



**Principais  
dúvidas dos pais  
sobre leite de  
vaca e fórmulas  
infantis**

**Diferença entre  
leite de vaca e  
fórmula infantil**



**Diferença entre  
fórmula infantil e  
composto lácteo**



**Custo**



**Necessidades  
nutricionais e consumo  
do leite de vaca**



**Introdução  
alimentar**





Diferença entre  
leite de vaca e  
fórmula infantil

Diferença entre  
fórmula infantil e  
composto lácteo

Custo

Necessidades  
nutricionais e consumo  
do leite de vaca

Introdução  
alimentar

*A mãe vem com a cultura de que leite de vaca é “mais forte” que fórmula infantil.*

*O que tem de diferente na fórmula infantil que não tem no leite de vaca integral?*

*Por que a fórmula infantil é melhor que o leite de vaca?*

*Mães chegam querendo usar leite de vaca integral porque viram em grupos de mães ou em redes sociais.*

*Por que a lista de ingredientes é tão grande nas fórmulas infantis?*



Diferença entre  
leite de vaca e  
fórmula infantil

Diferença entre  
fórmula infantil e  
composto lácteo

Custo

Necessidades  
nutricionais e consumo  
do leite de vaca

Introdução  
alimentar



## RESPOSTA

De acordo com o ESPGHAN, AAP, FISPUGHAN e a SBP, a única alternativa aceitável na impossibilidade do leite materno no primeiro ano de vida é a fórmula infantil. **O leite de vaca não é adequado como bebida principal no primeiro ano de vida**, devido ao seu **baixo teor de ferro**, que tem sido associado a um risco aumentado de desenvolver **anemia ferropriva** e ao **excessivo teor de proteínas** que tem demonstrado aumentar o **risco de obesidade**. Além disso, o excesso de proteínas e minerais no leite de vaca contribui para uma elevada carga renal de solutos, o que pode aumentar o risco de desidratação.

Ainda nesse tema, é importante lembrar que a primeira infância (1-3 anos) é caracterizada por mudanças físicas, mentais e comportamentais significativas, onde alimentos ricos em energia e nutrientes são necessários para atender às suas necessidades nutricionais. **O leite de vaca é uma boa fonte de proteína e cálcio, mas seu conteúdo em outros nutrientes (como ferro, vitamina D e ômega-3) é baixo**. Ao mesmo tempo, de acordo com diversos estudos sobre **consumo alimentar, a oferta desses mesmos nutrientes é limitada na dieta das crianças, o que pode aumentar o risco de deficiências nutricionais**. Nessa faixa etária o excesso de proteínas ainda pode ser fator de risco para a obesidade futura.

A partir do primeiro ano, o consumo da fórmula infantil de primeira infância, chamada também de young child formula (YCF), pode ajudar a otimizar a dieta com aporte adequado de nutrientes trazendo vantagens em relação ao leite de vaca:

- **níveis mais baixos de proteína,**
- **maiores quantidades de gorduras essenciais incluindo ARA e DHA, e**
- **ferro adicional, vitamina D e fibras.**

**Tabela 1.** Comparativo nutricional de leite de vaca integral e fórmula infantil de primeira infância (100g pó)

	Leite de vaca	YCF		Leite de vaca	YCF
Energia (kcal)	497	455	Cálcio (mg)	890	570
Proteínas (g)	25,4	9,6	Ômega-6 (g)	-	3,5
Vit A (ug)	361	668	Ômega-3 (mg)	-	455
Vit C (mg)	-	83,2	DHA (mg)	-	63,9
Vit D (UI)	-	11,3	ARA (mg)	-	67,3
Ferro (mg)	0,50	8,10	Fibras prebióticas (g)	-	5,4

ESPGHAN - European Society for Paediatric Gastroenterology, Hepatology and Nutrition

AAP - American Academy of Pediatrics

FISPUGHAN - Federation of International Societies of Pediatric Hepatology, Gastroenterology and Nutrition

SBP - Sociedade Brasileira de Pediatria

YCF - Fórmula infantil de primeira infância





Diferença entre  
leite de vaca e  
fórmula infantil

Diferença entre  
fórmula infantil e  
composto lácteo

Custo

Necessidades  
nutricionais e consumo  
do leite de vaca

Introdução  
alimentar

***Qual a diferença  
entre a composição  
nutricional do  
composto lácteo,  
fórmula infantil e  
leite de vaca?***

***Por que a  
fórmula infantil  
é melhor que  
o composto  
lácteo?***



Diferença entre leite de vaca e fórmula infantil

Diferença entre fórmula infantil e composto lácteo

Custo

Necessidades nutricionais e consumo do leite de vaca

Introdução alimentar



## RESPOSTA

Quando se pensa em fórmula infantil, composto lácteo e leite de vaca deve-se atentar primeiramente às diferenças regulatórias de cada um desses produtos. **Não podemos afirmar que um produto é melhor que o outro, mas sempre considerar a avaliação do perfil nutricional de acordo com as necessidades individuais.** O Manual de Orientação da SBP (2021) sobre o tema traz essas diferenciações:

TIPO DE SUBSTITUTO			
	Fórmulas infantis e/ou de seguimento para lactentes	Fórmula infantil de seguimento para crianças de 1ª infância	Composto lácteo
Faixa etária	0 a 12 meses	1 a 3 anos	Sem recomendação de faixa etária específica. Não indicados para crianças menores de 1 ano de idade.
Regulamentação	ANVISA		MAPA
Resumo das características nutricionais e de composição	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Seguem exigências do CODEX alimentarius (quantidade mínima e máxima de nutrientes)</li> <li>• Exigência de requisitos específicos da formulação de acordo com a necessidade nutricional de cada faixa etária</li> <li>• Composição comprovada por análise</li> <li>• Há necessidade de estudos que comprovem adequação</li> <li>• Sua composição nutricional deve conter apenas nutrientes que também estão presentes no leite materno</li> <li>• Obrigatoriedade de adequação de aminoácidos, vitaminas e minerais</li> <li>• Poucos aditivos são permitidos e a adição de corantes é proibida</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Seguem apenas as exigências mínimas de quantidade de proteínas</li> <li>• Mínimo de 51% de ingredientes lácteos</li> <li>• Adição opcional de vitaminas e minerais, gorduras vegetais e fibras</li> <li>• Pode ter adição de açúcares e aditivos alimentares (emulsificantes e estabilizantes)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sem exigências nutricionais</li> <li>• 100% de ingredientes lácteos</li> <li>• O leite de vaca pode receber apenas a adição de nutrientes essenciais</li> <li>• Permite poucos aditivos e proíbe adição de corantes</li> </ul>

ANVISA: Agência Nacional de Vigilância Sanitária do Ministério da Saúde do Brasil.  
MAPA: Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento do Brasil.  
Adaptado de: Weffort et al. SBP, 2021

O profissional de saúde deve se atentar sempre à formulação dos produtos, independente da categoria, visando garantir a oferta de nutrientes adequados para a faixa etária e condizentes com as necessidades nutricionais do desenvolvimento infantil. **A oferta de nutrientes deficitários na alimentação usual das famílias brasileiras, como DHA e ARA, fibras prebióticas, ferro e vitamina D, além do cuidado com o excesso proteico e a presença de açúcares, devem sempre ser considerados.**





Diferença entre  
leite de vaca e  
fórmula infantil

Diferença entre  
fórmula infantil e  
composto lácteo

Custo

Necessidades  
nutricionais e consumo  
do leite de vaca

Introdução  
alimentar

***Muitas mães  
não entendem a  
importância de  
fórmula infantil,  
na impossibilidade  
do leite materno,  
dizem que o custo  
importa muito na  
hora de decisão.***

***Posso dar  
leite de vaca  
para bebê de  
7 meses?***





Diferença entre  
leite de vaca e  
fórmula infantil

Diferença entre  
fórmula infantil e  
composto lácteo

Custo

Necessidades  
nutricionais e consumo  
do leite de vaca

Introdução  
alimentar



## RESPOSTA

De acordo com o ESPGHAN, AAP, FISPGHAN e a SBP, **a única alternativa aceitável ao leite materno no primeiro ano de vida é a fórmula infantil. O leite de vaca não é adequado** como bebida principal no primeiro ano de vida, devido ao seu **baixo teor de ferro**, que tem sido associado a um risco aumentado de desenvolver **anemia ferropriva** e ao **excessivo teor de proteína** que tem demonstrado aumentar o **risco de obesidade**. Além disso, **o excesso de proteínas e minerais no leite de vaca contribui para uma elevada carga renal de solutos, o que pode aumentar o risco de desidratação**.

No que tange o tema de custos, é importante avaliar o contexto da nutrição como um todo e não apenas o valor bruto do desembolso. Abaixo um exemplo:



**Aptamil Premium 2  
(800g):**  
R\$ 76,39\*

**Rendimento:** 5,4L

**Custo porção 180mL:**  
R\$ 2,54



**Aptanutri Premium 3  
(800g):**  
R\$73,49\*

**Rendimento:** 5,4L

**Custo porção 180ml:**  
R\$ 2,45



**Leite de vaca  
integral 1L:**  
R\$ 4,89\*

**Custo porção 180mL:**  
R\$ 0,88

Importante dizer que estudos populacionais indicam que **lactentes e crianças podem apresentar ingestão inadequada de nutrientes chaves para seu pleno desenvolvimento e crescimento**. Dito isso, com o objetivo de prevenir carências nutricionais e diante da ausência do leite materno com opção pela introdução do leite de vaca, **a reposição suplementar de ferro, vitamina D e ácidos graxos essenciais (DHA) pode ser fazer necessária**. As recomendações abaixo ilustram essa individualização do tratamento de acordo com a faixa etária.

- **Vitamina D:** suplementar com 400 UI/dia (<1 ano) e 600 UI/dia (>1 ano);
- **Ferro:** lactente nascidos a termo e com peso adequado para a idade gestacional, 1 mg de ferro elementar/kg/dia, iniciando aos 90 dias de vida até o 24º mês de vida;
- **DHA:** lactentes com idades entre 6 e 24 meses não amamentadas devem receber DHA através de sua fonte láctea, que deve conter teor de DHA equivalente a 0,2% a 0,5% do total de lipídeos;

\*Preços captados em pesquisa no mercado realizada em dezembro de 2023.

ESPGHAN - European Society for Paediatric Gastroenterology, Hepatology and Nutrition

AAP - American Academy of Pediatrics

FISPGHAN - Federation of International Societies of Pediatric Hepatology, Gastroenterology and Nutrition

SBP - Sociedade Brasileira de Pediatria



Diferença entre  
leite de vaca e  
fórmula infantil

Diferença entre  
fórmula infantil e  
composto lácteo

Custo

Necessidades  
nutricionais e consumo  
do leite de vaca

Introdução  
alimentar

**Quais as  
necessidades  
da criança e do  
bebê e o que  
falta no leite de  
vaca e tem na  
fórmula infantil.**

**“Dr. tenho que  
diluir então, o  
leite de vaca para  
dar para meu  
filho com 1 ano?”**

**“Caso queira usar  
o leite de vaca, ao  
invés de fórmula,  
é necessário fazer  
suplementação de  
algum nutriente?”**

**“O que eu  
perco se  
eu fizer a  
transição  
para o leite  
de vaca?”**

**“Leite de  
vaca faz mal  
para o meu  
filho?”**

**“As mães se  
preocupam com  
a obesidade  
futura.”**





Diferença entre  
leite de vaca e  
fórmula infantil

Diferença entre  
fórmula infantil e  
composto lácteo

Custo

**Necessidades  
nutricionais e consumo  
do leite de vaca**

Introdução  
alimentar



## RESPOSTA

De acordo com o Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores de 2 anos, publicado pelo Ministério da Saúde em 2019 e revisado em 2021, **o leite de vaca diluído ou modificado não se faz necessário a partir dos 9 meses**. De acordo com o Guia, a modificação caseira visa diminuir quantidades excessivas de proteínas, sódio, potássio e cloro, evitando a sobrecarga renal da criança. **O próprio Guia, no entanto, reconhece que o leite de vaca não aporta quantidades adequadas de vitaminas e minerais e que diante da impossibilidade de relactação a recomendação é que as crianças usem fórmula infantil**. O leite de vaca foi por eles considerado como alternativa em função do elevado consumo de leite pela população brasileira e questões econômicas, mas destaca-se que sua introdução sempre deve ser avaliada por um profissional de saúde.

**Nutrientes essenciais como ferro, vitamina D, fibras e gorduras essenciais (DHA e ARA) são ausentes ou muito deficientes no leite de vaca e por isso, atenção especial deve ser dada ao aporte nutricional de alimentos fonte na dieta, sendo a suplementação por vezes recomendada.**

Um ponto importante de destaque é o consumo de proteína acima das necessidades nutricionais que pode ocorrer quando o consumo do leite de vaca, somado a outras fontes proteicas da dieta, ultrapassa os 500mL ao dia. **A proteína em excesso nessa faixa etária ainda é fator de risco para o desenvolvimento de obesidade futura devido ao aumento da oferta de aminoácidos insulínogênicos, que ativa mecanismos de replicação celular levando a hiperplasia de células adiposas.**

Portanto, caso decida-se fazer a transição para o leite de vaca, é importante ter em mente a diferença de composição nutricional de ambos os alimentos e entender qual a realidade da alimentação da criança.

*“Leite de vaca faz mal para o meu filho?”*

*“As mães se preocupam com a obesidade futura.”*



Diferença entre  
leite de vaca e  
fórmula infantil

Diferença entre  
fórmula infantil e  
composto lácteo

Custo

Necessidades  
nutricionais e consumo  
do leite de vaca

Introdução  
alimentar

*“Mães estão  
confusas sobre  
a introdução do  
leite de vaca  
abaixo de  
1 ano.”*

*“Quando  
posso fazer  
a transição  
para o leite  
de vaca?”*





Diferença entre  
leite de vaca e  
fórmula infantil

Diferença entre  
fórmula infantil e  
composto lácteo

Custo

Necessidades  
nutricionais e consumo  
do leite de vaca

Introdução  
alimentar



## RESPOSTA

A recomendação de introdução de leite de vaca para crianças varia de acordo com diferentes posicionamentos de sociedades médicas e da Organização Mundial da Saúde (OMS). É inegável o papel que o leite materno tem nos primeiros anos de vida, sendo recomendado como exclusivo pelos primeiros 6 meses e complementar até 2 anos ou mais. No entanto, diante da impossibilidade, o uso de um substituto adequado é recomendado.

Até o sexto mês, apenas as fórmulas infantis são reconhecidas como substitutos adequados ao leite materno. A partir dessa idade e com a introdução da alimentação complementar, alguns posicionamentos foram feitos:



**OMS:** o leite de vaca pode ser recomendado a partir de 6 meses. No entanto, em sua mais recente publicação (2023) demonstrase que a **recomendação é baseada em referências condicionais e evidências de baixa certeza.**



**Ministério da Saúde Brasil:** o leite de vaca integral pode ser introduzido a partir dos 9 meses de idade, mas **a fórmula infantil ainda deve ser a primeira opção caso a relactação não seja possível.**



**SBP:** até os primeiros 12 meses, somente a fórmula infantil pode substituir o leite materno, em sua impossibilidade. O leite de vaca pode ser usado acima de 1 ano, mas as fórmulas infantis têm composição mais adequada e podem ainda ser indicadas\*

\*importante mencionar que a recente nota da SBP dos departamentos de Nutrologia e Aleitamento materno contradizem a recomendação da SBP feita em 2019. Ou seja, a nota não reflete a opinião da SBP como um todo.



**ABRAN:** as fórmulas infantis/compostos lácteos podem ser prescritos em substituição ao leite de vaca para crianças > 1 ano, especialmente nos casos de **necessidade de ajuste do fornecimento de macro e micronutrientes.**

OMS - Organização Mundial da Saúde  
SBP - Sociedade Brasileira de Pediatria  
ABRAN - Associação Brasileira de Nutrologia

*próxima página >*



Diferença entre  
leite de vaca e  
fórmula infantil

Diferença entre  
fórmula infantil e  
composto lácteo

Custo

Necessidades  
nutricionais e consumo  
do leite de vaca

Introdução  
alimentar



## RESPOSTA (CONTINUAÇÃO)

A primeira infância (1-3 anos) é caracterizada por mudanças físicas, mentais e comportamentais significativas, onde alimentos ricos em energia e nutrientes são necessários para atender às suas necessidades nutricionais. O leite de vaca é uma boa fonte de proteína e cálcio, mas seu conteúdo em outros nutrientes (como ferro, vitamina D e ômega-3) é baixo. Ao mesmo tempo, de acordo com diversos estudos sobre consumo alimentar, a oferta desses mesmos nutrientes é limitada na dieta das crianças, o que pode aumentar o risco de deficiências nutricionais. Nessa faixa etária, o excesso de proteínas ainda pode ser fator de risco para a obesidade futura.

A partir do primeiro ano, o consumo da fórmula de primeira infância, chamada também de young child formula (YCF), pode ajudar a otimizar a dieta com aporte adequado de nutrientes trazendo vantagens em relação ao leite de vaca:

- **níveis mais baixos de proteína,**
- **maiores quantidades de gorduras essenciais incluindo ARA e DHA, e**
- **ferro adicional, vitamina D e fibras.**

[< página anterior](#)





Diferença entre  
leite de vaca e  
fórmula infantil

Diferença entre  
fórmula infantil e  
composto lácteo

Custo

Necessidades  
nutricionais e consumo  
do leite de vaca

Introdução  
alimentar

### Referências diferença entre leite de vaca e fórmula infantil

- Chatchatee, P. et al. "Effects of Growing-Up Milk Supplemented With Prebiotics and LCPUFAs on Infections in Young Children". *JPGN* 2014;58: 428-437
- Eussen SRBM, et al. Theoretical Impact of Replacing Whole Cow's Milk by Young-Child Formula on Nutrient Intakes of UK Young Children: Results of a Simulation Study. *Annals of Nutrition and Metabolism*, 2015; 67(4):247-56
- Hojsak I et al. Young Child Formula: A Position Paper by the ESPGHAN Committee on Nutrition. *J Pediatr Gastroenterol Nutr.* 2018; 66(1):177-185.
- Lovell AL et al. A comparison of the effect of a Growing Up Milk - Lite (GUMLi) v. cows' milk on longitudinal dietary patterns and nutrient intakes in children aged 12-23 months: the GUMLi randomised controlled trial. *Br J Nutr.* 2019; 121(6): 678-687.
- Lovell AL et al. Protein Intake, IGF-1 Concentrations, and Growth in the Second Year of Life in Children Receiving Growing Up Milk - Lite (GUMLi) or Cow's Milk (CM) Intervention. *Front Nutr.* 2021; 8: 666228.
- Mello CS, Barros KV, Morais MB. Alimentação do lactente e do pré-escolar brasileiro: revisão da literatura. *J. Pediatr.* 2016; 92 (5): 451-463
- Monnard C & Fleith M. Total Fat and Fatty Acid Intake among 1-7-Year-Old Children from 33 Countries: Comparison with International Recommendations. *Nutrients.* 2021; 13 (3547).
- Nogueira-de-Almeida CA, Falcão MC, Ribas-Filho D, Zorzo RA, Konstantyner T, Ricci R, Gioia N, Fisberg M. Consenso da Associação Brasileira de Nutrologia sobre a alimentação láctea da criança com idades entre 1 e 5 anos.
- SBP. Manual de Orientação do departamento de nutrologia: alimentação do lactente ao adolescente, alimentação na escola, alimentação saudável e vínculo mãe-filho, alimentação saudável e prevenção de doenças, segurança alimentar. 2018
- Suthutvoravut U et al. Composition of Follow-Up Formula for Young Children Aged 12-36 Months: Recommendations of an International Expert Group Coordinated by the Nutrition Association of Thailand and the Early Nutrition Academy. *Ann Nutr Metab* 2015;67:119-132

### Referências diferença entre fórmula infantil e composto lácteo

- Weffort, V. et al. Manual de Orientação. Fórmulas e Compostos Lácteos infantis: em que diferem? SBP, Janeiro de 2021.

### Referências custo

- Aptamil Premium 2 e Aptanutri Premium 3. Consulta em: [www.mundanone.com.br](http://www.mundanone.com.br). Acesso em 13.12.23
- Leite de vaca integral. Consulta em [www.paodeacucar.com.br](http://www.paodeacucar.com.br). Acesso em 13.12.23
- Mello CS, Barros KV, Morais MB. Alimentação do lactente e do pré-escolar brasileiro: revisão da literatura. *J. Pediatr.* 2016; 92 (5): 451-463
- Nogueira, C.A. et al. II Consenso da Associação Brasileira de Nutrologia sobre recomendações de DHA durante gestação, lactação e infância. ABRAN, 2022.
- SBP. Consenso sobre anemia ferropriva: atualização e destaques. 2021.
- SBP. Hipovitaminose D em pediatria: recomendações para o diagnóstico, tratamento e prevenção. 2016
- SBP. Manual de Orientação do departamento de nutrologia: alimentação do lactente ao adolescente, alimentação na escola, alimentação saudável e vínculo mãe-filho, alimentação saudável e prevenção de doenças, segurança alimentar. 2018

### Referências necessidades nutricionais e consumo do leite de vaca

- Luque et al. Early Programming by Protein Intake: The Effect of Protein on Adiposity Development and the Growth and Functionality of Vital Organs. *Nutrition and Metabolic Insights* 2015;8(S1) 49-56.
- Ministério da Saúde. Guia Alimentar para Crianças Brasileiras menores de 2 anos. Ed. Revisada 2021
- Nogueira-de-Almeida, Carlos Alberto, et al. "Consensus of the Brazilian Association of Nutrology on Milky Feeding of Children Aged 1-5 Years Old." *International Journal of Nutrology* 13.1 (2020): 2-16.

### Referências introdução alimentar

- Chatchatee, P. et al. "Effects of Growing-Up Milk Supplemented With Prebiotics and LCPUFAs on Infections in Young Children". *JPGN* 2014;58: 428-437
- Eussen SRBM, et al. Theoretical Impact of Replacing Whole Cow's Milk by Young-Child Formula on Nutrient Intakes of UK Young Children: Results of a Simulation Study. *Annals of Nutrition and Metabolism*, 2015; 67(4):247-56
- Lovell AL et al. Protein Intake, IGF-1 Concentrations, and Growth in the Second Year of Life in Children Receiving Growing Up Milk - Lite (GUMLi) or Cow's Milk (CM) Intervention. *Front Nutr.* 2021; 8: 666228.
- Mello CS, Barros KV, Morais MB. Alimentação do lactente e do pré-escolar brasileiro: revisão da literatura. *J. Pediatr.* 2016; 92 (5): 451-463.
- Ministério da Saúde. Guia Alimentar para Crianças Brasileiras menores de 2 anos. Ed. Revisada 2021
- Nogueira-de-Almeida CA, Falcão MC, Ribas-Filho D, Zorzo RA, Konstantyner T, Ricci R, Gioia N, Fisberg M. Consenso da Associação Brasileira de Nutrologia sobre a alimentação láctea da criança com idades entre 1 e 5 anos.
- SBP. Manual de Orientação do departamento de nutrologia: alimentação do lactente ao adolescente, alimentação na escola, alimentação saudável e vínculo mãe-filho, alimentação saudável e prevenção de doenças, segurança alimentar. 2018
- SBP. Nota especial do departamento de Nutrologia e Aleitamento Materno sobre Alimentação Complementar e Análise sobre as recomendações da Organização Mundial da Saúde. 2023
- WHO Guideline for complementary feeding of infants and young children 6-23 months of age. 2023. Disponível em: <[https://reliefweb.int/report/world/who-guideline-complementary-feeding-infants-and-young-children-6-23-months-age?gad\\_source=1&gclid=Cj0KCQjwy4KqBhDOARIsAEbCt6iXOcbyLW76capicaYmIWNUDAET5Lnm9vgvCrI6BCMg5ND98vjbBDYaAoh2EALw\\_wcB](https://reliefweb.int/report/world/who-guideline-complementary-feeding-infants-and-young-children-6-23-months-age?gad_source=1&gclid=Cj0KCQjwy4KqBhDOARIsAEbCt6iXOcbyLW76capicaYmIWNUDAET5Lnm9vgvCrI6BCMg5ND98vjbBDYaAoh2EALw_wcB)> Acesso em 15.12.23



Diferença entre  
leite de vaca e  
fórmula infantil

Diferença entre  
fórmula infantil e  
composto lácteo

Custo

Necessidades  
nutricionais e consumo  
do leite de vaca

Introdução  
alimentar



DANONE



#### **OS PRODUTOS MENCIONADOS NÃO CONTÊM GLÚTEN.**

O leite materno é o melhor alimento para os lactentes e até o 6º mês deve ser oferecido como fonte exclusiva de alimentação, podendo ser mantido até os dois anos de idade ou mais. As gestantes e nutrizas também precisam ser orientadas sobre a importância de ingerirem uma dieta equilibrada com todos os nutrientes e da importância do aleitamento materno até os dois anos de idade ou mais. As mães devem ser alertadas que o uso de mamadeiras, de bicos e de chupetas pode dificultar o aleitamento materno, particularmente quando se deseja manter ou retornar à amamentação; seu uso inadequado pode trazer prejuízos à saúde do lactente, além de custos desnecessários. As mães devem estar cientes da importância dos cuidados de higiene e do modo correto do preparo dos substitutos do leite materno na saúde do bebê. Cabe ao especialista esclarecer previamente às mães quanto aos custos, riscos e impactos sociais desta substituição para o bebê. É importante que a família tenha uma alimentação equilibrada e que sejam respeitados os hábitos culturais na introdução de alimentos complementares na dieta do lactente, bem como sejam sempre incentivadas as escolhas alimentares saudáveis.

Material técnico-científico destinado exclusivamente aos profissionais de saúde, obedecendo rigorosamente a Portaria nº 2051/01, a Resolução RDC nº222/02, Lei 11265/06 e decretos que a regulamentam. Proibida a distribuição a outros públicos e reprodução total ou parcial. É proibida a utilização deste material para realização de promoção comercial. Janeiro/2024. Imagens ilustrativas.

**Na impossibilidade do aleitamento materno, as fórmulas infantis são indicadas.**