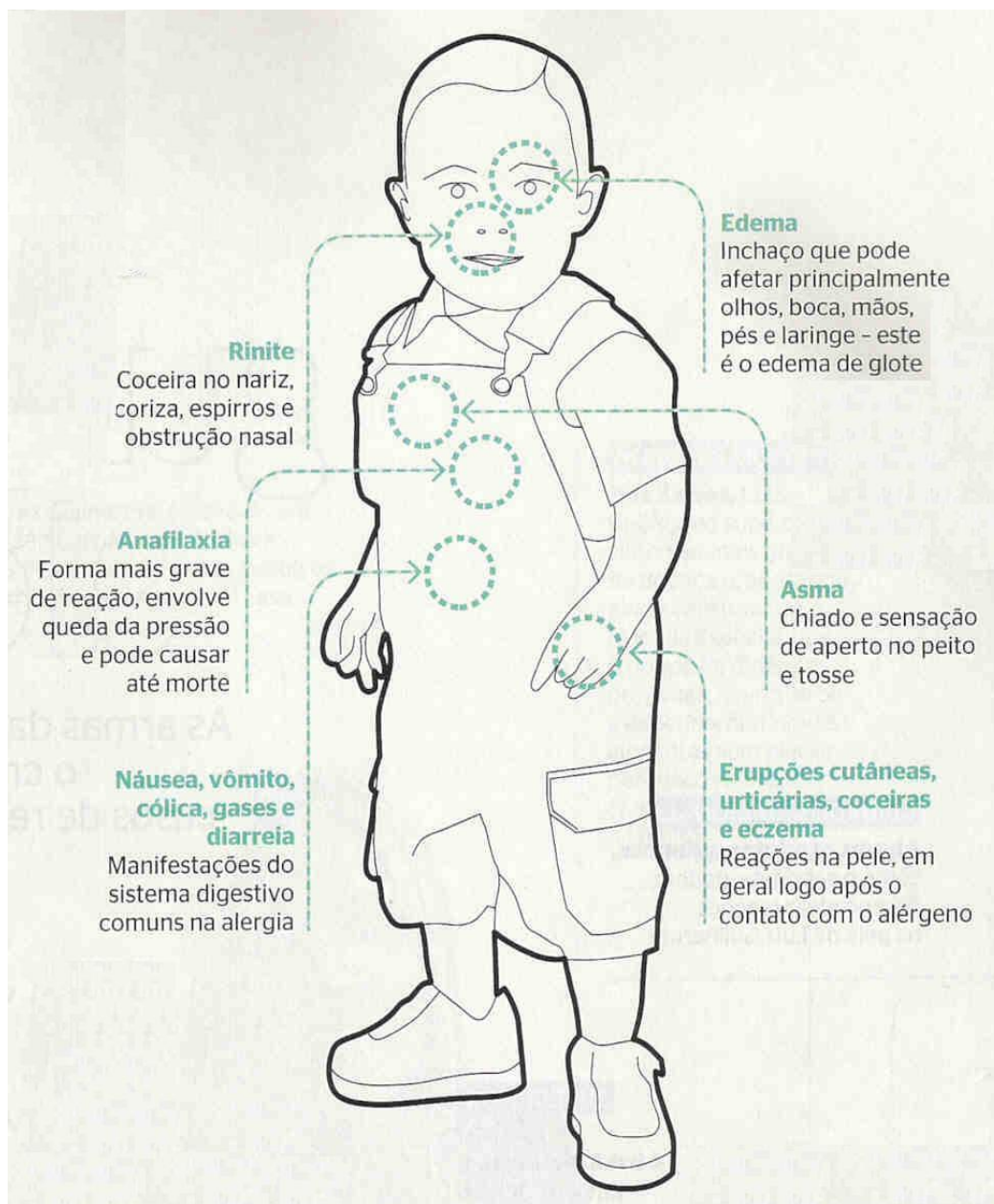
As crianças que são amamentadas são mais saudáveis e apresentam um melhor desenvolvimento cognitivo, para além de estarem mais protegidas contra o aparecimento de infeções gastrointestinais (diarreias), respiratórias (pneumonias e bronquiolite) e urinárias. Sendo a diarreia e a pneumonia as duas principais causas de mortalidade infantil em todo o mundo, facilmente se entende o seu benefício para a população infantil.

Por outro lado, apresentam também proteção contra algumas alergias, nomeadamente alergia às proteínas do leite de vaca, contra vírus e bactérias, e contra o aparecimento de algumas doenças crônicas como a Diabetes mellitus tipo 2, Excesso de peso e Obesidade, Hipercolesterolemia, Doença de Crohn, Colite ulcerosa, Doença celíaca e Linfomas, para além de apresentarem um menor risco de Síndrome de morte súbita.

Para além disso, verifica-se que um tempo mais longo de amamentação está associado a uma redução de 13% do risco da criança desenvolver Excesso de peso e Obesidade e a uma redução de 35% na incidência de Diabetes mellitus tipo 2.

A equipe de saúde, principalmente o Enfermeiro, tem o dever de incentivar e promover a amamentação, mostrando os benefícios para mãe e filho, a importância de amamentar para se prevenir diversas alergias.

As dúvidas decorrentes da amamentação pode ser esclarecidas no pré-natal, pós parto, Unidades Básica de Saúde e Estratégias Saúde da Família.



Amamentar é muito mais do que simplesmente deixar seu bebê satisfeito. Além de ser um ato de amor, fortalece o vínculo entre mãe e filho e traz inúmeros benefícios. Conheça alguns dos superpoderes:

Desenvolve o sistema imunológico do bebê

O leite materno contém células anti-infecciosas capazes de proteger o organismo do bebê contra infecções, como as intestinais e otites, evitando assim diarreias.

Ajuda no desenvolvimento da fala

A posição da boca nos mamilos provoca a estimulação de pontos articulados responsáveis pela produção dos fonemas (sons).

Fortalece o vínculo mãe e bebê

O contato com a mãe pelo aleitamento materno faz com que o bebê se sinta mais seguro e tranquilo, evitando choro e ansiedade. Além disso, a mãe se sente menos estressada.

Evita doenças futuras

Um bebê amamentado no peito pode evitar durante sua vida algumas doenças como obesidade, diabetes e hipertensão.

Alimento mais completo para o bebê

O leite materno é o único alimento de que o bebê precisa até o sexto mês de vida. Nenhum outro alimento, nem mesmo água, é necessário durante esse período. O aleitamento materno pode continuar até que a criança complete 2 anos ou mais.



GUIA RÁPIDO DA AMAMENTAÇÃO

Veja as principais posições e dicas para uma boa mamada

Posições para amamentar

SENTADA

É a posição tradicional na qual a mulher carrega seu bebê no colo

A mão que estiver livre oferece a mama



O bebê deve ser posicionado de lado, olhando a mama (barriga do bebê junto ao corpo da mãe)

INVERTIDA

É indicada para bebês pequenos e para mulheres com mamas grandes



Segure o bebê em posição invertida, posicionando os pezinhos em direção à cabeceira da cama ou do sofá

* Não pressione a cabeça do bebê contra o peito. Faça um apoio e ele naturalmente se achega para abocanhar o seio. Use um travesseiro para dar mais firmeza e apoiar o braço

Pode ser usado um travesseiro para apoio

DEITADA

É a posição mais indicada para o primeiro dia se o parto foi por cesariana. Assim, a região operada não é comprimida

Eleve a cabeceira da cama



Coloque o bebê lateralmente e com apoio de um travesseiro (a cabeça do bebê deve ficar mais elevada que o corpo)

* Fissuras nos mamilos acontecem por conta da pega incorreta do bebê. O correto é abocanhar a maior parte da areola para ter melhor sucção evitando lesão e dor.

CAVALINHO

É adequada para mulheres com mamas grandes

Apóie a cabeça com uma mão e com a mão livre posicione a mama para o bebê



Posicione o bebê sentado sobre a sua perna

Procure sentar de forma confortável

Realização: Karina dos Santos Rosa

Coordenação: Luciana Pereira Silva

Apoio: FEMA

7. Referências

ABDALA, Maria Aparecida Pantaleão. **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. 57f. Monografia (especialização em Saúde da Família).

AGOSTONI C, et al. **Complementary feeding: a commentary by the ESPGHAN Committee on Nutrition.** J Pediatr Gastroenterol Nutr., v.46, n.1, p.99-110, 2008.

BALDI F, BENDANDI B, CALZONE L, MARANI M, PASQUINELLI P. **Cow's milk protein allergy in children: a practical guide.** Ital J Pediatr.; v.36, n.1, p.5, 2010.

CUNHA, Maria Amélia. Aleitamento materno e prevenção de infecções. **Revista Portuguesa de Clínica Geral**, v.25, 2009.

RESTANI P, BALLABIO C, DI LORENZO C, TRIPODI S, FIOCCHI A. **Molecular aspects of milk allergens and their role in clinical events.** Anal Bioanal Chem., v.395, n.1, p.47-56, 2009.

JUNIOR, Vagner Marcio Martines e; MACYEL, Elizandra e; VIEIRA, Simone Neto. **A importância do aleitamento materno para o bebe e para a mãe.** Disponível em: <http://pt.scribd.com/doc/57544620/TrabalhoAleitamento-Materno> Acesso em : 10 jun.2018.

MACHADO M.M.T, BOSI M.L.M. **Compreendendo a prática do aleitamento exclusivo: um estudo junto a lactantes usuárias da rede de serviços em Fortaleza, Ceará, Brasil.** *Rev Bras Saúde Matern Infant.* 2008;8(2):187-96.

MARTINES JUNIOR, Vagner Marcio e; MACYEL, Elizandra e; VIEIRA, Simone Neto. **A importância do aleitamento materno para o bebe e para a mãe.** Disponível em: <http://pt.scribd.com/doc/57544620/TrabalhoAleitamento-Materno> Acesso em: 10 dez. 2017.

RIVEMALES MC, AZEVEDO, A. BASTOS. **Revisão Sistemática da produção científica da enfermagem no desmame precoce.** Recebido em: 28.11.2008 – Aprovado

em: 12.09.2009.Recebido em: 28.11.2008 – Aprovado em: 12.09.2009 p.132 • Rev. enferm. UERJ, Rio de Janeiro, 2010 jan/mar; 18(1):132-7.

SANTALHA M; CORREIA F; COSTA A; MACEDO L; ALENDOURO P; MATOS A. Alergia alimentar em idade pediátrica. **Revista Nascer & Crescer**, 2013. Vol. XXII, p.5. Disponível em: <http://hdl.handle.net/10400.16/1522>. Acesso em: 10 dez.2017.