

## ORIENTAÇÕES SOBRE ALIMENTAÇÃO INFANTIL NA ATENÇÃO PRIMÁRIA A SAÚDE

**Isadora Nogueira Vasconcelos<sup>1</sup>; Lizyane Camila Oliveira Vieira<sup>2</sup>; Maria Lara de Almeida Pinheiro<sup>3</sup>; Camila Soares Ferreira Lima<sup>4</sup>; Giselle de Andrade Barbosa<sup>5</sup>; Larissa Cavalcante Campos<sup>6</sup>; Cristiane Souto Almeida<sup>7</sup>; Daniela Vasconcelos de Azevedo<sup>8</sup>**

<sup>1</sup> Mestre em Nutrição e Saúde e Docente no curso de Nutrição, Universidade Estadual do Ceará (UECE) e Centro Universitário Fametro (UNIFAMETRO), Fortaleza, Ceará.

<sup>2</sup> Mestranda em Nutrição e Saúde, Universidade Estadual do Ceará (UECE), Fortaleza, Ceará.

<sup>3,4,5</sup> Graduandas em Nutrição, Universidade Estadual do Ceará (UECE), Fortaleza, Ceará.

<sup>6</sup> Graduada em Nutrição, Universidade de Fortaleza (UNIFOR), Fortaleza, Ceará.

<sup>7</sup> Mestre em Saúde Coletiva e Docente no curso de Nutrição, Universidade Estadual do Ceará (UECE) e Faculdade Vale do Jaguaribe (FVJ), Fortaleza, Ceará.

<sup>8</sup> Doutora em Ciências da Saúde e Docente do Programa de Pós-Graduação em Nutrição e Saúde, Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN) e Universidade Estadual do Ceará (UECE), Natal, Rio Grande do Norte e Fortaleza, Ceará.

**DOI: 10.47094/IICNNESP.2021/88**

### RESUMO

O recebimento de orientações por profissionais é essencial para a formação do comportamento alimentar da população, tornando-se ainda mais efetivo quando ocorre desde as esferas mais básicas da saúde. Trata-se de um estudo transversal, sendo um recorte de uma pesquisa maior intitulada: A rede de atenção em saúde materno-infantil em Fortaleza: cuidando de gestantes, nutrizes e crianças menores de dois anos. Foram incluídas na amostra as crianças menores de dois anos de idade, inscritas na unidade de saúde, acompanhadas pela mãe. Foram coletados dados socioeconômicos da mãe e sobre orientação da alimentação complementar das crianças. Mais da metade das mães receberam orientação sobre alimentação infantil de algum profissional. Os alimentos mais excluídos da dieta da criança foram os alimentos ultraprocessados. É notório que as mães sabem dos prejuízos na saúde de seus filhos de certos alimentos, enfatizado a importância da realização de orientação nutricional por profissionais capacitados.

**PALAVRAS-CHAVE:** Alimentação Complementar. Orientação Nutricional. Atenção Primária à Saúde.

**ÁREA TEMÁTICA:** Nutrição.

## INTRODUÇÃO

A alimentação desempenha papel fundamental em todas as etapas da vida, especialmente nos primeiros dois anos. Uma alimentação saudável e adequada é crucial para o crescimento e o desenvolvimento das crianças, como também para manutenção da saúde e para a formação de hábitos alimentares (DOS SANTOS, 2019). O recebimento de orientações por profissionais é essencial para a formação do comportamento alimentar da população, tonando-se ainda mais efetivo quando ocorre desde as esferas mais básicas da saúde, que possuem contato mais frequente e direto com a população. A atenção básica desempenha importante papel na manutenção da saúde de seus pacientes, devendo interferir de maneira positiva, na orientação de pais de crianças menores de dois anos sobre alimentação saudável e adequada (BRASIL, 2019). Dessa forma, o estudo busca avaliar se as mães de crianças menores de dois anos estão recebendo orientação sobre alimentação complementar e quais os profissionais a realizaram, como também a compreensão das orientações por parte dessas mães.

## METODOLOGIA

Estudo transversal com abordagem quantitativa, sendo um recorte de uma pesquisa maior intitulada: A rede de atenção em saúde materno-infantil em Fortaleza: cuidando de gestantes, nutrizes e crianças menores de dois anos (Edital Universal 14/2013 - CNPq; Processo: 484077/2013-9), aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual do Ceará, seguindo a Resolução 196/96 (BRASIL, 1996) do Conselho Nacional de Saúde, sob o protocolo 388.016/ CAAE: 14911313.0.0000.5534.

A pesquisa foi desenvolvida em sete Unidades de Atenção Primária à Saúde da cidade de Fortaleza, Ceará, escolhidas mediante sorteio, buscando formar uma amostra representativa da cidade. Foram incluídas na amostra as crianças menores de dois anos de idade (0 a 23 meses e 29 dias) inscritas na unidade de saúde, acompanhadas pela mãe, que tivesse 19 ou mais anos de idade. Crianças com alguma patologia que interferisse em sua alimentação não seriam incluídas.

A coleta de dados ocorreu entre dezembro de 2015 e agosto de 2016, através de entrevista com as mães responsáveis pela alimentação da criança, após a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Foram coletados dados socioeconômicos da mãe e sobre orientação da alimentação complementar das crianças. E seguida, os dados foram analisados através do programa excel®, versão 2010. Os dados descritivos foram tabulados para apresentação em frequências simples e percentual, médias e variações. Para as questões que possibilitavam respostas abertas, foram criadas categorias que contemplassem aquelas com maior frequência de resposta e que poderiam ser agrupadas em uma mesma categoria.

## RESULTADOS E DISCUSSÕES

A maioria das mães tinha idade média de 27,6 anos ( $\pm 6,26$ ), variando entre 19 a 50 anos, 213 (78,2%) possuíam o ensino médio completo e apenas 19 (5,9%) possuíam o ensino superior. Em relação à renda familiar, 232 (72,7%) afirmaram receber entre um e três salários mínimos.

Outrossim, 162 (51,1%) mães informaram que receberam orientação sobre alimentação infantil de algum profissional da atenção básica, no qual 83 (49,4%) orientações foram realizadas por enfermeiros, 73 (43,4%) foram realizadas por médicos e 10 (6,0%) por nutricionistas. Em relação às restrições alimentares das crianças, 159 (55,6%) mães relataram que existiam alimentos que não ofereciam aos seus filhos. Dentre esses alimentos, os mais excluídos foram os alimentos ultraprocessados, seguido de frutas, alimentos gordurosos e cereais (Tabela 1).

**Tabela 1:** Orientação sobre alimentação complementar de mães de crianças menores de dois anos de idade acompanhadas em unidades básicas de saúde na cidade de Fortaleza, Ceará.

		n	%
<b>Recebeu Orientação Nutricional</b>	Sim	162	51,4
	Não	153	48,6
<b>Profissional que realizou a orientação Nutricional</b>	Enfermeiro	83	49,4
	Médico	73	43,4
	Nutricionista	10	6,0
	Psicólogo	0	0,0
	Assistente Social	0	0,0
	Agente Comunitário de Saúde	01	0,6
	Não Sabe	01	0,6
	Outro	0	0,0
<b>Exclusão de algum alimento da dieta da criança</b>	Sim	159	55,6
	Não	127	44,4
<b>Alimentos Excluídos</b>	Alimentos Ultraprocessados	90	54,9
	Frutas	22	13,4
	Alimentos Gordurosos	16	9,8
	Açúcar e Sal	08	4,9
	Leite e Derivados	13	7,9
	Cereais	15	9,1

A orientação nutricional é uma estratégia eficaz na criação de hábitos saudáveis na população, assim quanto mais os profissionais estiverem comprometidos em ensinar a população sobre alimentação saudável, principalmente as crianças que estão começando a criar seus hábitos, melhores estes serão. Em uma metanálise realizada por Sunguya *et al* (2013), encontrou em estudos que quando os profissionais de saúde são capacitados e passam informações seguras sobre alimentação

infantil geram resultados satisfatórios na criação de hábitos saudáveis na população, melhorando a diversidade e a qualidade da dieta. Também é possível ver a importância de todos os profissionais da atenção primária se envolverem nesse objetivo, pois no presente estudo, os profissionais que mais orientaram as mães foram enfermeiros e médicos (SUNGUYA *et al*, 2013). Provavelmente, por esses profissionais terem maior contato com as mães, fica mais fácil conversar e orientar sobre alimentação durante as consultas. Além disso, como o nutricionista não faz parte da equipe mínima da atenção primária, estando presente somente em algumas unidades básicas de saúde, pode ser explicado a baixa participação destes nas orientações sobre alimentação complementar.

Ademais, os alimentos ultraprocessados foram os mais excluídos da dieta das crianças, sendo justificado pelas mães por causarem malefícios para a saúde do seu filho. Esses achados corroboram com outros estudos em que foram vistos a baixa ingestão de alimentos ultraprocessados, como refrigerantes, na dieta das crianças menores de dois anos por mães também orientadas por profissionais da atenção básica (BALDISSERA, 2016). O que nos remete a importância da orientação nutricional na atenção primária à saúde e sua eficácia na criação de hábitos saudáveis desde cedo na população.

Porém, um achado do estudo foi a exclusão de determinadas frutas pelas mães, no qual elas justificavam por serem ácidas ou oleosas, o que merece atenção e deve ser desmistificado pelos profissionais de saúde. Porém, mesmo com a exclusão de algumas frutas na dieta das crianças, ainda percebe-se um consumo elevado desse grupo alimentar, mostrando que as mães sabem da sua importância para a saúde do seu filho (MARINHO, 2016).

Outro ponto que merece destaque foi a não oferta de alimentos tidos como “gordurosos”, como exemplo a feijoada, a carne de porco e a carne vermelha, no qual as mães explicaram que eram porque esses alimentos eram “reimosos” e faziam mal para seus filhos. O que também reforça o quanto o senso comum contribui nas nossas escolhas alimentares, pois mesmo sendo recomendado pelo Ministério da Saúde, as mães preferem não oferecerem para os seus filhos (BRASIL, 2019).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A alimentação complementar das crianças do estudo, não é baseada em alimentos ultraprocessados, pois as mães foram orientadas por profissionais de saúde sobre os malefícios à saúde de seus filhos que esses alimentos trazem. Também, percebeu-se a importância da realização de orientação nutricional por profissionais capacitados, de forma que possam contribuir com a inclusão e exclusão adequada de alimentos. Porém, merece destaque o desafio que esses profissionais precisam enfrentar sobre os conhecimentos preconcebidos pelas famílias, que geram exclusão de alimentos que não precisam ser excluídos e que poderiam contribuir para a diversidade da dieta infantil.

## PRINCIPAIS REFERÊNCIAS

BALDISSERA, R., ISSLER, R. M. S., GIUGLIANI, E. R. J. Efetividade da Estratégia Nacional para Alimentação Complementar Saudável na melhoria da alimentação complementar de lactentes em um município do Sul do Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 32, p. e00101315, 2016.

BRASIL. Ministério da Saúde. Guia alimentar para crianças brasileiras menores de 2 anos. 1 ed. Brasília. **Ministério da saúde**. 2019.

DOS SANTOS, A. M., VIEIRA, R. M., SILVA, T. K. R., MAZUR, C. E., SCHWARZ, K., DA SILVA, C. C., VIEIRA, D. G. Alimentação complementar: práticas e orientações nutricionais de profissionais da saúde. **Saúde (Santa Maria)**, v. 45, n. 1, 2019.

MARINHO, L. M. F., CAPELLI, J. D. C. S., ROCHA, C. M. M. D., BOUSKELA, A., CARMO, C. N. D., FREITAS, S. E. A. P. D., PONTES, J. D. S. Situação da alimentação complementar de crianças entre 6 e 24 meses assistidas na Rede de Atenção Básica de Saúde de Macaé, RJ, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 21, p. 977-986, 2016.

SUNGUYA, B. F., POUDEL, K. C., MLUNDE, L. B., SHAKYA, P., URASSA, D. P., JIMBA, M., YASUOKA, J. Effectiveness of nutrition training of health workers toward improving caregivers' feeding practices for children aged six months to two years: a systematic review. **Nutrition journal**, v. 12, n. 1, p. 1-14, 2013.