



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE SAÚDE PÚBLICA
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM ATENÇÃO BÁSICA 2018

Karina Ruiz Cardoso de Oliveira

Educação em saúde para a promoção do aleitamento
materno exclusivo até os seis meses: uma intervenção
na Atenção Primária à Saúde (APS)

Florianópolis, Março de 2023

Karina Ruiz Cardoso de Oliveira

Educação em saúde para a promoção do aleitamento materno
exclusivo até os seis meses: uma intervenção na Atenção Primária
à Saúde (APS)

Monografia apresentada ao Curso de Especialização na Atenção Básica da Universidade Federal de Santa Catarina, como requisito para obtenção do título de Especialista na Atenção Básica.

Orientador: Vivian Costa Fermo
Coordenadora do Curso: Profa. Dra. Fátima Buchele Assis

Florianópolis, Março de 2023

Karina Ruiz Cardoso de Oliveira

Educação em saúde para a promoção do aleitamento materno exclusivo até os seis meses: uma intervenção na Atenção Primária à Saúde (APS)

Essa monografia foi julgada adequada para obtenção do título de “Especialista na atenção básica”, e aprovada em sua forma final pelo Departamento de Saúde Pública da Universidade Federal de Santa Catarina.

Profa. Dra. Fátima Buchele Assis
Coordenadora do Curso

Vivian Costa Fermo
Orientador do trabalho

Florianópolis, Março de 2023

Resumo

Introdução: Identificou-se, que entre a população na UBS Dr. Jorge Tannus Rejame, situada em São João do Meriti município do Rio de Janeiro, 60% das mães da comunidade não amamentam exclusivamente até os 6 meses de idade. **Objetivo:** Realizar educação e promoção à saúde acerca do aleitamento materno exclusivo até os seis meses de idade com gestantes, puérperas e mulheres que amamentam, acompanhadas por uma Unidade Básica de Saúde. **Metodologia:** Trata-se de projeto de intervenção que busca trabalhar identificando os possíveis fatores que interfiram na amamentação exclusiva, ao orientar e acolher as gestantes, puérperas e mulheres que amamentam. Para tanto, serão realizadas três ações: educação permanente em serviço: com a finalidade de capacitar a equipe de saúde com objetivo de preparar os profissionais para orientar a população-alvo; atendimento individual à gestante, com abordagem a amamentação; visitas domiciliares por ACS às mulheres com crianças de até 6 meses de idade; grupo de apoio a amamentação, que permitirá o partilhar de experiências e conhecimentos sobre o tema; e disponibilização de panfleto informativo sobre o aleitamento materno ao público-alvo. **Resultados esperados:** Espera-se que este projeto promova a educação em saúde sobre o aleitamento materno exclusivo até os seis meses de idade e oriente as gestantes e puérperas sobre a relevância do aleitamento materno e as consequências do desmame precoce, como também desperte o interesse para o aleitamento materno exclusivo como uma ação essencial para a promoção da saúde.

Palavras-chave: Aleitamento Materno, Desmame, Educação em Saúde

Sumário

1	INTRODUÇÃO	9
2	OBJETIVOS	13
2.1	OBJETIVO GERAL	13
2.2	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	13
3	REVISÃO DA LITERATURA	15
4	METODOLOGIA	19
5	RESULTADOS ESPERADOS	21
	REFERÊNCIAS	23

1 Introdução

São João de Meriti é um município do estado do Rio de Janeiro, região Sudeste do país, que se localiza na baixada fluminense região metropolitana do Rio, há aproximadamente 30 quilômetros da capital estadual. A população é de aproximadamente 458.673 habitantes de acordo com o CENSO de 2010 realizado pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (**IBGE, 2020**). O município é cortado pelos rios Meriti, Sarapuí e Panunva. O rio Meriti também separa o município de duque de Caxias da cidade do Rio de Janeiro. O clima de São João do Meriti é tropical e as temperaturas são bem elevadas no verão e bem mais amenas no inverno. O município se divide em quatro distritos e cinquenta bairros. A atividade econômica do município apresentou um crescimento significativo nos últimos anos, sendo que o comércio e os serviços são as atividades principais. Existem diversas indústrias nas redondezas e inúmeros estabelecimentos comerciais instalados na cidade (**PSJM, 2020**).

A Unidade Básica de Saúde (UBS) da Família Dr. Jorge Tannus Rejame, local do desenvolvimento do presente estudo, fica situada no bairro Jardim Metr pole. A comunidade atendida apresenta vulnerabilidades sociais importantes. A  rea de abrangência   da UBS possui aproximadamente 16 mil habitantes, atendidos por 4 equipes de saúde da família. Assim, cada equipe   responsável pelo acompanhamento de, em média, 4 mil usuários. Esta unidade atende há aproximadamente 8.023 domicílios e 4.094 famílias.

De acordo com os fatores históricos e culturais que interferem nas condi es de saúde se pode citar baixa escolaridade da popula o, uma vez que a maioria da popula o adscrita não concluiu seus estudos, em virtude de que, por durante anos, a popula o teve como foco o emprego e a renda, o que impediu, por muitas vezes, a continuidade dos estudos. A ausência de escolaridade pode dificultar a comunica o clínica entre profissional da saúde e paciente, por isso, muitas vezes, são necessárias a es em saúde mais lúdicas para promover melhor compreensão acerca das orienta es em saúde.

Dentre as situa es de saúde na comunidade, destaca-se: o tabagismo, que contribui para infec es respiratórias; uso de ansiolíticos e benzodiazepínicos (que muitas ocorre sem prescri o e acompanhamento médico adequado), grande número de usuários com diagnóstico de Hipertensão Arterial Sist mica (HAS) e Diabetes Mellitus (DM).

A religião predominante   o catolicismo, sendo que os fi s buscam muito por cura e tratamentos espirituais, antes mesmo de buscar por ajuda profissional. Dentre as principais vulnerabilidades ambientais são as indústrias localizadas nas redondezas da cidade, que oferecem riscos e agravos   saúde devido o fato de expelir fumaça e realizar a combustão de materiais. Em consequência, o ar fica poluído e acaba contribuindo para o surgimento de doenças respiret rias. Devido clima ser tropical, quente, quando as temperaturas se tornam mais amenas de forma brusca, acaba gerando também doenças relacionadas às

condições climáticas.

Por questões culturais e baixa escolaridade, constantemente, a equipe de saúde encontra dificuldades em orientar os pais e estabelecer uma relação de confiança para que eles desenvolvam no seio familiar, hábitos e práticas saudáveis juntamente aos filhos. A superlotação da unidade e a busca constante por atendimentos acaba sobrecarregando a rotina de trabalho da equipe. Trabalhar sem mecanismos importantes para o diagnóstico é um desafio. Quando solicitados exames complementares, na maior parte das vezes a pessoa não consegue pagar e o SUS, algumas vezes demora para se conseguir uma vaga. Esse fator interfere no estabelecimento de um diagnóstico mais fidedigno. Ainda há dificuldades para o encaminhamento de pacientes para outras especialidades e promoção de um tratamento adequado de acordo com as particularidades e necessidades de cada indivíduo.

As condições de moradia são características de uma população carente, mas não sobrevivem em condições de miserabilidade. A população vive na simplicidade e possuem abrigo relativamente bom. O saneamento básico atualmente é eficaz. Na antiguidade as condições de saneamento não existiam, o que contribuía para os agravos de saúde. Entretanto, na atualidade, mesmo existindo saneamento básico, a população tem o hábito de jogar lixo nas ruas constantemente, o que prejudica o meio ambiente e contribui para o surgimento de doenças infecciosas.

A unidade de saúde atende diversas condições de saúde, sendo que as queixas e procuras mais frequentes no serviço de saúde se dão devido as doenças crônicas, como a HAS e DM, dores diversas, ansiedade generalizada, infecções respiratórias e neoplasias.

Um problema que discutido constantemente na UBS em estudo, é o fato das mães desmamar precocemente as crianças. De acordo com o diagnóstico social realizado, foi possível indentificar que 60% das mães da comunidade não amamentam as crianças exclusivamente até o 6 meses de idade, como é preconizado pelo Ministério da Saúde. Junto à esta realidade, é frequente as mães buscarem o serviço de saúde em decorrência de as crianças menores de um ano apresentarem: constipação, diarreias e intolerância a lactose. Vários são os motivos que as levam à realizar o desmame, como por exemplo: o retorno a rotina de trabalho, a praticidade dos leites industrializados, as dificuldades relacionadas à amamentação e a informação deficitária sobre os benefícios do aleitamento materno exclusivo,.

O Ministério da Saúde constantemente utiliza ferramentas que visam intensificar e incentivar o aleitamento materno exclusivo, promovendo apoio, e proteção as puérperas, visando promover a saúde e reduzir os índices de mortalidade infantil. Para a abordagem desta temática, faz-se necessário incorporá-la aos cuidados da Atenção Primária à Saúde. O profissional de saúde deve estar apto para promover o incentivo a amamentação, apoiando e realizando educação em saúde com as as puérperas e gestantes, sendo capaz de diagnosticar problemas nas mamas por meio do acompanhamento efetivo na gestação

e puerpério. Com isso surge a necessidade de uma intervenção na comunidade de atuação, visando aumentar a adesão ao aleitamento materno exclusivo em menores de 6 meses na UBS Dr. Jorge Tannus Rejame.

A amamentação é vital para a saúde da criança durante toda a vida. A Organização Mundial de Saúde preconiza que o aleitamento materno exclusivo ocorra até os primeiros seis meses de vida e, após os seis meses, estabelece a introdução de alimentos complementares, com a manutenção do aleitamento materno até os dois anos de idade ou mais (BRASIL, 2015). Esta recomendação também foi empregada no Brasil pelo Ministério de Saúde. A amamentação é uma eleição materna que abrange uma complexa influência de fatores socioeconômicos, culturais e psicológicos. Os serviços de saúde materna e infantil bem como a atenção primária possui um relevante papel em sua promoção (GUSSO; LOPES, 2012).

O leite materno é inquestionavelmente a forma mais apropriada, natural e eficiente de ofertar os nutrientes essenciais para o crescimento e desenvolvimento do recém-nascido. Já existem inúmeros estudos científicos que comprovam a eficiência do aleitamento materno bem como a superioridade do leite materno sobre os leites de outras espécies.

”Estima-se que o aleitamento materno pode ser capaz de evitar 13% das mortes em crianças menores de cinco anos em todo o mundo, por causas preveníveis” (BRASIL, 2009, p. 13).

Além dos benefícios que o aleitamento materno oferece para as crianças, as mães também se beneficiam com a prática, podendo fazer com o que o útero retorne ao seu tamanho normal mais rápido, diminuir os sangramentos, prevenir a anemia materna, bem como reduzir o risco de câncer de mama e ovários, além de aumentar e fortalecer o laço afetivo entre mãe e filho. É indiscutível os benefícios da amamentação. Com isso a realização de um projeto de intervenção se faz necessário, sendo valioso para a promoção e incentivo do aleitamento materno exclusivo na UBS Dr. Jorge Tannus Rejame, levando em consideração que é uma estratégia de baixo custo e efetiva, sendo que por meio da educação em saúde, se é capaz de construir conhecimentos sobre a importância do aleitamento materno exclusivo para o desenvolvimento e crescimento das crianças, promovendo a sensibilização e a auto responsabilidade, além de intensificar os vínculos com os profissionais de saúde.

Sendo assim, o presente projeto de intervenção visa implementar um ações de educação em saúde com gestantes, puérperas e mulheres que amamentam, acompanhadas na UBS Dr. Jorge Tannus Rejame, identificando os possíveis fatores que interfiram na amamentação exclusiva, orientando e acolhendo o grupo, partilhando experiências e conhecimentos significativos, e conseqüentemente, promovendo o aleitamento materno exclusivo em lactentes menores de 6 meses.

2 Objetivos

2.1 OBJETIVO GERAL

Realizar educação e promoção à saúde acerca do aleitamento materno exclusivo até os seis meses de idade com gestantes, puérperas e mulheres que amamentam, acompanhadas por uma Unidade Básica de Saúde.

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Incentivar o aleitamento materno exclusivo até os seis meses de idade, bem como a introdução da alimentação complementar após este período.
- Orientar gestantes, puérperas e mulheres que amamentam acerca da importância do aleitamento materno, além das consequências do desmame precoce.
- Despertar o interesse das gestantes, puérperas e mulheres que amamentam para o aleitamento materno exclusivo até os seis meses.

3 Revisão da Literatura

Amamentar vai muito além de nutrir a criança, o ato de amamentar proporciona interação entre mãe e filho que são capazes de repercutir no estado nutricional da criança, na sua habilidade de defender-se de infecções, na sua fisiologia e desenvolvimento emocional e cognitivo, bem como na saúde a longo prazo, podendo interferir na saúde física e psíquica da mãe (BRASIL, 2015).

O aleitamento materno exclusivo (AME) ocorre "quando a criança recebe leite materno (direto da mama ou ordenhado), ou leite humano de outra fonte, sem outros líquidos ou sólidos (com exceção de gotas ou xaropes contendo vitaminas, sais de reidratação oral, suplementos minerais ou medicamentos)"(BRASIL, 2017, p. 57). O aleitamento materno é uma estratégia fisiológica, natural de vínculo, proteção, afeto e nutrição para a criança, sendo uma ação econômica e efetiva na intervenção para a redução de morbimortalidade infantil, permitindo ainda promoção da saúde da mãe e do bebê, sendo uma ferramenta vital e sensitiva (BRASIL, 2015).

Mesmo a amamentação sendo essencial para a saúde das crianças, uma vez que é capaz de auxiliar na melhora do estado de saúde não só das crianças, mas das mães e das famílias, ainda é comum o abandono precoce do aleitamento materno. É necessário o apoio de profissionais de saúde a lactante. O aleitamento materno dos humanos é diferente dos animais, visto que não é um ato instintivo, uma vez que envolve uma relação de aprendizagem entre mãe e filho e seu êxito depende primordialmente da vontade da mãe em amamentar, além de sua cultura, costumes, conhecimento e apoio familiar (ALVES; MOULIN; SANTOS, 2013).

A amamentação envolve uma interação ampla e complexa gama de fatores socioeconômicos, culturais e psicológicos, em que os serviços de saúde materno infantil são cruciais para a promoção do aleitamento materno (GUSSO; LOPES, 2012) .

O leite materno possui todos os nutrientes necessários para o desenvolvimento e crescimento das crianças. O seu colostro é capaz de proteger as crianças de infecções e doenças, estimulando o amadurecimento da mucosa intestinal e do sistema imunológico do lactente, devido ao colostro conter substâncias que contribuem neste processo. Além disso o aleitamento materno é capaz de contribuir com o aumento da imunidade, prevenção de doenças gastrointestinais e respiratórias, aumento do vínculo entre mãe e filho. Além dos benefícios para o bebê, o aleitamento também é importante para a saúde da mãe, uma vez que auxilia na involução uterina e na prevenção de doenças mamárias (CUNHA; LEITE; ALMEIDA, 2015).

Por ser considerado o melhor tipo de alimento para a nutrição na infância, a Organização Mundial de Saúde (OMS) recomenda que o aleitamento materno exclusivo (AME) deve ocorrer até o 6º mês de vida, devendo ser alimento complementar associado com

outros alimentos até os dois anos de idade ao mais (BRASIL, 2015).

Com o início da década de 80, o Brasil passou a constantemente desenvolver ações de promoção e proteção do aleitamento materno, com diversas capacitações de recursos humanos e apoios aos Hospitais Amigos da Criança. Assim, foram surgindo a produção e desenvolvimento das normatizações nacionais de comercialização de alimentos infantis, originando campanhas nos meios de comunicação, apoio e implementação de bancos de leite humanos dentre outras ações (BRASIL, 2015). Desde Janeiro de 1981 a amamentação vem sendo incentivada no Brasil por meio de ações específicas e dispositivos legais que orientam, organizam e regulam as atividades motivacionais a prática do aleitamento materno (NOTZON, 1984).

A amamentação exclusiva contribui para baixas taxas de mortalidade e morbidade desencadeadas por diarreia, infecções respiratórias aguda e uma baixa prevalência de desnutrição. Com essa prática ocorre a prevenção de poucos mais de seis milhões de mortes em crianças menores de 12 meses de vida a cada ano no Brasil. O aleitamento materno tem baixo custo gerando economia para família. Vale destacar que o fato do Brasil ser um país em desenvolvimento, possuindo uma taxa expressiva de famílias com baixa renda, ações de incentivo ao AME devem ser mais intensivas (BRASIL, 2015). Estudos realizados nas regiões brasileiras indentificou que a maioria das crianças (87,3%) é amamentada no primeiro mês de vida, decrescendo para 77,5% aos 120 dias, e para 68,6% aos 180 dias (SILVA; GUEDES, 2013).

Apesar de várias políticas públicas de incentivo ao Aleitamento Materno, como os bancos de leite humano e o método canguru (que proporciona contato pele a pele estabelecendo vínculos entre mãe e filho), o Sistema Único de Saúde (SUS), e ações multiprofissionais desenvolvidas na atenção primária à saúde (APS) que buscam incentivar o aleitamento materno, muitas mães não amamentam seus filhos e outras realizam o desmame muito precocemente, em decorrência de vários fatores como a ausência de informação, baixa condição socioeconômica, retorno precoce ao trabalho, gravidez na adolescência, personalidade da mãe entre outros motivos. Mesmo com as políticas públicas existentes, ainda necessita-se ampliar o incentivo e os investimentos relacionados a promoção, proteção e apoio do aleitamento materno, com vistas a reduzir as taxas de mortalidade infantil e consequentemente melhorar a saúde. O profissional de saúde é essencial neste processo, contribuindo consideravelmente com o êxito da amamentação, podendo oferecer apoio e educação em saúde as mulheres, realizando acompanhamento minucioso e cuidadoso, iniciando durante o período da gestação e no puerpério, devendo também incorporar a atenção básica campanhas de incentivo ao aleitamento materno exclusivo (BRASIL, 2017).

Considerando a relevância da amamentação exclusiva até os seis meses de vida, visando intervir no insucesso da amamentação e do desmame precoce, é evidente a necessidade de ações principalmente na atenção básica. Os profissionais de saúde que atuam diretamente com as gestantes e puérperas podem ser grandes disseminadores de informações

e ações de promoção, proteção e apoio ao aleitamento materno exclusivo. Esses atores sociais possuem um papel essencial no processo de aprendizagem das grávidas e puérperas relacionadas ao aleitamento materno, sendo capazes de através da educação em saúde promover o aleitamento e manejar as dificuldades relacionadas a amamentação, ofertando um assistência integral e de qualidade.

Com o alto índice de desmame precoce na Unidade Básica de Saúde Dr. Jorge Tannus Jane em São João do Meriti – RJ é necessário a implementação de uma intervenção com vistas a aumentar o aleitamento materno exclusivo em menores de 6 meses de vida da área de abrangência da UBS, executando ações de educação em saúde capazes de construir conhecimentos junto as puérperas sobre a importância do AME.

4 Metodologia

O projeto de intervenção proposto será realizado na UBS Dr. Jorge Tannus Rejame, localizada na Cidade São João do Meriti - RJ. Para sua execução, será utilizada a sala de reunião e o consultório médico da unidade. A intervenção será direcionada as gestantes, puérperas e mães de crianças menores de 6 meses, bem como os familiares caso tenham interesse.

O processo de construção do conhecimento acerca da relevância do aleitamento materno exclusivo até os 6 meses, bem como os seus benefícios, ocorrerá por meio de reuniões e palestras em grupos de gestantes e puérperas, além de proporcionar orientações individuais iniciando no pré-natal, nas consultas médicas ou visitas domiciliares realizadas pela equipe. Abaixo, a descrição das ações a serem desenvolvidas:

1) Educação permanente em serviço: com a finalidade de capacitar a equipe de saúde com objetivo de preparar os profissionais para orientar a população alvo.

Para tanto, serão realizados debates e palestras utilizando materiais educativos e di-retrizes sobre a temática, buscando a troca de conhecimentos entre os profissionais de saúde, bem como aprimorar os conhecimentos. Será solicitado ao gestor municipal um profissional capacitado para mediar a palestra e debate.

2) Atendimento individual à gestante, com abordagem a amamentação.

O atendimento individualizado ocorrerá durante as consultas de pré-natal, neste momento geralmente as gestantes estão em busca de assimilar novos conhecimentos para oferecer ao seu filho uma saúde adequada. Durante a consulta, o médico também poderá tratar de questões particulares, principalmente com pacientes tímidas para se expressarem em grupo de forma mais participativa. As orientações no período do pré-natal são essenciais, uma vez que muitas vezes após o nascimento da criança, a mãe se depara com muitas situações novas. Neste período, o aleitamento materno já deve ser um tema conhecido e bem discutido, entendido e assumido pela mãe de forma que esta esteja mais segura, e não seja mais uma novidade.

3) Visitas domiciliares por ACS às mulheres com crianças de até 6 meses de idade

A visita do ACS também é essencial nesta fase uma vez que os ACS. É capaz de observar o comportamento materno, suas relações sociais e familiares, dificuldades enfrentadas pela mãe para a amamentação e a interação afetiva de vínculos com a criança.

4) Grupo de apoio a amamentação.

A dinâmica do grupo iniciará por meio da apresentação e conhecimento dos participantes, neste momento como uma roda de conversa cada participante terá a oportunidade de falar sobre suas crenças, expectativas e experiências a respeito do tema, os profissionais da saúde nesta intervenção deve compartilhar com o grupo as concepções do aleitamento materno preconizado pelo Sistema Único de saúde, com linguagem clara afim de abran-

ger todos os participantes. Também será apresentada a prática da amamentação com o auxílio de um boneco para demonstração do posicionamento adequado para uma amamentação efetiva, além disso será incentivado as puérperas e gestantes que já amamentaram a compartilhar suas experiências dúvidas para uma abordagem mais ampla e efetiva.

5) Panfleto informativo sobre o aleitamento materno: construção e divulgação de panfleto informativo sobre os benefícios do aleitamento materno, bem como realizando o convite para o Grupo de Apoio à Amamentação. O panfleto informativo será confeccionado pelo médico da UBS e distribuído ao público-alvo pelos Agentes Comunitários de Saúde.

É importante reconhecer que as ações de prevenção ao desmame precoce não deve ocorrer apenas após o nascimento da criança, no momento em que a mãe está vivenciando muitas mudanças e encontra-se insegura. A educação em saúde neste contexto deve ser iniciada na gestação, de forma gradual, momento que estas estão sensíveis assimilar novas informações. O médico da família é o profissional que possui contato íntimo com a mãe, tanto no pré-natal, quanto após o nascimento da criança sendo o profissional adequado para abordagem desse problema, a atenção básica é a porta de entrada para estas ações e deve ser capaz de promover as gestantes e puérperas apoio, acompanhamento e orientação sobre a relevância da amamentação.

5 Resultados Esperados

Espera-se que este projeto promova a educação em saúde sobre o aleitamento materno exclusivo até os seis meses de idade com gestantes, puérperas e mulheres que amamentam, acompanhadas pela UBS, bem como estimule o aleitamento materno exclusivo até os seis meses de idade, oriente as gestantes e puérperas sobre a relevância do aleitamento materno e as consequências do desmame precoce como também desperte o interesse das gestantes, puérperas e mulheres que amamentam para o aleitamento materno exclusivo como uma ação essencial para a promoção da saúde.

Referências

- ALVES, C. R. L.; MOULIN, Z. S.; SANTOS, L. C. dos. *Atenção à Saúde da Criança: aspectos básicos*. Belo Horizonte: NESCON UFMG, 2013. Citado na página 15.
- BRASIL, M. da Saúde do. *Saúde da Criança: Nutrição infantil: aleitamento materno e alimentação complementar*. Brasília: Ministério da Saúde, 2009. Citado na página 11.
- BRASIL, M. da Saúde do. *Cadernos de Atenção Básica: Saúde da criança - aleitamento materno e alimentação complementar*. Brasília: Ministério da Saúde, 2015. Citado 3 vezes nas páginas 11, 15 e 16.
- BRASIL, M. da Saúde do. *Bases para a discussão da Política Nacional de Promoção, Proteção e Apoio ao Aleitamento Materno*. Brasília: Ministério da Saúde, 2017. Citado 2 vezes nas páginas 15 e 16.
- CUNHA, A. J. L. A. da; LEITE Álvaro J. M.; ALMEIDA, I. S. de. The pediatrician's role in the first thousand days of the child:: the pursuit of healthy nutrition and development. *Jornal de Pediatria*, v. 91, n. 6, p. 44–51, 2015. Citado na página 15.
- GUSSO, G.; LOPES, J. M. C. *Tratado de Medicina de Família e Comunidade: Princípios, formação e prática*. Porto Alegre: Artmed, 2012. Citado 2 vezes nas páginas 11 e 15.
- IBGE, I. B. de Geografia e E. *Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística: Contagem populacional*. 2020. Disponível em: <<https://censo2010.ibge.gov.br/>>. Acesso em: 04 Jun. 2020. Citado na página 9.
- NOTZON, F. Trends in infant feeding in developing countries. *Pediatrics*, v. 74, n. 4, p. 648–666, 1984. Citado na página 16.
- PSJM, P. D. S. J. D. M. *A cidade: Governo*. 2020. Disponível em: <<http://meriti.rj.gov.br/home/a-cidade/>>. Acesso em: 29 Abr. 2020. Citado na página 9.
- SILVA, W. F. da; GUEDES, Z. C. F. Tempo de aleitamento materno exclusivo em recém-nascidos prematuros e a termo. *Revista CEFAC*, v. 15, n. 1, p. 160–171, 2013. Citado na página 16.