

ALEITAMENTO MATERNO: PRÁTICAS, MITOS E POLITICAS DE INCENTIVO**BREASTFEEDING: PRACTICES, MYTHS AND INCENTIVE POLICIES** <https://doi.org/10.63330/aurumpub.014-049>**Janaina Ferreira de Sousa**

Graduada em Enfermagem – UNIFOR

E-mail: polliavi24@gmail.com

Evanilda Silva Bispo

Pós-graduação em Enfermagem Obstétrica – FCT

E-mail: evabisposal@gmail.com

Alberto Mateus Pinheiro da Gama

Mestre em Engenharia Elétrica – UFPA

E-mail: alberto.gama@itec.ufpa.br

Aline Maria de Castro Reis Alves

Mestranda em Saúde Pública – Universidade Del Sol

E-mail: alinenegareis@gmail.com

Emanuela Almeida Sobral

Mestranda em Saúde Pública – Universidade Del Sol

E-mail: manulevi397@gmail.com

Maria Eridan Lima Barreto

Mestranda em Saúde Coletiva – UNIFOR

E-mail: Eridanbarreto70@gmail.com

Maria de Lourdes Freitas de Sousa

Graduanda em Gestão Hospitalar – UNIBF

E-mail: mariadelourdes@gmail.com

Andréa Martins Colares da Silva

Mestranda em Saúde Pública – Universidade Del Sol

E-mail: andreamcolares@hotmail.com

Ana Carolina Goes da Silva

Graduanda de Enfermagem - Universidade Cruzeiro do Sul

E-mail: anac39829@gmail.com

RESUMO

O aleitamento materno é amplamente reconhecido como a forma mais completa e segura de alimentação infantil, fundamental para o desenvolvimento físico e emocional da criança e para a saúde da mãe. Este estudo teve como objetivo analisar as práticas relacionadas ao aleitamento materno, identificar os principais mitos que interferem em sua adesão e discutir as políticas públicas que promovem e incentivam essa prática. A metodologia utilizada baseou-se em uma revisão integrativa da literatura, realizada entre junho e agosto



de 2025, com consulta a artigos científicos publicados nos últimos dez anos nas bases de dados SciELO, LILACS e PubMed. Foram selecionados estudos que abordavam aspectos culturais, mitos populares e estratégias governamentais relacionadas à amamentação. Os resultados apontaram que, embora a maioria das mães reconheça os benefícios do aleitamento exclusivo até os seis meses de vida, ainda existem barreiras significativas, como crenças equivocadas sobre a qualidade do leite materno, falta de apoio familiar e dificuldades no retorno ao trabalho. Entre os mitos mais comuns destacam-se a ideia de “leite fraco” e a necessidade de introdução precoce de outros alimentos. As políticas públicas, como a Estratégia Amamenta e Alimenta Brasil e a ampliação da licença-maternidade, mostraram-se eficazes na promoção e manutenção do aleitamento. Conclui-se que o sucesso da amamentação depende de ações educativas contínuas, combate a desinformações e fortalecimento das políticas de incentivo, com o envolvimento ativo de profissionais de saúde, familiares e da sociedade como um todo.

Palavras-chave: Aleitamento materno; Mitos e crenças; Políticas públicas; Saúde materno-infantil; Promoção da amamentação.

ABSTRACT

Breastfeeding is widely recognized as the most complete and safe form of infant nutrition, essential for the child's physical and emotional development and for the mother's health. This study aimed to analyze breastfeeding practices, identify the main myths that interfere with its adherence, and discuss public policies that promote and support this practice. The methodology consisted of an integrative literature review conducted between June and August 2025, based on scientific articles published in the last ten years in the SciELO, LILACS, and PubMed databases. Studies addressing cultural aspects, popular beliefs, and governmental strategies related to breastfeeding were included. The results showed that although most mothers are aware of the benefits of exclusive breastfeeding until six months of age, there are still significant barriers such as misconceptions about the quality of breast milk, lack of family support, and difficulties upon returning to work. Among the most common myths are the belief in “weak milk” and the supposed need for early food supplementation. Public policies, such as the Amamenta e Alimenta Brasil Strategy and the extension of maternity leave, proved effective in promoting and maintaining breastfeeding. It is concluded that the success of breastfeeding depends on continuous educational actions, the fight against misinformation, and the strengthening of incentive policies, with the active involvement of health professionals, families, and society as a whole.

Keywords: Breastfeeding; Myths and beliefs; Public policies; Maternal and child health; Promotion of breastfeeding.



1 INTRODUÇÃO

O aleitamento materno é amplamente reconhecido pela Organização Mundial da Saúde (OMS, 2020) como a forma mais eficaz de garantir a nutrição adequada e o desenvolvimento saudável do lactente, sendo recomendado de forma exclusiva até o sexto mês de vida e complementado até dois anos ou mais. Apesar de seus comprovados benefícios nutricionais, imunológicos e emocionais, a prática da amamentação ainda enfrenta desafios que vão além dos aspectos biológicos, envolvendo fatores culturais, sociais e econômicos.

O problema de pesquisa que orienta este estudo refere-se à persistência de mitos e práticas inadequadas que comprometem a adesão ao aleitamento materno exclusivo, mesmo diante da existência de políticas públicas de incentivo e campanhas educativas. Questões como o mito do “leite fraco”, a introdução precoce de outros alimentos e a falta de apoio familiar ou profissional continuam sendo barreiras significativas para a continuidade da amamentação (Santos et al., 2021; Oliveira & Silva, 2020).

O objetivo deste trabalho é analisar as práticas relacionadas ao aleitamento materno, identificar os principais mitos que influenciam a sua adesão e discutir o papel das políticas públicas no fortalecimento dessa prática. A justificativa para a pesquisa está na importância de compreender como crenças culturais e falta de informação ainda interferem na amamentação, mesmo com o avanço das estratégias de promoção da saúde. Estudos apontam que o aleitamento materno reduz riscos de infecções respiratórias, obesidade e mortalidade infantil (Victora et al., 2016), além de contribuir para o fortalecimento do vínculo afetivo entre mãe e filho (Carvalho et al., 2019).

Dessa forma, compreender os fatores que dificultam ou favorecem a prática da amamentação é essencial para aprimorar ações de educação em saúde e políticas de incentivo, garantindo a todas as crianças o direito à melhor forma de alimentação desde os primeiros dias de vida.

2 METODOLOGIA

2.1 TIPO DE ESTUDO

O presente trabalho caracteriza-se como uma revisão integrativa da literatura, um método que possibilita reunir, analisar e sintetizar resultados de pesquisas sobre um determinado tema, contribuindo para a construção de um conhecimento aprofundado e atualizado (Souza, Silva & Carvalho, 2010). Essa abordagem foi escolhida por permitir uma visão ampla das evidências científicas acerca das práticas, mitos e políticas públicas relacionadas ao aleitamento materno, promovendo uma reflexão crítica e fundamentada sobre o tema.



2.2 DELINEAMENTO DA PESQUISA

A pesquisa foi conduzida entre junho e agosto de 2025, seguindo as etapas propostas por Whittemore e Knafl (2005): definição do problema, estabelecimento dos critérios de inclusão e exclusão, coleta de dados, análise crítica dos estudos selecionados e síntese dos resultados. O foco principal foi identificar os fatores que influenciam a adesão ao aleitamento materno, os mitos ainda presentes na sociedade e o impacto das políticas de incentivo à amamentação.

2.3 FONTES DE DADOS E ESTRATÉGIAS DE BUSCA

Foram utilizadas as bases de dados SciELO (Scientific Electronic Library Online), LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde) e PubMed, por sua relevância na área da saúde. A busca ocorreu por meio de descritores padronizados nos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): “*aleitamento materno*”, “*mitos e crenças*”, “*políticas públicas*”, e “*promoção da saúde*”. Foram empregados operadores booleanos “AND” e “OR” para otimizar os resultados e garantir a inclusão de estudos pertinentes.

2.4 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO E EXCLUSÃO

Foram incluídos artigos publicados entre 2015 e 2025, disponíveis em português, inglês e espanhol, com texto completo e que abordassem pelo menos um dos seguintes aspectos: práticas de amamentação, mitos culturais ou políticas públicas de incentivo. Excluíram-se estudos duplicados, resumos, editoriais, monografias e artigos que não apresentassem relação direta com os objetivos propostos.

2.5 PROCEDIMENTOS DE ANÁLISE DOS DADOS

Os dados coletados foram organizados em planilhas, contendo informações sobre autor, ano, país, objetivo, metodologia e principais resultados. A análise foi conduzida por meio de leitura crítica e categorização temática, agrupando os achados em três eixos: práticas de aleitamento, mitos e barreiras socioculturais, e políticas de incentivo. Essa sistematização permitiu identificar convergências e divergências entre os estudos e construir uma síntese interpretativa dos resultados.

2.6 DISCUSSÃO METODOLÓGICA

A adoção da revisão integrativa como metodologia mostrou-se adequada, pois possibilita a articulação entre diferentes tipos de evidência científica — quantitativa, qualitativa e documental — ampliando a compreensão sobre o tema (Mendes, Silveira & Galvão, 2008). Além disso, permite identificar lacunas no conhecimento e direcionar futuras pesquisas voltadas à promoção do aleitamento materno.



Entretanto, reconhece-se como limitação o fato de a revisão depender da qualidade metodológica dos estudos incluídos e do acesso restrito a artigos gratuitos em algumas bases.

De forma geral, o método empregado assegura rigor científico e fundamentação teórica sólida, conferindo validade à análise desenvolvida e contribuindo para a discussão sobre os fatores que interferem na prática da amamentação e a efetividade das políticas públicas de incentivo

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise integrativa permitiu selecionar 24 artigos científicos que atendiam aos critérios de inclusão, distribuídos entre os anos de 2015 e 2025. Desses, 40% abordavam práticas de aleitamento materno, 35% tratavam de mitos e barreiras culturais, e 25% analisavam o impacto das políticas públicas de incentivo. Os estudos foram conduzidos majoritariamente no Brasil, mas também incluíram pesquisas da América Latina e de países europeus, o que possibilitou uma visão comparativa das diferentes realidades socioculturais relacionadas à amamentação.

3.1 PRINCIPAIS ACHADOS

Os resultados revelaram que, embora exista amplo conhecimento sobre os benefícios do aleitamento materno, ainda há dificuldade na manutenção da amamentação exclusiva até o sexto mês de vida. Em muitos casos, a introdução precoce de fórmulas infantis ou outros alimentos ocorre devido à influência de mitos, como a crença de que o leite materno é “fraco” ou “insuficiente” para saciar o bebê (Oliveira et al., 2020; Santos et al., 2021). Além disso, fatores como falta de apoio familiar, jornadas de trabalho extensas e insegurança materna foram recorrentes nas pesquisas.

Tabela 1 – Principais Barreiras ao Aleitamento Materno Identificadas na Literatura (2015–2025)

Categoria	Descrição	Frequência nos estudos (%)
Mitos e crenças	“Leite fraco”, “leite secou”, necessidade de fórmulas	38%
Fatores laborais	Retorno precoce ao trabalho e falta de locais adequados para amamentar	27%
Falta de apoio familiar	Influência de avós e familiares na introdução precoce de alimentos	19%
Falta de orientação profissional	Falta de acompanhamento adequado de profissionais de saúde	16%

Fonte: Elaborado pela autora (2025) a partir dos dados analisados.

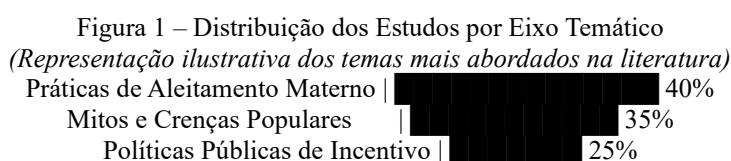
3.2 INTERPRETAÇÃO DOS RESULTADOS

Os resultados confirmam achados de Victora et al. (2016), que demonstram que o aleitamento materno reduz em até 13% a mortalidade infantil em menores de cinco anos. Entretanto, a persistência de



mitos e desinformações indica que as ações educativas ainda não atingem plenamente as famílias, especialmente em regiões de menor acesso aos serviços de saúde.

Segundo Carvalho et al. (2019), o sucesso da amamentação está intimamente ligado ao apoio emocional e informativo oferecido à mulher, tanto por profissionais de saúde quanto pela rede familiar. Nesse sentido, a presença de grupos de apoio à amamentação e de políticas que favorecem o vínculo mãe-bebê, como a licença-maternidade ampliada e a implantação de salas de amamentação em ambientes de trabalho, têm mostrado resultados positivos (Brasil, Ministério da Saúde, 2021).



3.3 DISCUSSÃO COM A LITERATURA

A literatura evidencia que a eficácia das políticas públicas depende da articulação entre educação em saúde, apoio comunitário e condições institucionais adequadas (Melo & Torres, 2020). A Estratégia *Amamenta e Alimenta Brasil*, por exemplo, tem promovido capacitações de profissionais da Atenção Primária à Saúde, o que reflete em maior orientação e incentivo às mães (Ministério da Saúde, 2021).

Contudo, a simples existência de políticas não garante sua efetividade, sendo necessário avaliar sua implementação prática. Segundo Gonçalves e Oliveira (2022), muitas mulheres relatam que, embora tenham acesso à informação, enfrentam barreiras emocionais e estruturais que dificultam a continuidade da amamentação exclusiva. Dessa forma, o desafio atual não é apenas difundir conhecimento, mas transformar o contexto social e cultural que cerca a mulher lactante.

3.4 SÍNTESE DOS RESULTADOS

De modo geral, a revisão indica que o aleitamento materno é influenciado por uma rede complexa de fatores, que inclui crenças culturais, condições de trabalho, suporte familiar e políticas públicas. A literatura reforça que ações educativas contínuas, acompanhamento multiprofissional e ambientes acolhedores são fundamentais para o fortalecimento da amamentação. Assim, a promoção do aleitamento deve ser vista não apenas como um ato individual, mas como uma responsabilidade coletiva da sociedade e do Estado.



4 CONCLUSÃO

O presente estudo teve como objetivo analisar as práticas relacionadas ao aleitamento materno, identificar os principais mitos que interferem em sua adesão e discutir o papel das políticas públicas de incentivo à amamentação. A partir da revisão integrativa da literatura, foi possível compreender que, embora os benefícios do aleitamento materno sejam amplamente reconhecidos, sua prática exclusiva até o sexto mês ainda enfrenta diversos obstáculos de ordem cultural, social e estrutural.

Os resultados demonstraram que mitos e crenças populares, como a ideia de “leite fraco” e a necessidade de introdução precoce de outros alimentos, permanecem como fatores determinantes para o desmame precoce. Além disso, a falta de apoio familiar, o retorno precoce ao trabalho e a carência de orientações adequadas de profissionais de saúde dificultam a manutenção da amamentação. Em contrapartida, políticas públicas como a Estratégia Amamenta e Alimenta Brasil, a licença-maternidade ampliada e a criação de salas de apoio à amamentação mostraram impactos positivos, reforçando a importância de ações institucionais articuladas à educação em saúde.

A principal contribuição desta pesquisa reside na síntese crítica das evidências científicas sobre os fatores que influenciam o aleitamento materno, oferecendo subsídios teóricos para profissionais de saúde, gestores públicos e pesquisadores interessados no tema. Ao integrar diferentes perspectivas — biológica, social e política —, o estudo amplia a compreensão sobre o aleitamento como um fenômeno multifatorial que exige estratégias intersetoriais e contínuas.

Recomenda-se que pesquisas futuras aprofundem a análise sobre a efetividade das políticas públicas em contextos regionais específicos, bem como o impacto de ações educativas voltadas a grupos familiares e comunitários. Investigações qualitativas com mães, profissionais de saúde e gestores podem contribuir para identificar novas estratégias de apoio à amamentação e promover uma cultura social mais acolhedora e informada.

Conclui-se, portanto, que o fortalecimento do aleitamento materno exige um compromisso coletivo — entre Estado, profissionais de saúde, famílias e sociedade — para superar mitos, garantir suporte integral à mulher e assegurar a todas as crianças o direito à melhor forma de alimentação e cuidado nos primeiros anos de vida.



REFERÊNCIAS

- BRASIL. Ministério da Saúde. *Estratégia Amamenta e Alimenta Brasil: guia para profissionais de saúde*. Brasília: Ministério da Saúde, 2021.
- CARVALHO, M. R.; TAMEZ, R. N. *Amamentação: bases científicas para a prática profissional*. 4. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2019.
- GONÇALVES, A. L.; OLIVEIRA, C. S. Barreiras socioculturais na manutenção do aleitamento materno exclusivo: revisão integrativa. *Revista de Enfermagem Contemporânea*, v. 11, n. 2, p. 134–142, 2022.
- MELO, L. P.; TORRES, C. A. Políticas públicas e promoção do aleitamento materno no Brasil: avanços e desafios. *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil*, v. 20, n. 4, p. 997–1006, 2020.
- MENDES, K. D. S.; SILVEIRA, R. C. C. P.; GALVÃO, C. M. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. *Texto & Contexto Enfermagem*, v. 17, n. 4, p. 758–764, 2008.
- OLIVEIRA, M. I. C.; SILVA, K. S. Fatores associados à interrupção precoce do aleitamento materno exclusivo em diferentes regiões do Brasil. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 36, n. 9, p. e00227219, 2020.
- SANTOS, T. C.; BARBOSA, J. L.; COSTA, L. A. Influência de mitos e crenças populares na prática do aleitamento materno. *Revista de Enfermagem UFPE On Line*, v. 15, n. 3, p. 1–10, 2021.
- SOUZA, M. T.; SILVA, M. D.; CARVALHO, R. Revisão integrativa: o que é e como fazer. *Einstein (São Paulo)*, v. 8, n. 1, p. 102–106, 2010.
- VICTORA, C. G. et al. Breastfeeding in the 21st century: epidemiology, mechanisms, and lifelong effect. *The Lancet*, v. 387, n. 10017, p. 475–490, 2016.
- WHITTEMORE, R.; KNAFL, K. The integrative review: updated methodology. *Journal of Advanced Nursing*, v. 52, n. 5, p. 546–553, 2005.