

# INTRODUÇÃO ALIMENTAR: CONTRIBUIÇÃO DE ESTUDANTES DE MEDICINA NA ORIENTAÇÃO A CUIDADORES NO DESENVOLVIMENTO NUTRICIONAL EM LACTENTES

Lucas Venâncio Silva Cirilo<sup>1</sup>, Gabriel Castanheira Sales<sup>2</sup>, Marcelo Adriano de Lima Franco<sup>3</sup>, Amanda de Assis Maria<sup>4</sup>, Maria Olívia de Matos e Oliveira<sup>5</sup>, Vinícius Augusto Brito de Aquino<sup>6</sup>, Claudy Frantz Ashley Darius<sup>7</sup>, Bruna Grazielle Carvalho Jacomel<sup>8</sup>, Rosiane Luz Cavalcante<sup>9</sup>, Ana Carolina Aviz dos Santos<sup>10</sup>.

<sup>1-7</sup>Graduando em Medicina, Universidade Federal do Pará (UFPA), Altamira, Pará;  
<sup>8-9</sup>Enfermeira, Mestre em Saúde na Amazônia, Universidade Federal do Pará (UFPA), Altamira, Pará; <sup>10</sup>Bióloga, Mestre em Biologia Ambiental na Amazônia, Universidade Federal do Pará (UFPA), Altamira, Pará

DOI: 10.47094/IIICNNESP.2022/15

**PALAVRAS – CHAVES:** Saúde da Criança. Educação em Saúde. Desenvolvimento Infantil.

**ÁREA TEMÁTICA:** Educação em saúde.

## INTRODUÇÃO

O leite materno contém todos os nutrientes necessários ao bebê durante seus seis primeiros meses de vida, além de proteger contra infecções e alergias, o leite materno estimula o desenvolvimento dos sistemas imunológico, digestório e neurológico. Após os primeiros seis meses, entretanto, é necessária a introdução alimentar de forma gradual, mas mantendo o leite até os dois anos de idade (SBP, 2018).

Passados os seis meses, o leite materno não consegue suprir todas as necessidades alimentares do lactante por si próprio, sendo necessário a introdução de outros alimentos na dieta do bebê. São perceptíveis, então, os chamados sinais de prontidão, que indicam que o bebê está pronto para ser apresentado a outras formas de nutrição, além do leite materno (BRASIL, 2003).

A introdução alimentar deve ser equilibrada, fornecendo todos os nutrientes necessários. Assim, deve-se ter cuidado com a alimentação excessiva de algumas macromoléculas – carboidratos e lipídeos, por exemplo –, pois predispõe a doenças crônicas como obesidade e diabetes tipo 2 (LEÃO, *et. al.*, 2021).

Há, determinados métodos para introduzir os alimentos à dieta da criança. O método tradicional, que se baseia em oferecer a comida em forma de “papa”, com a quantidade determinada pelos responsáveis. Outro método, chamado de Baby Led Weaning (BLW), é o desmame guiado pelo bebê, com oferta de alimentos em pequenos pedaços e estimulação da alimentação por conta própria. Por último, o Baby Led Introduction to SolidS (BLISS) que, assim como no BLW, o bebê se alimenta sozinho, mas, com o intuito de evitar engasgos, a textura do alimento é pastosa, como na alimentação tradicional (SBP, 2018).

## METODOLOGIA

Esse projeto configura-se como Educação em Saúde intervencionista, o local de aplicação deste projeto é no Programa de Aleitamento Materno Exclusivo (PROAME), o qual fica no Centro de Saúde Ilvanir Denardim, único PROAME do município de Altamira-PA. O público-alvo são os responsáveis ou cuidadores de crianças participantes e que são atendidas pelo PROAME. Os membros deste projeto são compostos por docentes orientadores e discentes da Faculdade de Medicina da Universidade Federal do Pará, *Campus* de Altamira, localizada na região do Médio Xingu. A etapa inicial do projeto consistiu na capacitação dos membros do corpo técnico e colaboradores com o intuito de qualificá-

los em temas fundamentais e relacionados à introdução alimentar no lactente a partir dos seis meses de idade.

A segunda etapa fora voltada para a inserção de plano de trabalho de cada aluno participante, seguida da elaboração de uma cartilha digital contendo informações a respeito de introdução alimentar, sinais de prontidão, tipos de métodos para essa introdução, além de descrever os alimentos que são adequados para cada idade do bebê, como forma de auxiliar as famílias em vulnerabilidade socioeconômica, elencar quais frutas/verduras/legumes estão em época de colheita em cada mês do ano, com a finalidade de haver um custo-benefício positivo nessa fase da vida da criança. Ademais, a construção de banner, formação de grupos que visam a discussão de temas relacionados ao projeto e quais abordagens são realizadas para o compartilhamento de informações.

O corpo técnico colaborador faz o uso de métodos de aproximação, dinâmicas, rodas de conversa e compartilhamento dos materiais produzidos, com o propósito de integrar e se identificar com a realidade vivida em cada contexto familiar dos grupos de pais, responsáveis ou cuidadores dessas crianças. As intervenções em saúde são a principal meta do projeto, que tem durabilidade de um ano e visa perfazer o quantitativo de, no mínimo, 150 pais ou cuidadores até o fim do projeto, visto que promovem uma autonomia no público-alvo de maneira que consiga realizar a introdução alimentar de crianças a partir de seis meses de idade, de modo que haja uma atenção à saúde do lactente, contribuindo, assim, para seu desenvolvimento nutricional saudável.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

A introdução alimentar, em consonância com o Ministério da Saúde, deve ser realizada aos 6 meses de idade. Porém, nota-se que muitas famílias a fazem antes dessa faixa etária, prejudicando, em demasia, a saúde dos bebês (DE MELO, *et al.*, 2021), ou seja, práticas inapropriadas desse ato podem levar ao mal desenvolvimento infantil, o surgimento de doenças crônicas (GOMES, *et al.*, 2022) e o risco a manifestação alérgica (SILVA, *et al.*, 2019). Além disso, é imprescindível seguir as normas ditadas pelos órgãos competentes de saúde, tanto no contexto nacional quanto internacional.

A partir disso, é imprescindível a observação dos sinais de prontidão para o início da alimentação (GOMES, *et al.*, 2022), visto que após seis meses de vida, as necessidades alimentares das crianças já não são supridas com o aleitamento materno exclusivo, sendo fundamental a introdução de novas fontes de energia (MARTINS; HAACK, 2013).

Nesse período da vida, a criança já possui capacidades fisiológica e neurológica à recepção desses alimentos, ditos complementares, os quais são nutritivos, sólidos ou líquidos e diferentes do leite materno. Contudo, é recomendado a continuidade da amamentação até os dois anos de idade, pois a introdução alimentar é complementar tal processo, e não o substituir (MARTINS; HAACK, 2013).

No decorrer de muitas gerações, a sociedade experimentou alimentar os mais novos embasada em informações repassadas entre gerações (FALCONI, 2020). Isso acontece em virtude a vários fatores extrínsecos à família, como os hábitos tradicionais, vivências prévias dos indivíduos, entre outros aspectos de cunho social e cultural (MELO, *et al.*, 2021). A complementação alimentar, na maioria dos seios familiares, é feita de forma instintiva e sem um acompanhamento ou conhecimento acerca da nutrição (FALCONI, 2020).

As deficiências nutricionais, em virtude a uma inadequada introdução alimentar, pode viabilizar o surgimento de doenças imediatas na saúde da criança ou deixar sequelas futuras (LIMA, 2020). Ademais, realizar esse processo, substituindo a amamentação é prejudicial (MARTINS; HAACK, 2013), pois estudos evidenciam que o leite aprimora o desenvolvimento cerebral pelas ações bioquímica e funcional (OLIVEIRA, 2017).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Desse modo, nota-se a essencialidade dos projetos de extensão no âmbito da educação em saúde, os quais são formulados no interior da universidade e postos em prática para a comunidade em geral, com o intuito de sensibilizar os indivíduos acerca de ações básicas para um bem-estar social, emocional e fisiológico. Outrossim, o presente projeto ressalta a importância da introdução alimentar após os seis meses de vida, de acordo com o Ministério da Saúde, diante disso, coordena a capacitação dos alunos envolvidos no direcionamento dos pais e dos cuidadores de crianças assistidos pelo PROAME, no município de Altamira-PA, da necessidade e de como iniciar, eficientemente, esse processo.

## PRINCIPAIS REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. **Dez passos para uma alimentação saudável: guia alimentar para crianças menores de 2 anos: álbum seriado** / Ministério da Saúde. – Brasília: Ministério da Saúde, 2003. Disponível em: < [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/10\\_passos.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/10_passos.pdf)> Acesso em: 10 de maio de 2022.

DA SILVA MONTEIRO, Gicely Regina Sobral; DA SILVA TAVARES, Adrienny Nunes; DA SILVA PEDROSA, Zenaide Verônica Ribeiro. **A introdução alimentar precoce e o risco de alergias: Revisão da literatura**. Enfermeria Global, v. 54, p. 485, 2019. Disponível em: < [https://scielo.isciii.es/pdf/eg/v18n54/pt\\_1695-6141-eg-18-54-470.pdf](https://scielo.isciii.es/pdf/eg/v18n54/pt_1695-6141-eg-18-54-470.pdf)> Acesso em: 10 de maio de 2022.

DE MELO, Nathalia Kellen Lucas et al. **Aspectos influenciadores da introdução alimentar infantil**. Distúrbios da Comunicação, v. 33, n. 1, p. 14-24, 2021. Disponível em: < <https://revistas.pucsp.br/index.php/dic/article/view/48739/34722>> Acesso em: 10 de maio de 2022.

DE SOUZA OLIVEIRA, Taisa Ribeiro et al. **Associação entre o aleitamento materno, introdução alimentar e desenvolvimento neuropsicomotor nos primeiros seis meses de vida**. Distúrbios da Comunicação, v. 29, n. 2, p. 262-273, 2017. Disponível em: < <https://revistas.pucsp.br/index.php/dic/article/view/29637/22997>> Acesso em: 10 de maio de 2022.

FALCONI, Hector Roberto Salvador. **Introdução alimentar: orientações, realidade e consequências na atenção primária à saúde**. São Paulo, 2022. Disponível em: < <https://ares.unasus.gov.br/acervo/handle/ARES/26805>> Acesso em: 10 de maio de 2022.

GOMES, Rayssa Araújo; GARCIA, Tulia Fernanda Meira; GARCIA, Lígia Rejane Siqueira. **Conhecimento dos profissionais da atenção primária à saúde sobre introdução alimentar infantil**. Revista Ciência Plural, v. 8, n. 2, p. 1-21, 2022. Disponível em: < <https://periodicos.ufrn.br/rcp/article/view/26588/15460>> Acesso em: 10 de maio de 2022.

LEÃO, Bruna et al. **Introdução Alimentar: Um Olhar Importante Para o Desenvolvimento Infantil**. 2021. Disponível em: < <https://repositorio.animaeducacao.com.br/bitstream/ANIMA/19216/1/Introdu%c3%a7%c3%a3o%20Alimentar%20-%20Bruna%20Le%c3%a3o%2c%20Joyce%2c%20Lucas%20e%20Taynara.pdf>> Acesso em: 10 de maio de 2022.

LIMA, A. T. A.; LIMA, C. L. S.; BARBOZA, A. A. A.; LIMA, V. S. de; VIANA, K. K. G.; LIRA, S. M. **Influence of early food introduction on the development of childhood obesity: a literature review**. Research, Society and Development, [S. l.], v. 9, n. 8, p. e56984925, 2020. DOI: 10.33448/rsd-v9i8.4925. Disponível em: < <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/4925>> Acesso em: 10 de maio de 2022.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. **Manual de Alimentação: orientações para alimentação do lactente ao adolescente, na escola, na gestante, na prevenção de doenças e segurança alimentar** / Sociedade Brasileira de Pediatria. Departamento Científico de Nutrologia. – 4ª. ed. - São Paulo: SBP, 2018. 172 p. Disponível em: < [https://drarenatadgleal.med.br/wp-content/uploads/2018/11/ManNutro\\_Alimentacao\\_para\\_site.pdf](https://drarenatadgleal.med.br/wp-content/uploads/2018/11/ManNutro_Alimentacao_para_site.pdf)> Acesso em: 10 de maio de 2022.