

Centro Universitário de Patos
 Curso de Medicina
 v. 5, n. 4, Out-Dez. 2020, p. 157-168.
 ISSN: 2448-1394



PERCEPÇÃO DOS ENFERMEIROS ACERCA DA COMPOSIÇÃO E CARACTERÍSTICAS DO LEITE HUMANO

PERCEPTION OF NURSES ABOUT THE COMPOSITION AND CHARACTERISTICS OF HUMAN MILK

Lorena Lima de Freitas
 Centro Universitário de Patos- UNIFIP – Patos – Paraíba - Brasil
lorennalimaf@hotmail.com

Cristina Costa Melquíades Barreto
 Centro Universitário de Patos – UNIFIP – Patos – Paraíba - Brasil
cristinacmelquiades@gmail.com

Claudia Morgana Soares
 Centro Universitário de Patos – UNIFIP – Patos – Paraíba - Brasil
claudiasoares@fiponline.edu.br

Beatriz Maria Alves de Carvalho
 Centro Universitário de Patos – UNIFIP – Patos – Paraíba - Brasil
beatrizacarvalho19@gmail.com

RESUMO

Objetivo: Identificar a percepção dos enfermeiros acerca da composição do leite humano e suas características.

Métodos: O estudo foi do tipo exploratório, com abordagem quantitativa, realizado no município de Itaporanga – PB. A população foi constituída por enfermeiros que trabalham na Atenção Primária à Saúde (APS) de Itaporanga – PB, e a amostra foi dos enfermeiros que trabalham nas Unidades Básicas de Saúde do município que durante o período da coleta de dados respeitaram os critérios de inclusão.

Resultados: Os enfermeiros apresentaram um conhecimento significativo sobre a composição e características do leite humano, demonstraram conhecer o valor nutricional do leite humano quanto ao principal elemento (85,7%), quanto aos principais elementos presentes nas fases do leite excretadas em cada mamada (42,9%), alguns enfermeiros não souberam descrever completamente sobre as diferenças de composição no leite de diferentes mães (71,4%), como no caso das mães de pré-termo.

Conclusões: Os enfermeiros apresentaram um conhecimento significativo sobre a composição e características do leite humano. Espera-se que este estudo possa contribuir incentivando os enfermeiros e estudantes de enfermagem a se capacitarem sobre temas inerentes à educação em saúde, como o abordado neste artigo.

Palavras-Chave: Leite Humano. Aleitamento materno. Criança. Enfermeiros.

ABSTRACT

Objective: To identify the nurses' perception of the composition of human milk and its characteristics.

Methods: The study was exploratory, with a quantitative approach, conducted in the municipality of Itaporanga - PB. The population consisted of nurses who work in Primary Health Care (PHC) in Itaporanga - PB, and the sample was made up of nurses who work in the Basic Health Units of the municipality who, during the period of data collection, respected the inclusion criteria.

Results: Nurses showed significant knowledge about the composition and characteristics of human milk, demonstrated to know the nutritional value of human milk as to the main element (85,7%), as to the main elements present in the phases of milk excreted at each feeding (42,9%), some nurses were unable to fully describe the differences in composition in the milk of different mothers (71,4%), as in the case of preterm mothers.

Conclusions: Nurses showed significant knowledge about the composition and characteristics of human milk. It is hoped that this study can contribute by encouraging nurses and nursing students to train themselves on topics inherent to health education, such as the one addressed in this article.

Keywords: Human milk. Breastfeeding. Child. Nurses.

1. Introdução

A fonte de alimento fundamental para as crianças é o leite humano, pois nele se encontra incluso nutrientes necessários para defesa contra infecções, diarreias e outras doenças, assim os lactentes necessitam consideravelmente dos atributos imunológicos e nutricionais encontrados no leite humano para o seu crescimento e desenvolvimento¹. O aleitamento materno é uma ação de afeto realizada pelas mães, que fortalece a conexão entre mãe e filho, além de apresentar inúmeras vantagens que irão contribuir para a saúde da criança².

Os benefícios do aleitamento materno estão associados a prevenção de distúrbios respiratórios, prevenção de processos alérgicos, bom progresso psicológico, fortalece o sistema imunológico, tem importância na diminuição da mortalidade das crianças, além de diminuir as chances de hemorragias no pós-parto materno, a mãe recupera seu peso anterior mais rápido e reduz as chances de tumores³.

Estudos apontam que o aleitamento materno durante os primeiros seis meses minimiza hospitalizações na infância, e também proporciona um exercício da musculatura peribucal, assim colaborando com o desenvolvimento ósseo e muscular, já que o crescimento proporcional da face contribui para o desempenho do sistema mastigatório, evitando ter que realizar futuras correções, e ainda faz com que a criança atenda sua tendência de sugar⁴.

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS) o aleitamento materno exclusivo equivale somente a alimentação pelo leite humano, sem a introdução de outros líquidos ou alimentação sólida, podendo apenas ser ingerido complexo vitamínico e medicamentos¹. Durante os seis primeiros meses de vida, a inclusão de leite artificial e a introdução de alimentos complementares, como os industrializados, somam para a

interrupção do aleitamento materno exclusivo, além de aumentar o risco da criança desenvolver obesidade, durante o primeiro ano de vida, visto que esta é uma fase crítica para o seu surgimento².

O leite humano é por si só capaz de fornecer as necessidades nutricionais de bebê nos seis primeiros meses de vida, e permanece sendo uma fonte considerável de nutrientes para o segundo ano de vida da criança. Além de apresentar vários fatores que vão fortalecer o seu sistema imunológico, tais como anticorpos IgA, IgM e IgG, linfócitos B e T, lisosima, macrófagos, fator bífido, lactoferrina e neutrófilos, sendo a IgA secretória o principal anticorpo, que atua no combate de microrganismos existentes nas superfícies mucosas⁵.

Diante disso, se questionou qual o conhecimento dos enfermeiros acerca da composição e características do leite humano?

O tema do presente estudo foi escolhido por ser de uma área a fim às ciências da saúde e à enfermagem, além de ser de grande importância para a população, já que o leite humano é essencial para a saúde da criança, para o seu bom crescimento e desenvolvimento em vários aspectos, contribui para a prevenção de doenças e seus nutrientes atuam contra infecções, sendo importante o conhecimento dos enfermeiros para que forneçam uma boa orientação à população.

O objetivo do estudo foi identificar a percepção dos enfermeiros acerca da composição do leite humano e suas características.

2. Métodos

O estudo foi do tipo exploratório, com abordagem quantitativa. A pesquisa foi realizada durante o segundo semestre de 2019, no município de Itaporanga – PB, localizado no sertão paraibano 468,060 km², situada a 426,4 km da capital João Pessoa, com população estimada para 24 653 habitantes⁶.

A população foi constituída por enfermeiros que trabalhavam na Atenção Primária à Saúde (APS) de Itaporanga – PB, e a amostra formada por enfermeiros que trabalhavam nas Unidades Básicas de Saúde do município, em uma perspectiva de 10 unidades, que durante o período da coleta de dados respeitaram os seguintes critérios de inclusão: 1) ser enfermeiro atuante na Unidade Básica de Saúde. 2) estar presente na Unidade Básica de Saúde no momento da pesquisa. 3) aceitar por livre e espontânea vontade participar do estudo. 4) assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Os dados foram coletados através de um instrumento de pesquisa, composto por duas partes: I – identificação dos profissionais, II – avaliação da percepção sobre o leite humano;

Na parte I, foram coletados dados referentes a idade, sexo, nível de formação profissional e tempo de atuação na Atenção Primária à Saúde. Na parte II, o participante respondeu um questionário sobre assuntos referentes a temática do estudo, respeitando seu espaço e seus conhecimentos, sem interrupções, em um tempo médio de 5 minutos para cada pergunta.

Inicialmente para obter autorização para a realização deste estudo, foi apresentado o objetivo à secretaria de saúde do referido município e ao responsável, solicitando a assinatura do Termo de Autorização para o desenvolvimento da pesquisa, e logo após a aprovação do Comitê de Ética, se deu início a coleta dos dados.

A coleta de dados foi realizada nas Unidades Básicas de Saúde, onde foi distribuído um questionário para cada um dos enfermeiros participantes da pesquisa, também foi explicado do que se tratava esclarecendo as dúvidas que eventualmente surgiram.

Os dados coletados foram analisados de acordo com a literatura associada e, observados as respostas dos enfermeiros, analisados para assim subsidiarem os resultados quantitativos, os quais foram apresentados através de números e dados estatísticos expostos em tabelas.

O projeto de pesquisa foi encaminhado para a plataforma Brasil através do Comitê de Ética em Pesquisa da UNIFIP Centro Universitário, localizado no município de Patos-PB, onde se obteve o consentimento legal para realização da pesquisa dentro dos princípios éticos.. A pesquisa foi realizada considerando os aspectos éticos em pesquisas que envolvem seres humanos, conforme descrito nas Resoluções nº 510/16 e 580/18 do Conselho Nacional de Saúde, que regulamenta a pesquisa envolvendo seres humanos, garantindo a segurança ao anonimato, a privacidade e a desistência em qualquer etapa da pesquisa⁷.

Os riscos que eventualmente poderiam surgir foram mínimos, como o da exposição do conhecimento do participante ou deste se ofender frente a alguma pergunta, mas foram evitados ao máximo. Os benefícios foram saber o conhecimento dos enfermeiros sobre o leite humano e saber o que eles conhecem sobre a composição e características do mesmo.

O referido trabalho foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UNIFIP Centro Universitário em 03/10/2019 com número do CAAE: 20080219.6.0000.5181.

3. Resultados e Discussão

A pesquisa foi realizada com 70% da amostra, ou seja, sete enfermeiros, em virtude de os demais não se incluírem nos critérios de seleção. As tabelas abaixo trazem porcentagens e números absolutos a respeito de cada questão, o número corresponde a

quantas vezes cada alternativa foi marcada, visto que as questões eram de múltipla escolha.

Tabela 1 – Características dos enfermeiros atuantes nas Unidades Básicas de Saúde, n=7 (Itaporanga – PB, 2019).

Identificação dos enfermeiros	Nº	%
Idade	De 21 a 30 anos	2 28,6
	De 31 a 40 anos	4 57,1
	Mais de 50 anos	1 14,3
Sexo	Feminino	6 85,7
	Masculino	1 14,3
Nível de formação profissional	Graduação	2 28,6
	Especialização	5 71,4
Tempo de atuação	Menos de 1 ano	1 14,3
	De 1 a 3 anos	2 28,6
	Mais de 5 anos	4 57,1

Fonte: Dados de Pesquisa (2019).

A tabela 1 apresenta a identificação dos enfermeiros que trabalham nas Unidades Básicas de Saúde de Itaporanga – PB. Conforme foi observado 57,1% se encontra na idade de 31 a 40 anos e 85,7 % são mulheres. Com relação ao nível de formação profissional 71,4% possui especialização. E 57,1% atua há mais de 5 anos na profissão.

Tabela 2 – Caracterização dos elementos que compõem o leite humano, conforme a percepção dos enfermeiros, n=7 (Itaporanga-PB, 2019).

Quais são os principais constituintes do leite humano?	Nº	%
Vitaminas e sais minerais, a exemplo das Vitaminas do complexo B, afim de favorecer a maturação neurológica.	4	57,1
Proteínas, que incluem os aminoácidos essenciais, que vão agir favorecendo a proteção, além de atuar no transporte de vitaminas e hormônios.	6	85,7
Carboidratos, como a lactose, que trás benefícios para a absorção do cálcio e oferece a galactose para que seja realizada a mielinização do sistema nervoso central.	3	42,9
Lipídios, constituídos principalmente pelos triglicerídios, oferecendo grande quantidade da energia do leite.	2	28,6

Fonte: Dados de Pesquisa (2019).

Sobre os principais constituintes do leite humano, a resposta citada com maior frequência foi sobre proteínas (85,7%), seguida de vitaminas e sais minerais (57,1%), depois carboidratos (42,9%) e com menor porcentagem lipídios (28,6%).

O leite humano possui todos os nutrientes necessários para o crescimento e desenvolvimento da criança, ele por si só é eficaz para atender todas as necessidades

nutricionais do bebê nos seis primeiros meses de vida, sendo uma fonte de nutrientes importantes também no segundo ano de vida, principalmente de vitaminas, proteínas e lipídios⁵. Ele é considerado completo, pois abrange inúmeros elementos que não podem ser reproduzidos no leite artificial, é repleto de proteínas, vitaminas, sais minerais, carboidratos, gorduras e também de água, tornando-se assim um alimento fundamental para o bebê⁸.

São conhecidas inúmeras substâncias que constituem o leite humano, dentre elas, as proteínas, que são macromoléculas essenciais para o bebê, uma vez que são os nutrientes principais na construção do corpo, além disso, as proteínas são fundamentais para a síntese de enzimas, hormônios e anticorpos⁹.

Nas proteínas presentes no leite humano incluem o aporte dos aminoácidos essenciais, que por sua vez vão agir favorecendo a proteção e também no transporte de vitaminas e hormônios. Alguns estudos apontam que no leite humano também existem Células Tronco, Imunoglobulinas, Lactoferrina, Macrófagos e Neutrófilos, Alfalactoalbumina, Citocinas, Defensinas e Linfócitos T, que auxiliam e protegem o bebê de infecções, auxiliam no bom desenvolvimento do sistema gastrointestinal, além de colaborar no desenvolvimento e crescimento do lactente⁸.

Embora pouco citados nesta pesquisa os lipídios também estão presentes, constituídos principalmente pelos triglicerídios, que oferecem por volta de 50% da energia do leite. Além disso, o carboidrato em maior quantidade no leite humano é a lactose, que beneficia a absorção do cálcio e oferece a galactose para que seja feita a mielinização do sistema nervoso central. As vitaminas e minerais também são ofertadas pelo leite humano¹⁰.

Tabela 3 – Caracterização dos elementos presentes no leite humano, conforme concentração e fases de excreção, de acordo com a percepção dos enfermeiros, n=7 (Itaporanga-PB, 2019).

Qual o componente mais concentrado presente no leite humano?	Nº	%
Água	3	42,9
Vitaminas	2	28,6
Proteínas	3	42,9
Lipídios	3	42,9
Quais os principais componentes presentes em cada fase excretada no leite a cada mamada?	Nº	%
Anticorpos que contribuem para a imunidade do bebê	3	42,9
Lipídios (gordura)	2	28,6
Não lembro	2	28,6

Fonte: Dados de Pesquisa (2019).

Os resultados mostram que o componente com maior concentração presente no leite humano segundo os enfermeiros foram água, proteínas e lipídios com 42,9% e a alternativa menos citada foi relacionada a presença de vitaminas com 28,6%.

A esse respeito, Lima¹⁰ descreve que o maior constituinte presente no leite materno é a água, nela as proteínas, os minerais, os compostos nitrogenados não protéicos, as vitaminas hidrossolúveis e os carboidratos ficam suspensos ou dissolvidos.

O leite humano fornece ao bebê todos os nutrientes que são fundamentais nos seis primeiros meses de vida, as proteínas suspensas que são responsáveis pelo crescimento das células da criança, as proteínas do soro que trazem proteção ao bebê contra agentes infecciosos, os carboidratos que colaboram na energia do bebê, lipídeos e vitaminas lipossolúveis que atuam em diversas funções e os elementos minerais que são necessários para o lactente, sendo que o elemento presente em maior quantidade é a água¹¹.

Os resultados também mostram que os principais componentes presentes em cada fase excretada no leite a cada mamada, são os anticorpos que contribuem para a imunidade do recém-nascido, alguns profissionais mencionaram os lipídios e outros relataram que não lembram.

Durante a mamada o leite apresenta várias fases. O denominado leite anterior é o leite do início da mamada, este é repleto de anticorpos e tem um alto teor de água, tendo assim aparência similar a da água de côco. No meio da mamada se encontra uma elevada concentração de caseína, por isso a cor do leite nessa fase tende a ser branca opaca. E ao final da mamada, é o chamado leite posterior, que tem a presença de betacaroteno, que pode ser encontrado na abóbora, cenoura e em outros vegetais de coloração laranja vindos da dieta da mãe, sendo assim a cor do leite ao fim da mamada mais amarelado⁵.

O leite humano é considerado o alimento com a mais importante fonte de vitamina A, que vai contribuir no aumento das reservas hepáticas do bebê, sendo assim, a vitamina A importante nos primeiros estágios de vida, desde o momento da concepção até a maturação do organismo da criança pós-parto¹². O betacaroteno é uma pró vitamina que favorece a vitamina A, quando são ingeridos alimentos que contêm betacaroteno no organismo ele se transforma em vitamina A. O leite humano contém betacaroteno e vitamina A, que tem a função de melhorar a função visual, visto que o bebê ao nascer ainda tem sua visão imatura, quando a criança ingere essas substâncias previne a cegueira noturna e xeroftalmia.

Se a mãe tem a sua dieta abundante em vegetais verdes, o leite pode ter coloração esverdeada ou azulada. Nesse fim, o leite é rico em energia, ou seja, calorias, pois ao longo da mamada se tem o aumento de gordura, deixando o bebê mais saciado, sendo assim importante que a criança esvazie bem a mama antes de ir para a outra⁵.

No que se diz respeito as fases, no início de cada mamada o leite possui um aspecto aguado e ralo e é rico em lactose, vitaminas, proteínas, minerais e água. Ao final da mamada, o leite apresenta-se na coloração amarelada, com teor de gordura maior,

oferecendo energia e deixando a criança satisfeita na alimentação, o leite humano sendo assim importante para o desenvolvimento da criança tanto no início como no final da mamada¹¹.

Tabela 4 – Caracterização das funções metabólicas e imunológicas do leite humano conforme os enfermeiros, n=7 (Itaporanga-PB, 2019).

Em relação a água presente no leite humano, qual você acredita ser a principal função metabólica?	Nº	%
Hidratação apenas	2	28,6
Nutrição	4	57,1
Regulação da temperatura	2	28,6
Em relação aos lipídios presentes no leite humano, qual você acredita ser a principal função metabólica?	Nº	%
Fonte de energia para fomentar o gasto calórico	5	71,4
Absorção de vitaminas lipossolúveis	3	42,9
A respeito do colostro, o que você conhece dentre as funções imunológicas?	Nº	%
Contém a Imunoglobulina secretória A, a qual atua combatendo alergias	5	71,4
Contém citocinas, as quais atuam no processo imunológico	3	42,9
Contém alto índice calórico, no qual colabora no ganho de peso	3	42,9

Fonte: Dados de Pesquisa (2019).

Quanto a principal função metabólica da água presente no leite humano, demonstram que a nutrição é a principal função metabólica de acordo com cerca de 57,1% dos enfermeiros. Quanto a hidratação e regulação da temperatura foram citadas por 28,6% dos enfermeiros como importante função metabólica.

A água exerce uma função bastante importante, ela participa da regulação da temperatura do corpo¹⁰.

A água é o principal elemento do organismo humano, sendo assim, a hidratação adequada fundamental para manter um bom estado de saúde. A água ajuda no suporte de várias reações metabólicas, é essencial para o transporte de hormonas, nutrientes, resíduos e para a regulação da temperatura do corpo, além de que, alguns estudos apontam que uma boa hidratação colabora na melhora dos níveis de atenção, na melhora da memória e contribui para um bom desenvolvimento cognitivo nas crianças¹³.

Quanto a função metabólica dos lipídios que estão presentes no leite humano, a resposta mais citada foi o fato de ser fonte de energia para fomentar o gasto calórico (71,4%). E com 42,9% a de absorção de vitaminas lipossolúveis.

Os lipídios presentes no leite humano formam a maior parte da reserva energética do corpo, são elementos estruturais dos tecidos e necessários para a síntese de membranas celulares, agem como isolante térmico e elétrico, na proteção de órgãos vitais, além de serem precursores de hormônios e mediadores bioquímicos encarregados de funções importantes no corpo⁹.

Os lipídios presentes no leite humano são constituídos principalmente pelos triglicerídios que vão fornecer por volta de 50% da energia do leite¹⁰. O DHA (ácido docosahexaenóico) e o AA (ácido araquidônico) são ácidos graxos poli-insaturados e elementos fundamentais para a função visual e desenvolvimento neurológico da criança. O DHA é um componente estrutural dos fosfolipídios das membranas celulares, ele confere a membrana uma enorme fluidez, que é essencial para que as proteínas possam ter sua mobilidade e desempenhem suas funções na camada bilipídica¹⁴.

Quanto as funções imunológicas do colostro, a alternativa mais citada (71,4%) foi a que fala sobre a Imunoglobulina secretória A, a qual atua combatendo alergias. Com 42,9% foram citadas as citocinas, as quais atuam no processo imunológico e também com 42,9% a alternativa que diz que contém alto índice calórico, no qual colabora no ganho de peso.

O colostro é considerado por vários como o primeiro leite, ele possibilita muitas citocinas que vão colaborar com o desenvolvimento do organismo do recém-nascido, tornando-se essenciais já que o organismo ainda encontra-se imaturo¹⁵. Ele ainda contém a imunoglobulina secretória A, que atua no combate de alergias causadas por alimentos e infecções, além de ser repleto de proteínas protetoras¹⁰.

O leite colostro se difere do leite maduro em sua composição, contendo o dobro de proteínas, mais albumina e globulinas, gorduras, menor acúmulo de lactose, concentração mais elevada de sais minerais, fatores de crescimento e fatores imunológicos, como a imunoglobulina secretória A que cria uma barreira na mucosa gastrointestinal do bebê que dificulta a instalação de microrganismos¹⁶.

Tabela 5 – Avaliação da composição do leite de acordo com características de mães e bebês, conforme enfermeiros, n=7 (Itaporanga-PB, 2019).

Você acredita que haja alguma mudança no padrão de composição do leite de diferentes mães/bebês?	Nº	%
Sim	2	28,6
Não	5	71,4
Você acredita que fatores nutricionais ou estado de saúde/doença da mãe interferem na composição química do leite humano?	Nº	%
Sim	7	100,0
Não	0	00,0

Fonte: Dados de Pesquisa (2019).

Sobre as mudanças no padrão de composição do leite de diferentes mães/bebês, a alternativa "não" foi a mais marcada (71,4%). A alternativa "sim" foi marcada com porcentagem de 28,6%.

Os resultados do questionamento feito sobre se os profissionais acreditam que fatores nutricionais ou estado saúde/doença da mãe interferem na composição química do leite humano, mostram que todos os participantes marcaram a alternativa "sim".

O leite humano, admiravelmente, possui composição semelhante para todas as mães que amamentam, mesmo a alimentação destas mulheres variando de uma para outra, somente as com desnutrição grave são capazes de ter alterações na qualidade e quantidade do leite e as mães de bebês prematuros, que vão ter seu leite diferente do de mães de bebês a termo⁵.

De acordo com Silva¹⁷ a composição dos nutrientes do leite humano pode ter alterações por vários fatores, como características maternas, o período de gestação, a fisiologia circadiana, o estágio de lactação, que é o colostro, leite de transição e leite maduro, a duração da mamada, entre outros.

Em concordância, Silva¹⁶ diz que composição nutricional do leite se diferencia de uma mãe para outra, pois são alteradas por vários aspectos, a saúde, estado nutricional, paridade, faixa etária da maternidade. E também os bebês nascem com alguma dificuldade ou janela imunológica e ao adquirirem as imunoglobulinas do colostro e estas penetrarem na corrente sanguínea os tornam eficientes para contribuir com as defesas imunológicas.

3. Conclusão

Pode-se concluir que os enfermeiros apresentaram um conhecimento significativo sobre a composição e características do leite humano, visto que demonstraram conhecer o valor nutricional do leite humano, as fases do leite excretadas em cada mamada e a composição do colostro. Alguns enfermeiros não souberam descrever completamente sobre as diferenças de composição no leite de diferentes mães, como no caso das mães de pré-termo.

Diante do resultado geral o conhecimento dos enfermeiros sobre o tema se mostrou adequado e responde aos objetivos iniciais da pesquisa.

Espera-se que este resultado possa contribuir incentivando os enfermeiros e estudantes de enfermagem a se capacitarem sobre temas inerentes à educação em saúde, como o que ora foi descrito no texto. Pois, apesar do valor nutricional do leite humano ser bastante conhecido, a atualização e disseminação de informações sempre será necessária e extremamente útil, em especial para as crianças que irão ser as grandes beneficiadas deste precioso alimento.

Referências

1. Lima APC, Nascimento DS, Martins, MMF. A prática do aleitamento materno e os fatores que levam ao desmame precoce: uma revisão integrativa. J. Health Biol Sci.

- [Internet]. 2018 [acesso em: 22 set 2018];6(2):189-196. Disponível em: <http://periodicos.unichristus.edu.br/index.php/jhbs/article/view/1633/640>.
2. Oliveira RAM, Cônsolo FZ, Freitas KC, Pegolo GE. Aleitamento Materno Exclusivo e introdução de alimentos industrializados nos primeiros dois anos de vida. Multitemas [Internet]. 2018 [acesso em: 22 set 2018];23(34):47-64. Disponível em: <http://www.multitemas.ucdb.br/article/view/1579/1518>.
3. Oliveira CM, Santos TC, Melo IM, Aguiar DT, Netto JJM. Promoção do Aleitamento Materno: Intervenção educativa no âmbito da Estratégia de Saúde da Família. Rev. Enfermagem Revista. [Internet]. 2017 [acesso em: 22 set 2018]; 20(2):99-108. Disponível em: <http://periodicos.pucminas.br/index.php/enfermagemrevista/article/view/16326>.
4. Moimaz SAS, Ramirez GTV, Saliba TA, Saliba O, Garbin CAS. Expectativa e prática materna do aleitamento materno exclusivo e a saúde bucal do bebê. Revista Ciência Plural. [Internet]. 2017 [acesso em: 22 set 2018];3(2):30-41. Disponível em: <https://periodicos.ufrn.br/rcp/article/view/12562/8988>.
5. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Saúde da criança: aleitamento materno e alimentação complementar / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2015.
6. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística [Internet]. Cidades e Estados [acesso em: 10 nov 2018]. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/cidades-e-estados/pb/itaporanga.html>.
7. Brasil. Conselho Nacional de Saúde. Resolução Nº 510, de 07 de abril de 2016. Trata de pesquisa e testes em seres humanos. Diário Oficial da União. 07 abril 2016.
8. Andrade LFO. Aleitamento materno exclusivo e fatores de interrupção precoce [monografia]. São Francisco do Conde: Unilab; 2018.
9. Favaretto M, Vieczorek AL, Silva CM, Peder LD, Teixeira JJV. Composição lipídica e proteica do leite humano pré e pós pasteurização. Visão Acadêmica. [Internet]. 2016 [acesso em: 9 nov 2018];17(4):43-55. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/academica/article/view/50597/31869>.
10. Lima VF. A importância do aleitamento materno: uma revisão de literatura [trabalho de conclusão de curso]. João Pessoa: UFPB; 2017.
11. Menezes CB. Benefícios do aleitamento materno exclusivo até os seis meses de vida [artigo]. São Francisco do Conde: UNILAB; 2018.
12. Neves PAR, Saunders C, Barros DC, Ramalho A. Suplementação com vitamina A em gestantes e puérperas brasileiras: uma revisão sistemática. Rev. Bras. Epidemiol. [Internet] 2015 [acesso em: 21 nov 2018];18(4):824-836. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/rbepid/v18n4/1980-5497-rbepid-18-04-00824.pdf>.

13. Jesus AK, Oliveira AC, Cardoso F, Pinto M, Moreira A, Moreira P et al. Estado de Hidratação e Principais Fontes de Água em Crianças em Idade Escolar. Acta. Port. Nutr. [Internet]. 2017 [acesso em: 9 nov 2019];(10):8-11. Disponível em: <http://www.scielo.mec.pt/pdf/apn/n10/n10a02.pdf>.
14. Silva DRB, Junior PFM, Soares EA. A importância dos ácidos graxos poliinsaturados de cadeia longa na gestação e lactação. Rev. Bras. Saúde Mater. Infant. [Internet]. 2007 [acesso em 21 nov 2018];7(2):123-133. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/rbsmi/v7n2/02.pdf>.
15. Pereira CB, Garcia ESGF, Gradim CVC. Aleitamento materno em prematuros em uma UTI neonatal [artigo de evento]. Fundação de Ensino e Pesquisa do Sul de Minas; 2017.
16. Silva ALST. A importância do aleitamento materno exclusivo até os seis meses de idade para saúde da mãe e do recém-nascido [trabalho de conclusão de curso]. Anhanguera; 2018.
17. Silva LML. Determinantes maternos associados à composição nutricional do leite materno [dissertação]. Rio de Janeiro: Instituto Nacional de Saúde da Mulher, da Criança e do Adolescente Fernandes Figueira; 2018. 89p.