

ALIMENTAÇÃO COMPLEMENTAR EM MENORES DE UM ANO: INTERPRETAÇÕES DE MÃES ADOLESCENTES

COMPLEMENTARY FEEDING IN INFANTS UNDER ONE YEAR: INTERPRETATION OF ADOLESCENT MOTHERS

Adailene Souza Silva

Enfermeira. Especialista em Saúde da Família pela Universidade Federal do Ceará (UFC) e pela Universidade Aberta do SUS (UNASUS). adailene@hotmail.com

Dailon De Araújo Alves

Enfermeiro. Especialista em Saúde da Família pela Faculdade Integrada de Patos (FIP). Professor Substituto do Departamento de Enfermagem da Universidade Regional do Cariri (URCA). dailon.araujo@hotmail.com

Izabel Cristina Santiago Lemos

Enfermeira. Mestre em Bioprospecção Molecular pela Universidade Regional do Cariri (URCA). Professora Substituta do Departamento de Enfermagem da Universidade Regional do Cariri.
izabel_santiago@hotmail.com

Grayce Alencar Albuquerque

Enfermeira. Doutoranda em Ciências da Saúde pela Faculdade de Medicina do ABC. Professora Efetiva do Departamento de Enfermagem da Universidade Regional do Cariri (URCA). geycy@oi.com.br

RESUMO

A transição do aleitamento materno para a introdução de uma alimentação complementar é considerado um momento crucial na vida das crianças menores de um ano. Este estudo teve como objetivo conhecer, sob a ótica de mães adolescentes, como ocorre a alimentação complementar de seus filhos, no primeiro ano de vida. Este é um estudo descritivo e exploratório, de abordagem qualitativa, realizado no município de Barbalha - CE, com mães adolescentes. O estudo evidenciou que as mães, apesar de conhecerem a importância do estabelecimento de práticas alimentares saudáveis, ainda acabam submetendo os seus filhos/as a desarranjos nutricionais.

Palavras-chave: Suplementação alimentar; Nutrição da Criança; Enfermagem em saúde comunitária.

ABSTRACT

The transition from breastfeeding to the introduction of complementary feeding is considered a crucial moment in the lives of children under one year. This study aimed to understand, under the perspective of adolescent mothers, how to introduce complementary feeding to their children in the first year of life. This is a descriptive study of qualitative approach, held in the city of Barbalha - CE, Brazil, with teenage mothers. The study showed that mothers, despite knowing the importance of establishing healthy eating habits, still end up submitting their children to nutritional disorders.

Keywords: Supplementary feeding; Child Nutrition; Community health nursing.

INTRODUÇÃO

A primeira medida a ser estimulada para promoção da saúde e formação de hábitos alimentares saudáveis é a amamentação, pois é a única prática capaz de fornecer todos os nutrientes em quantidades equilibradas, atendendo às necessidades fisiológicas e digestivas da criança, considerando o seu metabolismo. Além disso, essa prática favorece o desenvolvimento psicológico, fortalece o vínculo afetivo do binômio mãe/filho e contribui de modo relevante para redução dos riscos de condições crônicas, como diabetes e obesidade, desde a infância até a vida adulta (BRASIL, 2015).

Segundo Modesto, Devincenzi e Singulem (2007), o aleitamento materno exclusivo, mantido até o sexto mês de vida, é enfatizado pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como uma importante medida de saúde pública, tendo impacto efetivo na redução do risco para condições crônicas futuras. No entanto, a partir do sexto mês não é mais capaz de atender a demanda energética necessária ao crescimento e desenvolvimento adequado da criança (BRASIL, 2011), requerendo que alimentos complementares sejam acrescidos à dieta com objetivo de complementar às suas propriedades nutritivas.

Assim, a alimentação complementar é compreendida como a alimentação fornecida no período em que outros alimentos e/ou líquidos são oferecidos em adição ao leite materno (DIAS; FREIRE; FRANCESCHINI, 2010), sendo composta por um conjunto de alimentos que devem ser ricos em energia, micronutrientes, vitaminas e isentos de contaminantes biológicos, físicos ou químicos. Além disso, ressalta-se a importância da análise custo-benefício na interface da realidade familiar, bem como, a valorização de aspectos culturais e regionais que envolvem o alimento, tendo em vista que nutrir é um fenômeno social (ROTEMBERG; VARGAS, 2004).

De acordo com Salve & Silva (2009), os primeiros anos de vida da criança são marcados por crescimento e desenvolvimento de forma acelerada, assim as práticas alimentares infantis, desde a amamentação até a introdução de alimentos complementares e cotidianos da família, consistem em uma etapa crítica. Práticas não saudáveis nessa fase podem repercutir em problemas de saúde futuros.

Sabe-se que a prática alimentar é um processo complexo e influenciado por fatores culturais e socioeconômicos, que interferem direta ou indiretamente no estado nutricional da criança (SILVA; VENÂNCIO; MARCHIONI, 2010). Contudo, o aspecto mais

relevante na formação dos hábitos alimentares da criança é resultante da interação do infante com a mãe (VIEIRA et al., 2004), principal responsável (SANTOS; LIMA; JAVORSKI, 2007) por apresentar, escolher e preparar os alimentos.

Sendo assim, a mãe constitui objeto de estudo relevante para a compreensão do estabelecimento dos padrões alimentares das crianças, pois é o sujeito mediador no ato de nutrir, importante no estabelecimento dos padrões alimentares das crianças, e suas escolhas serão a base da experiência alimentar para o filho, ou seja, podem ser uma influência negativa ou positiva sobre o estabelecimento de hábitos alimentares saudáveis da criança, considerando que há uma influência direta do padrão alimentar da mãe sobre os demais membros da família. Desta forma, práticas alimentares inapropriadas dos genitores, como a que se observa em pais adolescentes, poderão prejudicar a alimentação complementar das crianças.

Nesse cenário, evidenciou-se a necessidade de conhecer a alimentação complementar de menores de um ano, filhos de mães adolescentes, a partir da percepção dessas. Para tanto, foram estabelecidos os seguintes questionamentos: qual é a influência da prática alimentar da mãe adolescente sobre a introdução da alimentação complementar de seu filho? Além disso, como as mães adolescentes vivenciam o processo de alimentação de seus filhos?

Assim, este estudo objetivou conhecer as práticas alimentares de mães adolescentes frente à alimentação complementar ofertada a seus filhos, no intuito de compreender como essas mães, a partir de seus valores, crenças e percepções, fundamentam suas práticas.

Dessa forma, este estudo torna-se relevante à medida que agrega sentido ao estabelecimento de práticas alimentares saudáveis e contribui para a reavaliação de ações de saúde na promoção da alimentação complementar no público pediátrico.

METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa descritiva e exploratória, com abordagem qualitativa, realizada no Centro de Saúde Materno Infantil (CSMI), situado no município de Barbalha, localizado a uma distância de 575 Km da capital do Estado do Ceará, Brasil.

O CSMI é um centro de referência em puericultura para as 22 unidades de Estratégia Saúde da Família- ESF existentes no município, e atende, por mês, a média de 81 crianças, filhas de mães adolescentes.

Participaram da pesquisa mães adolescentes, com idade entre 12 a 19 anos, com filhos na faixa etária entre seis a 11 meses e 29 dias, presentes no momento da coleta de dados e que aceitaram participar deste estudo. Essa faixa etária foi escolhida a partir do pressuposto de que crianças maiores de seis meses já tenham alimentação complementar instituída.

A coleta de dados ocorreu em setembro de 2013. Foi utilizado como instrumento de coleta de dados um roteiro de entrevista semiestruturado e a gravação das falas, que foram realizadas após explicação dos objetivos do estudo e assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Os discursos foram organizados e categorizados com base na técnica de análise de conteúdo de Bardin (BARDIN, 2006) e divididos em quatro núcleos temáticos que constituem as respostas em relação aos questionamentos citados anteriormente, sendo eles: “Qual é a influência da prática alimentar da mãe adolescente sobre a introdução da alimentação complementar de seu filho? ” E “Como as mães adolescentes vivenciam o processo de alimentação de seus filhos? ”.

A saturação teórica (FLICK, 2009) foi constatada com a realização de 10 entrevistas.

Esta pesquisa foi autorizada pela Secretaria Municipal de Saúde de Barbalha-CE, através de contato prévio. Todos os procedimentos obedeceram aos padrões estabelecidos pela Resolução nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde, que trata sobre as Normas de Pesquisa Envolvendo Seres Humanos, que têm por princípios básicos a não maleficência, a autonomia, a justiça e a beneficência. Esta pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética e Pesquisa do Instituto Leão Sampaio de Ensino Universitário, com

parecer 446.034. Além disso, as falas dos sujeitos envolvidos na pesquisa foram identificadas por meio da letra 'M', que significa mãe, seguida de número cardinal (1, 2, 3,...) revelando a ordem com que foram entrevistadas.

RESULTADOS

A idade das mães variou entre 12 a 19 anos, sendo que cinco delas residiam em zona urbana. Em relação a escolaridade, seis cursaram o ensino médio completo e três não terminaram o ensino fundamental.

Apenas uma mãe adolescente trabalhava fora do domicílio. A renda familiar variou entre menos de um a dois salários mínimos, preponderando a renda inferior a um salário, destacando-se o companheiro como principal provedor da família, sendo que cinco viviam em união estável, duas eram casadas e as demais solteiras.

No que concerne ao número de filhos, nove eram primíparas. Todas afirmaram ter realizado pré-natal, porém, três não souberam informar o número de consultas, e as que souberam, se consultaram entre sete e nove consultas durante a gestação.

Em relação ao perfil alimentar da prole, nove das mães utilizavam mamadeira para ofertar alimentos e sete ainda estavam amamentando. Salienta-se que, entre as crianças, cinco eram cuidadas predominantemente pela avó.

Os discursos demonstraram que alimentos como água, chá, leite em pó, mingau, arroz/macarrão, feijão/caldo, bolacha doce, frutas e açúcar foram introduzidos precocemente à dieta do lactente menor de seis meses, por cinco das mães.

A maioria das mães, oito, relatou ter sido orientada por um profissional de saúde, destacando-se o médico pediatra, face a alimentação complementar. Paralelamente, o mesmo contingente informou que tinha dúvidas após a consulta e que não obteve oportunidade de esclarecê-las.

Mediante os discursos das participantes, esses foram divididos a partir dos núcleos temáticos identificados pela análise dos discursos, resultando em quatro categorias temáticas assim descritas: i) percepção da mãe adolescente sobre amamentação; ii) a

referência alimentar da mãe adolescente; iii) o sentimento de cuidar da alimentação do filho e iv) a postura da mãe frente à alimentação da criança e da família.

Percepção da mãe adolescente sobre amamentação

Os discursos revelaram que mães adolescentes têm insegurança quanto à prática da amamentação. A maioria relaciona o ato de amamentar com o cuidado, proteção, ligação sentimental com o filho e, sobretudo, a saúde da criança.

“[...] Eu não entendo muito disso não porque ele deixou de mamar cedo. Mas, tem importância em primeiro lugar para saúde dele” (M1).

“Acho que pra criança faz bem né? Porque se não fosse o peito como ela ia sobreviver? Acho que é melhor pra ela o peito por causa da saúde” (M2).

“[...] ideal pra criança, fortalecer, crescer muito mais saudável. Eu acho muito bom amamentar” (M3).

“Amamentar é amor, saúde, desenvolvimento, proteção, né! A criança cresce mais saudável [...] é difícil de ficar doente” (M4).

A referência alimentar da mãe adolescente.

As mães adolescentes buscam no meio social, referências para nortear suas práticas alimentares, especialmente no meio familiar, onde a figura da avó mostrou-se a influência mais evidente.

“Minha mãe [...] Ela diz pra oferecer coisas pra ela comer, não acostumar o bebê a mamar pra eu não ficar magra, pra oferecer leite e mingau. Mãe pedia pra eu dar leite e mingau antes dos seis meses, isso eu não seguia. Mas eu sigo as coisas que ela diz na maior parte” (M9).

“Minha mãe, ela diz pra [...] sempre dar danone, essas coisas leves, não muito pesadas, prestar atenção se ela se der com a alimento, e se ela se der continuar dando e se não procurar outras coisas[...] Não é pra dar todo dia feijão, só dar é mais arroz, sopinha essas coisas. Eu acho feijão ‘pesado’ pra dar a ela”(M2).

É importante destacar que as práticas alimentares das mães adolescentes apresentam-se permeadas por crenças e saberes populares, revelando como o senso comum e o saber científico se aglutinam. Os alimentos ganham significados e são categorizados em ‘leves’, ‘pesados’ e ‘saudáveis’, a partir da experiência da mãe adolescente. Vale ressaltar que esse tipo de conduta experimental na alimentação da criança, pode trazer sérios riscos à sua saúde, uma vez que determinados alimentos, principalmente os industrializados, contém uma gama infinita de aditivos e conservantes, elementos esses, responsáveis por várias desordens de origem cardiovascular e gastrintestinal.

O sentimento de cuidar da alimentação do filho

As mães adolescentes exprimem que o cuidado com o alimento dos filhos é importante para se propiciar o crescimento adequado da criança. Assim, avaliar o resultado de suas práticas alimentares, visto que a alimentação é um processo dinâmico, pode proporcionar, dependendo do tipo de alimento fornecido, um crescimento e desenvolvimento satisfatórios.

“[...] Acho que tô alimentando ele certo, porque o peso dele vai aumentando, vai ficando ‘esperto’, mais esperto que o normal, acho que tá adiantando” (M8).

“[...] É amor né. Ele precisa de alimento pra crescer bem e eu acho bom. Mas não dou sempre, ele não gosta muito, [...]”(M4).

Em relação à experiência de preparar a alimento das crianças, as mães relataram sentir satisfação. Porém, revelaram falta de habilidades para elaborar combinações alimentares para o lactente e demonstram insegurança emocional diante do comportamento da criança no momento da refeição.

“[...] É estranho, muito estranho. Mas eu gosto, tive dificuldades, mas gostei. Nunca preparava nada. Aprendi sozinha. Mas só era leite, só fazia leite” (M1).

“[...] Eu acho bom cuidar, principalmente na hora do alimento. Agora eu não tenho paciência quando ela tá chorando não, prefiro pegar ela do que fazer o que tava fazendo” (M2).

A postura da mãe frente à alimentação da criança e da família.

As mães incluem alguns alimentos e excluem outros, com base na crença de que podem ser benéficos ou prejudiciais para a saúde da criança.

“[...] Não dou refrigerante porque tem muito ácido, nem bolacha recheada porque é muito gordurosa. Não dou miojo a ele, porque miojo é muito ‘forte’ e não é adequado pra ele. Isso ali é pra gente grande, né pra criança não. Também, não dou feijão porque feijão dá infecção” (M1).

“[...] Ele não come tudo que a família come. Mas, tudo que a gente come dá um pouquinho a ela, porque ela gosta e se não der ela chora. Não é adequado, mas ela gosta” (M2).

De modo geral, as mães adolescentes, relataram que a alimentação das crianças deve ser diferenciada da que os adultos comem, e reconhecem que alguns alimentos são impróprios para o consumo infantil. Com isso, denota-se a presença marcante do aspecto empírico aglutinado no aspecto científico, já que essas jovens de certa forma, compreendem o componente prejudicial de alguns alimentos, não os ofertando aos seus filhos/as.

Outra questão apresentada pelos sujeitos é o fato de algumas mães oferecerem à criança todo o cardápio alimentar utilizado pela família, quando elas choram, situação

essa, que deve ser observada com cuidado, uma vez que certos comportamentos inculcados na infância, acabam repercutindo em momentos da vida posteriormente.

DISCUSSÃO

A prática alimentar infantil, desde a amamentação até a alimentação cotidiana da família, não é apenas uma mera necessidade biológica da criança, está permeada por fatores emocionais, pelo aprendizado e experiências da mãe (SALVE & SILVA, 2009) e dos cuidadores mais próximos. Esse conhecimento pode ser utilizado para compreender o comportamento alimentar das mães adolescentes.

Nesse contexto, as experiências, as crenças e os valores se mostraram importantes na construção do conhecimento dessas mães, destacando-se a representação do leite materno como alimento fraco e insuficiente para nutrir a criança. Essa compreensão pode favorecer a oferta antecipada de alimentos à dieta da criança, percepção que condiciona a oferta de alimentos que irão proporcionar melhor saciedade e nutrição da criança do que o leite.

As dificuldades e a falta de habilidades demonstradas por elas para o exercício do papel materno podem estar associadas ao fato do pouco conhecimento que elas têm sobre desenvolvimento infantil (DIAS & TEIXEIRA, 2010), resultando nas dúvidas, inseguranças ou notável falta de paciência percebida entre as mães adolescentes neste estudo (LIMA; JAVORSKI; VASCONCELOS, 2011), frisa-se, contudo, que essas são características peculiares à adolescência.

A partir do sexto mês de vida do lactente, novos alimentos devem ser introduzidos à dieta, devendo complementar as numerosas qualidades e funções do leite materno. Através da alimentação complementar, a criança será apresentada gradativamente aos hábitos alimentares de quem cuida dela. É uma nova fase do ciclo de vida, na qual novos sabores e texturas serão experimentados (BRASIL, 2015). Sabe-se que hábitos alimentares modulados na infância, quando não modificados, podem permanecer até a vida adulta (GARCIA, 2011).

Diante das opções de alimentos passíveis de serem oferecidos aos bebês, as mães buscam em seu universo de conhecimento e em seu cotidiano, elementos que as auxiliem na escolha daquele que melhor atenderá às necessidades do filho (SALVE & SILVA, 2009). Muitas vezes, as práticas alimentares da mãe são baseadas em seus valores e nas motivações sociais.

Em suma, as mães adolescentes, de modo geral, apresentaram conceitos adequados referentes a alimentos saudáveis para a alimentação da criança, por exemplo, valorizam alimentos caseiros, com ingredientes naturais como verduras, legumes e frutas, para serem ofertados ao infante. Entretanto, as narrativas evidenciam que, na prática, os alimentos servidos se resumem a arroz, sopa e mingau.

Entre as possíveis explicações está o fato de que uma alimentação saudável, incluindo frutas e verduras, tem custo elevado para famílias de baixa renda. Por outro lado, a indústria alimentícia fornece alimentos hipercalóricos, mais saciáveis, palatáveis e baratos, que os tornam acessíveis às classes baixa renda (ZUIN & ZUIN, 2009).

Outra questão importante, trata-se da família, que segundo Santos, Lima e Javorski (2007), possui papel essencial na determinação de futuras escolhas alimentares, porque na infância aprende-se por imitação e os alimentos desejados e consumidos são aqueles que agradam as pessoas com que se mantêm uma convivência. Esse fato contribui para que muitas das crianças comam e apreciem somente alimentos que fazem parte da alimentação daqueles com quem convivem.

Esse comportamento também foi evidenciado por Caetano et al. (2010) que em seu estudo descreve que as práticas alimentares infantis das mães são, predominantemente, baseadas em sua própria experiência de vida e/ou na da sua família e secundariamente, por pediatras e mídia.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A análise dos discursos das participantes revela que as práticas alimentares das mães adolescentes, desde a amamentação até a instituição da alimentação

complementar, são permeadas por significados e representações atribuídos aos alimentos e às refeições.

As orientações dos profissionais sobre as escolhas e preparo dos alimentos são reinterpretadas a partir de valores individuais, para então serem postos em prática, em geral, de forma inadequada. Além disso, alimentos consumidos pela família, mesmo que não saudáveis são ofertados à criança, em alguns casos, sem restrição.

As tradições, as crenças e os saberes influenciam os significados das orientações dos profissionais, sendo assim, conhecer a percepção das mães adolescentes sobre o cuidado com a alimentação infantil e compreender os elementos que influenciam a manutenção ou modificação do comportamento alimentar favorece a elaboração de ações de promoção da alimentação saudável mais eficazes.

É necessário que estratégias de ações de promoção da alimentação saudável infantil sejam reelaboradas a partir da realidade dos sujeitos. As orientações técnico-científicas dos profissionais devem reconhecer as mães como sujeitos do processo saúde-doença, a fim de que se tornem participantes ativos da mudança de comportamento, e não apenas ouvintes passivos.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BARDIN L. **Análise de conteúdo**. Lisboa: Edições 70, LDA, 2006.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Saúde da criança: nutrição infantil: aleitamento materno e alimentação complementar**. 2ª ed. Brasília; 2015. 112p.

CAETANO, M.C.;ORTIZ, T.T.; SILVA,S.G.;SOUZA,F.I.;SARNI,R.O. Alimentação complementar: práticas inadequadas em lactentes. **J Pediatr** (Rio J). 2010;86 (3):196-201.

DIAS, M.C.A.P.; FREIRE,L.M.S.;FRANCESCHINI, S.C.C. Recomendações para alimentação complementar de crianças menores de dois anos. **Rev. Nutr.**, Campinas, 23(3):475-486, maio/jun., 2010.

Revista Saúde e Desenvolvimento |vol. 9, n.5 | jan - jun - 2016

DIAS,A.C.G.;TEIXEIRA,M.A.P. **Gravidez na adolescência**: um olhar sobre um fenômeno complexo. Paideia jan.-abr. 2010, Vol. 20, No. 45, 123-131.

FLICK,U. **Introdução à pesquisa qualitativa**. 3. ed. Porto Alegre: Artmed,2009

GARCIA,M.T. Alimentação complementar e estado nutricional de crianças menores de dois anos atendidas no Programa Saúde da Família em Acrelândia, Acre, Amazônia Ocidental Brasileira. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, 27(2):305-316, fev, 2011.

LIMA,A.P.E.;JAVORSKI, M.; VASCONCELOS, M.G.L. Práticas alimentares no primeiro ano de vida. **Rev Bras Enferm**, Brasília 2011 set-out; 64(5): 912-8.

MODESTO, S.P.;DEVINCENZI,M.U.;SINGULEM, D.M. Práticas alimentares e estado nutricional de crianças no segundo semestre de vida atendidas na rede pública de saúde. **Rev. Nutr.**, Campinas, 20(4):405-415, jul./ago., 2007.

ROTEMBERG,S.; VARGAS,S. Práticas alimentares e o cuidado da saúde: da alimentação da criança à alimentação da família. **Rev. Bras. Saúde Matern. Infant.** Recife; 4(1): 85-94. jan./mar, 2004.

SALVE, J.M.;SILVA,I.A. Representações sociais de mães sobre a introdução de alimentos complementares para lactentes. **Acta Paul Enferm.**2009;22(1):43-8.

SANTOS C.S.;LIMA, L.S.;JAVORSKI,M. Fatores que interferem na transição alimentar de crianças entre cinco e oito meses: investigação em Serviço de Puericultura do Recife, Brasil. **Rev Bras Saude Mater Infant.**2007; 7:373-80.

SILVA,L.M.P.;VENÂNCIO,S.I.;MARCHIONI, D.M.L. Práticas de alimentação complementar no primeiro ano de vida e fatores associados. **Rev. Nutr., Campinas**, 23(6):983-992, nov./dez., 2010.

VIEIRA,G.O.;SILVA, L.R.;VIEIRA,T.O.;ALMEIDA,J.A.G;CABRAL,V.A. Hábitos alimentares de crianças menores de 1 ano amamentadas e não-amamentadas. **J Pediatr (Rio J)**. 2004;80(5):411-6.

*Adailene Souza Silva, Daílson De Araújo Alves, Izabel Cristina Santiago Lemos e
Grayce Alencar Albuquerque*

ZUIN, L.F.S.;ZUIN, P.B. Alimentação é cultura - aspectos históricos e culturais que envolvem a alimentação e o ato de se alimentar. **Nutrire: rev. Soc. Bras. Alim. Nutr.= J. Brazilian Soc. Food Nutr.**, São Paulo, SP, v. 34, n. 1, p. 225-241, abr. 2009.