

O que pretende este estudo?

Conhecer melhor a realidade atual do aleitamento materno (AM) em Portugal.

Quais os objetivos?

- I) Determinar a **prevalência do AM** na população de lactentes nascidos em Portugal em 2011, e
- II) Identificar fatores promotores da **iniciação, duração e exclusividade do AM em Portugal**.

Porquê realizar este estudo?

- A promoção do AM é uma prioridade de saúde pública; o AM tem benefícios a curto, médio e longo prazo para os recém-nascidos e para as mães³ (**Tabela 1**).
- Os dados sobre a prevalência do AM em Portugal são escassos e dispersos. A maioria dos estudos portugueses apresentam dados sobre uma determinada região ou hospital¹⁻⁵.
- A nível nacional, os dados provêm dos Inquéritos Nacionais de Saúde, tendo sido publicado em 2003 o último relatório “Uma Observação Sobre Aleitamento Materno”, que apresenta as taxas de prevalência do AM nos anos de 95/96 e 98/99⁶, pelo que há interesse em atualizar.

Tabela 1. Vantagens do Leite Materno.

Bebé ¹	Mãe ²
• Respeita as necessidades metabólicas do bebé nos primeiros meses de vida	• Recuperação mais rápida do peso pré-gravidez
• Contém agentes ativos contra as infeções	• Diminuição da incidência do cancro da mama e do ovário
• Menor risco de sofrerem da síndrome de morte súbita do lactente	• Menor risco de amenorreia da lactação

Quem foram as mães que participaram no estudo?

- As mães participantes foram convidadas ao acaso a partir dos dados do Rastreio Nacional de Doenças Metabólicas, respondendo posteriormente a um questionário em dois momentos distintos (3 meses e 6 meses pós-parto).
- Foram incluídas no estudo 494 mães, de 31±5,2 anos de idade média e escolaridade média de 13±4,2 anos, sendo que 219 referiram experiência prévia positiva de AM.

Aleitamento Materno em Portugal:

- A maioria das mães (96%) tomou a **decisão de amamentar** antes do parto e o reconhecimento das vantagens para o bebé associadas ao AM foi a principal razão apontada para amamentar.
- 473 das 494 mães participantes **iniciaram o AM**, sendo que 359 (72,7%) amamentavam em exclusividade na primeira semana de vida.
- Aos 3 meses, 56,7% das mães amamentavam (33,2% em exclusivo) e aos 6 meses 42,1% (0,9% em exclusividade) (**Gráfico 1**). A região do Algarve apresentou a maior percentagem de AM exclusivo aos 3 meses (54,5%) apresentando também a maior percentagem de crianças amamentadas aos 6 meses (63,6%). As regiões da Madeira e Açores registaram as percentagens mais baixas de AM (**Gráfico 2**).

Gráfico 1. Percentagens de AM exclusivo e de qualquer AM aos 7 dias, 1º, 2º, 3º e 6º mês.

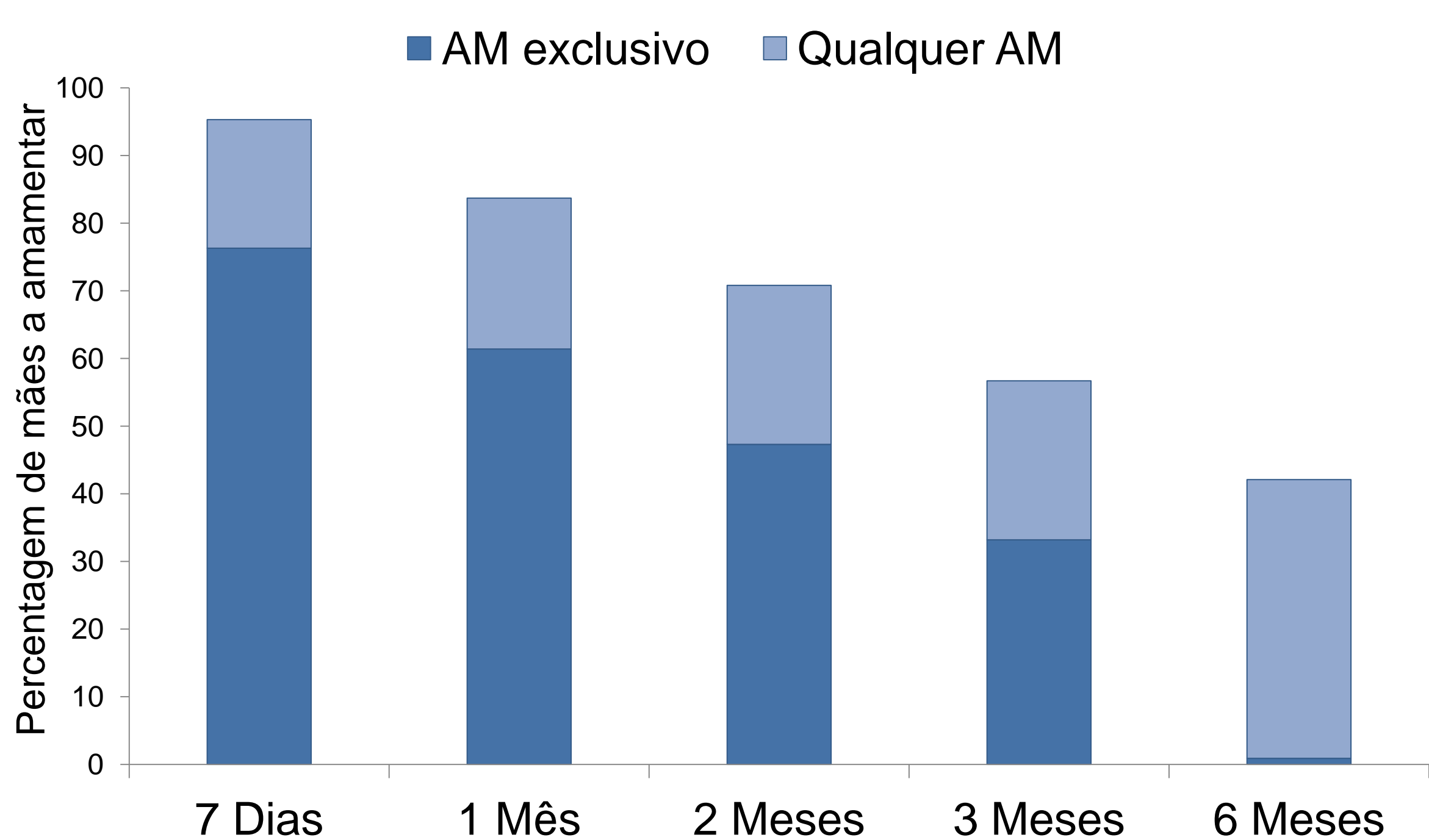


Gráfico 2. Percentagens de AM exclusivo aos 3 meses e de qualquer AM aos 6 meses por região.

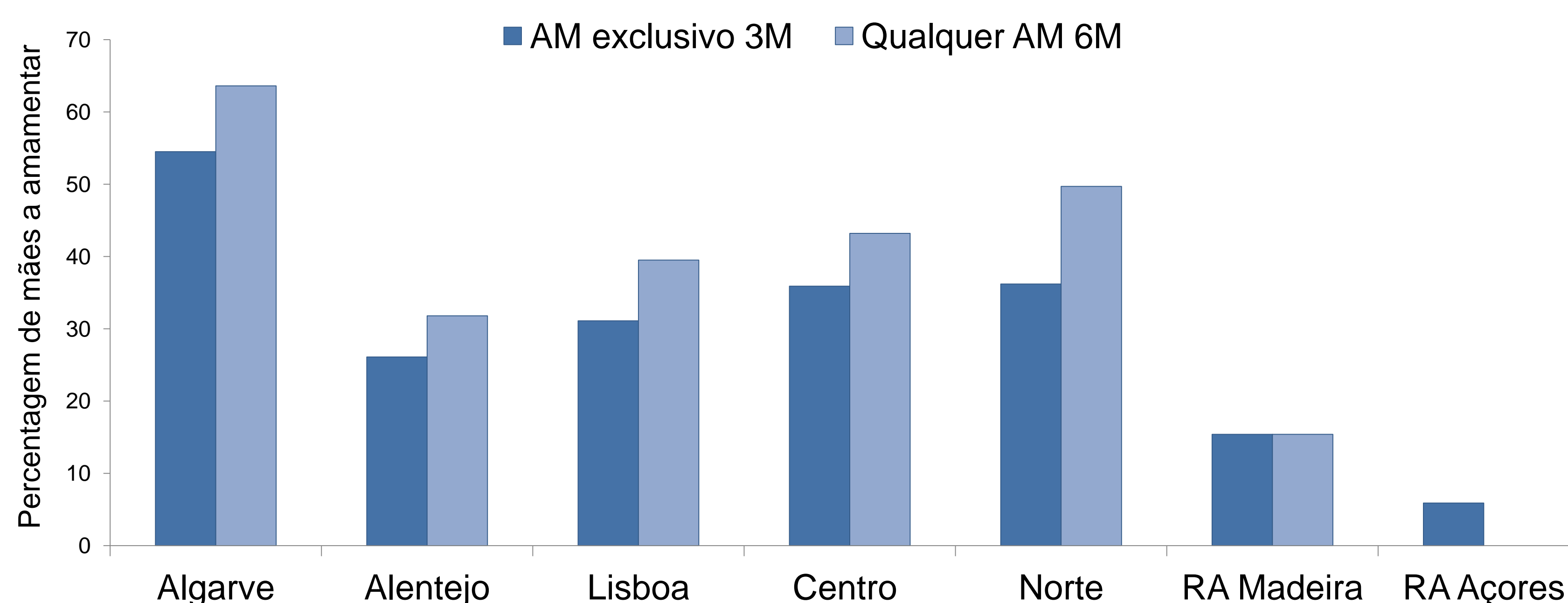


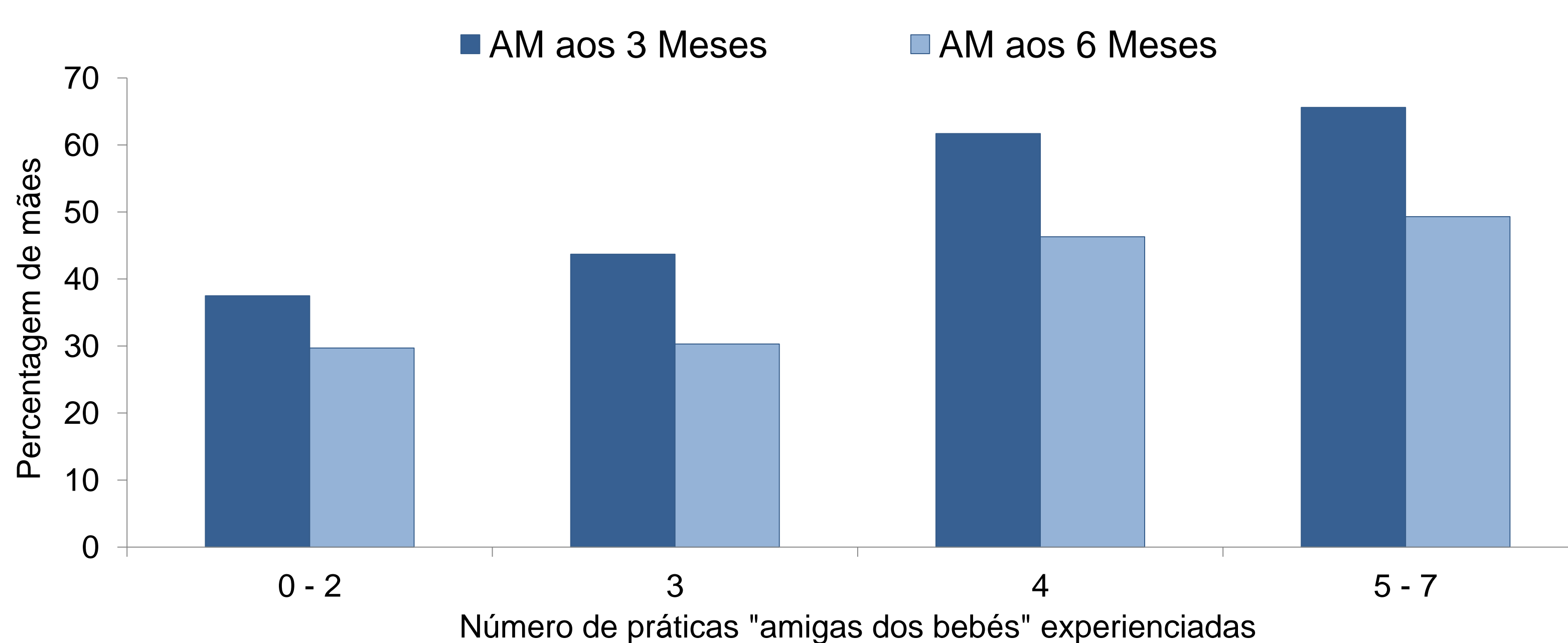
Tabela 2. Determinantes do AM exclusivo aos 3 meses e do AM aos 6 meses (associações estatisticamente significativas).

Determinantes AM	Fatores Promotores	Fatores Inibidores
3 meses exclusivo	<ul style="list-style-type: none"> • Utilização de espaços dedicados ao apoio do AM em centros de saúde (CS) • Ter iniciado AM por reconhecimento de vantagens maternas; • Autoeficácia relativamente ao AM mais elevada; • Escolaridade mais elevada; • Idade da mãe mais elevada 	<ul style="list-style-type: none"> • O consumo de tabaco durante a gravidez e a • utilização de biberão durante os 3 primeiros meses
6 meses	<ul style="list-style-type: none"> • Parto ocorrer em hospital público; • Utilização de espaços de apoio ao AM em CS; • Maioria das consultas pré-parto no CS; • Ter realizado mais de 8 consultas médicas durante a gravidez; • Reconhecimento de um maior número de vantagens maternas e para o bebé do AM; • Autoeficácia relativamente ao AM mais elevada; • Idade da mãe mais elevada 	<ul style="list-style-type: none"> • O consumo de tabaco durante a gravidez; • Ausência de aconselhamento após os 3 meses por parte de um profissional de saúde sobre os benefícios de prolongar o AM; • Ausência de AM exclusivo aos 3 meses; • Utilização de biberão durante os 3 primeiros meses

Práticas “Amigas dos Bebés”:

O número de práticas “Amigas dos bebês” (definidas pela **Iniciativa Hospitais Amigos dos Bebês/UNICEF**) que as mães referiram ter sido expostas na maternidade parece estar associado a uma maior percentagem de AM aos 3 e 6 meses (**Gráfico 3**).

Gráfico 3. Percentagens de AM aos 3 e 6 meses vs. número de práticas “Amigas dos Bebês” no hospital.



Notas finais: As taxas de aleitamento materno em Portugal estão abaixo das recomendações internacionais e da meta nacional de 50% de AM exclusivo aos 3 meses, em todas as regiões, com a exceção do Algarve. Este estudo permitiu identificar vários fatores de sucesso do AM, nomeadamente associados ao papel dos profissionais de saúde, que poderão informar e capacitar as mães, de forma a aumentar o nível de confiança das mães que se encontram a amamentar.

Acompanhe e consulte o estudo através de <http://www.uepid.org>

Este estudo foi financiado pela **Direcção-Geral da Saúde**, ganhou a **Bolsa Geofar** de Investigação da Sociedade Portuguesa de Pediatria (2009), e contou com o apoio da **Comissão Nacional Iniciativa Hospitais Amigos dos Bebês / UNICEF** e ainda a colaboração do **Centro de Genética Médica Dr. Jacinto Magalhães**, no processo aleatório de amostragem e no contacto prévio com todas as mães selecionadas para participar para cedência dos dados de contacto.

Referências bibliográficas:

1. Sandes AR, Nascimento C, Figueira J, Gouveia R, Valente S, Martins S, et al. ALEITAMENTO MATERNO Prevalência e Factores Condicionantes. Acta Medica Portuguesa. 2007;20:193–200.
2. Caldeira T, Moreira P, Pinto E. Aleitamento materno: estudo dos factores relacionados com o seu abandono. Revista Portuguesa de Clínica Geral. 2007;23:685–99.
3. Brito H, Alexandrino AM, Godinho C, Santos G. Experiência do aleitamento materno. Acta Pediátrica Portuguesa. 2011;42(5):209–14.
4. Graça L, Figueiredo MC, Conceição MT. Contributos da intervenção de enfermagem de cuidados de saúde primários para a promoção do Aleitamento Materno. Revista Latino-Americana de Enfermagem. 2011;19(2):1–9.
5. Sarafana S, Abecasis F, Tavares A, Soares I, Gomes A. Aleitamento Materno : evolução na última década. Acta Pediátrica Portuguesa. 2006;1(37):9–14.
6. Branco MJ, Nunes B. Uma Observação sobre Aleitamento Materno - Relatório. 2003.