

DIFICULDADES NA INTRODUÇÃO DOS ALIMENTOS COM CRIANÇAS MENORES DE 2 ANOS INFLUENCIANDO A ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO NA INFÂNCIA. UM RELATO DE CASO

Leticia de Oliveira Reis,

Universidade Positivo, leticia.oliveira.reis@hotmail.com

Jéssica Cristine Cavichiolo Kampa,

Universidade Positivo, jessicakampa@hotmail.com

Ana Flávia da Cruz dos Santos,

Universidade Positivo, anaflaviacruzdosantos@gmail.com

Larissa Marjorie Claudino,

Prefeitura Municipal de Matinhos, lari_marjorie@hotmail.com

Cibele Luiza de Almeida,

Universidade Positivo, ci.almeida02@gmail.com

Pietra Oselame da Silva Dohms,

Centro Educacional Kids, pietrasilva@hotmail.com

Thais Regina Mezzomo,

Universidade Positivo, thaismezzomo@yahoo.com.br

Lize Stangarlin Fiori,

Universidade Federal do Paraná, lizestangarlin@hotmail.com

Resumo

A Organização Mundial da Saúde e entidades de Saúde brasileiras recomendam o aleitamento materno exclusivo até os seis meses de idade. Após esse período, deve-se iniciar a introdução da alimentação complementar com alimentos seguros, acessíveis e culturalmente aceitos na dieta da criança de forma adequada a fim de promover a alimentação saudável e prevenir distúrbios nutricionais. A seguir, é apresentado um relato de caso de uma criança com dificuldade de aceitação da introdução alimentar (IA). Uma Breve descrição do caso: Paciente HPM, sexo masculino, oito meses de idade, procedente de Curitiba, PR procura consultório de Nutrição para auxílio na adequação da IA. Mãe refere que amamentou a

criança exclusivamente até os seis meses de idade com leite materno e após esse período iniciou a IA conforme orientação pediátrica. Atualmente a criança está com oito meses e a lactante mantém o aleitamento materno, pela manhã, no almoço, no jantar e na madrugada com livre demanda e nos intervalos das refeições, oferece frutas e legumes à criança, porém, sem boa aceitação pela mesma. A mãe refere que a criança espera pelo horário das mamadas, deixando de ingerir qualquer alimento durante o intervalo e devido a não aceitação dos alimentos ofertados, a avó oferece biscoitos para que o bebê se mantenha alimentado. A criança apresenta exame físico normal, funcionamento intestinal adequado, sem queixas gastrointestinais. Apresentou peso de 7,34 kg e 69 cm de comprimento aos sete meses. A criança encontra-se em eutrofia segundo os índices antropométricos. A mãe e a avó receberam orientações nutricionais quanto à importância do processo de IA para a alimentação adequada e saudável da criança e foram orientadas a reorganizar os horários das mamadas e das refeições para a cada 2 ou 3 horas e reintroduzir a alimentação complementar iniciando com as frutas *in natura* nos lanches, respeitando as características regionais, custo, estação do ano e presença de fibras, ressaltando que o bebê precisa conhecer as frutas, sua textura, forma e sabor, sem contraindicação. Para as refeições principais foram orientadas a oferecer papas salgadas elaboradas com cereais e/ou tubérculos, legumes e verduras, proteínas de origem animal e leguminosas, sendo servidas com colher, bem como, a ofertar água potável sempre, em detrimento de sucos ou chás. Para melhorar esse processo, ambas foram aconselhadas a utilizar criatividade nas preparações e estabelecer contato visual com a criança. Ainda, foi explicitado sobre a importância da qualidade dos alimentos ofertados, a fim de evitar alimentos processados e ultra processados, o excesso de sal, carboidratos simples e lipídeos, os quais podem predispor à obesidade e diabetes tipo 2, bem como, alimentos que podem contribuir para o desenvolvimento de anemia e botulismo como o leite bovino e o mel. Os bebês não conhecem os sabores e cabe aos pais e cuidadores introduzir os novos sabores. Ressalta-se que são necessárias em

média, oito a dez exposições a um novo alimento para que ele seja aceito pela criança, o que na prática dificulta a IA, seja pelo ambiente doméstico, paciência, renda, idade e escolaridade materna, o estilo de vida dos pais, falta de tempo e apoio familiar, motivação, mídia, encorajamento dos familiares, uma vez que os hábitos e crenças da família estão interligados ao padrão alimentar da criança. Conclui-se que o período de IA é de elevado risco para a criança tanto pela oferta de alimentos desaconselháveis quanto pelo risco de contaminação devido à manipulação e ao preparo inadequado favorecendo a ocorrência de doença diarreica e desnutrição. O acompanhamento nutricional auxilia no processo de IA e contribui para o adequado estado nutricional, a fim de evitar atraso no desenvolvimento e embasa a formação de hábitos e comportamentos saudáveis que acompanhará até a vida adulta.

Palavras-chave: Alimentação Infantil. Nutrição. Alimentação saudável.