



**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE MACEIÓ – UNIMA  
GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO**

**CECÍLIA VITÓRIA IZIDORO DE BARROS  
KATIA VASCO LINS DA SILVA**

**ALEITAMENTO MATERNO COMO FATOR PROTETOR CONTRA A  
OBESIDADE INFANTIL: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

**Maceió – AL,  
2025.**



**CECÍLIA VITÓRIA IZIDORO DE BARROS  
KATIA VASCO LINS DA SILVA**

**ALEITAMENTO MATERNO COMO FATOR PROTETOR CONTRA A  
OBESIDADE INFANTIL: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

Trabalho de Conclusão de Curso  
apresentado ao curso de Nutrição do  
Centro Universitário de Maceió  
(UNIMA/AFYA), como requisito parcial  
para a obtenção do título de bacharel em  
Nutrição.

Orientadora: Prof<sup>ª</sup>. Dr<sup>ª</sup>. Marilene Brandão Tenório Fragoso

**Maceió – AL,  
2025.**

## RESUMO

**INTRODUÇÃO:** A Organização Mundial da Saúde recomenda a oferta do aleitamento materno exclusivo (AME) na primeira hora após o nascimento da criança até os 6 meses, mantendo sua complementação, após esse período, pelo menos até os 2 anos de idade. A ausência do leite materno, mesmo que combinado com o uso de fórmula infantil, associada a uma introdução alimentar inadequada, pode acarretar em diversas consequências à saúde da criança, entre elas está o desenvolvimento de obesidade. **OBJETIVO:** Avaliar o aleitamento materno como fator protetor contra a obesidade infantil. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, conduzida com as recomendações do PRISMA. A busca foi realizada até 31 de março de 2025 nas bases de dados PubMed, Scielo e LILACS, considerando as seguintes palavras-chaves: child OR children OR kids AND breastfeeding AND control group OR control AND obesity OR excessive weight). A pesquisa foi feita sem filtros de idiomas e de ano de publicação. **RESULTADOS:** 77,2% (n=34) dos estudos selecionados, evidenciou que o AME por no mínimo 4 meses ou mais está associado a um menor risco de sobrepeso e obesidade na infância. Em contrapartida, 22,7% (n=10) dos estudos, não observaram associação estatisticamente significativa entre duração da amamentação e a redução do risco de obesidade. **CONCLUSÃO:** É possível concluir que o AME até os seis meses consiste em um fator protetor contra o excesso de peso, especialmente na primeira infância, mas seus efeitos não são tão evidentes na adolescência ou na vida adulta. Portanto, é essencial o desenvolvimento de políticas públicas que promovam a amamentação e educação alimentar para a formação de hábitos saudáveis e promoção da saúde a longo prazo.

**Palavras-chave:** Excesso de peso; Aleitamento materno Exclusivo; Amamentação; Alimentação complementar.

## ABSTRACT

**INTRODUCTION:** The World Health Organization recommends exclusive breastfeeding (EBF) in the first hour after birth for up to 6 months, and supplementation thereafter for at least 2 years of age. The absence of breast milk, even when combined with the use of infant formula, associated with inadequate food introduction, can lead to several consequences for the child's health, including the development of obesity. **OBJECTIVE:** To evaluate breastfeeding as a protective factor against childhood obesity. **METHODOLOGY:** This is an integrative literature review, conducted with the PRISMA recommendations. The search was conducted until March 31, 2025 in the PubMed, Scielo and LILACS databases, considering the following keywords: child OR children OR kids AND breastfeeding AND control group OR control AND obesity OR excessive weight). The search was done without language and year of publication filters. **RESULTS:** 77.2% (n=34) of the selected studies showed that EBF for at least 4 months or more is associated with a lower risk of overweight and obesity in childhood. In contrast, 22.7% (n=10) of the studies did not observe a statistically significant association between breastfeeding duration and reduced risk of obesity. **CONCLUSION:** It is concluded that EBF up to six months is a protective factor against excess weight, especially in early childhood, but its effects are not as evident in adolescence or adulthood. Therefore, it is essential to develop public policies that promote breastfeeding and nutritional education for the formation of healthy habits and long-term health promotion.

**Keywords:** Overweight; Exclusive breastfeeding; Breastfeeding; Complementary feeding.

## SUMÁRIO

|                            |           |
|----------------------------|-----------|
| <b>1. INTRODUÇÃO.....</b>  | <b>6</b>  |
| <b>2. METODOLOGIA.....</b> | <b>7</b>  |
| <b>3. RESULTADOS.....</b>  | <b>9</b>  |
| <b>4. DISCUSSÃO.....</b>   | <b>23</b> |
| <b>5. CONCLUSÃO.....</b>   | <b>26</b> |
| <b>REFERÊNCIAS.....</b>    | <b>27</b> |

## 1. INTRODUÇÃO

O aleitamento materno exclusivo (AME) é aquele onde é ofertado apenas o leite materno para a criança, sem quaisquer outros alimentos ou líquidos. A exclusividade do aleitamento materno possui benefícios tanto para a mãe, quanto para o recém-nascido. Os efeitos benéficos para a mãe estão relacionados com o retorno do peso pré-gestacional, melhora da autoestima, prevenção da depressão pós-parto, câncer de mama, endometriose, entre outros. E para o recém-nascido, esses benefícios incluem um melhor desenvolvimento do sistema imunológico, no desenvolvimento motor, cognitivo, e ainda estreita o vínculo entre mãe e filho (Trindade et al., 2021).

O leite materno possui nutrientes e hormônios importantes para o crescimento do recém-nascido. Além disso, contém compostos capazes de prevenir a obesidade infantil, como a leptina, adiponectina, resistina e obestatina, que atuam como reguladores de apetite, reguladores de metabolismo, controle de níveis glicêmicos, entre outros. Diferente das fórmulas infantis e do leite de vaca, que na sua composição manifestam quantidades excessivas de carboidratos, gorduras, e proteínas, em comparação às necessidades da criança, fazendo com que ocorra oferta energética elevada, acarretando no aumento de adipócitos, e consequentemente o acúmulo de gorduras (Penedo et al., 2023).

Vale ressaltar que, muitas vezes não é possível manter a amamentação de forma integral, contudo, mesmo que a oferta da amamentação seja complementada de forma adequada, visa exercer efeitos positivos sobre a saúde da criança, contribuindo para a proteção contra infecções, prevenção de carências e excessos nutricionais, além de auxiliar na formação de hábitos alimentares mais saudáveis, e de estar associado a menor incidência de doenças crônicas ao longo da vida. Ademais, quando houver a necessidade da complementação com fórmulas, é necessário uma orientação profissional adequada, pois a mesma pode atender às demandas nutricionais da criança, contribuindo para um crescimento e desenvolvimento saudáveis (Macêdo et al, 2020).

Sobretudo, existem causas que fazem a amamentação ser interrompida precocemente, como por exemplo a falta de apoio durante o puerpério, retorno da mãe ao trabalho, baixa autoestima e frustração materna. Com isso, a interrupção precoce do aleitamento em combinação a uma introdução alimentar inadequada, sem conhecimento prévio e sem orientação nutricional específica, constitui fator de risco

para desenvolvimento de obesidade infantil e de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) (Trindade et al., 2021).

Portanto, o período da introdução alimentar, onde são ofertados diversos alimentos à criança, representa uma janela crucial para a formação de hábitos saudáveis. Dessa forma, de acordo com o Ministério da saúde, a introdução alimentar deve ser feita com alimentos in natura e minimamente processados, sendo importante que os pais e/ou cuidadores sejam sensíveis aos sinais de saciedade e fome da criança, para que torne a alimentação uma experiência positiva e cheia de aprendizados (Nascimento et al., 2016; BRASIL, 2019).

Nesse contexto, a oferta de aleitamento materno, exclusivo ou complementado, associado a uma introdução alimentar adequada, seguindo as recomendações dos órgãos pertinentes, constituem ferramentas importantes para a promoção de saúde, formação de hábitos alimentares mais saudáveis, bem como, estratégias capazes de prevenir o surgimento de doenças crônicas na infância e até mesmo na vida adulta, incluindo a obesidade (BRASIL, 2019). Portanto, o presente estudo tem como objetivo avaliar o aleitamento materno como fator protetor contra a obesidade infantil.

## 2. METODOLOGIA

O presente trabalho consiste em uma revisão integrativa da literatura, que seguiu as recomendações do PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*) para sua elaboração. Para a realização das buscas nas bases de dados, foram utilizados os seguintes descritores em ciências da saúde (DeCs): aleitamento materno, obesidade infantil, introdução alimentar, alimentação em pré-escolares e amamentação exclusiva.

A busca nas bases de dados, e a seleção dos estudos por títulos, resumos e leitura de texto completo, foram conduzidas por dois avaliadores de maneira independente. Eventuais discordâncias foram solucionadas por meio de consenso.

A busca foi realizada até 31 de março de 2025 nas bases de dados PubMed, Scielo e LILACS, considerando as seguintes palavras-chaves: child OR children OR kids AND breastfeeding AND control group OR control AND obesity OR excessive

weight). Para nortear a elaboração da pergunta de pesquisa e a seleção dos estudos, foi utilizada a estratégia PICO (Quadro 1), a qual permitiu estruturar de forma clara e objetiva os elementos fundamentais da pesquisa. A aplicação dessa estratégia contribuiu para o refinamento dos critérios de inclusão e exclusão, bem como para a construção de um protocolo de busca mais confiável e preciso para seleção dos estudos.

Ademais, não foram utilizados filtros de idioma ou ano de publicação nas buscas nas bases de dados. Os critérios de inclusão foram estudos que relacionam a amamentação como fator protetor contra a obesidade infantil, além daqueles que avaliam a influência da má condução da introdução alimentar no desenvolvimento de excesso de peso na infância. Foram excluídos os seguintes artigos: em idiomas diferentes de inglês, português ou espanhol, em animais ou experimentais, bem como artigos de revisão, meta-análises, além daqueles que divergem do assunto abordado. As etapas de seleção incluíram a avaliação por títulos, resumos e, por fim, por texto completo.

Após selecionados, os artigos de interesse passaram para a etapa de extração de dados, para compor a tabela de síntese qualitativa do presente trabalho, que foram os seguintes: autor e ano de publicação do estudo, objetivo, amostra, média de tempo de aleitamento materno descritos da pesquisa, tipo de amamentação mais prevalente encontrada, tempo de acompanhamento da pesquisa e principais resultados encontrados.

**Quadro 1:** Estratégia PICO

| Sigla           | Definição                               |
|-----------------|-----------------------------------------|
| P (População)   | Crianças                                |
| I (Intervenção) | Aleitamento materno                     |
| C (Contexto)    | Aleitamento materno como fator protetor |
| O (Desfecho)    | Obesidade infantil                      |

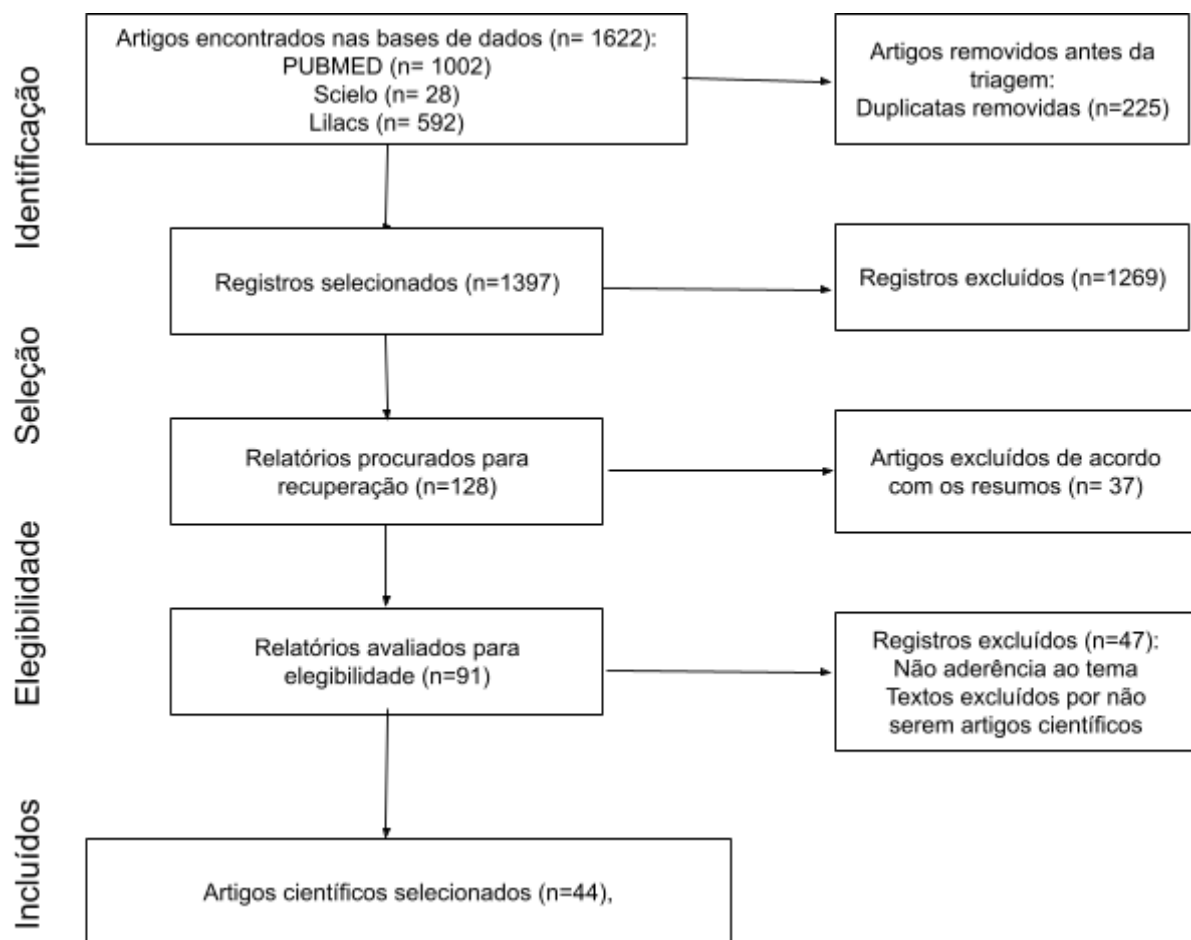
### 3. RESULTADOS

Foram selecionados 44 estudos conforme os critérios estabelecidos para construção da tabela de síntese qualitativa, a partir das recomendações do PRISMA (Figura 1), utilizado para garantir o rigor na seleção e análise dos estudos incluídos.

Os estudos incluídos na presente revisão foram publicados entre 1981 e 2024, que abordaram a relação entre o aleitamento materno e sua proteção contra a obesidade infantil. Os estudos incluídos foram predominantemente do tipo transversal (38,6%; n=17), longitudinal (20,4%; n=9), observacional (15,9%; n=7) e de coorte (18,1%; n=8). As amostras variaram de 100 a 700 participantes, desde estudos com menos de 100 participantes até análises de bases populacionais com mais de 700 mil crianças.

Foi observado que 77,2% (n=34) dos estudos evidenciou que o aleitamento materno exclusivo ou complementado por no mínimo 4 meses ou mais está associado a um menor risco de sobrepeso e obesidade em crianças. Em contrapartida, 22,7% (n=10) dos estudos, como os de Zhou et al. (2024) e Campos et al. (2021), não observaram associação estatisticamente significativa entre duração do AM e a redução do risco de obesidade.

Na apresentação dos resultados foi inserido uma tabela de síntese qualitativa (Tabela 1), realizando um comparativo entre os materiais selecionados, a qual resume os principais achados dos estudos selecionados, incluindo tipo de estudo, objetivo, amostra, tempo e tipo de amamentação, tempo de seguimento e principais resultados encontrados.



**Figura 1** - Diagrama de Fluxo da Seleção de Estudos

**Tabela 1 - Síntese qualitativa dos estudos que avaliaram o efeito protetor do aleitamento materno contra a obesidade infantil até março de 2025.**

| Autor/Ano de publicação | Tipo de estudo | Objetivo                                                                                                                                                   | Amostra                                          | Tempo de AM  | Tipo de AM   | Tempo de seguimento | Resultados                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------------|----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|--------------|--------------|---------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zhou, et al 2024        | Transversal    | Examinar a associação entre a duração da amamentação de até seis meses e a obesidade infantil nos Estados Unidos.                                          | NA<br>1.373,<br>JA:<br>1.838,<br>Total:<br>3.211 | 1 a 6 meses  | AM           | 11 anos             | O estudo revelou que a amamentação por até 6 meses não preveniu a obesidade infantil de forma geral. Porém, filhos de mães com 35 anos ou mais apresentaram menor risco de obesidade mesmo com amamentação curta (OR = 0,31). Também houve redução do risco em crianças de 3 a 4 anos amamentadas entre 3 e 6 meses (OR = 0,56). |
| Nass., et al 2022       | Coorte         | Identificar os desvios no peso corporal aos 12-24 meses da criança e sua associação com a prática do AM                                                    | 401                                              | ND           | AME          | 8 meses             | Verificou-se um peso corporal adequado em crianças com % de adequação de 93% e 83% para AME, e 64,6% e 32,3% de adequação para as que não foram amamentadas.                                                                                                                                                                     |
| Campos, et al 2021      | Transversal    | Examinar a associação entre amamentação e sobrepeso infantil, controlando sequencialmente fatores individuais, familiares e de área em crianças mexicanas. | 2.089                                            | 1 há 6 Meses | AM, AME, AMP | ND                  | No estudo, 9% das crianças tinham sobrepeso e 71,1% foram amamentadas por pelo menos seis meses. No entanto, a amamentação não mostrou efeito protetor contra o sobrepeso (OR                                                                                                                                                    |

|                     |                           |                                                                                                                                                                                                                                                                |            |                |          |         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|---------------------|---------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|----------------|----------|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                     |                           |                                                                                                                                                                                                                                                                |            |                |          |         | ajustada = 0,76). Os principais fatores de risco foram obesidade materna (OR = 2,26) e alto peso ao nascer (OR = 2,83), ambos com significância em todos os modelos.                                                                                                                                                                                                                                         |
| Rivas, et al 2021   | Transversal               | Analisar as associações entre duração do aleitamento materno e alimentação mista (leite materno e fórmula) com obesidade, risco cardiometabólico (RCE), gordura corporal e comportamentos de risco alimentar e de atividade física em crianças e adolescentes. | 1.467      | 1 mês há 1 ano | AM e AMM | ND      | Cerca de 20% das crianças foram amamentadas exclusivamente até os 6 meses, 13% nunca foram amamentadas e mais de 60% foram amamentadas por 6 meses ou mais. A obesidade foi menos prevalente entre as crianças amamentadas (60,8% vs 39,2%; $p < 0,005$ ). Já fatores como RCE $\geq 0,50$ , dieta não saudável, sedentarismo e uso exclusivo de fórmula aumentaram significativamente o risco de obesidade. |
| Usheva., et al 2021 | Observacional             | Investigar a associação do início da AC, AM e sobrepeso em crianças                                                                                                                                                                                            | $\pm 7500$ | ND             | AMC      | ND      | Não foi encontrada nenhuma associação entre o início da introdução de AS e obesidade na infância.                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Usheva, et al 2021  | Transversal observacional | Analisar a associação entre práticas de amamentação e sobrepeso/obesidade entre crianças pré-escolares que participam do estudo ToyBox.                                                                                                                        | 7554       | 1 há 12 meses  | AM e AME | 2 meses | O estudo não encontrou associação significativa entre tipo ou duração da amamentação e excesso de peso em crianças de 3,5 a 5,5 anos. Apesar de uma tendência de menor obesidade entre as amamentadas exclusivamente por 3 meses, a diferença não se manteve significativa.                                                                                                                                  |

|                    |             |                                                                                                                                                    |       |             |          |       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------|-------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------------|----------|-------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Wagner, et al 2020 | Transversal | Avaliar a prevalência do aleitamento materno (AM) e a associação entre ocorrência/duração do AM e sobrepeso/obesidade em escolares de 7 a 14 anos. | 2.506 | ND          | AM       | 1 ano | No estudo, 6,6% das crianças nunca foram amamentadas e 59,9% foram amamentadas por 7 meses ou mais. A prevalência de sobrepeso/obesidade foi de 34,2%, maior entre crianças de 7 a 10 anos. Nessa faixa etária, a amamentação esteve associada a menor risco de sobrepeso/obesidade (OR = 0,54), com efeito protetor mais forte em durações de até 3 meses (OR = 0,41) e de 4 a 6 meses (OR = 0,48). |
| Macêdo, et al 2019 | Transversal | Analisar a associação entre aleitamento materno e excesso de peso em pré-escolares.                                                                | 448   | 4 e 6 meses | AM e AME | 1 ano | A prevalência de excesso de peso entre pré-escolares foi de 11,16%, e 41,9% foram amamentados exclusivamente até os 6 meses. Crianças não amamentadas tiveram 2,5 vezes mais chance de apresentar excesso de peso. Após ajustes, crianças com mais de 48 meses mostraram maior risco em comparação às mais jovens (RP = 1,69; p = 0,04).                                                             |
| Azad., et al 2018  | Coorte      | Investigar práticas de AM, alimentação infantil e suplementação associadas ao ganho de peso em crianças no ambiente hospitalar.                    | 2553  | 3 meses     | AME      | ND    | Em comparação com o AME de forma direta aos 3 meses, todos os outros tipos de alimentação foram associados a maiores IMCs nas crianças.                                                                                                                                                                                                                                                              |

|                     |                            |                                                                                                                                                                                                                        |         |           |                  |        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|---------------------|----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-----------|------------------|--------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Park., et al 2018   | Longitudinal               | Avaliar a relação entre os tipos de amamentação e a incidência de sobrepeso                                                                                                                                            | 774.764 | 4-6 meses | AME e AMP        | ND     | Bebês em AMP tiveram razão de risco para sobrepeso de 0,96, na qual foi menor em comparação ao grupo alimentado exclusivamente com fórmula.                                                                                                                                                                                                      |
| Modrek., et al 2017 | Experimental               | Examinar o efeito das práticas de AM nos resultados de peso das crianças aos 2 anos de idade.                                                                                                                          | ND      | ND        | AM não exclusivo | ND     | A cada semana em que a criança for amamentada, a probabilidade do desenvolvimento de obesidade aos 2 anos diminui em 0,82%.                                                                                                                                                                                                                      |
| Wang, et al 2017    | Longitudinal               | Examinar os efeitos da amamentação e sua duração no desenvolvimento da obesidade infantil de 24 meses até a 6ª série nos Estados Unidos                                                                                | 1364    | ND        | ND               | 7 anos | A amamentação no 1º mês reduziu o risco de obesidade infantil em até 53% nas primeiras séries escolares. A análise GEE indicou redução de 36% no risco de obesidade dos 2 aos 11 anos. Amamentar por mais de 6 meses reduziu o risco em 42% em comparação a crianças nunca amamentadas.                                                          |
| Whaley, et al 2017  | Observacional longitudinal | Examinar a relação entre amamentação (AM) e probabilidades de obesidade infantil em uma grande população, principalmente hispânica, do Programa Especial de Nutrição Suplementar para Mulheres, Bebês e Crianças (WIC) | 39.801  | ND        | AM, AME, AMC     | 3 anos | Lactentes alimentados apenas com fórmula ao nascer apresentaram maior chance de serem obesos aos 2–5 anos de idade em comparação aos que foram amamentados exclusivamente. Cada mês extra de qualquer amamentação reduz o risco de obesidade em 1%. Cada mês adicional de amamentação integral conferiu uma redução de 3% no risco de obesidade. |
| Wallby., et al 2017 | Transversal                | Investigar como a duração e o início                                                                                                                                                                                   | 8207    | ≥ 3 meses | AME ou           | ND     | Crianças que tiveram AM por <3 meses                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |

|                       |                            | do AM afetam o desenvolvimento de obesidade em crianças.                                                                                   |        |               | não        |       | apresentaram 4,7% mais probabilidade de serem obesas em relação a crianças que foram amamentadas por $\geq 3$ meses.                                                                                                                                                                                                                                             |
|-----------------------|----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|---------------|------------|-------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Hansstein., 2016      | Longitudinal               | Estudar a possibilidade da familiaridade de AM e obesidade aos 4 anos de idade.                                                            | 30.508 | 9 meses       | AME ou não | ND    | Nas análises não ajustadas, qualquer tipo de AM até os 9 meses de idade foi associado a diminuição de chances para o desenvolvimento de obesidade. Em análises ajustadas, o resultado permaneceu o mesmo.                                                                                                                                                        |
| Rogers, et al 2016    | longitudinal observacional | Investigar as relações entre duração da amamentação, peso infantil e alimentação e comportamentos positivos maternos durante as refeições. | 81     | 1 há 12 meses | AM e AMC   | 1 ano | O estudo mostrou que maior duração da amamentação está associada a menor ganho de peso e menor peso aos 6 e 12 meses, além de um estilo de alimentação mais lento e maior sensibilidade materna durante as refeições. Esses fatores indicam que a amamentação pode promover crescimento saudável e comportamentos alimentares que ajudam a prevenir a obesidade. |
| Assunção., et al 2015 | Longitudinal               | Investigar o efeito protetor contra o sobrepeso do AME por 6 meses em crianças de 12 a 24 meses.                                           | 2206   | 6 meses       | AME        | ND    | Crianças em AME por $\geq 6$ meses possuíram menor prevalência de sobrepeso.                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Caldeira., et al 2015 | Transversal                | Investigar a dominância de sobrepeso e sua relação com o AM em crianças                                                                    | 219    | 6 meses       | AME        | ND    | Foi encontrado resultados positivos entre a presença de AME e a ausência de sobrepeso em crianças.                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Grube., et al 2015    | Observacional              | Examinar o impacto do AM no sobrepeso e obesidade.                                                                                         | 13.163 | 4 meses       | ND         | ND    | Os resultados encontrados indicaram que crianças que foram AM por $>4$                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

|                     |              |                                                                                                                                                      |          |              |          |        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|---------------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|--------------|----------|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                     |              |                                                                                                                                                      |          |              |          |        | meses obtiveram uma redução nas chances de sobrepeso e obesidade em comparação com aquelas não AM ou que foram AM por um período <4 meses.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Škledar, et al 2015 | Coorte       | Determinar a associação entre o peso ao nascer, comprimento ao nascer, amamentação e tempo de introdução de alimentos complementares com obesidade   | 302      | 1 há 6 meses | AM e AMC | 4 anos | O estudo mostrou que não houve diferença significativa entre meninos e meninas quanto ao peso ao nascer, IMC ou duração da amamentação, embora meninos tenham nascido mais compridos. O uso de fórmula antes dos 3 meses aumentou o risco de sobrepeso/obesidade (OR = 3,35). O modelo preditivo foi significativo, explicando até 18,5% da variação no estado nutricional. Crianças obesas apresentaram maior peso ao nascer, mas não houve associação entre IMC e duração da amamentação. |
| Hancox, et al 2014  | Transversal  | Investigar a associação entre ter sido amamentado e o índice de massa corporal (IMC) em crianças de 6 a 7 anos em uma grande pesquisa internacional. | 6-7 anos | ND           | AM       | 3 anos | O estudo analisou dados de 76.635 crianças em 31 centros de 18 países, com taxas de amamentação variando entre 27% e 98%. Após ajuste para fatores de confusão, observou-se que crianças amamentadas apresentaram um IMC 0,04 kg/m <sup>2</sup> menor (P = 0,07) e um risco ligeiramente menor de sobrepeso ou obesidade (OR = 0,95; P = 0,012).                                                                                                                                            |
| Jwa., et al 2014    | Longitudinal | Investigar o efeito protetor do AM no                                                                                                                | 41.572   | ND           | AME e    | ND     | Meninos em AMM e AME                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

|                                |              |                                                                                                                                                            |        |           |           |             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|--------------------------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-----------|-----------|-------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                |              | sobrepeso e obesidade no final da infância                                                                                                                 |        |           | AMP       |             | apresentaram menor IMC como efeito principal do que meninos alimentados exclusivamente com fórmula. Esses resultados foram também encontrados para meninas.                                                                                                                                                             |
| Zheng., et al 2014             | Coorte       | Examinar a influência da duração e exclusividade do aleitamento durante os primeiros 6 meses de vida ao risco de sobrepeso.                                | 42.550 | 3-6 meses | AME       | 48-60 meses | Crianças em AME por 3-5 meses e $\geq 6$ meses tiveram 13% < risco de se tornarem acima do peso em comparação com crianças em AME por <1 mês.                                                                                                                                                                           |
| Gre <sup>aux</sup> ,et al 2013 | Transversal  | Determinar a relação entre amamentação, padrão alimentar e sobrepeso no Caribe.                                                                            | 9604   | ND        | AM        | 1 ano       | No estudo, 81,7% das crianças foram amamentadas. Dessas, 47,9% por menos de 4 meses, 12,8% por 4 a 6 meses e 21% por 6 meses ou mais. Crianças amamentadas por 4 meses ou mais tiveram menor risco de sobrepeso/obesidade (OR = 0,32) em comparação com aquelas amamentadas por menos tempo ou não amamentadas.         |
| Yamakawa et al 2013            | Longitudinal | Examinar as associações da amamentação com sobrepeso e obesidade entre crianças em idade escolar no Japão, com ajuste para potenciais fatores de confusão. | 43.367 | ND        | AME e AMP | 8 anos      | Estudo mostrou que a amamentação exclusiva até 6–7 meses foi associada a menor risco de sobrepeso e obesidade na infância, em comparação com alimentação com fórmula. Aos 7 anos, as crianças amamentadas exclusivamente tiveram 15% menos chance de sobrepeso (OR = 0,85) e 45% menos chance de obesidade (OR = 0,55). |

|                      |               |                                                                                                                                       |      |                    |          |        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|----------------------|---------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|--------------------|----------|--------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Brown A., et al 2012 | Longitudinal  | Examinar a associação entre a alimentação infantil com leite e a resposta posterior do apetite da criança.                            | 298  | 1 semana há 2 anos | AM e AMP | ND     | Lactentes amamentados por mais tempo demonstraram maior responsividade à saciedade ( $P = 0,001$ ). Foram necessárias ao menos 6 semanas de amamentação para que essa associação fosse evidente, quando comparado a bebês alimentados com fórmula desde o nascimento. Essa relação foi independente do estilo alimentar atual entre mãe e bebê. |
| Balaban., et al 2010 | Caso-controle | Investigar se o desmame precoce estabelece um fator de risco para sobrepeso em pré-escolares.                                         | 366  | ND                 | ND       | ND     | O efeito protetor da amamentação contra o sobrepeso foi observado apenas na análise univariada, não persistiu após o controle de outras variáveis, indicando que o AM tem apenas um pequeno papel protetor contra o sobrepeso em comparação com outras variáveis.                                                                               |
| Twells., et al 2010  | Transversal   | Examinar a relação entre AME e obesidade pré-escolar.                                                                                 | 1026 | 3 meses            | AME      | ND     | 65% das crianças eram eutróficas, 19% possuíam sobrepeso e 16% eram obesas. 43% das mães realizaram AME até os 3 meses. Os resultados demonstram que a amamentação tem seu papel na proteção contra o desenvolvimento de obesidade infantil.                                                                                                    |
| Metzger, et al 2010  | Longitudinal  | Avaliar a hipótese de que a amamentação serve como um fator de proteção contra o desenvolvimento subsequente de obesidade em crianças | 976  | ND                 | AM       | 5 anos | A amamentação foi associada a uma AOR de 0,59 ( $P < 0,01$ ), sugerindo que os bebês amamentados têm 41% menos probabilidades do que bebês não amamentados podem ficar com                                                                                                                                                                      |

|                        |             |                                                                                                                                                      |      |                    |          |                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|------------------------|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|--------------------|----------|-----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                        |             |                                                                                                                                                      |      |                    |          |                 | sobrepeso ou obesos.                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Al-Qaoud, et al 2009   | Transversal | Determinar se a amamentação e sua duração estão associadas a um risco reduzido de sobrepeso e obesidade entre 2291 crianças pré-escolares do Kuwait. | 2291 | 0 meses há 6 meses | AM e AMC | 1 ano           | Não houve associação significativa entre amamentação ou sua duração com sobrepeso ou obesidade entre crianças pré-escolares antes ou depois do ajuste para os efeitos de fatores de confusão usando o modelo de regressão logística multinomial                                                                    |
| Scholtens., et al 2008 | Comparativo | Avaliar a associação entre AM, dieta e estilo de vida de crianças aos 7 anos.                                                                        | 2043 | 16 semanas         | ND       | 1 ano e 3 meses | Crianças amamentadas possuíam uma dieta mais saudável aos 7 anos de idade, em comparação com as não amamentadas, porém essa diferença não foi suficiente para explicar o menor risco de sobrepeso aos 8 anos entre os indivíduos amamentados.                                                                      |
| Simão, et al 2008      | Transversal | Analisar a associação do sobrepeso e da obesidade com o aleitamento materno e a alimentação complementar em pré-escolares.                           | 566  | ND                 | AM e AMC | 1 ano           | A prevalência de sobrepeso e obesidade da população estudada foi de 34,4%. Foram fatores de proteção contra sobrepeso e obesidade o aleitamento materno exclusivo por seis meses ou mais (IC 95% [0,38;0,86]; OR=0,57; p=0,02) e o aleitamento materno por mais de 24 meses (IC 95% [0,05;0,37]; OR=0,13; p=0,00). |
| Goldfield., et al 2006 | Transversal | Examinar a associação entre AM e mudanças de peso baseado na família.                                                                                | 94   | ND                 | ND       | ND              | Crianças amamentadas apresentaram reduções significativamente maiores em percentual de sobrepeso aos 6 meses em comparação aquelas não amamentadas.                                                                                                                                                                |

|                        |        |                                                                                                                                                         |       |         |              |                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|------------------------|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|---------|--------------|-----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Miralles, et al 2006   | Coorte | Determinar se a concentração de leptina no leite está correlacionada com a leptina circulante materna e o IMC e com o ganho de peso corporal dos bebês. | 28    | AME     | 9 meses      | 1 mes há 2 anos | A concentração de leptina no leite materno esteve positivamente associada ao IMC e à leptina plasmática da mãe durante toda a lactação. Já aos 1 e 3 meses, níveis mais altos de leptina no leite correlacionaram-se negativamente com o IMC infantil entre 12 e 24 meses, indicando possível efeito protetor contra o ganho excessivo de peso na criança. |
| Weyermann., et al 2006 | Coorte | Avaliar a associação entre duração do AM e o sobrepeso aos 2 anos de idade em crianças amamentadas.                                                     | 1066  | 3 meses | AME          | 2 anos          | Foi identificado um menor risco do desenvolvimento de sobrepeso em crianças que possuíam um tempo de AME mais prolongado.                                                                                                                                                                                                                                  |
| Araújo, et al 2005     | Coorte | Avaliar o efeito da duração do aleitamento materno na prevalência de sobrepeso e no escore z médio de peso para altura (WHZ) em crianças brasileiras.   | 1273  | ND      | AM, AME, AMP | ND              | A prevalência de sobrepeso aos 4 anos foi de 10,2%. Não houve associação significativa entre duração da amamentação e sobrepeso ou WHZ, mesmo após ajustes. Não foram identificadas tendências lineares nem interações com outras variáveis.                                                                                                               |
| Burk, et al 2005       | Coorte | Examinar a adiposidade em relação à amamentação usando análise longitudinal em uma coorte de nascimentos australiana.                                   | 2.860 | ND      | AM e AME     | 8 anos          | Com 1 ano, os bebês amamentados por mais de 12 meses foram os mais magros, com menor escore Z de peso para altura. Já aqueles amamentados por até 4 meses apresentaram maior risco de sobrepeso entre 1 e 8 anos (OR = 1,29), além de estarem mais frequentemente                                                                                          |

|                             |                           |                                                                                                                                                                                                                             |        |              |           |       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------|---------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|--------------|-----------|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                             |                           |                                                                                                                                                                                                                             |        |              |           |       | ligados a fatores maternos como obesidade, tabagismo e baixa escolaridade.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Grummer-Strawn., et al 2004 | Observacional analítica   | Examinar se o aumento do AM está associado a um menor risco de sobrepeso em crianças de 4 anos de idade de baixa renda.                                                                                                     | 12.587 | 6-12 meses   | ND        | ND    | A duração do AM revelou uma relação dose-resposta, protetora com o risco de sobrepeso apenas entre brancos não hispânicos.                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Armstrong, et al 2003       | Observacional             | Investigar se a amamentação está associada a um risco reduzido de obesidade em crianças pequenas                                                                                                                            | 32.200 | ND           | AME e AMP | 1 ano | O estudo mostrou que crianças amamentadas entre 6–8 semanas tiveram menor prevalência de obesidade (7,2%) e obesidade severa (3,4%) aos 39–42 meses, comparadas às alimentadas com fórmula (9,1% e 4,6%, respectivamente). A amamentação foi associada à redução significativa do risco, com OR ajustado de 0,72 para obesidade e 0,70 para obesidade severa, mesmo após controle de variáveis. |
| Li L., et al 2003           | Observacional transversal | Avaliar se a amamentação influencia o índice de massa corporal (IMC) e a obesidade na infância, levando em consideração possíveis fatores de confusão como IMC parental, tabagismo materno, peso ao nascer e classe social. | 2631   | 1 há 9 meses | AM        | ND    | As crianças amamentadas por 2–3 meses apresentaram menor IMC e menor chance de obesidade, mas as diferenças não foram estatisticamente significativas. Não houve associação entre duração da amamentação e IMC ou obesidade após ajuste para fatores de confusão. Também não foi observada tendência dose-resposta.                                                                             |

|                        |               |                                                                                                                  |         |          |     |                 |                                                                                                                                                                                       |
|------------------------|---------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------|-----|-----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Toschke., et al 2002   | Transversal   | Avaliar o impacto do AM no sobrepeso e obesidade infantil.                                                       | 33.768  | ND       | AME | ND              | A prevalência de sobrepeso foi menor em crianças amamentadas em comparação com as crianças nunca amamentadas. Foi visto que o efeito protetor não diminuiu com a idade (6 a 14 anos). |
| Liese., et al 2001     | Transversal   | Avaliar se o AM está atrelado ao sobrepeso prevalente em pré-adolescentes.                                       | 2108    | ND       | AME | 1 ano e 3 meses | Foi observado uma prevalência de sobrepeso menor em crianças amamentadas do que as não amamentadas em ambas as cidades estudadas.                                                     |
| Von Kries., et al 2000 | Transversal   | Identificar o efeito reduzido de sobrepeso e obesidade em crianças amamentadas                                   | 134.577 | <2 meses | AME | 6 meses         | 4,5% foi a prevalência de obesidade naquelas crianças que nunca foram amamentadas, em comparação com 2,8% para aquelas que foram amamentadas.                                         |
| Kramer., 1981          | Caso-Controle | Corrigir falhas metodológicas em estudos passados no qual relaciona a alimentação e AM à obesidade subsequente.. | 1172    | ND       | ND  | 12 meses        | O efeito protetor contra a obesidade é mais eficaz com um tempo mais longo de AM.                                                                                                     |

Legenda: AC (Alimentação Complementar); AM (Aleitamento Materno/Amamentação); AMC (Aleitamento Materno Complementado); AME (Aleitamento Materno Exclusivo); AMP (Aleitamento Materno Parcial); AOR (Razão de Chances Ajustada); AS (Alimentos sólidos); IC (Intervalo de Confiança); JA (Já amamentados); NA (Nunca amamentados); ND (Não Disponível); OR (Razão de Chances)

#### 4. DISCUSSÃO

Os resultados deste estudo reforçam o papel do AME até os seis meses de vida e complementado até os 2 anos ou mais como um importante fator protetor contra o desenvolvimento da obesidade infantil. A maioria dos estudos analisados apontam que crianças que foram amamentadas exclusivamente, por pelo menos quatro meses, apresentam menor risco de sobrepeso e obesidade ao longo da infância. Essa associação é atribuída, em grande parte, à composição nutricional e funcional do leite materno, que contém proteínas, lipídios e carboidratos de fácil digestão, adequados às necessidades da criança, além de hormônios essenciais como leptina, adiponectina e resistina. Além disso, o papel ativo do lactente durante a amamentação, beneficia o autocontrole da alimentação. Diferente da alimentação por fórmula, o aleitamento materno permite que o bebê controle a quantidade de leite ingerida com base em seus próprios sinais de fome e saciedade, o que contribui para o desenvolvimento de um comportamento alimentar mais responsivo (Organização Mundial da Saúde, 2021).

A revisão sistemática de Savino et al. (2009), aborda sobre a ação dos hormônios do leite materno na regulação do estado nutricional da criança. Segundo os autores, a leptina apresenta um efeito anorexígeno, atuando de forma direta na regulação da ingestão e gasto energético. A adiponectina é responsável pela melhora da sensibilidade à insulina, aumento do metabolismo dos ácidos graxos, anti-inflamatórios e propriedades antiaterogênicas. Por sua vez, a grelina possui funções endócrinas e não endócrinas, estando envolvida na regulação do equilíbrio energético e estímulo à ingestão de alimentos, regulando a composição corporal. A resistina, assim como a adiponectina, é um hormônio que atua na regulação da sensibilidade à insulina, e ainda, a obestatina possui diversas funções, entre elas podemos destacar: inibição da sede e ansiedade, melhora da memória, regulação do sono, induz a proliferação celular e aumento da produção exócrina da secreção pancreática. Além disso, o aleitamento materno contribui para o desenvolvimento de uma microbiota intestinal

saudável, fator que pode influenciar positivamente o metabolismo e o risco de doenças metabólicas.

Diante dos fatos apresentados, pode-se observar a relevância de se manter o AME ou a predominância do aleitamento materno. Estudos como o Wallby et al. (2017) e Grube et al. (2015) identificaram que é necessário, no mínimo, quatro meses de AME para o recém nascido absorver os efeitos dos hormônios do leite materno e obter um efeito protetor contra o desenvolvimento de excesso de peso.

Outro aspecto relevante a ser comentado é a autorregulação da ingestão alimentar promovida pela amamentação ao seio, o que difere do uso de fórmulas, leite de vaca e mamadeiras. Estudos como os de Macêdo et al. (2019), Assunção et al. (2015) e Whaley et al. (2017) evidenciaram que o aumento da duração do AME está associado a menores índices de adiposidade e risco reduzido de obesidade. Whaley et al. (2017), por sua vez, relataram uma redução de 1% no risco de obesidade para cada mês adicional de amamentação, valor que aumenta para 3% quando se trata de AME.

Contudo, nem todos os estudos apresentaram resultados consistentes. Pesquisas como as de Zhou et al. (2024) e Campos et al. (2021) não identificaram efeito protetor significativo da amamentação quando isolada de outras variáveis. Fatores como idade materna, histórico familiar, obesidade pré-gestacional, peso ao nascer e nível socioeconômico se mostraram determinantes no desenvolvimento da obesidade infantil, destacando a complexidade multifatorial desse agravo.

Em 2012, a Resolução nº 65.6 da Assembleia Mundial da Saúde ratificou um plano integral para a implementação da nutrição materna e infantil, delineando seis metas globais de nutrição a serem alcançadas até 2025. As metas estabelecidas pela resolução são: reduzir o crescimento insuficiente em crianças menores de 5 anos em 40%, reduzir a anemia em mulheres em idade fértil em 50%, reduzir o baixo peso ao nascer em 30%, aumentar a taxa de AME nos primeiros 6 meses até pelo menos 50%, reduzir e manter o baixo peso para estatura infantil em menos de 5% e garantir que não haja aumento do excesso de peso infantil (Organização Mundial da Saúde, 2012).

Em relação a meta do aumento da taxa do AME nos primeiros seis meses de vida, conforme os registros do ministério da saúde, em 1986, a proporção de lactentes brasileiros, com idade inferior a seis meses, que recebiam exclusivamente alimentação à base de leite materno não ultrapassava 3%. Em 2008, essa cifra havia aumentado para 41%. Atualmente, a prática de AME atinge 46% dos lactentes. Adicionalmente, seis em cada dez crianças são submetidas à amamentação até completarem dois anos de idade (Organização Mundial da Saúde, 2012).

Outro ponto crítico identificado na literatura diz respeito à introdução alimentar (IA). Estudos apontam que a introdução precoce de alimentos sólidos, especialmente os ultraprocessados, está associada ao aumento do índice de massa corporal (IMC) e maior risco de sobrepeso e obesidade. Para se ter uma IA segura e adequada, o Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores de 2 anos recomenda que os alimentos sejam ofertados em pequenas quantidades, respeitando a fome e saciedade da criança, ter preferência pela oferta de alimentos in natura ou minimamente processados e evitar os ultraprocessados, evitar a adição de açúcar, mel, sal e condimentos industrializados na alimentação. É essencial que a criança possua uma rotina alimentar, tendo as refeições realizadas em horários regulares e longe de distrações, como brinquedos e/ou telas, além de sempre estimular a autonomia dessa criança, incentivando a interação com os alimentos, apresentando diferentes tipos de texturas, cores e sabores para o desenvolvimento de uma boa relação com a alimentação de forma geral (BRASIL, 2019).

Dessa forma, entende-se que o aleitamento materno atrelado a uma IA adequada reduz significativamente a possibilidade do desenvolvimento dessa doença crônica. A IA é uma fase importante na vida da criança, pois condutas inadequadas, como a oferta de alimentos industrializados, açúcar, sódio em excesso e de forma precoce, podem gerar malefícios à saúde, acarretando em complicações futuras. A alimentação complementar apropriada promove o ganho de peso adequado, assim como a proteção contra a obesidade infantil (Peça et al., 2019).

Todavia, existem pais e familiares que ainda escolhem iniciar a introdução alimentar antes dos seis meses, acarretando em possíveis problemas para a vida da criança, visto que o lactente não possui maturidade orgânica adequada para receber os alimentos, favorecendo a ocorrência de infecções por falta de higienização adequada, ou até mesmo desenvolvimento de alergias alimentares (Souza et al., 2021). Souza et al. (2021) e Vicari (2013) demonstraram que práticas alimentares inadequadas na primeira infância têm impacto direto na composição corporal e nos hábitos alimentares na vida adulta.

Nesse sentido, é importante garantir um cenário em que as crianças possam receber uma amamentação conforme recomendado pela Organização mundial da saúde (OMS). Logo, o ambiente pré-escolar é excepcional para investigar e traçar estratégias capazes de melhorar essas condições, bem como os distúrbios nutricionais acarretados pelo AME e introdução alimentar ineficazes, reduzindo riscos de complicações à saúde, tanto na infância, quanto na vida adulta (Macêdo et al., 2020).

Além disso, foi observado que o tipo de aleitamento (exclusivo, predominante, misto/parcial ou complementado) e o tempo de seguimento variaram bastante entre os estudos, o que pode explicar parte das diferenças observadas nos resultados. De forma geral, a amamentação prolongada, aliada a uma introdução alimentar adequada, figura como estratégia eficaz na prevenção da obesidade infantil, ao passo que o desmame precoce e o uso precoce de fórmulas infantis, leite de vaca e outros alimentos estão relacionados ao maior risco de ganho de peso excessivo (BRASIL, 2019).

É importante ressaltar que o sucesso do aleitamento materno e das práticas alimentares saudáveis depende também de fatores contextuais, como escolaridade materna, acesso a serviços de saúde, apoio familiar e políticas públicas de incentivo à amamentação (BRASIL, 2019).

Diante desses achados, fica clara a importância de políticas públicas e estratégias intersetoriais voltadas para a promoção do AME, o acompanhamento nutricional adequado durante a introdução alimentar, e o suporte contínuo às famílias, especialmente em contextos de vulnerabilidade social. Embora o aleitamento materno não seja a única medida eficaz na

prevenção da obesidade infantil, sua associação com práticas alimentares saudáveis, acompanhamento de uma equipe multiprofissional e estilo de vida ativo, constitui uma das estratégias mais seguras e de maior impacto para a promoção da saúde infantil e prevenção de DCNTs.

## 5. CONCLUSÃO

O presente estudo evidenciou que o aleitamento materno, especialmente em sua forma exclusiva nos primeiros quatro meses de vida, representa uma estratégia eficaz na prevenção da obesidade infantil, particularmente durante a primeira infância. A maioria dos estudos analisados aponta para uma associação positiva entre a duração e a exclusividade da amamentação e a redução do risco de sobrepeso e obesidade infantil, sobretudo durante o período pré-escolar. Contudo, os efeitos protetores não se estendem de forma consistente para a adolescência ou vida adulta.

Dessa forma, embora nem todos os estudos tenham identificado uma associação estatisticamente significativa entre aleitamento materno e prevenção da obesidade infantil de forma isolada, os achados reforçam a importância de promover e manter o AME até os seis meses de vida e sua continuidade, de forma complementar, até pelo menos os dois anos de idade. Paralelamente, é essencial o desenvolvimento de políticas públicas intersetoriais que considerem o contexto social e promovam práticas alimentares saudáveis desde os primeiros anos de vida, bem como estratégias de educação alimentar e nutricional voltadas às famílias, desde o pré-natal até a vida adulta. Tais ações podem contribuir significativamente para a formação de hábitos saudáveis e para a promoção da saúde a longo prazo.

## REFERÊNCIAS

AL-QAoud, N.; PRAKASH, P. Can breastfeeding and its duration determine the overweight status of Kuwaiti children at the age of 3-6 years? **European Journal of Clinical Nutrition**, [S.l.], v. 63, n. 8, p. 1041-1043, ago. 2009. DOI: [doi.org/10.1038/ejcn.2009.17](https://doi.org/10.1038/ejcn.2009.17). Disponível em: <https://www.nature.com/articles/ejcn200917>. Acesso em: 16 abr. 2025.

ARAÚJO, C. L. *et al.* Breastfeeding and overweight in childhood: evidence from the Pelotas 1993 birth cohort study. **International Journal of Obesity**, [S.l.], v. 30, n. 3, p. 500-506, mar. 2006. Disponível em: <https://doi.org/10.1038/sj.ijo.0803160>. Acesso em: 16 abr. 2025.

ARMSTRONG, J.; REILLY, J. J.; Child Health Information Team. Breastfeeding and lowering the risk of childhood obesity. **The Lancet**, [S.l.], v. 359, n. 9322, p. 2003-2004, 8 jun. 2002. DOI: [doi.org/10.1016/S0140-6736\(02\)08837-2](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(02)08837-2). Disponível em: <https://www.nature.com/articles/0803160>. Acesso em: 16 abr. 2025

ASSUNÇÃO, M. L. *et al.* Protective effect of breastfeeding against overweight can be detected as early as the second year of life: a study of children from one of the most socially-deprived areas of Brazil. **Journal of Health, Population and Nutrition**, [S.l.], v. 33, n. 1, p. 85-91, mar. 2015. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25995725/>. Acesso em: 16 abr. 2025.

AZAD, M. B. *et al.* Infant Feeding and Weight Gain: Separating Breast Milk From Breastfeeding and Formula From Food. **Pediatrics**, [S.l.], v. 142, n. 4, e20181092, out. 2018. DOI: [doi.org/10.1542/peds.2018-1092](https://doi.org/10.1542/peds.2018-1092). Disponível em: <https://publications.aap.org/pediatrics/article-abstract/142/4/e20181092/37391/Infant-Feeding-and-Weight-Gain-Separating-Breast?redirectedFrom=fulltext>. Acesso em: 16 abr. 2025.

BALABAN, G.; MOTTA, M. E. F. A.; SILVA, G. A. Early weaning and other potential risk factors for overweight among preschool children. **Clinics**, São Paulo, v. 65, n. 2, p. 181-187, fev. 2010. DOI: [doi.org/10.1590/S1807-59322010000200010](https://doi.org/10.1590/S1807-59322010000200010). Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S180759322024929?via%3Dihub>. Acesso em: 15 maio. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia alimentar para crianças brasileiras menores de 2 anos**. Brasília: Ministério da Saúde, 2019. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/a/alimentacao-e-nutricao/publicacoes/guia-para-criancas-menores-de-2-anos>. Acesso em: 15 maio. 2025.

BROWN, A.; LEE, M. Breastfeeding during the first year promotes satiety responsiveness in children aged 18–24 months. **Pediatric Obesity**, [S.l.], v. 7, n. 5, p. 382-390, out. 2012. DOI: [10.1111/j.2047-6310.2012.00071.x](https://doi.org/10.1111/j.2047-6310.2012.00071.x). Disponível em: Acesso em: 16 abr. 2025.

BURKE, V. *et al.* Breastfeeding and overweight: longitudinal analysis in an Australian birth cohort. **The Journal of Pediatrics**, [S.l.], v. 147, n. 1, p. 56-61, jul. 2005. DOI:

[doi.org/10.1016/j.jpeds.2005.03.038](https://doi.org/10.1016/j.jpeds.2005.03.038). Disponível em:  
[https://www.jpeds.com/article/S0022-3476\(05\)00252-0/abstract](https://www.jpeds.com/article/S0022-3476(05)00252-0/abstract). Acesso em: 16 abr. 2025.

CALDEIRA, K. M. S.; SOUZA, J. M. P. de; SOUZA, S. B. de. Excesso de peso e sua relação com a duração do aleitamento materno em pré-escolares. **Revista do Crescimento e Desenvolvimento Humano**, São Paulo, v. 1, p. 89–96, 2015. DOI: [doi.org/10.7322/JHGD.96786](https://doi.org/10.7322/JHGD.96786). Disponível em: <https://revistas.usp.br/jhgd/article/view/96786>. Acesso em: 16 abr. 2025.

CAMPOS, A. P.; VILAR-COMPTE, M.; HAWKINS, S. S. Association Between Breastfeeding and Child Overweight in Mexico. **Food and Nutrition Bulletin**, [S.l.], v. 42, n. 3, p. 414-426, set. 2021. DOI: [doi.org/10.1177/03795721211014778](https://doi.org/10.1177/03795721211014778). Disponível em: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/03795721211014778>. Acesso em: 16 abr. 2025.

GOLDFIELD, G. S. *et al.* Effects of breastfeeding on weight changes in family-based pediatric obesity treatment. **Journal of Developmental & Behavioral Pediatrics**, [S.l.], v. 27, n. 2, p. 93-97, abr. 2006. DOI: [doi.org/10.1097/00004703-200604000-00002](https://doi.org/10.1097/00004703-200604000-00002). Disponível em: [https://journals.lww.com/jrnldbp/abstract/2006/04000/effects\\_of\\_breastfeeding\\_on\\_weight\\_changes\\_in.2.aspx](https://journals.lww.com/jrnldbp/abstract/2006/04000/effects_of_breastfeeding_on_weight_changes_in.2.aspx). Acesso em: 16 abr. 2025.

GRUBE, M. M. *et al.* Does breastfeeding help to reduce the risk of childhood overweight and obesity? A propensity score analysis of data from the KiGGS study. **PLoS One**, [S.l.], v. 10, n. 3, p. e0122534, 26 mar. 2015. DOI: [doi.org/10.1371/journal.pone.0122534](https://doi.org/10.1371/journal.pone.0122534). Disponível em: <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0122534>. Acesso em: 16 abr. 2025.

GRUMMER-STRAWN, L. M.; MEI, Z. Does breastfeeding protect against pediatric overweight? Analysis of longitudinal data from the Centers for Disease Control and Prevention Pediatric Nutrition Surveillance System. **Pediatrics**, [S.l.], v. 113, n. 2, p. e81–e86, fev. 2004. DOI: <https://doi.org/10.1542/peds.113.2.e81>. Disponível em: <https://publications.aap.org/pediatrics/article-abstract/113/2/e81/66886/Does-Breastfeeding-Protect-Against-Pediatric?redirectedFrom=fulltext>. Acesso em: 16 abr. 2025.

GRÊAUX, K. *et al.* Breastfeeding and food pattern in overweight children in the Caribbean. **Paediatrics and International Child Health**, [S.l.], v. 33, n. 1, p. 18-22, fev. 2013. DOI: <https://doi.org/10.1179/2046905512Y.00000000048>. DOI: [10.1179/2046905512Y.00000000048](https://doi.org/10.1179/2046905512Y.00000000048). Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23485491/>. Acesso em: 16 abr. 2025.

HANCOX, R. J. *et al.* Association between breastfeeding and body mass index at age 6–7 years in an international survey. **Pediatric Obesity**, [S.l.], v. 10, n. 4, p. 283-287, ago. 2015. DOI: [doi.org/10.1111/ijpo.266](https://doi.org/10.1111/ijpo.266). Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/ijpo.266>. Acesso em: 16 abr. 2025

HANSSTEIN, F. V. The impact of breastfeeding on early childhood obesity: evidence from the National Survey of Children's Health. **American Journal of Health Promotion**, v. 30, n. 4, p. 250-258, mar. 2016. DOI: [10.1177/0890117116639564](https://doi.org/10.1177/0890117116639564). Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27404060/>. Acesso em: 16 abr. 2025.

JWA, S. C.; FUJIWARA, T.; KONDO, N. Latent protective effects of breastfeeding on late childhood overweight and obesity: a nationwide prospective study. **Obesity (Silver Spring)**, v. 22, n. 6, p. 1527-1537, jun. 2014. DOI: [10.1002/oby.20735](https://doi.org/10.1002/oby.20735). Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24591416/>. Acesso em: 16 abr. 2025.

KRAMER, M. S. Do breast-feeding and delayed introduction of solid foods protect against subsequent obesity? **The Journal of Pediatrics**, v. 98, n. 6, p. 883-887, jun. 1981. DOI: [10.1016/s0022-3476\(81\)80579-3](https://doi.org/10.1016/s0022-3476(81)80579-3). Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/7229789/>. Acesso em: 16 abr. 2025.

LI, L.; PARSONS, T. J.; POWER, C. Breast feeding and obesity in childhood: cross sectional study. **BMJ**, v. 327, n. 7420, p. 904-905, 18 out. 2003. DOI: [10.1136/bmj.327.7420.904](https://doi.org/10.1136/bmj.327.7420.904). Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/14563747/>. Acesso em: 16 abr. 2025.

LIESE, A. D. *et al.* Inverse association of overweight and breast feeding in 9 to 10-y-old children in Germany. **International Journal of Obesity**, v. 25, n. 11, p. 1644-1650, nov. 2001. DOI: [10.1038/sj.ijo.0801800](https://doi.org/10.1038/sj.ijo.0801800). Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/11753585/>. Acesso em: 16 abr. 2025.

LIMA, A. *et al.* Influência da introdução alimentar precoce para o desenvolvimento da obesidade infantil: uma revisão de literatura. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 8, e56984925, 2020. ISSN 2525-3409. DOI: <https://doi.org/10.33448/rsd-v9i8.4925>. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/download/4925/4443/24752>. Acesso em: 16 abr. 2025.

MACÊDO, R. da C. *et al.* Associação entre aleitamento materno e excesso de peso em pré-escolares. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 33, p. eAPE20190025, 2020. DOI: <https://doi.org/10.37689/acta-ape/2020AO0025>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ape/a/qp5FyxKQhjrNcfvmCSMv6Nv/?lang=pt>. Acesso em: 11 maio. 2024.

METZGER, M. W.; MCDADE, T. W. Breastfeeding as obesity prevention in the United States: a sibling difference model. **American Journal of Human Biology**, v. 22, n. 3, p. 291-296, maio-jun. 2010. DOI: [10.1002/ajhb.20982](https://doi.org/10.1002/ajhb.20982). Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19693959/>. Acesso em: 16 abr. 2025.

MIRALLES, O. *et al.* A physiological role of breast milk leptin in body weight control in developing infants. **Obesity (Silver Spring)**, v. 14, n. 8, p. 1371-1377, ago. 2006. DOI: [10.1038/oby.2006.155](https://doi.org/10.1038/oby.2006.155). Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/16988079/>. Acesso em: 16 abr. 2025.

MODREK, S. *et al.* Does breastfeeding duration decrease child obesity? An instrumental variables analysis. **Pediatric Obesity**, v. 12, n. 4, p. 304-311, ago. 2017. DOI: [10.1111/ijpo.12143](https://doi.org/10.1111/ijpo.12143). Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27161761/>. Acesso em: 16 abr. 2025.

NASCIMENTO, V. *et al.* Aleitamento materno, introdução precoce de leite não materno e excesso de peso na idade pré-escolar. **Revista Paulista de Pediatria, São Paulo**, v. 34, n. 6, p. 454-459, 2016. DOI: <http://dx.doi.org/10.1016/j.rppede.2016.05.002>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rpp/a/4snxjCXSqCYr9YZnBb3bStb/?lang=pt>. Acesso em: 20 abr

NASS, E. M. A. *et al.* Peso corporal aos 12 e 24 meses de vida e sua relação com tipo de aleitamento: estudo de coorte. **Cogitare Enfermagem**, Curitiba, v. 27, e80860, 2022. DOI: <https://doi.org/10.5380/ce.v27i0.80860>. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/cogitare/article/view/80860/46451>. Acesso em: 20 abr. 2025.

NÚÑEZ-RIVAS, H. P. *et al.* Duración de la lactancia materna, alimentación combinada y riesgo para la salud en jóvenes costarricenses. **Andes Pediatría, Santiago**, v. 93, n. 1, p. 43-52, feb. 2022. DOI: <https://doi.org/10.32641/andespediatr.v93i1.3645>. Disponível em: <https://andespediatrica.cl/index.php/rchped/article/view/3645>. Acesso em: 20 abr. 2025.

Organização Mundial da Saúde (OMS). **Plano de implementação abrangente sobre nutrição materna, do lactente e da criança pequena**: Resolução WHA65.6. Genebra: OMS, 2012. Disponível em: [https://www.who.int/nutrition/topics/WHA65.6\\_resolution\\_en.pdf](https://www.who.int/nutrition/topics/WHA65.6_resolution_en.pdf). Acesso em: 11 Maio. 2024

PARK, S. J.; LEE, H. J. Exclusive breastfeeding and partial breastfeeding reduce the risk of overweight in childhood: a nationwide longitudinal study in Korea. **Obesity Research & Clinical Practice**, v. 12, n. 2, p. 222-228, mar.-abr. 2018. Disponível em: DOI [10.1016/j.orcp.2018.01.001](https://doi.org/10.1016/j.orcp.2018.01.001). Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1871403X18300012?via%3Dihub> Acesso em: 20 abr. 2025.

PAULA, D. *et al.* Relação entre o aleitamento materno exclusivo nos seis primeiros meses e a prevenção da obesidade infantil. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, Fortaleza, v. 13, n. 6, e7007, 2021. DOI: <https://doi.org/10.25248/reas.e7007.2021>. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/7007>. Acesso em: 11 maio 2024.

PENEDO, M. *et al.* Importância do aleitamento materno exclusivo na prevenção da obesidade infantil: uma revisão integrativa. **Revista de Saúde**, [S. l.], v. 14, n. 1, p. 33-40, 2023. DOI: <https://doi.org/10.21727/rs.v14i1.3233>. Disponível em: <https://editora.univassouras.edu.br/index.php/RS/article/view/3233>. Acesso em: 20 abr. 2025.

PEÇA, R.; FERNANDES, F.; VIRTUOS, M. Aleitamento materno como fator protetor da obesidade infantil: uma revisão sistemática da literatura. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, São Paulo, v. 13, n. 83, suplemento 1, p. 1023-1035, jan./dez. 2019. Disponível em: <https://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/1102> Acesso em: 20 abr. 2025.

ROGERS, S. L.; BLISSETT, J. Breastfeeding duration and its relation to weight gain, eating behaviours and positive maternal feeding practices in infancy. **Appetite**, v. 108, p. 399-406, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.appet.2016.10.020>. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0195666316305712?via%3Dihub> Acesso em: 2 jun. 2025.

SAVINO, F. *et al.* Can hormones contained in mothers' milk account for the beneficial effect of breast-feeding on obesity in children? **Clinical Endocrinology**, [S.l.], v. 71, n. 6, p. 757–765, 2009. DOI: <https://doi.org/10.1111/j.1365-2265.2009.03585.x>. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1365-2265.2009.03585.x> Acesso em: 20 abr. 2025.

SIMON, V. G. N.; SOUZA, J. M. P. de; SOUZA, S. B. de. Aleitamento materno, alimentação complementar, sobrepeso e obesidade em pré-escolares. **Revista de Saúde Pública**, v. 43, n. 1, p. 60–69, fev. 2009. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0034-89102009000100008>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rsp/a/tbHrvyfZY63NWK9RQsqJnYm/> . Acesso em: 20 abr. 2025.

SOUZA, B.; MOLERO, M.; GONÇALVES, R. Alimentação complementar e obesidade infantil. **Revista Multidisciplinar da Saúde**, v. 3, n. 2, p. 1-15, 2021. Disponível em: <https://revistas.anchieta.br/index.php/RevistaMultiSaude/article/view/1724/1534>. Acesso em: 20 abr. 2025.

SCHOLTENS, S, *et al.* Do differences in childhood diet explain the reduced overweight risk in breastfed children? **Obesity (Silver Spring)**, v. 16, n. 11, p. 2498-2503, 2008. DOI: <https://doi.org/10.1038/oby.2008.403>. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1038/oby.2008.403>. Acesso em: 20 abr. 2025.

TRINDADE, C.*et al* . Influência do aleitamento materno na prevenção da obesidade infantil. **Brazilian Journal of Health Review**, Curitiba, v. 4, n. 6, p. 24251-24264, nov./dez. 2021. DOI:<https://doi.org/10.34119/bjhrv4n6-052> Disponível: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/39270>. Acesso em: 20 abr. 2025.

TOSCHKE, A. M. *et al.* Overweight and obesity in 6- to 14-year-old Czech children in 1991: protective effect of breast-feeding. **Journal of Pediatrics**, v. 141, n. 6, p. 764-769, 2002. DOI: <https://doi.org/10.1067/mpd.2002.128890>. Disponível em: [https://www.jpeds.com/article/S0022-3476\(02\)00361-X/abstract](https://www.jpeds.com/article/S0022-3476(02)00361-X/abstract). Acesso em: 20 abr. 2025.

TWELLS, L.; NEWHOOK, L. A. Can exclusive breastfeeding reduce the likelihood of childhood obesity in some regions of Canada? **Canadian Journal of Public Health**, v. 101, n. 1, p. 36-39, 2010. DOI: <https://doi.org/10.1007/BF03405559>. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1007/BF03405559> Acesso em: 20 abr. 2025.

USHEVA, N. *et al.* On Behalf Of The Toybox-Study Group. Complementary feeding and overweight in European preschoolers: the ToyBox-Study. **Nutrients**, v. 13, n. 4, p. 1199, 2021. DOI: <https://doi.org/10.3390/nu13041199>. Disponível em: <https://www.mdpi.com/2072-6643/13/4/1199>. Acesso em: 20 abr. 2025.

USHEVA, N. *et al.* Breastfeeding and overweight in European preschoolers: the ToyBox Study. **Nutrients**, v. 13, n. 8, p. 2880, 2021. DOI: <https://doi.org/10.3390/nu13082880>. Disponível em: <https://www.mdpi.com/2072-6643/13/8/2880>. Acesso em: 20 abr. 2025.

VON KRIES, R. *et al.* Does breast-feeding protect against childhood obesity? **Advances in Experimental Medicine and Biology**, v. 478, p. 29-39, 2000. DOI: [https://doi.org/10.1007/0-306-46830-1\\_3](https://doi.org/10.1007/0-306-46830-1_3). Disponível em: [https://link.springer.com/chapter/10.1007/0-306-46830-1\\_3](https://link.springer.com/chapter/10.1007/0-306-46830-1_3). Acesso em: 2 jun. 2025.

ŠKLEDAR, M. T.; MILOŠEVIĆ, M. Breastfeeding and time of complementary food introduction as predictors of obesity in children. **Central European Journal of Public Health**, v. 23, n. 1, p. 26-31, 2015. DOI: <https://doi.org/10.21101/cejph.a3956>. Disponível em: [https://cejph.szu.cz/artkey/cjp-201501-0005\\_breastfeeding-and-time-of-complementary-food-introduction-as-predictors-of-obesity-in-children.php](https://cejph.szu.cz/artkey/cjp-201501-0005_breastfeeding-and-time-of-complementary-food-introduction-as-predictors-of-obesity-in-children.php). Acesso em: 20 abr. 2025.

WAGNER, K. J. P. *et al.* Association between breastfeeding and overweight/obesity in schoolchildren aged 7-14 years. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 39, p. e2020076, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/1984-0462/2021/39/2020076>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rpp/a/PNWbwmLdkFL5KF3yK3R63Wv/?lang=en> Acesso em: 20 abr. 2025.

WALLBY, T.; LAGERBERG, D.; MAGNUSSON, M. Relationship between breastfeeding and early childhood obesity: results of a prospective longitudinal study from birth to 4 years. **Breastfeeding Medicine**, v. 12, p. 48-53, 2017. DOI: <https://doi.org/10.1089/bfm.2016.0124>.

Disponível em: <https://www.liebertpub.com/doi/10.1089/bfm.2016.0124> Acesso em: 20 abr. 2025.

WANG, L. et al. Breastfeeding reduces childhood obesity risks. **Childhood Obesity**, v. 13, n. 3, p. 197-204, 2017. DOI: <https://doi.org/10.1089/chi.2016.0210>. Disponível em: <https://www.liebertpub.com/doi/10.1089/chi.2016.0210>. Acesso em: 20 abr. 2025.

WEYERMANN, M.; ROTHENBACHER, D.; BRENNER, H. Duration of breastfeeding and risk of overweight in childhood: a prospective birth cohort study from Germany. **International Journal of Obesity**, v. 30, n. 8, p. 1281-1287, 2006. DOI: <https://doi.org/10.1038/sj.ijo.0803260>. Disponível em: <https://www.nature.com/articles/0803260>. Acesso em: 20 abr. 2025.

WHALEY, S. E. *et al.* Breastfeeding is associated with reduced obesity in Hispanic 2- to 5-year-olds served by WIC. **Journal of Nutrition Education and Behavior**, v. 49, n. 7 Suppl 2, p. S144-S150.e1, 2017. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jneb.2017.03.007>. Disponível em: [https://www.jneb.org/article/S1499-4046\(17\)30140-9/fulltext](https://www.jneb.org/article/S1499-4046(17)30140-9/fulltext). Acesso em: 20 abr. 2025.

YAMAKAWA, M. *et al.* Breastfeeding and obesity among schoolchildren: a nationwide longitudinal survey in Japan. **JAMA Pediatrics**, v. 167, n. 10, p. 919-925, 2013. DOI: <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2013.2230>. Disponível em: <https://jamanetwork.com/journals/jamapediatrics/fullarticle/1725448>. Acesso em: 20 abr. 2025.

ZHENG, J. S. et al. Exclusive breastfeeding is inversely associated with risk of childhood overweight in a large Chinese cohort. **Journal of Nutrition**, v. 144, n. 9, p. 1454-1459, 2014. DOI: <https://doi.org/10.3945/jn.114.193664>. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0022316622009889?via%3Dihub>. Acesso em: 2 jun. 2025.

ZHOU, M. *et al.* Beneficial effects of short-term breastfeeding versus non-breastfeeding in early life against childhood obesity: findings from the US-based population study NHANES. **International Breastfeeding Journal**, v. 19, art. 56, 2024. DOI: <https://doi.org/10.1186/s13006-024-00659-4>. Disponível em:

<https://internationalbreastfeedingjournal.biomedcentral.com/articles/10.1186/s13006-024-00659-4>. Acesso em: 20 abr. 2025.