

INFLUÊNCIA DA DIETA GESTACIONAL NA PRODUÇÃO LÁCTEA E A ATUAÇÃO DOS BANCOS DE LEITE

Giovana Ribeiro Calzavara¹
Márcio Augusto Trindade²
Douglas Guimarães Ribeiro³

1. Discente do Curso de Nutrição da Afya Centro universitário de São João del Rei.
2. Docente do Curso de Nutrição da Afya Centro universitário de São João del Rei.
3. Docente do Curso de Nutrição da Afya Centro universitário de São João del Rei.
E-mail para contato: giovanaribeiro2203@icloud.com

RESUMO: O aleitamento materno exclusivo (AME) até os seis meses de vida foi considerado essencial para o crescimento e desenvolvimento saudável do lactente, sendo reconhecido pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como uma das estratégias mais eficazes de promoção da saúde infantil. A alimentação materna durante a gestação exerceu influência significativa sobre a produção e a composição do leite, podendo impactar a ocorrência de hipogalactia — condição caracterizada pela produção insuficiente de leite. Este estudo teve como objetivo analisar os impactos da alimentação da gestante na ocorrência de hipogalactia e sua relação com o uso de leite proveniente de bancos de leite humano (BLH). Os resultados indicaram que a nutrição materna adequada contribuiu para a lactogênese e melhorou a qualidade do leite, especialmente em relação a nutrientes dependentes da dieta, como ácidos graxos e vitaminas lipossolúveis. Identificou-se ainda que o acompanhamento nutricional no pré-natal foi determinante para a prevenção de deficiências e para o sucesso do aleitamento materno. Concluiu-se que a hipogalactia pôde ser minimizada por meio de intervenções nutricionais e suporte adequado à lactante, e que os BLHs desempenharam papel fundamental ao garantir leite humano seguro e de qualidade a recém-nascidos em risco, reforçando a importância de políticas públicas voltadas à promoção da amamentação e à saúde materno-infantil.

Palavras-chave: 1. Alimentação materna. 2. Hipogalactia. 3. Aleitamento materno. 4. Banco de leite humano. 5. Gestação.

1 INTRODUÇÃO

O aleitamento materno exclusivo durante os primeiros 6 meses de vida do bebê e a amamentação contínua por 2 anos é recomendado pela Organização Mundial da Saúde (OMS), mas infelizmente a taxa global é extremamente baixa, chegando a 33%, com isso é de extrema importância identificar e promover estratégias filosóficas e teóricas a fim de promover o aleitamento materno exclusivo (AMOO; POPOOLA; LUCAS, 2022).

Sendo assim, pesquisas sugerem que a amamentação exclusiva (AME), é um fator de proteção muito importante contra a morbidade e principalmente a mortalidade infantil, evitando infecções respiratórias e do trato gastrointestinal, além disso a amamentação exclusiva pode prevenir aproximadamente 12% das mortes entre crianças com menos de 5 anos (HOSSAIN; MIHRSHAHI, 2022).

Da mesma forma, a adoção de uma dieta equilibrada em macronutrientes está associada a maiores chances de uma gestação saudável e a melhores desfechos perinatais.

Padrões alimentares considerados saudáveis incluem o consumo elevado de vegetais, frutas, grãos integrais, leguminosas, oleaginosas, peixes e óleos ricos em gorduras monoinsaturadas e fibras, ao mesmo tempo em que restringem o consumo de carnes vermelhas gordurosas, grãos refinados, açúcares simples, alimentos ultraprocessados e gorduras saturadas e trans. (MARSHALL et al., 2022).

Ademais, a prática de atividade física durante a gestação é considerada segura para a gestante e para o feto, além de estar associada à prevenção do ganho de peso excessivo e de complicações correlatas, de forma complementar, a adoção de uma alimentação saudável no período gestacional tem se mostrado um dos principais determinantes para a promoção de desfechos favoráveis à saúde materna e neonatal (GRENIER et al., 2021).

Além disso, o estado nutricional da gestante interfere na composição do leite materno, na sua própria saúde em gestações futuras e na prevalência de doenças crônicas não transmissíveis em nível populacional (REES; BROUGH, 2025). O estado nutricional da gestante influencia diretamente os desfechos maternos e perinatais, cabe ressaltar que as demandas fisiológicas aumentam durante a gestação, especialmente por energia, proteínas e micronutrientes essenciais ao desenvolvimento fetal e à saúde materna, de forma adicional estudos apontam que até 30% das gestantes apresentam deficiências na ingestão de nutrientes como vitaminas A, B6, C, D, E e ácido fólico (CASTRO-BARQUERO et al., 2023).

A amamentação é reconhecida como a forma ideal de fornecer os nutrientes essenciais para o desenvolvimento do recém-nascido e para a formação do seu sistema imunológico. Além de suprir nutrientes, o leite materno contém uma microbiota benéfica, além de componentes imunológicos e não imunológicos que conferem proteção contra diversas doenças e auxiliam na maturação do sistema imunológico em desenvolvimento do lactente (LOKOSSOU et al., 2022).

Acrescenta-se que, a amamentação desempenha um papel fundamental no desenvolvimento saudável do cérebro infantil e constitui uma estratégia eficaz na prevenção da tripla carga da má nutrição, que inclui a desnutrição, as deficiências de micronutrientes e o excesso de peso, bem como na prevenção de doenças infecciosas e da mortalidade infantil, além disso, contribui para a redução do risco de obesidade e de doenças crônicas ao longo da vida (PÉREZ-ESCAMILLA et al., 2023).

De forma adicional, o crescimento e o desenvolvimento infantil dependem dos benefícios nutricionais e imunológicos do leite materno, que auxilia na prevenção de

doenças e na redução da mortalidade infantil. O desmame precoce representa um fator de risco importante, relacionado a enfermidades como, desnutrição e obesidade, além de contribuir para o aumento da mortalidade infantil, especialmente em populações vulneráveis (ALVES; BARBOSA; ALVES, 2021).

Por outro lado, a hipogalactia (HP) no pós-parto é uma condição frequente, definida pela produção insuficiente de leite materno durante o processo de amamentação, da mesma forma, a hipogalactia pós-parto é a razão mais comum mencionada pelas mães para cessar a amamentação (CARRETERO-KRUG et al., 2024).

No entanto, a produção insuficiente de leite, denominada hipogalactia, pode ser caracterizada pela redução real ou percebida da secreção láctea, não sendo suficiente para suprir as exigências nutricionais do recém-nascido. Entre os principais fatores associados à hipogalactia destacam-se o estresse materno, alterações emocionais, dificuldades de pega e sucção, retorno precoce ao trabalho, bem como alterações anatômicas das mamas (ARAÚJO et al., 2023).

A Organização Mundial da Saúde (OMS) recomenda a oferta de leite humano doado (LHD) para recém-nascidos de baixo peso quando o leite materno da própria mãe não está disponível. Internacionalmente, o LHD é fornecido principalmente por meio de redes de bancos de leite humano (BLH), que atuam como elo entre doadoras e receptores. Embora o uso prioritário do LHD seja para recém-nascidos prematuros, evidências recentes indicam sua aplicação também em outras populações neonatais, como recém-nascidos a termo saudáveis ou com condições clínicas que requerem suporte nutricional especializado (ARNOLD et al., 2022).

O Banco de Leite Humano (BLH) é uma unidade especializada na seleção, coleta, triagem, processamento, armazenamento e distribuição de leite humano ordenhado (LHO), destinado principalmente a recém-nascidos em risco clínico, como os de muito baixo peso ao nascer (MBPN). O leite doado é extraído voluntariamente por lactantes e entregue gratuitamente ao BLH. Tanto a doação quanto às atividades do banco deve ser voluntária, ética e sem fins lucrativos, conforme as diretrizes de saúde pública (ARSLANOGLU, 2023).

Diante do exposto, este trabalho tem como objetivo geral analisar os impactos da alimentação da gestante na ocorrência de hipogalactia e sua relação com o uso de leite do banco de leite humano, considerando a relevância da nutrição materna como fator determinante na produção láctea e no sucesso do aleitamento materno. Como objetivos

específicos, pretende-se: identificar os principais nutrientes envolvidos na lactogênese, reconhecendo sua função no estímulo e manutenção da produção de leite; avaliar como práticas alimentares inadequadas interferem na produção de leite, evidenciando possíveis deficiências nutricionais e seus efeitos negativos sobre a lactação; discutir a importância do acompanhamento nutricional no pré-natal, destacando sua contribuição para a prevenção de distúrbios nutricionais e para a promoção de uma amamentação eficaz; e compreender o papel dos bancos de leite humano como suporte em situações de hipogalactia, analisando sua atuação no atendimento de recém-nascidos em risco e no fortalecimento das políticas públicas de saúde materno-infantil.

2 MATERIAL E MÉTODOS

O estudo constituiu-se em uma revisão narrativa da literatura, de caráter qualitativo e descritivo e com abordagem teórico-reflexiva, cujo objetivo foi analisar e reunir evidências científicas recentes sobre a influência da alimentação materna durante a gestação na ocorrência de hipogalactia e sua possível relação com o uso de leite proveniente de bancos de leite humano. Para tanto, realizou-se busca bibliográfica entre abril e outubro de 2025 nas bases eletrônicas SciELO, PubMed, LILACS e Google Acadêmico, empregando-se termos em português e inglês, “alimentação na gestação” ou “nutrição materna”, “produção de leite materno” ou “hipogalactia”, e “banco de leite humano” ou “aleitamento materno”, combinados pelos operadores booleanos AND e OR para ampliar a abrangência dos resultados. Foram incluídos artigos publicados entre 2020 e 2025, redigidos em português, inglês ou espanhol, disponíveis na íntegra e que abordassem a interface entre alimentação gestacional e lactação, fatores associados à hipogalactia ou o uso de bancos de leite humano; excluíram-se trabalhos duplicados nas bases pesquisadas e estudos que tratassem exclusivamente de fatores hormonais ou psicológicos da lactação sem considerar o estado nutricional materno. A seleção dos estudos seguiu três etapas sequenciais: leitura de títulos, análise de resumos e exame integral dos textos após a escolha final, cada artigo foi avaliado quanto aos objetivos, à metodologia, aos principais achados e às conclusões, de modo a subsidiar a discussão sobre os impactos nutricionais na lactogênese e suas implicações práticas. No total, foram encontrados 13 artigos, dos quais 9 atenderam aos critérios de inclusão e foram considerados na análise final. Os estudos selecionados foram avaliados com base em sua contribuição para o entendimento da relação entre a dieta gestacional e o aleitamento materno. A análise crítica envolveu não apenas a interpretação dos resultados

apresentados em cada estudo, mas também a avaliação dos métodos de pesquisa utilizados, e a qualidade dos dados. Ao agregar essas informações, foi possível construir uma compreensão mais robusta e detalhada do impacto da alimentação da gestante relacionado com o aleitamento materno e a produção de leite, sendo essencial o uso de bando de leite humano em casos mais graves.

3 RESULTADO

Na tabela 1 se encontram os artigos selecionados, após aplicação dos critério e inclusão e exclusão.

Tabela 1. Principais informações dos artigos selecionados

Título	Autor/Ano	Objetivo do artigo	Resultado	Conclusão
Dieta materna e composição do leite humano: uma revisão sistemática atualizada	PETERSOHN et al., 2023	Realizar uma revisão sistemática atualizada sobre a relação entre a alimentação materna durante a gestação e lactação e a composição do leite humano, investigando como diferentes nutrientes, padrões alimentares e contextos influenciam seus componentes nutricionais e bioativos.	A revisão identificou que a dieta materna tem influência significativa sobre a composição do leite humano em determinados nutrientes, especialmente nos ácidos graxos (perfil lipídico do leite se altera conforme o consumo de gorduras pela mãe), nas vitaminas lipossolúveis (A, D, E e K) e em alguns minerais (como iodo e selênio). Por outro lado, não foram encontradas evidências robustas de impacto da dieta materna na concentração de proteínas, lactose e volume total de leite. Observou-se ainda que padrões alimentares mais equilibrados e maior diversidade dietética materna estão associados à melhor qualidade	A alimentação materna exerce papel determinante em alguns componentes do leite humano, mas não em todos. Nutrientes dependentes da dieta, como ácidos graxos e vitaminas lipossolúveis, podem ser modulados pelo padrão alimentar da mãe, enquanto macronutrientes como proteínas e lactose permanecem estáveis. Dessa forma, a promoção de orientações nutricionais adequadas para gestantes e nutrízes é essencial, visando garantir melhor qualidade do leite materno e otimizar os benefícios para a saúde do lactente.

			nutricional do leite.	
--	--	--	--------------------------	--

<p>A influência da alimentação da mãe sobre o aleitamento materno</p>	<p>DE SOUZA et al., 2021</p>	<p>Analisar e discutir os padrões alimentares da nutriz e investigar se eles podem influenciar o processo de aleitamento materno, a partir de uma revisão bibliográfica de estudos teóricos e empíricos sobre o tema</p>	<p>Os resultados apontam que, embora a dieta da mãe seja importante para sua própria saúde, não há alteração significativa na composição do leite, que continua fornecendo os nutrientes essenciais para o desenvolvimento do bebê. Entretanto, mitos e tabus alimentares levam muitos lactantes a restringir desnecessariamente alimentos como café, chocolate, feijão, frutos do mar e doces, motivados por crenças populares relacionadas a cólicas, gases ou qualidade do leite. Essas restrições podem afetar negativamente o estado nutricional da mãe, mas não comprometem a qualidade nutricional do leite. Além disso, fatores sociais, culturais e emocionais influenciam as</p>	<p>Conclui-se que o aleitamento materno exclusivo permanece como a forma mais eficaz de garantir nutrição e desenvolvimento infantil até os seis meses de idade. A alimentação inadequada da mãe não compromete o leite, mas pode impactar sua saúde, reforçando a necessidade de desmistificar tabus e mitos alimentares. A orientação adequada por profissionais de saúde, incluindo enfermeiros e nutricionistas, é essencial para fornecer informações corretas, incentivar a adesão à amamentação e promover práticas alimentares equilibradas durante a lactação.</p>
---	------------------------------	--	--	---

			<p>escolhas alimentares durante a lactação, sendo recomendada a ingestão de alimentos naturais e equilibrados para a manutenção da saúde materna.</p>	
--	--	--	---	--

<p>Orientações sobre alimentação e leite materno no pré-natal sob a ótica de puérperas em maternidad e do Rio de Janeiro, Brasil</p>	<p>SOUZA, 2025</p>	<p>O estudo teve como objetivo analisar as percepções das puérperas em relação às orientações sobre alimentação e aleitamento materno durante o período gestacional, investigando como essas informações influenciam o comportamento e a adesão à amamentação.</p>	<p>Os resultados mostraram que, embora as orientações recebidas pelas gestantes sejam consideradas importantes, muitos fatores influenciam a forma como essas informações são compreendidas e aplicadas. Entre eles, destacam-se crenças culturais, tabus alimentares e experiências pessoais das puérperas. Observou-se ainda que a clareza das orientações, o acompanhamento profissional e o suporte familiar são determinantes para que as mães sigam adequadamente as recomendações sobre alimentação e amamentação.</p>	<p>Conclui-se que a educação em saúde voltada para gestantes deve considerar não apenas a transmissão de informações nutricionais, mas também a desmistificação de tabus e mitos que podem desestimular a prática do aleitamento materno. Estratégias interdisciplinares que envolvam profissionais de saúde e familiares são essenciais para promover a adesão à amamentação e garantir benefícios à saúde materna e infantil.</p>
<p>A influência da nutrição materna na saúde do lactente: uma análise das evidências disponíveis na literatura</p>	<p>AGUIAR 2021</p>	<p>O estudo teve como objetivo identificar, por meio de uma revisão da literatura, a influência da alimentação materna na saúde do lactente</p>	<p>A alimentação materna adequada contribui para o desenvolvimento saudável do lactente, fornecendo nutrientes essenciais para seu crescimento</p>	<p>Conclui-se que a alimentação materna exerce uma influência significativa na saúde do lactente, abrangendo aspectos nutricionais, imunológicos e</p>

		<p>durante o período de aleitamento materno, considerando aspectos nutricionais, imunológicos e emocionais.</p>	<p>e fortalecimento do sistema imunológico, impactando diretamente a composição do leite materno e, conseqüentemente, a qualidade nutricional oferecida ao bebê, além de desempenhar um papel importante no estabelecimento do vínculo afetivo entre mãe e filho, promovendo benefícios emocionais para ambos.</p>	<p>emocionais. É fundamental que as gestantes recebam orientações adequadas sobre práticas alimentares saudáveis durante o período de amamentação, visando promover o bem-estar e o desenvolvimento saudável dos bebês.</p>
<p>Visão geral dos nutrientes do leite humano</p>	<p>DROR; ALLEN, 2018</p>	<p>Revisar o conhecimento atual sobre como as concentrações de nutrientes no leite materno variam ao longo da lactação e como fatores modificáveis e não modificáveis, incluindo intervenções, influenciam essas concentrações.</p>	<p>O estudo identificou que a composição do leite materno é dinâmica e varia conforme o estágio da lactação e fatores maternos, sendo que alguns nutrientes, como a vitamina B12, diminuem ao longo da lactação, enquanto outros, como a vitamina A, aumentam; a ingestão alimentar da mãe afeta diretamente as concentrações de certos nutrientes no leite; a suplementação</p>	<p>O leite materno é a principal fonte de nutrição para lactentes nos primeiros seis meses de vida. Compreender as flutuações nas concentrações de nutrientes e os fatores que as influenciam é essencial para práticas de amamentação eficazes. Intervenções adequadas podem melhorar a qualidade do leite materno, beneficiando</p>

			materna pode corrigir deficiências nutricionais e melhorar a qualidade do leite; e deficiências nutricionais na mãe podem comprometer tanto a qualidade do leite quanto a saúde do lactente.	tanto a mãe quanto o bebê.
O que se sabe sobre doadoras de bancos de leite humano no mundo: uma revisão sistemática de escopo	DOS SANTOS; PERRIN, 2022	Mapear e sintetizar o conhecimento disponível sobre as características, práticas, motivações e barreiras dos doadores em bancos de leite humano em diferentes regiões do mundo por meio de uma revisão de escopo sistemática.	Foram analisados 28 estudos publicados entre 2003 e 2020, envolvendo doadoras de diversos países, com destaque para Estados Unidos, Brasil e Espanha. As variáveis foram agrupadas em seis categorias: demográficas, clínicas, estilo de vida, história de amamentação, crenças e padrões de doação. Os principais motivadores identificados foram o altruísmo, o excesso de leite e o desejo de evitar desperdício, enquanto os fatores facilitadores	Apesar do crescimento global dos bancos de leite humano, o conhecimento sobre o perfil e comportamento dos doadores ainda é fragmentado e limitado geograficamente, com variabilidade considerável nos dados relatados entre estudos. Muitos estudos estão sujeitos a viés de seleção, e há lacunas significativas em variáveis importantes, como gênero, raça, dieta materna e tipo de leite doado (colostro, transição ou maduro). Os autores

			<p>incluíram o incentivo de profissionais de saúde e o acesso à informação. As barreiras mais citadas foram o retorno ao trabalho, a redução da produção de leite e dificuldades logísticas. Observou-se ampla variação nos volumes doados e predominância de doadoras de primeira vez, com maior frequência de doação de leite maduro.</p>	<p>ênfatisam a necessidade de futuras pesquisas que incluam contextos diversificados e que abordem os fatores motivacionais, os padrões de doação e os aspectos nutricionais do leite doado.</p>
<p>Determinantes da doação de leite humano: dados de mulheres doadoras em um banco de leite</p>	<p>CARVALHO; BATISTA 2024</p>	<p>Analisar as variáveis sociodemográficas de mulheres doadoras cadastradas em um Banco de Leite Humano e verificar sua associação com o volume de leite doado.</p>	<p>Foram analisadas as fichas de 619 doadoras, selecionadas de um total de 5.253 registros. A mediana do volume de leite doado foi de 1.285 mL, com intervalo interquartil entre 300mL e 3.570 mL. As variáveis que apresentaram associação estatisticamente significativa ($p < 0,05$) com o volume de leite doado foram a idade materna, a prática de</p>	<p>Na amostra estudada, os fatores sociodemográficos relacionados à mãe (idade) e ao bebê (idade) e a prática de aleitamento materno exclusivo mostraram-se associados ao volume de leite doado. O conhecimento desses fatores pode subsidiar ações para aumentar o volume de leite distribuído a recém-nascidos prematuros.</p>

			aleitamento materno exclusivo e a idade do bebê.	
Caracterização de três casos de hipogalactia primária em Jalisco, México	SANDOVAL-PINTO, E. (2024)	Caracterizar três casos de hipogalactia primária em mães de Jalisco, México, identificando os fatores envolvidos e propondo estratégias de manejo.	Foi identificada hipogalactia primária em três mães cujos bebês apresentavam desidratação significativa e baixo ganho de peso, apesar de apresentarem boa pega e sucção. O diagnóstico foi realizado por meio de anamnese detalhada e exame físico, incluindo consulta com profissional certificado em consultoria em lactação (IBCLC), não sendo encontradas causas clínicas ou anatômicas evidentes para a insuficiência de leite.	A hipogalactia primária é rara, mas deve ser considerada quando há sinais de desidratação e baixo ganho de peso em lactentes, mesmo com técnica adequada de amamentação. O diagnóstico precoce e o apoio adequado são essenciais para orientar as mães e garantir a nutrição adequada dos bebês.
Principais óbices na amamentação e repercussões do desmame precoce:	VASCONCELOS; VASCONCELLOS; DOCZY; DINIZ (2023)	Identificar as principais barreiras na amamentação e complicações associadas ao desmame precoce.	A revisão sistemática incluiu 30 estudos publicados entre 2015 e 2022, selecionados a partir de 405	É necessário um investimento educacional para a efetiva orientação de mulheres gestantes, principalmente

<p>revisão sistemática</p>			<p>publicações inicialmente encontradas nas bases MEDLINE/Pub Med, SciELO, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP). Foram identificadas como principais causas do desmame precoce o trauma mamilar devido à pega inadequada, a falta de informações sobre o uso de bicos e chupetas, a necessidade de retorno precoce ao trabalho, a ausência de apoio familiar e o desconhecimento sobre a introdução precoce de outros alimentos. Os benefícios do aleitamento materno destacam-se na prevenção de doenças futuras para o bebê, na redução do risco de desenvolvimento de câncer de mama e de útero para a mãe, além</p>	<p>na atenção primária, visando à promoção e proteção materno-infantil.</p>
----------------------------	--	--	--	---

			do fortalecimento do vínculo mãe-filho.	
--	--	--	---	--

Fonte: os autores (2025)

4 DISCUSSÃO

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS) recomenda a amamentação exclusiva até os seis meses de vida, destacando que o leite materno fornece todos os nutrientes necessários para o crescimento e desenvolvimento saudável do bebê. Além disso, reconhece-se que a amamentação é uma forma única de nutrição, associada à redução do risco de infecções, excesso de peso, diabetes e a melhores desfechos cognitivos na infância. (PETERSOHN et al., 2023). Sendo assim, as mudanças alimentares durante a gestação podem impactar os desfechos perinatais, sobretudo quando há excesso de peso antes ou durante esse período. Nesse sentido, o acompanhamento adequado favorece o vínculo da gestante com os serviços de saúde, possibilitando orientações sobre alimentação equilibrada, aleitamento materno e práticas que promovam o bem-estar materno e infantil (SOUZA, 2025).

Estudos prévios corroboram a relevância do leite materno como fonte exclusiva de nutrientes nos primeiros meses de vida, visto que ele fornece vitaminas, minerais e macronutrientes fundamentais para o crescimento e desenvolvimento infantil. Segundo Dror e Allen (2018) pode confirmar que a importância de nutrientes como vitaminas do complexo B, vitaminas lipossolúveis, minerais e macronutrientes na nutrição do lactente, são a base importante de uma nutrição adequada e simples (DROR; ALLEN, 2018).

O acompanhamento nutricional no pré-natal é essencial para prevenir distúrbios nutricionais e favorecer uma amamentação eficaz. Uma alimentação adequada melhora a composição do leite materno, garantindo nutrientes essenciais ao bebê. Além disso, a identificação precoce de deficiências e intervenções adequadas asseguram a qualidade nutricional do leite, beneficiando mãe e filho. A importância de políticas de saúde e práticas clínicas que integrem o acompanhamento nutricional ao pré-natal, contribuindo para o avanço do conhecimento sobre estratégias de promoção da saúde materno-infantil e consolidando a amamentação como uma ferramenta central de prevenção de enfermidades e promoção do desenvolvimento saudável (DROR; ALLEN, 2018; AGUIAR, 2021).

O aleitamento materno se configura como sendo a fonte nutricional mais completa e adequada para o desenvolvimento saudável do bebê, uma vez que evita doenças gastrointestinais, suas propriedades imunológicas protegem o bebê de infecções, diarreias e doenças respiratórias, auxilia na dentição e no aparelho fonador, respiratório e digestivo da criança bem como menores chances de desenvolver obesidade e diabetes tipo 2 (AGUIAR 2021).

As alterações alimentares vivenciadas durante a gestação podem repercutir de maneira significativa nos desfechos perinatais, especialmente quando associadas ao excesso de peso antes ou durante esse período (SOUZA, 2025). Além disso, o estado nutricional da nutriz configura-se como fator determinante para a manutenção da amamentação, visto que restrições alimentares severas, com baixa ingestão de energia e proteínas, podem comprometer tanto a saúde materna quanto a composição e a produção do leite. Nesse sentido, a adequação da dieta materna ao longo da gestação e do puerpério assume papel central na promoção da saúde da mulher e da criança, além de favorecer a efetividade do aleitamento materno.(AGUIAR,2021).

Os Bancos de Leite Humano (BLHs) desempenham um papel essencial na promoção da saúde neonatal, atuando como unidades especializadas vinculadas aos serviços de cuidados intensivos que têm como principal objetivo garantir o acesso de recém-nascidos prematuros ou de muito baixo peso ao leite humano doado, quando suas mães, por diferentes motivos, não podem amamentar (CARVALHO;BATISTA 2024). No entanto, observa-se uma ampliação no uso do leite humano doado (LHD) para além desse público, abrangendo também bebês a termo saudáveis e aqueles com condições de saúde que exigem cuidados específicos (DOS SANTOS; PERRIN, 2022). Estas unidades são responsáveis pela pasteurização e distribuição do leite humano, visando atender às necessidades do público-alvo e seguir as recomendações da Academia Americana de Pediatria e da Organização Mundial da Saúde (OMS), que indicam o aleitamento materno como a forma preferencial de alimentação nos seis primeiros meses de vida.(CARVALHO; BATISTA 2024).

A produção insuficiente de leite, ou hipogalactia, representa um desafio importante na amamentação, podendo ser temporária ou permanente e estando relacionada a fatores maternos, infantis ou ao manejo inadequado da lactação. A eficácia da amamentação depende de três componentes essenciais: a sucção adequada do bebê, a capacidade de produção da mama e a ejeção do leite, conhecida como reflexo de descida (SANDOVAL-PINTO, 2024). Apesar da importância dos fatores fisiológicos, o

desmame precoce ainda é comum, influenciado por falta de informação, apoio e orientação, além de dificuldades técnicas que causam dor e trauma mamilar. Esses aspectos reforçam a necessidade de intervenções com suporte técnico, orientação e acompanhamento contínuo para manter o aleitamento e prevenir a hipogalactia. (VASCONCELOS; VASCONCELLOS; DOCZY; DINIZ, 2023).

5 CONCLUSÃO

Com base nos achados apresentados e nos objetivos propostos, conclui-se que a alimentação materna adequada durante a gestação exerce papel central na promoção da lactação e na qualidade do leite materno, influenciando diretamente os desfechos nutricionais, imunológicos e emocionais do lactente. A hipogalactia, embora multifatorial, pode ser prevenida ou minimizada por meio de orientação nutricional, acompanhamento pré-natal e suporte adequado durante a amamentação, reduzindo o risco de desmame precoce e suas repercussões negativas. Além disso, os Bancos de Leite Humano se configuram como estratégia essencial para garantir a oferta de leite materno a recém-nascidos em risco, ampliando o acesso ao LHD e fortalecendo políticas públicas de saúde materno-infantil. Recomenda-se, portanto, a implementação de programas educativos voltados para gestantes e nutrizes, integrando orientação alimentar, treinamento em técnicas de amamentação e apoio institucional, além de novas pesquisas que explorem fatores nutricionais, comportamentais e sociais relacionados à produção de leite e ao uso de bancos de leite humano, com vistas à otimização do aleitamento materno e à melhoria dos desfechos de saúde materno-infantil.

REFERÊNCIAS

AGUIAR, Mari Elen Farias de. *A influência da nutrição materna na saúde do lactente: uma análise das evidências disponíveis na literatura*. 2021. 56 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Enfermagem) – Universidade Federal de Mato Grosso, Instituto de Ciências da Saúde, Sinop, 2021. Disponível em: https://bdm.ufmt.br/bitstream/1/4665/1/TCC_2021_MARI%20ELEN%20FARIAS%20DE%20AGUIAR.pdf. Acesso em: 3 out. 2025.

ALVES, Elisa Gabriele de Almeida Rodrigues; BARBOSA, Larissa Beatrice Granciero; ALVES, Jessica de Almeida Rodrigues. Aleitamento materno, desmame precoce e o uso de fórmulas infantis: uma revisão integrativa. *Revista Projeção, Saúde e Vida*, Brasília, v. 2, n. 2, p. 1-11, 2021. Disponível em: <https://revista.faculdadeprojecao.edu.br/index.php/Projecao6/article/view/1895/1545>. Acesso em: 1 jun. 2025.

AMOO, Tumilara Busayo; POPOOLA, Tosin; LUCAS, Ruth. *Promoting the practice of exclusive breastfeeding: a philosophic scoping review*. BMC Pregnancy and Childbirth, [S. l.], v. 22, n. 380, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1186/s12884-022-04689-w>. Acesso em: 22 maio 2025.

ARAÚJO, Maria Larissa da Silva et al. *Estratégias para aumento da produção do leite materno entre lactantes*. Revista Eletrônica Acervo Saúde, São Cristóvão, v. 23, n. 9, e13823, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.25248/REAS.e13823.2023>. Acesso em: 22 maio 2025.

ARNOLD, Lindsey D. et al. Informal milk sharing: a case for research, policy, and intervention. Maternal & Child Nutrition, [S.l.], v. 18, n. 2, e13327, 2022. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8883786/>. Acesso em: 22 maio 2025.

ARSLANOGLU, Sertac. Recommendations for the establishment and operation of a donor human milk bank. Nutrition Reviews, v. 81, suplemento 1, p. 1–28, 2023. Disponível em: https://academic.oup.com/nutritionreviews/article/81/Supplement_1/1/7072724?login=false. Acesso em: 1 jun. 2025.

CARRETERO-KRUG, Alejandra et al. Estado nutricional de mães lactantes e impacto da dieta e suplementação alimentar: uma revisão narrativa. *Nutrients*, [S.l.], v. 16, n. 2, p. 301, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.3390/nu16020301>. Acesso em: 22 de maio de 2025.

CARVALHO, T. A. de; BATISTA, C. L. C. Determinantes da doação de leite humano: dados de mulheres doadoras em um banco de leite. *Esc. Anna Nery Revista de Enfermagem*, v. 28, e20230157, 2024. DOI: 10.1590/2177-9465-EAN-2023-0157en. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ean/a/hnfbsTpcytn5QRQVnzT7JXn/?lang=pt>. Acesso em: 4 out. 2025.

CASTRO-BARQUERO, Sara et al. Diet quality and nutrient density in pregnant women according to adherence to Mediterranean diet. *Frontiers in Public Health*, Lausanne, v. 11, 2023. Disponível em: <https://www.frontiersin.org/journals/public-health/articles/10.3389/fpubh.2023.1144942/full>. Acesso em: 30 maio 2025.

DOS SANTOS, B. G.; PERRIN, M. T. What is known about human milk bank donors around the world: a systematic scoping review. *Public Health Nutrition*, v. 25, n. 2, p. 312–322, 2022. DOI: 10.1017/S1368980021003979. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8883786/>. Acesso em: 4 out. 2025.

DROR, Daphna K.; ALLEN, Lindsay H. Overview of nutrients in human milk. *Advances in Nutrition*, [s.l.], v. 9, suppl. 1, p. 278S-294S, 2018. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC6008960/>. Acesso em: 3 out. 2025.

GRENIER, Lindsay N.; ATKINSON, Stephanie A.; MOTTOLA, Michelle F.; WAHOUSH, Olive; THABANE, Lehana; XIE, Feng; VICKERS-MANZIN, Jennifer;

MOORE, Caroline; HUTTON, Eileen K.; MURRAY-DAVIS, Beth. Be Healthy in Pregnancy: Exploring factors that impact pregnant women's nutrition and exercise behaviours. *Maternal & Child Nutrition*, v. 17, n. 1, e13068, 2021. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7729656/>. Acesso em: 30 maio 2025.

HOSSAIN, Saldana; MIHRSHAHI, Seema. Exclusive breastfeeding and childhood morbidity: a narrative review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, [S.l.], v. 19, n. 22, p. 14804, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.3390/ijerph192214804>. Acesso em: 22 maio 2025.

LOKOSSOU, Gatién A. G.; KOUAKANOU, Léonce; SCHUMACHER, Anne; ZENCLUSSEN, Ana C. Human Breast Milk: From Food to Active Immune Response With Disease Protection in Infants and Mothers. *Frontiers in Immunology*, v. 13, art. 849012, 2022. DOI: 10.3389/fimmu.2022.849012. Disponível em: <https://www.frontiersin.org/journals/immunology/articles/10.3389/fimmu.2022.849012/full>. Acesso em: 30 maio 2025.

MARSHALL, Nicole E. et al. *The importance of nutrition in pregnancy and lactation: lifelong consequences*. American Journal of Obstetrics & Gynecology, [S.l.], v. 226, n. 5, p. 607–620, maio de 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.ajog.2021.12.035>. Acesso em: 22 maio 2025.

PEREIRA, T. S. et al. Orientações sobre alimentação e aleitamento materno no pré-natal sob a ótica de puérperas em maternidade do Rio de Janeiro, Brasil. *Interface – Comunicação, Saúde, Educação*, Rio de Janeiro, v. ?, n. ?, p. ?, 20??. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/icse/a/H43fvRPkvG59gHGgs8qspcw/?format=html&lang=pt>. Acesso em: 3 out. 2025.

PÉREZ-ESCAMILLA, Rafael et al. Breastfeeding: crucially important, but increasingly challenged in a market-driven world. *The Lancet*, v. 401, n. 10375, p. 472–485, 11 fev. 2023. Disponível em: [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(22\)01932-8/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(22)01932-8/fulltext). Acesso em: 30 maio 2025

PETERSOHN, Inga; HELLINGA, Anneke H.; VAN LEE, Linde; KEUKENS, Nicole; BONT, Louis; HETTINGA, Kasper A.; FESKENS, Edith J. M.; BROUWER-BROLSMA, Elske M. *Maternal diet and human milk composition: an updated systematic review*. *Frontiers in Nutrition*, [S.l.], v. 10, p. 1320560, 23 jan. 2024. DOI: 10.3389/fnut.2023.1320560. Disponível em: <https://www.frontiersin.org/journals/nutrition/articles/10.3389/fnut.2023.1320560/full>. Acesso em: 3 out. 2025.

REES, Gail; BROUGH, Louise. Dietary patterns and nutrient intake in pregnancy and lactation. *Nutrients*, Basel, v. 17, n. 9, p. 1543, 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.3390/nu17091543>. Acesso em: 22 maio 2025.

ROADWAY-KRUG, Alexandra; MONTERO-BRAVO, Hannah; MORAIS-BROWN, Carmen; PUGA, Hannah M.; SAMANIEGO-VAESKEN, Maria de Lourdes;

SANDOVAL-PINTO, E. Characterization of three cases of primary hypogalactia in Jalisco, Mexico. *Journal of Human Lactation*, v. 40, n. 1, p. 143–149, 2024. DOI: 10.1177/08903344231201613. Disponível em:

<https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/08903344231201613>. Acesso em: 4 out. 2025.

SOUZA, Tamiris Ferreira de; SILVA, Jannaina Sther Leite Godinho; SOUZA, Alessandra da Silva; SILVA, Eliara Adelino; NASCIMENTO, José Carlos; TAVARES, Marilei de Melo. A influência da alimentação da mãe sobre o aleitamento materno. *Revista Pró-UniverSUS*, v. 12, n. 2, supl., p. 132-136, jul./dez. 2021.

VASCONCELOS, Nathalia Cordeiro; VASCONCELLOS, Marcel; DOCZY, Andrea de Paiva; DINIZ, Ana Paula Faria. Principais óbices na amamentação e repercussões do desmame precoce: revisão sistemática. *RECIMA21 - Revista Científica Multidisciplinar*, v. 4, n. 4, e443021, 2023. DOI: [10.47820/recima21.v4i4.3021](https://doi.org/10.47820/recima21.v4i4.3021). Disponível em: <https://recima21.com.br/index.php/recima21/article/view/3021>. Acesso em: 4 out. 2025.