

Benefícios do leite materno no sistema imunológico do bebê

*Dr. José Luiz Setúbal**

O leite humano oferece praticamente todas as proteínas, açúcar e gordura que seu bebê necessita para ser saudável e também contém muitas substâncias que beneficiam o sistema imunológico de seu bebê, incluindo anticorpos, fatores imunes, enzimas e células brancas do sangue. Estas substâncias protegem seu bebê contra uma grande variedade de doenças e infecções não só enquanto ele está mamando, mas em alguns casos, muito tempo depois de ele ter desmamado. Fórmula infantil não pode oferecer esta proteção.

Se você desenvolver um resfriado durante a amamentação, por exemplo, é provável que você passe os vírus para o seu bebê, mas os anticorpos que seu corpo produz para combater esse frio também serão transmitidos através do leite. Estes anticorpos irão ajudar o seu bebê a desenvolver sua imunidade mais rapidamente e eficazmente e, possivelmente, evitar o desenvolvimento de outras viroses do mesmo tipo.

Esta defesa contra doenças diminui significativamente as chances de que o seu bebê sofra de infecções nos ouvidos, vômitos, diarreia, pneumonia, infecções do trato urinário e ainda certos tipos de meningite. Crianças com menos de um ano de idade que foram exclusivamente amamentadas por pelo menos quatro meses, por exemplo, eram menos propensas a serem hospitalizadas por uma infecção do trato respiratório inferior, como coqueluche, bronquiolite ou pneumonia, do que foram os seus homólogos alimentados com fórmula. Mesmo as crianças em programas de cuidados infantis de grupo, que tendem a pegar mais germes devido à sua proximidade, são menos propensos a ficar doentes, se forem amamentados ou alimentados com leite de suas mães mesmo que seja numa mamadeira com leite materno.

Todos os seres humanos têm um grande número de bactérias que normalmente residem no intestino. Algumas das bactérias têm funções normais e saudáveis, e alguns podem causar doenças, tais como diarreia. O leite humano estimula o crescimento de bactérias saudáveis no trato intestinal do bebê amamentado. Ele faz isso através da promoção de um ambiente saudável em geral e, em parte, através de substâncias chamadas probióticos, que são encontrados no leite humano. Uma vez que o leite humano estimula o crescimento destas estirpes "amigáveis" de bactérias, outras bactérias, tais como E. coli, que são mais propensas a causar a doença, são inibidas de crescer, se multiplicar e fixar ao revestimento do intestino, onde pode causar a infecção. Tem sido bem estabelecido que crianças alimentadas com fórmula têm taxas muito mais elevadas de doenças diarreicas que podem exigir visitas ao médico ou às vezes ao hospital para fluidos intravenosos.

O aleitamento materno é recomendado por muitas razões. No que diz respeito à prevenção de alergia, há alguma evidência de que a amamentação protege bebês nascidos de famílias com histórico de alergias, em comparação com os

bebês que são alimentados com fórmula à base de leite de vaca padrão ou uma fórmula de soja. Nestas famílias, os bebês amamentados geralmente tinham um menor risco de alergia ao leite, dermatite atópica (vulgarmente conhecida como eczema), e chiado no início da vida, se fossem exclusivamente amamentados durante pelo menos quatro meses. Presume-se que os componentes do sistema imunológico no leite materno proporcionam proteção contra estas doenças alérgicas. Embora os benefícios de longo prazo da amamentação sobre alergias permaneçam pouco claros e estudos não avaliaram cuidadosamente o impacto sobre as famílias sem história de alergia. A amamentação exclusiva é recomendada como a alimentação de escolha para todas as crianças.

Transferência dos anticorpos de leite humano e outras substâncias imunológicas também podem explicar por que as crianças que amamentam por mais de seis meses são menos propensas a desenvolver leucemia aguda infância e linfoma do que aqueles que recebem fórmula. Além disso, estudos têm demonstrado uma redução de 36% (alguns estudos mostram que esta redução ser tão alta quanto 50%), em risco de síndrome da morte súbita infantil (SIDS) entre os bebês que amamentam em comparação com aqueles que não o fizeram, embora as razões para isso não sejam completamente compreendidas. Uma pesquisa recente indica que até mesmo crianças amamentadas são menos propensas a serem obesas na adolescência e na idade adulta. Eles também são menos vulneráveis a desenvolver diabetes de tipo 1 e tipo 2.

** Dr. José Luiz Setúbal é médico pediatra formado na Santa Casa de Misericórdia de São Paulo, com especialização na Universidade de São Paulo (USP) e pós-graduação em Gestão na Universidade Federal de São Paulo (Unifesp). Pai de Bia, Gá e Olavo. Avô de Tomás e David.*

Com informação da “New Mother’s Guide to Breastfeeding”, 2nd Edition (Copyright © 2011 Academia Americana de Pediatria).