



## Trabalhos Científicos

**Título:** Amamentação E Seus Benefícios Na Lactante: Uma Revisão De Literatura

**Autores:** THALLITA VASCONCELOS DAS GRAÇAS (UNIVERSIDADE TIRADENTES), JULIA NATALINE OLIVEIRA BARBOSA (UNIVERSIDADE TIRADENTES), MIKAELA RODRIGUES DA SILVA (UNIVERSIDADE TIRADENTES), IZAILZA MATOS DANTAS LOPES (UNIVERSIDADE TIRADENTES), VICTORIA CAROLINA LUNA MENEZES (UNIVERSIDADE TIRADENTES)

**Resumo:** INTRODUÇÃO: Sabe-se que amamentar é muito mais que nutrir, processo que permite o envolvimento mãe e filho acarretando benefícios que impactarão positivamente na saúde física e mental a curto e longo prazo. OBJETIVO: Estudo visou revisar na literatura os benefícios na lactante ao amamentar e apoiada na técnica e tempo adequado. METODOLOGIA: O levantamento realizado com bases de dados Biblioteca Virtual de Saúde, SciELO e PubMed em cerca de 13 artigos científicos publicados no período de 2000 a 2021. Os critérios de elegibilidade foram: artigos na íntegra com descritores: Amamentação, Benefícios (breastfeeding and benefits) e Consequências da Amamentação (Consequences of Breastfeeding) utilizando AND, sem restrição de língua, estudos experimentais, transversais e longitudinais. Excluídos artigos de revisão e artigos duplicados. REVISÃO DE LITERATURA: Amamentar requer uma rede de apoio fortalecida nos conhecimentos da amamentação e empoderamento da lactante auxiliando nas necessidades individuais daquela família. O ato de amamentar envolve perda de 500 a 900 calorias dia evitando a obesidade, diabetes, hipertensão, síndrome metabólica entre outras. Sabe-se que a amamentação libera a ocitocina a qual reduz o sangramento pós-parto e anemia materna. Ela provoca descida do leite e está relacionado ao amor e apego mãe/filho, reduzindo sintomas de depressão, aumenta a autoestima e confiança materna. A prolactina age no desenvolvimento do sistema glandular mamário podendo evitar 20.000 mortes por câncer de mama. Reduz outros tipos de câncer, ovário e colo uterino, e prolonga o tempo entre as gestações sendo um contraceptivo natural. CONCLUSÃO: Amamentação com técnica e tempo adequado diminui a morbimortalidade da lactante.