



RESEARCH ARTICLE

OPEN ACCESS

CONCEPÇÕES DE NUTRIZES SOBRE A VIVÊNCIA DO PROCESSO DE AMAMENTAR

Rosália Teixeira Luz¹, Diana de Souza Lima², Talita Brito Silva³, Nayara Mendes Cruz⁴, Marizete Argolo Teixeira¹, Vanuza Dias Rocha⁶ Layres Canuta Cardoso Climaco⁷

¹Doutora em Enfermagem pela Universidade Federal da Bahia. Professora Adjunto do Departamento de Saúde II da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia. Jequié, Bahia, Brasil

²Enfermeira pela Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia

³Enfermeira pela Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia

⁴Doutoranda pelo Programa de Pós-Graduação em Enfermagem e Saúde da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia. Jequié, Bahia, Brasil

⁶Enfermeira pela Faculdade de Tecnologia e Ciências. Jequié, Bahia, Brasil

⁷Mestranda pelo Programa de Pós-Graduação em Enfermagem e Saúde da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia. Jequié, Bahia, Brasil

ARTICLE INFO

Article History:

Received 03rd May, 2019
Received in revised form
19th June, 2019
Accepted 11th July, 2019
Published online 30th August, 2019

Key Words:

Amamentação; Enfermagem;
Educação em Saúde; Nutrizes.

ABSTRACT

Introdução: A relevância do aleitamento materno tem sido internacionalmente tratada em diversos países, documentos de Organizações nacionais e internacionais de Saúde, que recomendam o aleitamento exclusivo durante os seis primeiros meses de vida da criança. **Objetivo:** averiguar de que forma as mães vivenciam o processo de amamentação. **Método:** pesquisa exploratória, qualitativa, realizada com 15 mães com filhos cadastrados no Serviço de Atenção à Saúde da Criança de uma Unidade de Saúde de uma cidade na Bahia. A captação dos dados se deu por meio da aplicação de um formulário semiestruturado e foram analisados de acordo com a técnica de análise de conteúdo temática. **Resultados:** O processo de amamentação foi vivenciado como sendo um momento de aprendizado, adaptação e dificuldade, no entanto, as nutrizes que já detinham algum conhecimento sobre a importância da amamentação superavam as dificuldades com mais facilidade. **Conclusão:** O enfermeiro deve estar apto a fornecer orientação, apoio, incentivo e esclarecimentos referentes à amamentação, possibilitando que o ato de amamentar seja uma prática prazerosa, oportuna e efetiva para as mães e bebês.

Copyright © 2019, Rosália Teixeira Luz¹ et al.. This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

Citation: Rosália Teixeira Luz, Diana de Souza Lima, Talita Brito Silva, et al. 2019. "Concepções de nutrizes sobre a vivência do processo de amamentar", *International Journal of Development Research*, 09, (08), 29510-29514.

INTRODUCTION

A relevância do aleitamento materno tem sido internacionalmente tratada em diversos países, documentos de Organizações nacionais e internacionais de Saúde, que recomendam o aleitamento exclusivo durante os seis primeiros meses de vida da criança (OMS, 2011; BRASIL, 2015). Baseados nas evidências científicas dos benefícios do aleitamento materno exclusivo e de que a introdução dos alimentos complementares antes dos 6 meses - exceto em alguns casos específicos - pode ser prejudicial à saúde da criança, muitos países, inclusive o Brasil, assumiram

oficialmente a recomendação de alimentos complementares em torno dos seis meses de idade da criança (GIUGLIANI; VICTORA, 2000). O leite materno nos primeiros seis meses de vida da criança é capaz de atender todas as necessidades fisiológicas e nutricionais que o bebê precisa contribuindo para a sobrevivência e crescimento saudável. Depois desse período, a amamentação deve ser complementada com outros alimentos adequados para atender às necessidades nutricionais e para prevenir a morbimortalidade infantil. Portanto, organizações de saúde recomendam a prática do aleitamento materno até os dois anos ou mais (BRASIL, 2015). Quanto maior o período de amamentação na infância, maiores os níveis de inteligência, escolaridade e renda na fase adulta (VICTORA et al., 2015). Além disso, o aleitamento materno também pode trazer benefícios para as mães. A mãe que amamenta tem vantagens

*Corresponding author: Rosália Teixeira Luz,

Doutora em Enfermagem pela Universidade Federal da Bahia. Professora Adjunto do Departamento de Saúde II da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia. Jequié, Bahia, Brasil

como: aceleração na perda do peso ganho durante gravidez, involução uterina, menor incidência de câncer de mama e câncer de ovário. O aleitamento materno também traz benefícios para a família, sendo uma opção econômica e prática (BRASIL, 2014). No Brasil, os dados dos levantamentos epidemiológicos do Ministério da Saúde mostram uma progressão crescente no número de mães que amamentam, bem como com relação ao tempo da amamentação exclusiva. Estimativas provenientes da Pesquisa Nacional sobre Demografia e Saúde (PNDS) de 1996 até o ano de 2006 mostraram aumento da duração mediana do aleitamento materno, independentemente do recebimento de outros alimentos, de 7 para 14 meses. De forma igual, a comparação entre as pesquisas de prevalência do aleitamento materno nas capitais brasileiras e Distrito Federal, uma de 1999 e outra de 2008, mostrou a ampliação da prevalência de aleitamento materno exclusivo entre 0-4 meses de 35,5% para 51,2% (BRASIL, 2015).

O ato de amamentar vai muito além de fatores biológicos. Reúne inúmeros fatores que fazem parte do contexto social, econômico e cultural que precisam ser analisados quando discutido o processo fisiológico desse evento biopsicossocial. Apesar de a amamentação ser um tema bastante debatido e pesquisado na área da saúde da mulher e da criança, ainda encontramos inúmeros pontos que precisam ser melhor discutidos. O desejo de realizar essa pesquisa se deu por ter vivenciado nos estágios curriculares algumas dificuldades de mães durante o processo de amamentação e devido a relatos empíricos de mulheres que vivenciaram o momento com dificuldade e que acabou prejudicando a manutenção da amamentação, levando, muitas vezes, ao desmame precoce. Partindo da premissa de que as mães precisam de uma atenção como peça principal do processo de amamentação, essa reflexão motiva o desenvolvimento do presente estudo que tem como questão de pesquisa, de que forma as mães estão vivenciando o processo de amamentação nos dias atuais? Com o intuito de buscar resposta a essa inquietação, traçou-se como objetivo averiguar de que forma as mães vivenciaram o processo de amamentação. Essa temática é de grande relevância social, vez que mesmo com todo empenho do Ministério da Saúde em promover, apoiar e incentivar o aleitamento materno, esse ainda vem apresentando índices baixos. E, portanto, torna-se fundamental o desenvolvimento de pesquisas sobre o aleitamento materno no intuito de sensibilizar profissionais da área da saúde a desenvolver ações de promoção e incentivo ao aleitamento materno durante o pré-natal.

MÉTODOS

Trata-se de uma pesquisa exploratória de cunho qualitativo, sendo realizada com 15 mães que possuem filhos cadastrados no Serviço de Atenção à Saúde da Criança de uma Unidade Básica de Saúde, situada em uma cidade do interior da Bahia. A coleta dos dados aconteceu durante o primeiro trimestre do ano de 2018, tendo como instrumento um formulário contendo questões abertas e fechadas, sendo estas de linguagem acessível e de fácil compreensão. Este formulário, além de contar com os dados de caracterização das participantes, possuem questões referentes ao objeto em estudo. Tendo como critério de inclusão mães de lactantes até o primeiro ano de vida completo, e de exclusão aquelas que estavam fora da faixa etária determinada.

Os dados obtidos foram tratados pela a técnica de análise de conteúdo temática (BARDIN, 2015), obedecendo aos três polos: pré-análise, a exploração do material e o tratamento dos resultados e a interpretação. Por se tratar de um estudo que envolve seres humanos, como objeto principal da pesquisa foi respeitado às diretrizes e normas regulamentadoras instituídas por meio da Resolução nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde – CNS (BRASIL, 2012), tendo sido iniciada após parecer favorável número 2.489.613, CAAE: 81375717.8.0000.0055, assumindo postura ética, conforme a resolução, por parte das envolvidos.

RESULTADOS

As participantes da pesquisa tinham idade entre 16 e 40 anos, sendo sete solteiras, sete casadas e uma em união estável. Quanto à escolaridade, sua maior parte havia concluído o Ensino Médio. E a maioria com renda familiar mensal de 1 a 2 salários mínimos, sendo treze mulheres, apenas uma com renda inferior que um salário mínimo e uma com renda superior a este. Em se tratando do tipo de parto, dez tiveram partos cesáreos e cinco partos normais.

Processo de adaptação facilitada pelo reconhecimento da importância do leite materno e do desejo de amamentar

Ficou evidenciado nas falas das participantes, que aquelas que sabiam da importância do aleitamento materno para favorecer o crescimento e desenvolvimento do seu filho, bem como carregavam consigo o desejo de amamentar, passaram por este momento, com maior aceitação, adaptando-se as dificuldades vivenciadas, sejam elas físicas, psíquicas ou sociais de forma mais amena.

Já queria amamentar, desde o começo já entendia que era importante para meu filho (Mãe nº1).

Não foi difícil e nem ruim, eu sempre quis amamentar, desde o início da gestação já procurava informações que me ajudasse (Mãe nº11).

Processo de amamentação vivenciado pela mãe como momento de dificuldade e adaptação

Esta categoria reuniu as unidades de análise que evidenciaram momentos de dificuldade vivenciados durante o processo de amamentação, como pode ser verificado nos relatos a seguir:

No começo foi um processo difícil, mas depois fui me adaptando, aceitando as dificuldades, deu certo no final. (Mãe nº8). Um momento de adaptação ao novo, tanto para mim, quanto para meu filho, apesar de todas as dificuldades, foi uma das melhores sensações da minha vida. (Mãe nº9). Foi um processo sofrido, pois eu achava que amamentar seria natural, fácil, que o bebê ia nascer e pronto eu ia começar a amamentar automaticamente, mas não foi assim. Tive que aprender, pegar o jeito com o tempo, demorei para pegar a “manha” (Mãe nº12).

Informações recebidas no serviço de pré-natal sobre aleitamento materno

Na maioria das vezes, o início da amamentação é um processo difícil para a mãe, necessitando que os profissionais de saúde estejam sensibilizados para apoiá-las dando as informações necessárias para instrumentalizá-las e tirando as dúvidas que

possam surgir, neste estudo foi possível visualizar através das falas, a carência que muitas nutrizes possuem, relacionada a pouca informação disponibilizada no momento do Pré-Natal.

Que era importante para a saúde do bebê, e que eu deveria dar só o leite do peito para o bebê até o sexto mês. (Mãe nº10)

Poucas, recebi mais informações sobre o cuidado, com os seios para evitar machucados. Sobre aleitamento materno me falaram pouco, busquei muito na internet (Mãe nº6).

Que era bom para o bebê e para a mãe, que era mais nutritivo e ajudava a emagrecer (Mãe nº5).

Nenhuma (Mãe nº13).

As informações transmitidas a elas se limitam a necessidade de amamentar até o sexto mês, com exclusividade, sobre os benefícios do leite materno na saúde da criança e da mãe. Algumas participantes relataram que não haviam recebido informação alguma sobre o aleitamento materno.

Conhecimento evidenciado pelas nutrizes sobre aleitamento materno

Nesta categoria ficou evidenciado certo conhecimento das nutrizes acerca do aleitamento materno, sendo os benefícios do leite relacionado ao lactente os que tiveram maior destaque, como pode ser observado nas unidades de análises.

Benefícios para o bebê:

É necessário e ótimo para a criança [...]. (Mãe nº3)

[...] que melhora a imunidade da criança [...]. (Mãe nº4)

É o alimento mais rico nessa fase de formação RN para bebê, bem como único e necessário, dispensando qualquer complemento até o sexto de vida. (Mãe nº9)

[...] é o alimento mais rico em nutrientes, que vai ajudar a criança a se desenvolver muito melhor [...]. (Mãe nº12)

Sei que é importante para a criança e que protege de algumas doenças [...]. (Mãe nº6).

Benefícios para a mãe:

[...] que ajuda a mulher a emagrecer. (Mãe nº6)

[...] que se amamentar não engravida e ajuda a emagrecer. (Mãe nº13)

[...] ajuda a aumentar o vínculo entre a mãe e o filho [...]. (Mãe nº5).

As concepções que as mães têm relacionado ao êxito do processo de amamentar são referidas por várias vezes durante todo o estudo. Estas têm conhecimento de algumas vantagens do aleitamento materno para a saúde da criança, sendo um incentivo para prosseguir com a amamentação.

Dificuldades encontradas pelas nutrizes para amamentar

As dificuldades encontradas para amamentar foram referidas por algumas participantes do estudo, como adaptar-se aos horários das mamadas, a insegurança, preocupação com as transformações do corpo, dor ao amamentar e a vergonha de amamentar em público, como pode ser observado nas unidades temáticas:

Me adaptar aos horários das mamadas, durante a madrugada (Mãe nº5).

A insegurança, pois é o meu primeiro filho, o medo de não conseguir acabava interferindo e a posição em que amamentava que era desconfortável no começo (Mãe nº12).

As mudanças físicas no meu corpo, principalmente no seio. Sou muito vaidosa e agora amamentando, percebo meu peito um pouco mais flácido e com algumas estrias (Mãe nº10).

Dor no peito na hora da mamada, que fez pensar em desistir (Mãe nº3).

Amamentar no meio da rua é difícil, porque sinto vergonha de ficarem me olhando (Mãe nº8).

Facilidades relatadas pelas nutrizes para amamentar

A questão socioeconômica foi indiscutivelmente a facilidade mais citada pelas participantes, pois o fato da produção do leite materno não gerar custos direto a mulher e sua família, fez com que esta fosse a facilidade mais valorizada durante o estudo. Outro ponto sólido em se tratando de facilidades é a praticidade, por ser um alimento rico em nutrientes, estando pronto para o consumo a qualquer hora do dia e em qualquer lugar, não sendo necessários cuidados elaborados ou sofisticados na sua preparação, como pode ser constatado nas unidades temáticas abaixo:

Um alimento saudável, que já está pronto, é fácil de dar a criança a qualquer hora e lugar (Mãe nº11).

Já estar pronto toda hora e é de graça, não estraga porque está no peito e não dentro da mamadeira (Mãe nº8).

Economia porque é de graça, redução do risco de doenças e gasto com médico e remédio. Praticidade (Mãe nº6).

DISCUSSÃO

O processo de amamentar a criança gerada é visto como um período cheio de dúvidas, incertezas, aprendizagem, como também de alegria, satisfação e bem-estar. As mães participantes do presente estudo mostraram-se adeptas a vivenciar este momento. Algumas relataram uma vivência sem grandes dificuldades ou intercorrências para amamentar, outras relataram ter vivenciado algumas dificuldades, mas aquelas que já demonstravam o desejo de amamentar, adaptaram-se melhor as adversidades. Ficando evidente que amamentar é por si só uma fase de aprendizagem constante e progressiva para garantir o sucesso de aleitar seu filho com eficácia. O período que a mãe amamenta é um momento que modifica toda rotina familiar, tendo em vista a melhor qualidade de relacionamento construído em prol de um novo ser. Nascer um filho, nasce-se também uma mãe, que aos poucos vai compreendendo o cenário e aprendendo a lidar com as várias situações vivenciadas. Em meio aos medos, dúvidas, inseguranças, ansiedades, amamentar pode ser experimentado como algo não tão fácil, que em alguns momentos, parece atirar-se no meio de incertezas e cobranças. Contudo, à medida que este processo vai sendo vivenciado por mãe, filho e família é possível se adaptarem ao momento, como ficou comprovado nas falas das participantes deste estudo. O processo de amamentar nem sempre é algo natural, e muitas

vezes, não se revela como algo simples, tampouco é considerado um ato puramente instintivo inerente à mãe (MOIMAZ; SALIBA; BORGES; ROCHA; SALIBA, 2013). Essa prática é consideravelmente influenciada pelo contexto histórico familiar, sociocultural em que a nutriz está inserida (BOSI; MACHADO, 2005. SOUZA; ALMEIDA, 2005. MARQUES; COTTA; PRIORE, 2011; MACEDO, 2014). Dessa forma, conhecer a realidade sociocultural e a rede de apoio da mulher constitui em um importante subsídio para que profissionais de saúde possam buscar a interação, o fortalecimento e a inclusão dos membros dessa rede nas ações de incentivo e promoção ao aleitamento materno, a fim de propiciar medidas mais eficazes de apoio à mulher que amamenta (SOUZA; NESPOLI; ZEITOUNE, 2016). O apoio recebido, especialmente da família, é fundamental para decisão e manutenção da amamentação. A divisão das tarefas domésticas, do cuidado com o bebê e os demais filhos, o apoio emocional, a ajuda na adaptação à nova realidade do exercício da maternidade e o papel protetor da família estão relacionados ao menor nível de estresse da mãe, levando-a a um manejo mais tranquilo dos problemas que podem surgir na amamentação, além disso, contribui com um maior período de tempo para a mulher amamentar, em razão de menos pressão para realizar outras atividades (BULLA *et al.*, 2015). Muitas mulheres-mães-nutrizes utilizam da falta de conhecimento da fisiologia da lactação, da desconfiança da qualidade e quantidade do leite produzido como principais justificativas para complementar a amamentação com outros alimentos não recomendados (MARQUES; COTTA; PRIORE, 2011). Outros fatores podem interferir na amamentação exclusiva, dentre eles estão os fatores econômicos, psicológicos e a idade da mãe. É possível evidenciar na literatura, que as mães que possuem maior idade, melhor renda e conhecimento acerca da amamentação apresentam maior chance de oferecer amamentação exclusiva até os seis primeiros meses de vida. Foi observado que o fato de mulheres mais jovens amamentarem seus filhos por menos tempo pode estar relacionado com certa inexperiência e/ou despreparo das mesmas (OLIVEIRA; IOCCA; CORRIJO; GARCIA, 2015). Da mesma forma, este estudo revelou que as mães detentoras do conhecimento sobre o aleitamento materno vivenciaram a amamentação com maior tranquilidade e se adaptaram melhor as dificuldades. Diante dessa realidade, pode-se destacar que o desenvolvimento de atividades educativas pode ser um instrumento importante no incentivo à amamentação, pois por meio dessa prática é possível informar, orientar, desmistificar mitos e tabus, esclarecer e sanar dúvidas, por meio do diálogo, da escuta, da participação ativa da mulher na produção do conhecimento, considerando suas crenças, suas demandas, sua realidade social, econômica e cultural, e assim, despertando nela um pensamento crítico e reflexivo. Diante disso, para o alcance de resultados mais efetivos nas ações educativas, é necessário que profissionais de saúde desenvolvam educação em saúde com base nas demandas de saúde apresentadas pelos usuários para que estas ações aconteçam de maneira mais próxima possível do seu contexto de vida (COUTO; SANTOS; RODRIGUES; VILELA; MACHADO; JESUS, 2016). A Estratégia de Saúde da Família (ESF) por meio das Equipes de Saúde da Família (eSF) se mostra como um instrumento eficaz no desenvolvimento de atividades educativas. Sendo assim, o(a) enfermeiro (a) como participante da eSF tem um papel relevante, seja incentivando, promovendo e/ou apoiando o aleitamento materno, evidenciando o acolhimento, a comunicação, como ferramentas usadas para aumentar o

estímulo e aceitação das mães à amamentação (MARINHO; ANDRADE; ABRÃO, 2015), e ainda, realizando intervenções que possam ajudar a mãe durante possíveis adversidades encontradas durante o processo de amamentação. São nas consultas de pré-natal, puerpério, puericultura, que acontecem momentos oportunos para reforçar as estratégias educativas de incentivo ao aleitamento materno, em que a partir das demandas e necessidade individuais, as nutrizes recebem informações, são ensinadas e instruídas a cuidar e entender o seu filho, fazendo com que elas compreendam melhor o período em que estão vivendo, ampliando o seu entendimento, enfrentando as dificuldades e multiplicando as informações recebidas em seu meio social. Assim, munida de conhecimentos a mãe pode amamentar com mais segurança e facilidade, caso esse seja o seu desejo. A forma como o conhecimento é transmitido na realidade atual dos serviços de saúde deve ser reavaliado, pois ficou evidente nas falas das entrevistadas que as ações educativas parecem dá prioridade ao incentivo à amamentação nos primeiros seis meses. Apenas uma mulher relatou saber a necessidade do aleitamento acompanhado até dois anos ou mais, como recomendado pelo Ministério da Saúde (BRASIL, 2015). Assim, o acesso à informação de qualidade, juntamente com o apoio recebido, seja dos profissionais de saúde, amigos e especialmente familiares são determinantes na decisão e manutenção da amamentação. Para que a amamentação seja bem-sucedida é necessário reconhecer a necessidade de que essa mulher seja acompanhada desde o início da gestação por uma equipe capacitada em aleitamento materno no pré-natal e que tenha seguimento durante o puerpério imediato, momento em que os conhecimentos serão colocados em prática. Entendendo que amamentar é uma somatória de fatores, intrínsecos e extrínsecos, é preciso estar atento para colaborar na melhoria desse momento, visando a saúde e o bem-estar materno-infantil, priorizando a qualidade de vida dos envolvidos nesse momento de adaptação constante.

Conclusão

As participantes deste estudo relataram que o processo de amamentação foi vivenciado por elas como sendo um momento de aprendizado e adaptação, algumas referiram dificuldades, no entanto, aquelas que já detinham algum conhecimento sobre a importância da amamentação superavam as dificuldades com mais facilidade. O estudo evidenciou a carência de orientação acerca do aleitamento materno por parte dos profissionais que atendem nos serviços da ESF. Sendo que, essa carência de informações pode influenciar de forma negativa no processo de amamentação, colaborando assim para o desmame precoce. As mães que desejam amamentar, ou ainda aquelas que não tenham a certeza se querem viver este momento, quando bem informadas, adaptam-se melhor a este processo. O enfermeiro deve estar apto a fornecer orientação, apoio, incentivo e esclarecimentos referentes à amamentação, possibilitando que o ato de amamentar seja uma prática prazerosa, oportuna e efetiva para as mães e bebês. Nessa ótica, atenção especial deve ser dispensada às mães considerando que as concepções das vivências aqui relatadas revelaram que as dificuldades abordadas pelas nutrizes seriam facilmente sanadas se tivessem sido melhor orientadas e acompanhadas durante todo o processo de amamentação.

Conflitos de Interesse: Os autores declaram que não houve conflito de interesse.

REFERÊNCIAS

- Bardin, L. 2015. Análise de Conteúdo. Edições 70, Lisboa.
- Bosi, M.L.M. and Machado, M.T. 2005. Amamentação: um resgate histórico. Cadernos da Escola de Saúde Pública do Ceará. 1, 1, pp.1-9.
- Brasil. 2012. Resolução nº 466. Aprova diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. Ministério da Saúde (BR). Conselho Nacional de Saúde.
- Brasil. 2014. Parto, aborto e puerpério: Assistência humanizada à mulher. Brasília: Ministério da Saúde. Ministério da Saúde, Secretaria de Políticas de Saúde, Área técnica de saúde da mulher. Disponível em: http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cd04_13.pdf.
- Brasil. 2015. Saúde da criança: nutrição infantil: aleitamento materno e alimentação complementar. Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à saúde, Departamento de Atenção Básica. Disponível em: http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude_crianca_aleitamento_materno_cab23.pdf
- Bulla, F.B., *et al.* 2015. El entorno familiar y social de la madre como factor que promueve o dificulta la lactancia materna. Rev. Fac. Med. 63, 2, pp.217-227.
- Couto, T.A., Santos, F.P.A., Rodrigues, V.P., Vilela, A.B.A., Machado, J.C. and Jesus, A.S. 2016. Educação em Saúde sob a ótica de usuários das Equipes de Saúde da Família. Rev enferm UFPE on line., 10, 5, pp.1606.
- Giugliani, E.R.J. and Victora, C.G. 2000. Alimentação complementar. *Jornal de Pediatria*. 76,3.
- Macedo, I.C. 2014. Aspectos culturais na prática do aleitamento materno decorrentes da herança histórica do Brasil colônia. In: Soares C, Macedo IC. Ensaio sobre Patrimônio alimentar luso-brasileiro. Imprensa da Universidade de Coimbra; Annablume Editora.
- Marinho, M.S., Andrade, E.M. and Abrão, A.C.F.V. 2015. A atuação do(a) enfermeiro(a) na promoção, incentivo e apoio ao aleitamento materno. *Rev Enfermagem Contemporânea*. 4, 2, pp.189-198.
- Marques, E.S., Cotta, R.M.M. and Priore, S.E. 2011. Mitos e crenças sobre o aleitamento materno. *Ciênc. Saúde Colet*. 16, 5, pp.2461-8.
- Marques, E.S., Cotta, R.M.M. and Priore, S.E. 2011. Mitos e crenças sobre o aleitamento materno. *Ciênc. Saúde Colet*. 16, 5, pp.2461-8.
- Moimaz, S.A.S., Saliba, O., Borges, H.C., Rocha, N.B. and Saliba, N.A. 2013. Desmame Precoce: Falta de Conhecimento ou de Acompanhamento?. *Pesq Bras Odontoped Clin Integr*. 13, 1, pp. 53-9.
- Oliveira, C.S., Iocca, F.A., Corrijo, M.L.R. and Garcia, R. A. T. M. 2015. Amamentação e as Intercorrências que contribuem para o desmame precoce. *Rev gaúcha enferm*. 36, esp, pp. 16-23.
- Organização Mundial da Saúde (OMS). 2001. A duração ideal do aleitamento materno exclusivo. Geneva: OMS, 2001. Disponível em: https://www.who.int/nutrition/publications/optimal_duration_of_exc_bfeeding_report_eng.pdf
- Souza, L.M.B.M. and Almeida, J.A.G. 2005. História da alimentação do lactente no Brasil: do leite fraco à biologia da excepcionalidade. Revinter, Rio de Janeiro.
- Souza, M.H.N., Nespoli, A. and Zeitoune, R.C.G. 2016. Influência da rede social no processo de amamentação. *Escola Anna Nery*. 20, 4.
- Victora. C.G., *et al.* 2015. Association between breastfeeding and intelligence, educational attainment, and income at 30 years of age: a prospective birth cohort study from Brazil. *Rev. Lancet Glob Health*. 3, pp.199–205.
