

Relação do desmame precoce e os transtornos mentais comuns em adolescentes e adultos: uma revisão da literatura

Relationship between early weaning and common mental disorders in adolescents and adults: a literature review

Relación entre el destete temprano y los trastornos mentales comunes en adolescentes y adultos: una revisión de la literatura

Recebido: 13/02/2023 | Revisado: 01/03/2023 | Aceitado: 08/03/2023 | Publicado: 14/03/2023

Giovana Silva Gomes

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5251-6952>
Centro Universitário Unifacid Wyden, Brasil
E-mail: giovanasg1@hotmail.com

Diego Damasceno Paz

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6962-2535>
Centro Universitário Unifacid Wyden, Brasil
E-mail: nutridiegodamasceno@gmail.com

Resumo

Os benefícios da amamentação para a criança e a mãe já estão bem estabelecidos na literatura. Estudos recentes apontam que as consequências do desmame precoce podem repercutir não só na infância, mas também na adolescência e fase adulta. Entre as possíveis consequências tardias inclui-se uma maior ocorrência de transtornos mentais comuns (TMC) a longo prazo. Entretanto são poucos os dados disponíveis acerca desse tema, o que torna necessário a realização de mais pesquisas que busquem evidenciar a associação entre amamentação e transtornos mentais. Sendo assim, esse estudo objetivou realizar uma revisão da literatura a fim de relacionar o desmame precoce com a ocorrência de TMC. A pesquisa foi realizada nos portais de pesquisa PubMed, CENTRAL, SciELO e Lilacs. Após a busca com os descritores foram selecionados 3 artigos que correspondiam com os critérios de inclusão e exclusão. Os resultados indicam que a amamentação prolongada tem efeito protetivo na saúde mental de adolescentes e adultos estando associada com riscos menores de ocorrência de TMC.

Palavras-chave: Aleitamento materno; Nutrientes; Saúde mental.

Abstract

The benefits of breastfeeding for the child and the mother are already well established in the literature. Recent studies indicate that the consequences of early weaning can affect not only childhood, but also adolescence and adulthood. Possible late consequences include an increased occurrence of long-term common mental disorders (CMD). However, there are few available data on this topic, which makes it necessary to carry out more research that seeks to evidence the association between breastfeeding and mental disorders. Therefore, this study aimed to carry out a literature review in order to relate early weaning with the occurrence of CMD. The search was carried out on the search portals PubMed, CENTRAL, SciELO and Lilacs. After searching with the descriptors, 3 articles were selected that matched the inclusion and exclusion criteria. The results indicate that prolonged breastfeeding has a protective effect on the mental health of adolescents and adults, being associated with lower risks of CMD occurrence.

Keywords: Breastfeeding; Mental health; Nutrients.

Resumen

Los beneficios de la lactancia materna para el niño y la madre ya están bien establecidos en la literatura. Estudios recientes indican que las consecuencias del destete precoz pueden tener repercusiones no solo en la infancia, sino también en la adolescencia y la edad adulta. Las posibles consecuencias tardías incluyen una mayor aparición de trastornos mentales comunes (CMD) a largo plazo. Sin embargo, hay pocos datos disponibles sobre este tema, lo que hace necesario realizar más investigaciones que busquen resaltar la asociación entre la lactancia materna y los trastornos mentales. Por lo tanto, este estudio tuvo como objetivo realizar una revisión de la literatura para relacionar el destete temprano con la aparición de TMC. La investigación se realizó en los portales de investigación PubMed, CENTRAL, SciELO y Lilacs. Tras la búsqueda con los descriptores, se seleccionaron 3 artículos que cumplían los criterios de inclusión y exclusión. Los resultados indican que la lactancia materna prolongada tiene un efecto protector sobre la salud mental de adolescentes y adultos, asociándose con menores riesgos de ocurrencia de TMC.

Palabras clave: Lactancia materna; Nutrientes; Salud mental.

1. Introdução

A literatura já tem esclarecido os inúmeros benefícios da amamentação, tanto para a mãe quanto para o bebê. Dentre eles podemos citar o aporte completo de nutrientes essenciais para a criança nos primeiros meses de vida, o fornecimento de proteção imunológica contra infecções, e ainda a estimulação do vínculo entre mãe e filho. A Organização Mundial de Saúde (OMS) e o Ministério da Saúde (MS) preconizam o aleitamento materno de forma exclusiva até os seis meses de vida e, posteriormente, servir como complemento da alimentação até os dois anos ou mais (Ministério da Saúde, 2015).

Apesar dos diversos estudos que comprovam os efeitos benéficos da amamentação para a mãe e filho, e das políticas que reforçam essa importância, as pesquisas mostram que os níveis dessa prática ainda estão aquém do recomendado (Universidade do Rio de Janeiro, 2019). A falta de conhecimento da população e dos profissionais de saúde, as crenças e mitos, a insegurança da mãe, a falta de suporte familiar e a promoção inadequada de substitutos do leite materno são exemplos dos principais obstáculos à adesão da amamentação e, conseqüentemente, contribuintes para o desmame precoce (Fialho et al., 2014).

Várias pesquisas evidenciam a ação protetora prolongada do leite materno contra o aparecimento de doenças crônicas como obesidade e diabetes (Wagner et al., 2021; Mamun et al., 2014). Resultados de Horta et al. (2017) mostram que a amamentação está associada a uma redução de 13% das chances de obesidade e sobrepeso a longo prazo, bem como diabetes tipo 2. Estudo quantitativo realizado com crianças e adolescentes portadoras de *diabetes mellitus* tipo 1 mostrou alta prevalência dessa comorbidade relacionada ao desmame precoce somada à oferta de outros alimentos antes do 6º mês de vida (Leal et al., 2011). A amamentação também está associada ao melhor desenvolvimento motor-oral em crianças, prevenindo a má-oclusão, além de ser fator redutor de risco de doenças infecciosas do trato respiratório (Klan et al., 2022; Tromp et al., 2017). Tais resultados demonstram a importância do aleitamento materno prolongado e seu efeito protetor contra patologias a longo-prazo.

Entretanto são escassos os trabalhos que relacionem o impacto do aleitamento materno na saúde mental posterior. Sabe-se que 50% dos problemas na saúde mental iniciam aos 14 anos de idade, período crítico para o aparecimento de psicopatologias. Transtornos de ansiedade e depressão são os mais prevalentes nessa faixa etária, comprometendo o bem-estar geral, social, físico e psicológico. As conseqüências da falta de diagnóstico e tratamento estendem-se até a fase adulta, interferindo nas

Considerando a importância da amamentação e a carência de novas pesquisas acerca do seu impacto na saúde mental, este estudo objetiva relacionar o desmame precoce com o desenvolvimento dos transtornos mentais comuns (TMC) em adolescentes e adultos por meio de uma revisão da literatura.

2. Metodologia

Trata-se de uma revisão da literatura, que consiste na avaliação do conhecimento de estudos prévios permitindo a

A pesquisa foi realizada nos portais de pesquisa Pubmed (U.S. National Library of Medicine), Lilacs (Literatura Científica e Técnica da América Latina), SciELO (Scientific Electronic Library Online) e CENTRAL (The Cochrane Central Register of Controlled Trials The Cochrane Library), sem limite de data de publicação. Para organização da pesquisa utilizou-se a seguinte questão norteadora: “qual a relação entre o desmame precoce e os transtornos mentais comuns em adolescentes e adultos?”.

Os descritores de assunto utilizados foram “Breastfeeding”, “Early Weaning”, “Mental Disorders” e “Adolescents”, os quais estão presentes no *Medical Subject Headings* (MeSH) e nos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS). Para a combinação dos descritores foi utilizado o operador booleano “and”.

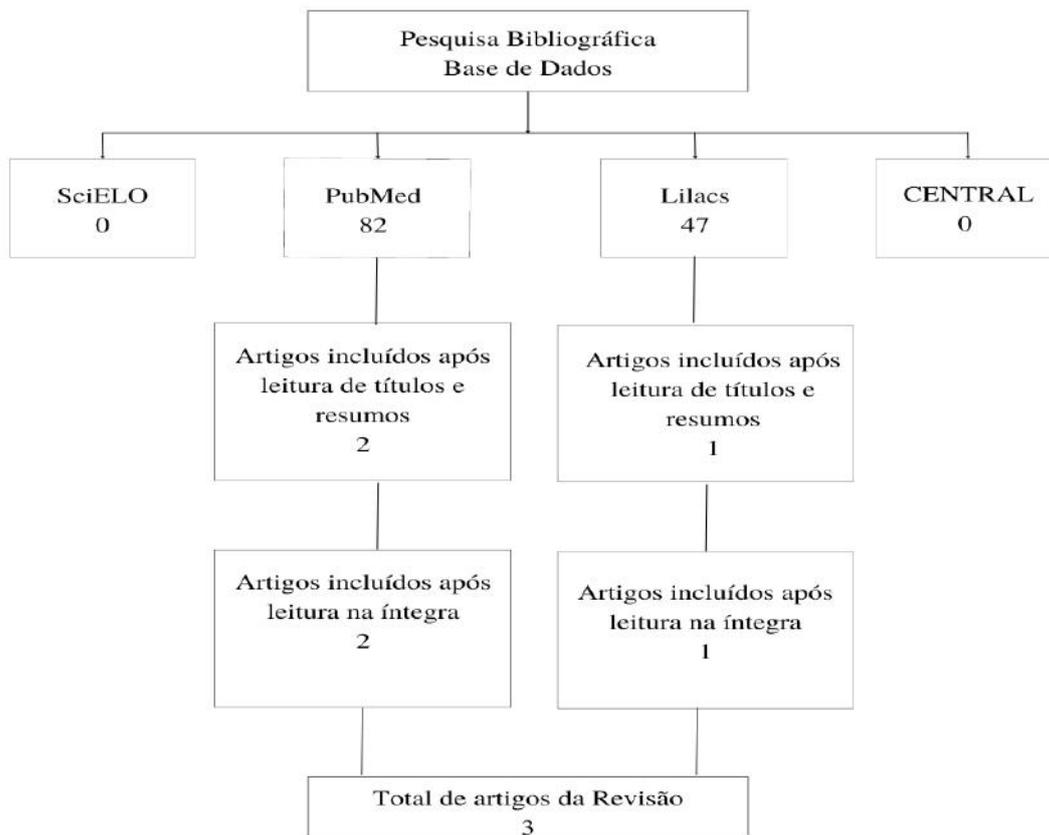
Foram considerados os seguintes critérios de inclusão para seleção dos artigos: artigos primários que correspondessem à questão norteadora da pesquisa, nos idiomas português, inglês e/ou espanhol. Os critérios de exclusão adotados foram: teses, dissertações, artigos de revisão, duplicidade de dados e artigos que fugiam do tema proposto.

Para seleção inicial foi realizada uma leitura prévia dos títulos e resumos dos artigos e posteriormente foi feita uma análise mais criteriosa das publicações na íntegra pelos pesquisadores, que de forma consensual, determinaram os estudos a serem incluídos.

3. Resultados e Discussão

Após as buscas nas bases de dados com os descritores, foram encontrados 129 artigos dos quais apenas 03 foram selecionados de acordo com os critérios de inclusão e exclusão, conforme é apresentado na Figura 1. Os 03 artigos incluídos nesta revisão avaliaram o impacto da duração da amamentação na saúde mental dos indivíduos em pesquisa, dos quais 02 tiveram como amostra o público adolescente enquanto 01 avaliou jovens adultos. A Tabela 1 traz as principais características dos estudos.

Figura 1 - Número de artigos selecionados após os critérios de inclusão e exclusão.



Fonte: Autores.

Tabela 1 - Distribuição dos estudos de acordo com ano, referência, título, tipo de estudo e resultados.

Ano	Referência	Título	Tipo de Estudo	Resultados
2019	Almeida et al	Exposição ao aleitamento materno e transtornos comuns na infância	Observacional Retrospectivo	Os adolescentes que receberam aleitamento materno por mais de seis meses mostraram-se menos propensos a serem identificados como casos de transtorno mental comum.
2016	Mola et al	Breastfeeding and mental health in adulthood: A birth cohort study in Brazil	Coorte Prospectivo	Os indivíduos que foram amamentados por um período maior que seis meses apresentaram menores chances de ter sintomas de depressão. A duração prolongada da amamentação foi associada com risco menor de transtornos mentais na fase adulta.
2012	Hayatbakhsh et	Association of breastfeeding and adolescents psychopathology: A large prospective study	Coorte Prospectivo	A amamentação foi relatada como fator de redução de sintomas mentais em bebês com seis meses de idade e posteriormente na adolescência observou-se redução nos problemas de comportamento.

Fonte: Autores.

Almeida et al. analisaram dados do *Estudo de Riscos Cardiovasculares em Adolescentes* (ERICA) conduzidos entre 2013 e 2014, incluindo na pesquisa aqueles que responderam no questionário do ERICA as questões relacionadas sobre o aleitamento materno na infância, totalizando 41.723 adolescentes. A presença de TMC foi avaliada por meio do *General Health Questionnaire* (GHQ-12), um instrumento utilizado para rastrear a TMC em contextos onde há necessidade de rápidas avaliações sobre desconforto psicológico mantendo a confiabilidade dos resultados. Os pontos de corte do GHQ-12 utilizados pelo estudo foram valores iguais ou maiores que 3 (TMC3) e valores iguais ou maiores que 5 (TMC5). Observou-se nessa pesquisa que os adolescentes com aleitamento materno ausente ou de baixa duração tiveram prevalências maiores de TCM3 enquanto que aqueles com duração da amamentação maior que seis meses apresentaram menor ocorrência de TCM tanto em TCM3 (-17%) quanto TCM5 (-23%).

Em estudo de coorte Mola et al. identificaram 5914 nascidos vivos em uma maternidade em Pelotas (RS) onde foram examinados e acompanhados durante a infância até a fase adulta. Ao atingirem os 30 anos, 3657 desses indivíduos foram entrevistados e avaliados para diagnóstico de TMC. Como instrumento de rastreio, utilizaram o *Mini International Neuropsychiatric Interview* (MINI), *Generalized Anxiety Disorder* (GAD) e *Social Anxiety Disorder* (SAD). Verificou-se que aqueles amamentados por mais de seis meses eram menos propensos de apresentar sintomas de depressão. O estudo associou também menor risco de doenças mentais quando houve maior duração da amamentação, principalmente depressão. Entretanto, os autores relataram porcentagem de prevalência reduzida dos resultados de diagnóstico MINI (3,6 a 12,7%), o que pode tornar o estudo insuficiente.

Em uma pesquisa de coorte prospectivo, Hayatbakhsh et al. buscaram examinar o impacto da amamentação na saúde mental e no comportamento de adolescentes através de dados obtidos de mães e crianças incluídas no estudo que foram acompanhadas desde a gravidez até os 14 anos de idade de seus filhos. As informações sobre ansiedade, depressão, problemas sociais, dificuldade de atenção e agressão foram coletadas através do *Achenbach Youth Self Report* (YSR) que avalia problemas emocionais e/ou comportamentais em crianças/adolescentes. A análise foi baseada em 4.502 adolescentes que responderam ao questionário YSR e que possuíam dados disponíveis sobre sua amamentação. Os achados deste estudo indicam redução de sintomas associados à ansiedade e depressão em presença da amamentação na infância. Relatou-se ainda diminuição de problemas comportamentais na adolescência. O impacto da amamentação sobre dificuldades de atenção, problemas sociais e comportamento agressivo permaneceu estatisticamente significativo mesmo após o controle das variáveis.

Hayatbakhsh et al. também encontraram em seu estudo que crianças amamentadas por um período menor que seis meses ou que não receberam amamentação apresentaram sintomas aumentados de comprometimento da saúde mental e problemas de comportamento aos 14 anos. Corroborando com esse dado, Almeida et al. observaram uma tendência crescente de prevalência de TMC entre adolescentes que não foram amamentados quando comparados aos que foram expostos a amamentação por mais que seis meses.

Os achados dos artigos estudados nesta revisão indicam um efeito protetivo prolongado da amamentação na saúde mental de adolescentes e adultos. Sintomas de depressão e ansiedade parecem estar reduzidos quando o período de amamentação é maior ou igual que seis meses. Além disso, segundo os dados de Hayatbakhsh et al., o aleitamento materno mostrou-se ser um fator protetivo contra dificuldade de atenção e comportamento agressivo na adolescência.

Uma possível justificativa para a relação entre o aleitamento materno e saúde mental seria a presença de ácidos graxos essenciais no leite materno, nutriente indispensável para o desenvolvimento cerebral, uma vez que são elementos-chave das membranas de células neuronais. A baixa ingestão desse nutriente parece estar associada com psicopatologias ao longo da vida e altas prevalências de transtornos mentais (Dyall, 2015; Sinn et al., 2010). Estudos apontam a suplementação de ácidos graxos como uma opção promissora para melhora dos sintomas de transtornos mentais em crianças e adolescentes (Bozzatello et al., 2021; Sinn et al., 2010). A suplementação desses nutrientes mostra-se eficaz no melhor desempenho da memória e cognição, bem como desempenha papel redutor de riscos para doenças relacionadas ao cérebro. (Khalid et al., 2022).

Outra explicação para essa associação seria a influência do ambiente doméstico e do cuidado materno durante a infância no surgimento de transtornos mentais tardios (Gauthier et al., 1996). Sabe-se também que a amamentação estimula e fortalece o binômio-mãe-filho. O contato pele a pele tem efeitos importantes no desenvolvimento fisiológico e no comportamento futuro do bebê, além de ser um fator contribuinte para a efetividade da amamentação (PAPP, 2014). Segundo os achados de Kim et al. (2011) a amamentação parece estar relacionada a uma resposta mais ativa da região cerebral do bebê que são relacionadas à ligação mãe-filho.

No que diz respeito às limitações dos estudos menciona-se a veracidade das informações acerca do período de amamentação, já que são suscetíveis a vieses de memória, bem como a tendência das mães de superestimar o tempo de aleitamento. Além disso, não houve informações acerca do ambiente doméstico e da relação entre mãe e filho durante a infância, o que impossibilita avaliar se o efeito protetor do aleitamento materno é atribuível à composição do leite ou à ligação mãe/filho (Almeida et al., 2019; Mola et al., 2016). Hayatbakhsh et al. cita como limitação as possíveis variáveis tais como tipo de parto, duração da gestação, peso ao nascer, índice de massa corporal da mãe e pré-eclâmpsia.

4. Conclusão

O aleitamento materno prolongado tem demonstrado ter um efeito protetivo na saúde mental de adolescentes e adultos, reduzindo os riscos de sintomas de ansiedade e depressão. Dessa forma, torna-se necessário o fortalecimento das ações públicas que estimulam o aleitamento materno e combatem os fatores que favorecem o desmame precoce, bem como promover medidas de assistência e acompanhamento da saúde mental da população considerando os altos níveis de prevalência de TMC.

Os estudos acerca da relação entre amamentação prolongada e os transtornos mentais são escassos. Portanto, é crucial o desenvolvimento de mais pesquisas que investiguem as possíveis causas associadas entre esses fatores. Torna-se também necessário o desenvolvimento e aprimoramento de políticas públicas que incentivem e promovam o aleitamento materno exclusivo visto que seus benefícios estendem-se para além da infância.

Referências

- Almeida, C. R. et al. (2019). Exposição ao aleitamento materno e transtornos mentais comuns na adolescência. *Caderno de Saúde Pública*, 35(5). <https://www.scielo.br>.
- Bedaque, H. P. & Bezerra, E. L. M. (2018). Descomplicando MBE: uma abordagem prática da Medicina baseada em evidências. *Caule de Papiro*.
- Bozzatello, P. et al. (2021). Mental Health in Childhood and Adolescence: The Role of Polyunsaturated Fatty Acids. *Biomedicines*, 9(8), 850. <https://www.mdpi.com>.
- Dyall, S. C. (2015) Long-chain omega-3 fatty acids and the brain: a review of the independent and shared effects of EPA, DPA and DHA. *Frontiers*, 7(52) . <https://www.frontiersin.org>.
- Fialho, F. A. et al. (2014). Fatores associados ao desmame precoce do aleitamento materno. *Revista Cuidarte*, 5(1), 670-678. <http://www.scielo.org.com>.
- Gauthier, L. et al. (1996). Recall of childhood neglect and physical abuse as differential predictors of current psychological functioning. *Elsevier*, 20(7), 549-559. [https://doi.org/10.1016/0145-2134\(96\)00043-9](https://doi.org/10.1016/0145-2134(96)00043-9).
- Hayatbakhsh, M. R. et al. (2012). Association of Breastfeeding and Adolescents' Psychopathology: A Large Prospective Study. *Mary Ann Liebert*, 7(6), 480-486. <https://www.liebertpub.com/doi/abs/10.1089/bfm.2011.0136>.
- Horta, B. L., et al. (2015). Long-term consequences of breastfeeding on cholesterol, obesity, systolic blood pressure and type 2 diabetes: a systematic review and meta-analysis. *Acta Paediatr*, 104(467), 30-37. <https://doi.org/10.1111/apa.13133>.
- Khalid, W. et al. (2022) Functional behavior of DHA and EPA in the formation of babies brain at different stages of age, and protect from different brain-related diseases. *International Journal of Food Properties*, 25(1), 1021-1044, DOI: 10.1080/10942912.2022.2070642
- Khan, E. B. et al. (2022). Relationship of early weaning and non-nutritive sucking habits with facial development. *JPMA. The Journal of the Pakistan Medical Association*, 72(6), 1118–1122. <https://doi.org/10.47391/JPMA.3249>.
- Kim, P. et al. (2011). Breastfeeding, brain activation to own infant cry, and maternal sensitivity. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 52(8), 907-915. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2011.02406.x>.
- Leal, D. T. et al. (2011). O perfil de portadores de diabetes mellitus tipo 1 considerando seu histórico de aleitamento materno. *Escola Anna Nery*, 15(1), 68-74. <https://doi.org/10.1590/S1414-81452011000100010>.
- Mamun, A. A. et al. (2015). Breastfeeding is protective to diabetes risk in young adults: a longitudinal study. *Acta Diabetológica*, 52(5), 837-844. DOI10.1007/s00592-014-0690-z.
- Brasil (2015). Ministério da Saúde. Estratégia nacional para promoção do aleitamento materno e alimentação complementar saudável no Sistema Único de Saúde. Brasília: Ministério da Saúde. <https://www.saude.gov.br>.
- Mola, C. L. de et al. (2016). Breastfeeding and mental health in adulthood: A birth cohort in Brazil. *Journal of Affective Disorders*, 202, 115-119. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.05.055>.
- Papp, L. (2014). Longitudinal associations between breastfeeding and observed mother-child interaction qualities in early childhood. *Child: Care Health Dev*.40(5), 740-746. <https://doi.org/10.1111/cch.12106>.
- Pradanov, C. C. & Freitas, C. E. (2013). *Metodologia do trabalho científico: Métodos e técnicas da pesquisa e do trabalho acadêmico* (2nd ed.). Feevale.
- Sinn, N. et al. (2010). Oiling the brain: A review of randomized controlled trials of omega-3 fatty acids in psychopathology across the lifespan. *Nutrients*, 2(2), 128-170. <https://www.mdpi.com>.
- Tromp, I. et al. (2017). Breastfeeding and the risk of respiratory tract infections after infancy: The Generation R Study. *Plos One*, 12(2): e0172763 <https://journals.plos.org>.
- Universidade Federal do Rio de Janeiro (2021). Aleitamento materno: Prevalência e práticas de aleitamento materno em crianças brasileiras menores de 2 anos 4: ENANI 2019. Rio de Janeiro, RJ: UFRJ. <https://enani.nutricao.ufrj.br/index.php/relatorios/>.
- Wagner, K. J. P. et al. (2021). Associação entre aleitamento materno e sobrepeso/obesidade em escolares de 7-14 anos. *Revista Paulista de Pediatria*, 39(Rev. Paul. Pediatr., 2021 39). <https://doi.org/10.1590/1984-0462/2021/39/2020076>.