



ALEITAMENTO MATERNO:
mudando vidas e melhorando sua saúde
AMAMENTAÇÃO E SUPORTE NUTRICIONAL

Crianças amamentadas tem risco 35% menor de ter diabetes tipo 2 e 13% menor de ter sobrepeso/obesidade

TÍTULO DO ARTIGO: Consequências a longo prazo da amamentação no colesterol, obesidade, pressão arterial sistólica e diabetes tipo 2: revisão sistemática e metanálise.

INTERFACE: com o Departamento de Suporte Nutricional.

REFERÊNCIA: Horta BL, de Mola CL, Victora CG. Long-term consequences of breastfeeding on cholesterol, obesity, systolic blood pressure, and type-2 diabetes: systematic review and meta-analysis. *Acta Paediatr Suppl* 2015;104: 30–7 DOI: 10.1111/apa.13133.

LINK: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/apa.13133>

RESUMO

Introdução

Revisão sistemática sobre as evidências das associações entre amamentação e sobrepeso/obesidade, pressão arterial, colesterol total e diabetes tipo 2.

Métodos

Duas pesquisas bibliográficas independentes foram realizadas nas bases de dados MEDLINE, LILACS, SCIELO e Web of Science. Estudos restritos a bebês e aqueles sem um grupo de comparação interno foram excluídos. Modelos de efeitos fixos e aleatórios foram usados para agrupar as estimativas.

Resultados

Indivíduos amamentados foram menos propensos a serem considerados sobrepeso/obeso [odds ratio: 0,74 (intervalo de confiança (IC) de 95%: 0,70; 0,78)] (n=113). Entre os 11 estudos de alta qualidade, a associação foi menor [odds ratio: 0,87 (IC95%: 0,76; 0,99)]. O colesterol total (n=46) foi independente da amamentação [diferença média combinada: -0,01 mmol / L (IC95%: -0,05; 0,02)]. A pressão arterial sistólica (n=43) foi menor entre os indivíduos amamentados [diferença média: -0,80 (IC95%: -1,17; -0,43)], mas não foi observada associação entre estudos maiores e pressão arterial diastólica (n=38) [diferença média: -0,24 (IC95%: -0,50; 0,02)]. Para diabetes tipo 2 (n=11), o odds ratio foi menor entre os indivíduos que foram amamentados [odds ratio: 0,65 (IC95%: 0,49; 0,86)].

Conclusão

A amamentação diminuiu as chances de diabetes tipo 2 e, com base em estudos de alta qualidade, diminuiu em 13% as chances de sobrepeso/obesidade. Nenhuma associação foi encontrada para colesterol total ou pressão arterial.