

CAPÍTULO 47

DOI: <https://doi.org/10.58871/conbrasca.v4.47>

A IMPORTÂNCIA DA PROMOÇÃO DO ALEITAMENTO MATERNO: RELATO DE EXPERIÊNCIA

THE IMPORTANCE OF PROMOTING BREASTFEEDING: EXPERIENCE REPORT

ALESSANDRA PADILHA MELO

Graduação de Enfermagem pela Universidade Federal de Santa Maria – Campus Palmeira das Missões

NADIELI DUTRA DA CRUZ

Graduação de Enfermagem pela Universidade Federal de Santa Maria - Campus Palmeira das Missões

KELY RATHKE BONELLI

Graduação de Enfermagem pela Universidade Federal de Santa Maria - Campus Palmeira das Missões

JOÃO FERNANDO RODRIGUES LUCHO

Graduação de Enfermagem pela Universidade Federal de Santa Maria - Campus Palmeira das Missões

KINBERLYN BARACY DE OLIVEIRA

Graduação de Enfermagem pela Universidade Federal de Santa Maria - Campus Palmeira das Missões

VERONICA SOUZA CAVALHEIRO

Graduação de Enfermagem pela Universidade Federal de Santa Maria – Campus Palmeira das Missões

ANA FLÁVIA STEFANELLO

Graduação de Enfermagem pela Universidade Federal de Santa Maria - Campus Palmeira das Missões

FERNANDA BEHEREGARAY CABRAL

Departamento de Ciências da Saúde da Universidade Federal de Santa Maria - Campus Palmeira das Missões

RESUMO

Objetivo: Relatar a experiência das ações de promoção e proteção do aleitamento materno realizadas no mês de agosto de 2023 em alusão a Campanha Agosto Dourado. **Metodologia:** Trata-se de um relato de experiência de ações realizadas por graduandos de Enfermagem vinculados ao projeto de extensão universitária “Promoção e Proteção da Saúde Materno-Infantil com Ênfase no Aleitamento materno e no nascimento seguro”, de uma Universidade pública localizada no sul do país. Primeiramente, houve o processo de instrumentalização dos

membros do projeto para fundamentação teórica acerca do aleitamento materno exclusivo e seus benefícios, causas do desmame precoce e a relevância de ações que incentivem a adesão a essa prática. Posteriormente, organizou-se a ação “Experiências de mulheres trabalhadoras com o Aleitamento Materno”, alusiva à Campanha Agosto Dourado que teve como temática centralizadora “apoie a amamentação: faça a diferença para mães e pais que trabalham”. A ação se deu por meio da publicação de vídeos de sete mulheres-mães que vivenciaram o processo de amamentação em consonância à volta ao trabalho. Seus depoimentos compuseram o banco de vídeos postados na plataforma digital *Instagram*, de forma semanal, mediante cronograma, durante o mês de Agosto de 2023. **Resultados e Discussão:** Os depoimentos das mulheres-mães evidenciaram que a amamentação favoreceu o estabelecimento e o fortalecimento do vínculo entre mãe e bebê, além de contribuir para a saúde destes. Também, foi destacado alguns fatores responsáveis pela descontinuidade do aleitamento materno, como dificuldades de manutenção da produção láctea satisfatória, problemas mamários como fissuras e mastite, crenças familiares e questões relacionadas ao retorno ao trabalho. Outro ponto ressaltado pelas participantes foi a importância de uma rede de apoio forte e sua influência no incentivo à amamentação, a qual atua como um agente protetor de forma adjunta à promoção e manutenção desta prática. **Considerações Finais:** Ressalta-se a importância de ações educativas em saúde e a partilha de experiências sobre o processo de aleitamento materno, seus benefícios e manejo de possíveis complicações que possam surgir, além do incentivo à sua continuidade após o retorno da lactante ao trabalho. Para tal, destaca-se a importância de políticas públicas para a promoção e manutenção do aleitamento materno, em especial quando às mulheres-mães precisam retornar ao mercado de trabalho.

Palavras-chave: aleitamento materno; mulheres trabalhadoras; enfermagem.

ABSTRACT

Objective: To report the experience of breastfeeding promotion and protection actions carried out in August 2023 in reference to the Golden August Campaign. **Methodology:** This is an experience report of actions carried out by nursing students linked to the university extension project “Promotion and Protection of Maternal and Child Health with Emphasis on Breastfeeding and Safe Birth”, at a public university located in the south from the country. Firstly, there was the process of instrumentalizing project members for theoretical foundations on exclusive breastfeeding and its benefits, causes of early weaning and the relevance of actions that encourage adherence to this practice. Subsequently, the action “Experiences of working women with Breastfeeding” is specified, alluding to the Golden August Campaign which had as its central theme “support breastfeeding: make a difference for working mothers and fathers”. publishing videos of seven women-mothers who experienced the breastfeeding process while returning to work. Their testimonies presented the bank of videos posted on the digital platform *Instagram*, weekly, according to a schedule, during the month of August 2023. **Results and Discussion:** The testimonies of women-mothers showed that breastfeeding favored the establishment and strengthening of the bond between mother and baby, in addition to contributing to their health. Some factors responsible for the discontinuity of breastfeeding were also highlighted, such as difficulties in maintaining satisfactory milk production, breast problems such as fissures and mastitis, family implications and issues related to returning to work. Another point highlighted by the participants was the importance of a strong support network and its influence in encouraging breastfeeding, which acts as a protective agent in addition to promoting and maintaining this practice. **Final Considerations:** The importance of educational health actions and the sharing of experiences about the breastfeeding process, its benefits and management of possible consequences that may arise are highlighted, in addition to encouraging its continuation after the nursing mother returns to work. To this end, the

importance of public policies for the promotion and maintenance of breastfeeding is highlighted, especially when female mothers need to return to the job market.

Keywords: breast feeding; exclusive breastfeeding; nursing.

1 INTRODUÇÃO

Amamentar é muito mais do que nutrir a criança, é um processo que envolve interação profunda entre mãe e filho, com repercussões no estado nutricional da criança, em sua habilidade de se defender de infecções, no seu desenvolvimento cognitivo e emocional, e em sua saúde a longo prazo. Além de ter implicações na saúde física e psíquica da mãe (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2015).

A prática do aleitamento materno (AM) está associada com a prevenção de, aproximadamente, 13% de óbitos em crianças menores de cinco anos de idade. Por isso, o recomendado é que o leite humano seja o único alimento ofertado durante os seis primeiros meses de vida do bebê, denominado período de aleitamento materno exclusivo (AME) (SANTOS; SCHEID, 2019).

Destarte, a amamentação é essencial na saúde do lactente e da nutriz simultaneamente. As suas vantagens são diversas, entre elas destacam-se o fortalecimento emocional por meio do vínculo, regulação da temperatura corporal do recém-nascido, garantia de nutrição, hidratação e proteção imunológica. Além disso, previne hemorragias nas puérperas, diminui a dor do ingurgitamento mamário e ameniza fatores psicológicos como a ansiedade, devido à liberação da ocitocina durante o processo (SOUSA et al., 2021).

Em consonância ao exposto, a Campanha “Agosto Dourado” simboliza a luta pelo incentivo à amamentação, associando a cor dourada ao padrão de excelência do leite materno. A Lei nº13.435 promulgada em 2017, oficializou o mês de agosto como um período de destaque para o aleitamento materno no Brasil. Ao longo deste mês, a Campanha Agosto Dourado fomenta ações para conscientizar a sociedade sobre a relevância do aleitamento à saúde materno-infantil. Em 2023, o tema da Semana Mundial de Aleitamento Materno (SMAM) foi “Apoie a Amamentação: faça a diferença para mães e pais que trabalham”.

Apesar do AM ser de sua importância, as lactantes enfrentam dificuldade para a manutenção da amamentação após os seis meses da criança, por conta das atividades fora do lar, em especial as laborais, um dos elementos mais desafiadores para a continuidade dessa prática (SOUZA, 2021). Diante disso, há estratégias como a garantia da licença-maternidade remunerada nos primeiros quatro meses após o parto, e de dois descansos especiais de 30 minutos cada, durante a jornada de trabalho conforme a Consolidação das Leis do Trabalho

(CLT). Essas estratégias apresentadas têm efeito positivo nas taxas de aleitamento exclusivo, porém ainda não são suficientes para os índices do aleitamento continuado (WHO, 2021).

Diante disso, o intuito da campanha Agosto Dourado vai ao encontro dos Objetivos do Desenvolvimento Sustentável (ODS) da agenda 2030, que buscam promover uma vida saudável e bem-estar para todas as faixas etárias. Nessa direção, o Programa de Extensão Universitária "Promoção e Proteção da Saúde Materno-Infantil com ênfase no aleitamento materno e no nascimento seguro" implementou ações promocionais para apoiar a amamentação, promovendo a Campanha Agosto Dourado no ano de 2023.

Frente ao exposto, o objetivo deste trabalho é relatar a experiência das ações de promoção e proteção do aleitamento materno realizadas no mês de agosto de 2023 em alusão ao Agosto Dourado em um município do sul do país.

2 METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência, acerca das atividades realizadas por graduandos de enfermagem da Universidade Federal de Santa Maria, Campus Palmeira das Missões, vinculados ao projeto de extensão universitária "Promoção e Proteção da Saúde Materno-infantil com ênfase no aleitamento materno e no nascimento seguro", durante o ano letivo de 2023, sob orientação de docente responsável pelo projeto.

No primeiro momento, a ação extensionista abrangeu o processo de instrumentalização dos membros do projeto para fundamentação teórica acerca do AME e AM continuado, seus benefícios à saúde da mãe e da criança, causas do desmame precoce e a relevância de ações que incentivem a adesão a essa prática. Na sequência, foi organizada a campanha "Agosto Dourado" do ano de 2023, que teve como temática centralizadora "apoie a amamentação: faça a diferença para mães e pais que trabalham".

Para o desenvolvimento da atividade foram produzidos vídeos de sete mulheres-mães que vivenciaram o processo de amamentação em consonância à volta ao trabalho a fim de entender como foi essa experiência, e como foi o processo de conciliar a continuidade da amamentação de seus filhos com o retorno da rotina de trabalho. As participantes foram trabalhadoras acessadas a partir das Estratégias Saúde da Família, quando foram convidadas a gravarem um vídeo de curta duração com cerca de três minutos cada. Destaca-se ainda, que todas assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) com anuência para o uso e publicação do vídeo em mídia digital. Seus depoimentos compuseram o banco de vídeos postados na plataforma digital Instagram, de forma semanal, mediante cronograma, durante o mês de Agosto de 2023.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir desses vídeos com a partilha dos depoimentos das mulheres-mães trabalhadoras, pontuaram-se o reconhecimento destas acerca dos benefícios do AM, a realização pessoal, a satisfação e a autoconfiança por estarem alimentando seus filhos e, assim, fortalecendo esse vínculo por meio da amamentação. Segundo o Ministério da Saúde, a amamentação é uma prática que envolve interação, contato, intimidade entre o binômio mãe-filho, estimula segurança para a criança, autoconfiança e realização para a mulher-mãe que amamenta (BRASIL, 2015).

O AM é a mais sábia estratégia natural de vínculo, afeto, proteção e nutrição para a criança e constitui a mais sensível, econômica e eficaz intervenção para redução da morbimortalidade infantil. Permite ainda, um forte impacto na promoção da saúde integral do binômio mãe/bebê, além dos benefícios sociais decorrentes dessa prática (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2009).

Os principais benefícios do AME para a criança englobam melhor desenvolvimento cognitivo, neuromotor e da linguagem, redução das chances de obesidade, de diabetes mellitus, de doenças cardíacas, respiratórias, contagiosas e alérgicas, alívio de cólicas, redução da mortalidade infantil (BRAGA, 2020). Para a mãe que amamenta, contribui para redução do sangramento pós-parto e involução uterina, retorno do peso pré-gravídico e imagem corporal, prevenção da depressão pós-parto, de câncer de mama, útero e de endométrio, doenças cardiovasculares e diabetes mellitus (BRAGA, 2020).

Cabe destacar, que o sucesso da amamentação requer além do desejo da mulher-mãe em amamentar seu filho, suporte familiar, profissional e comunitário. Há situações que dificultam o estabelecimento ou a continuidade do aleitamento materno, como problemas em relação a produção láctea, dificuldade de pega do bebê ao seio materno ou problemas mamários como ingurgitamento e mastites.

Nessa direção, algumas mães mencionaram essas dificuldades no início da amamentação, destacando a importância do apoio familiar para a superação dessas dificuldades. Em uma pesquisa realizada com gestantes da cidade de Governador Valadares/MG, seus achados destacaram uma percepção positiva sobre o apoio recebido e valorização do envolvimento familiar nesse período, o que influencia positivamente o período pré-natal, parto e puerpério, incluindo a amamentação (AVANZI, 2019).

A prática da amamentação é fortemente influenciada pelo meio em que está inserida a nutriz. Para uma amamentação bem-sucedida, a mãe necessita de incentivo e suporte não só dos profissionais de saúde, mas da sua família e da comunidade. Não basta que ela opte pelo aleitamento materno, ela deve estar inserida em um ambiente que a apoie na sua opção. A opinião e o incentivo das pessoas que a cercam, sobretudo da parceria afetiva, maridos, companheiros, bem como das avós da criança e de outras pessoas significativas para a mãe, são fundamentais para o êxito da amamentação (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2009).

Ainda, em alguns depoimentos, as participantes mencionaram que a amamentação é um ato de amor, carinho, prazer e uma experiência maravilhosa, enfatizando assim, a importância dessa prática para o bem-estar das mães. Em consonância ao exposto, assinala-se que o AM não traz benefícios apenas para o bebê, mas também, para a mãe que amamenta (SILVA, 2020), pois a satisfação sentida ao atender as necessidades nutricionais do bebê, o contato pele a pele entre mãe e filho aumenta o vínculo e reforça os laços afetivos simbolizados nessa relação (GOMES et al., 2020).

O AM também depende de outros fatores que podem influir positivamente ou negativamente no seu sucesso, com destaque para as crenças familiares e sociais a exemplo de que o leite materno é “fraco” ou insuficiente, dificuldades em amamentar nos primeiros dias ou, posteriormente, o retorno ao mercado de trabalho, os quais podem levar ao desmame precoce (BARRETO; LOPES, 2023). Situações dessa natureza permearam os relatos de algumas mães em seus depoimentos.

Além da saúde da mãe, também interferem na duração do aleitamento materno: dificuldades na produção de leite, o cansaço materno e sobrecarga pela rotina de cuidados com o bebê, o uso de chupetas e mamadeiras, e o fato de a mãe ter a necessidade de retornar ao trabalho impactando negativamente na continuidade e, em muitas situações, interrompendo a amamentação (MACEDO, 2022). Já para a criança, a interrupção precoce do AME influencia no seu crescimento, no desenvolvimento neuropsicomotor, na cognição e na resposta imunológica a infecções. Ainda, a introdução precoce de alimentos complementares antes dos seis meses de idade pode estar associada a problemas futuros, como por exemplo, diabetes, hipertensão, obesidade, colesterol alto e alergias (SILVA PEREIRA, 2022).

Os depoimentos das mães trabalhadoras reforçam a relevância da lactação, encontrada na literatura, uma vez que, nos primeiros meses de vida da criança, o AM gera importantes benefícios já destacados à saúde e, sua interrupção precoce pode levar a agravos como o desenvolvimento de obesidade infantil (SILVA, 2020; PENEDO, 2023).

Ademais, vantagens socioeconômicas do AM foram citadas pelas participantes por não precisarem consumir fórmulas lácteas de alto custo monetário, visto que o aleitamento materno além de não gerar nenhum ônus econômico, produz efeitos positivos na promoção da saúde integral do bebê (PEREIRA, 2023). Para tal, evidencia-se que o leite materno é capaz de suprir sozinho as necessidades nutricionais da criança nos primeiros seis meses de vida e, sua continuidade após a introdução alimentar gradual constitui-se em importante fonte de nutrientes como proteínas, gorduras e vitaminas até o segundo ano de vida da criança, além de ser rico em anticorpos protetores a saúde desta (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2015).

Assinala-se ainda que, amamentar é um direito da mulher trabalhadora, no entanto, mesmo com sua previsão legal e crescente incentivo por meio de políticas públicas que estimulem e assegurem o AM, persiste grande dificuldade de as mulheres-mães manterem a amamentação após a licença maternidade e, por isso, o retorno ao trabalho torna-se um importante fator associado ao desmame precoce (BRASIL, 2009). Embora existam leis para proteger as mães que amamentam durante o horário de trabalho, o retorno laboral está associado à redução do AM, com sobrecarga materna e redução da produção láctea corroborando ao desmame precoce (ARAUJO, 2022).

Com base nos depoimentos das participantes, os quais convergem com a literatura sobre aleitamento materno, ações como a Campanha Agosto Dourado contribuem para maior visibilidade social dessa causa de amplo interesse social.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A ação extensionista possibilitou por meio dos vídeos com os depoimentos de mulheres-mães trabalhadoras que amamentam visibilidade social a temática, além do compartilhamento de experiências pessoais que alcançam outras mulheres que vivenciam ou já vivenciaram situações semelhantes.

Ademais, é essencial buscar estratégias para ofertar informações qualificadas às mulheres-mães desde o período do pré-natal até o puerpério, bem como seu cuidado continuado por profissionais de saúde para suporte e estabelecimento do AME, apoio da rede familiar e comunitária que proporcione incentivo à prática do AM e prevenção do desmame precoce.

Em virtude dos benefícios que o AM promove para o binômio mãe-bebê, o qual pode interferir e minimizar o surgimento de agravos à saúde de ambos, ações que abordem a temática do AM como a Campanha Agosto Dourado se fazem necessárias por visibilizarem essa prática

como de interesse social. Entende-se que na atualidade, as mídias sociais como a utilizada nessa ação têm papel fundamental nesse sentido.

Frente ao exposto, ratifica-se a importância de políticas públicas intersetoriais para a promoção, proteção e apoio ao AME nos primeiros seis meses do bebê e sua continuidade até dois anos de vida e, mais recentemente, aquelas relativas a licença maternidade e incentivo à amamentação após o retorno laboral.

REFERÊNCIAS

AVANZI, Samara Alves et al. **Importância do apoio familiar no período gravídico-gestacional sob a perspectiva de gestantes inseridas no PHPN**. Revista de Saúde Coletiva da UEFS, v. 9, p. 55-62, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.13102/rscdauefs.v9i0.3739> Acesso em: 14 nov. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde (MS), Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Ações Programáticas e Estratégicas. **II Pesquisa de prevalência de Aleitamento Materno nas Capitais Brasileiras e Distrito Federal**. Brasília: MS; 2009.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Saúde da criança: nutrição infantil: aleitamento materno e alimentação complementar** / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – Brasília : Editora do Ministério da Saúde, 2009. Disponível em: https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude_crianca_nutricao_aleitamento_alimentacao.pdf

BARRETO, Alana Aguiar; LOPES, Izailza Matos Dantas. **Aleitamento materno exclusivo e fatores determinantes do desmame precoce: uma revisão integrativa da literatura**. Research, Society and Development, v. 12, n. 5, p. e0712541358-e0712541358, 2023. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/41358>. Acesso em: 14 nov. 2023.

BRAGA, Milayde Serra; DA SILVA GONÇALVES, Monique; AUGUSTO, Carolina Rocha. Os benefícios do aleitamento materno para o desenvolvimento infantil. **Brazilian journal of development**, v. 6, n. 9, p. 70250-70261, 2020. Disponível em : <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/16985>. Acesso em: 22 nov.2023.

DA SILVA PEREIRA, Daniely; FERREIRA, Êvani Marques; DA SILVA ANDRADE, Erci Gaspar. Aleitamento materno: consequências do desmame precoce. **Revista de Iniciação Científica e Extensão**, v. 5, n. 2, 2022. Disponível em: <https://revistasfasesa.senaaires.com.br/index.php/iniciacao-cientifica/article/view/358>. Acesso em: 22 nov.2023.

DE ARAUJO, Sabrina Castro; AVELINO, Bruna da Silva Souza. **Aleitamento materno até os seis meses de idade uma revisão literária**. Research, Society and Development, v. 11, n.

14, p. e363111436418-e363111436418, 2022. Disponível em:
<https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/36418>. Acesso em: 14 nov. 2023.

DE SOUZA, Carolina Belomo; VENANCIO, Sonia Isoyama; DA SILVA, Regina Paula Guimarães Vieira Cavalcante. **Breastfeeding support rooms and their contribution to sustainable development goals: a qualitative study**. *Frontiers in Public Health*, v. 9, p. 2107, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.732061> Acesso em: 20 nov. 2023

GOMES, Rosângela Paz et al. **Fatores que levam ao desmame precoce do aleitamento materno**. *Brazilian Journal of Development*, v. 6, n. 12, p. 100688-100700, 2020. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/21974>. Acesso em: 14 nov. 2023. Disponível em:
<https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/21974> Acesso em: 22 nov. 2023

MACEDO AB. **Causas do desmame precoce em lactentes: uma revisão integrativa**. *Femina*. 2022;50(7):435-43. Disponível em:
<https://docs.bvsalud.org/biblioref/2022/10/1397872/femina-2022-507-435-443.pdf>

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Caderno de Atenção Básica. Saúde da Criança. Aleitamento Materno e Alimentação complementar**. Brasília, 2015. Acesso em: 8 de nov. 2023. Disponível em:
https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude_crianca_aleitamento_materno_cab23.pdf

MORAES, Isanete Coelho de et al. **Percepção sobre a importância do aleitamento materno pelas mães e dificuldades enfrentadas no processo de amamentação**. *Rev. Enf. Ref.*, Coimbra, v. serV, n. 2, p. e19065, abr. 2020. Disponível em
<http://scielo.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0874-02832020000200009&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 07 nov. 2023.

PENEDO, Mariana Moreira et al. **A importância do aleitamento materno exclusivo na prevenção da obesidade infantil**. *Revista de Saúde*, v. 14, n. 1, p. 33-40, 2023. Disponível em: <http://editora.universidadedevassouras.edu.br/index.php/RS/article/view/3233> Acesso em: 8 nov. 2023.

PEREIRA, Andressa de Oliveira Rios et al. **Fatores que interferem na realização do aleitamento materno exclusivo**. *Nursing (São Paulo)*, v. 24, n. 274, p. 5401-5418, 2021. Disponível em:
<https://www.revistanursing.com.br/index.php/revistanursing/article/view/1325>. Acesso em: 8 nov. 2023.

PEREIRA, Victória Beatriz de Lourdes Carvalho et al. **Percepções simbólicas e enfrentamentos de mães sobre aleitamento materno**. *Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR*, v. 27, n. 6, p. 2177, 2023. Disponível em:
<https://ojs.revistasunipar.com.br/index.php/saude/article/view/10055>. Acesso em: 14 nov. 2023.

SANTOS, P. P. dos; SCHEID, M. M. A. **Importância do aleitamento materno exclusivo nos primeiros seis meses de vida para a promoção da saúde da mãe e bebê**. *Journal of the*

Health Sciences Institute, São Paulo, v. 37, n. 3, p. 276-280, set. 2019. Disponível em: https://repositorio.unip.br/wp-content/uploads/2020/12/15V37_n3_2019_p276a280.pdf. Acesso em: 08 nov. 2023.

SILVA, Denysario Itamyra Soares et al. **A importância do aleitamento materno na imunidade do recém-nascido**. Research, Society and Development, v. 9, n. 7, p. e664974629-e664974629, 2020. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/4629>. Acesso em: 8 nov. 2023.

SOUSA, F. L. L. et al. **Benefícios do aleitamento materno para a mulher e o recém nascido**. Research, Society and Development, São Paulo, v. 10, n. 2, p. e12710211208, fev. 2021. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/11208>. Acesso em: 8 nov. 2023.

World Health Organization (WHO). **Infant and Young child feeding**. Geneva: WHO; 2021. Disponível em: www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding. Acesso em: 20 nov. 2023.