

Práticas de amamentação e alimentação até ao 6º mês de idade em bebés na cidade de Coimbra

Joana Cunha¹, Patrícia Ferreira¹, Carina Monteiro¹, Lélita Santos², Juliana Souza¹

1 – Área Científica da Dietética • Departamento das Tecnologias de Diagnóstico e Terapêutica • Escola Superior de Saúde de Bragança
• Instituto Politécnico de Bragança

2 – Serviço de Alimentação e Dietética • Hospitais da Universidade de Coimbra

Correspondência: proj.diversificacao.alimentar@gmail.com

Introdução

O aleitamento materno exclusivo é recomendado pela OMS até ao 6º mês de vida, sendo indicada a introdução do 1º alimento após este mês e os legumes como 1º alimento de eleição, segundo Desor *et al.* Mesmo sendo inquestionáveis os benefícios aleitamento materna, menos de 30% cumprem esta recomendação em Portugal (INS, 2005/2006). Segundo Sandes *et al.*, as principais razões para o término da amamentação estão relacionadas com a incapacidade de suprir as necessidades nutricionais do bebé e a insegurança da mãe para amamentar.

Objectivos

Estudar a duração da amamentação, bem como os factores condicionantes do seu término e Identificar a idade e o alimento do início da diversificação alimentar.

Material e métodos

Formou-se uma *coorte* com primíparas da Clínica Obstétrica Dr. Daniel de Matos, na Cidade de Coimbra, de 15/5 a 7/7 de 2009, obtendo-se uma amostra de 124 mães/bebés. Numa primeira fase, foi realizada uma entrevista presencial para apurar dados pessoais. O seguimento foi realizado através de duas entrevistas telefónicas, ao 3º e 6º mês, para avaliar as práticas de aleitamento/alimentação do bebé.

Resultados e discussão

Apesar de a OMS recomendar uma amamentação exclusiva até aos 6 meses, apenas 53,2% amamentam até este mês e 37,9% amamentam exclusivamente, tal como acontece a nível nacional. Das mães que terminaram a amamentação antes do 6º mês (46,8%), os motivos referidos foram principalmente a falta de leite (58,6%) e regresso ao trabalho (29,1%), contrariamente às razões referidas por Sandes *et al.* Verificou-se que 53,7% das mães introduziram o 1º alimento ao 4º mês, antes do recomendado pela OMS. Os legumes foram o alimento introduzido com uma maior frequência (80,6%), tal como recomendado por Desor *et al.*

Conclusões

Neste estudo, quase metade das mães terminou a amamentação antes do recomendado, referindo falta de leite. A maior parte introduziu o 1º alimento precocemente, mas a grande maioria deu preferência aos legumes como primeiro alimento.