



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
ESCOLA PAULISTA DE MEDICINA**



CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM SAÚDE DA FAMÍLIA

**PROMOÇÃO A UMA ALIMENTAÇÃO ADEQUADA DOS 2 AOS 10 ANOS DE IDADE
NA UFS JARDIM IOLANDA**

Daiany Santana Rocha Luz

**Trabalho de Conclusão de Curso apresentado
à Universidade Federal de São Paulo para ob-
tenção do Título de Especialista em Saúde da
Família.**

Orientador(a): Priscila Mina Galati

São Paulo

2016

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	03
2 OBJETIVOS	04
2.1 Geral	04
2.2 Específico(s)	04
3 REFERENCIAL TEÓRICO	04
4 MÉTODO	05
4.1 Local	05
4.2 Participantes	05
4.3 Ações	06
4.4 Avaliação e Monitoramento	07
5 RESULTADOS ESPERADOS	07
6. CRONOGRAMA	07
7 REFERÊNCIAS	08

1. INTRODUÇÃO

Com processo de transição nutricional no qual há uma maior valorização da alimentação prática e rápida os hábitos alimentares dos adultos e infantil passaram por grande alterações substituindo, enquanto problema de saúde publica, a desnutrição pelo sobre peso e obesidade infantil. (SBP, 2015)

Observou-se que a desnutrição infantil no Brasil caiu pela metade enquanto o excesso de peso na população infanto-juvenil triplicou nos últimos 30 anos. Embora ainda não compreenda-se bem os mecanismo desse aumento sabe-se que a união de diversos fatores dentre eles genéticos, metabólicos, ambientais e comportamentais estão envolvidos nessa estatística (GIACOMOSSI ET AL, 2011).

Esse processo de transição nutricional corrobora com o aumento de peso que irá refletir na vida adulta contribuindo com o aumento na prevalência das comorbidades tais como: Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) e Diabetes Mellitus(DM) entre outras consequência à saúde física e mental. (SBP, 2015)

Na Unidade da Saúde da Família (USF) Jardim Iolanda em Botucatu-SP observou-se, ao longodos atendimentos de puericultura, uma infinidade de hábitos alimentares deletérios em virtude de uma alimentação inadequada nas crianças pré-escolares e escolares da região.

O consumo de produtos industrializados com excessode açúcares, gorduras e conservantes e pobres nas vitaminas se da de forma indiscriminada prejudicando o desenvolvimento infantil. Em contrapartida há pouca valorização de produtos naturais como frutas, legumes e verduras. Percebe-se também que estes hábitos alimentares fazem parte do ambiente familiar e a criança absorve-os facilmente.

A USF Jardim Iolanda é composta de dois médicos, uma enfermeira chefe, quatro auxiliares de enfermagem, cinco agentes comunitárias (ACS), uma farmacêutica, uma auxiliar de farmácia, uma dentista, uma auxiliar de dentista, auxiliar de limpeza e um auxiliar administrativo. Esta Unidade esta locali-

zado no Município de Botucatu- SP e abrange uma população de aproximadamente 3780 pessoas. Outro ponto importante a destacar é a nível sócio-econômico precário da região abrangida pela Unidade em questão.

Diante desta realidade nota-se a necessidade de ações de intervenção que mostre a estes pais e crianças as consequências de uma alimentação infantil inadequada e que oriente como conduzir as mudanças alimentares necessárias que terão reflexo em todo contexto familiar e na vida adulta dessas crianças.

2. OBJETIVOS

2.1 Geral

Estimular hábitos alimentares adequada nas crianças dos 2 aos 12 anos de idade da região de abrangência da USF Jardim Iolanda do município de Botucatu-SP

2.2 Específico(s)

- 1) Desenvolver um método de transmitir à população da região informações nutricionais e a importância de uma alimentação saudável desde a infância até a vida adulta
- 2) Capacitar a Equipe de Saúde através de aulas com auxílio dos profissionais do NASF.
- 3) Criar espaços de compartilhamento de informações obtidas dos profissionais capacitados entre pais/ responsáveis nas escolas, nas comunidades buscando estimular as crianças a alimentarem -se adequadamente
- 4) Fazer parceria com as escolas da região tanto para auxiliar em atividades de estímulo a uma alimentação saudável quanto para manter um maior acompanhamento do desenvolvimento destas crianças, com por exemplo medidas antropométricas para o cálculo do IMC.

3. REFERENCIAL TEÓRICO

A terceira edição do Manual de Nutrologia da Sociedade Brasileira de Pediatria, 2012 aponta que a partir dos 2 anos inicia-se a fase da Neofobia,

ou seja, dificuldade em aceitar alimentos novos desse modo a criança começa a recusar todos os alimentos desconhecidos e que fogem à sua preferência. Nesta fase os pais sejam, por falta de tempo, de paciência ou por não entender que é uma fase transitória acabam cedendo aos alimentos inadequados que é de preferência da criança e iniciam-se os hábitos deletérios.(WEFFORT, 2012)

Uma alimentação inadequada predispõe ao aumento de peso na infância e esse aumento também poderá persistir e contribuir para a morbimortalidade ao longo da vida adulta, interferindo na qualidade de vida. Na adolescência o sobre peso e obesidade podem interferir na socialização e o adolescente pode sofrer discriminação. Ainda pode-se ver problemas cardiovasculares, problemas nas articulações e dores crônicas, maior predisposição a doenças crônicas e o desenvolvimento de transtornos depressivos e ansiosos, tanto na adolescência como na idade adulta (GIACOMOSSI ET AL, 2011).

Além do risco da obesidade e suas conseqüentes comorbidades, a alimentação inadequada na infância pode gerar deficiência de vitaminas importantes ao desenvolvimento.

Ainda de acordo com o Manual de Nutrologia a diminuição no consumo de leite e derivados devido aumento do consumo de refrigerantes e sucos artificiais podem prejudicar a ingestão de cálcio assim como a baixa ingestão de vitamina D associada ao erro alimentar e baixa exposição solar, podendo levar ao retardo no desenvolvimento, cânceres, fraturas, osteoporose em idade adulta e doenças autoimunes relacionadas a uma dieta com baixa ingestão de cálcio e vitamina D na infância. (WEFFORT, 2012)

Nesse contexto foi implantado, entre os anos de 2005 e 2006, o projeto “Criança Saudável, Educação Dez” , uma ação do Programa Fome Zero que contou com o apoio do Ministério da Saúde e Educação , Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação e a Editora Globo a qual produziu revistas em quadrinho com personagens do Monteiro Lobato abordando educação nutricional , meio ambiente e cidadania e distribuíram em escolas para crianças entre 1ª à 4ª série do ensino fundamental de escolas públicas do Brasil (DETREGIACHI; BRAGA,2011). Esse projeto inspira as ações de intervenção pretendidas na área da UFS Jardim Iolanda.

Essa fase da vida é um momento de desenvolvimento importante, fase de aperfeiçoamento da capacidade motora e cognitiva e portanto uma boa alimentação neste momento é de relevante importância.

4. METODOLOGIA

4.1 Local

Unidade da Saúde da Família Jardim Iolanda. Município de Botucatu

4.2 Participantes (público-alvo)

Crianças de 2 a 10 anos de idade e seus pais, equipe de saúde da UFS Jardim Iolanda (agentes comunitárias, médicos, auxiliares de enfermagem, enfermeira chefe, dentista, auxiliar de dentista, auxiliar de farmácia).

Nutricionista e psicólogo do Núcleo de Apoio a Saúde da Família (NASF), equipe de saúde da UFS Jardim Iolanda, diretoras das creches e escolas da região.

4.3 Ações

Treinamento dos profissionais: o nutricionista e o psicólogo do NASF vão realizar capacitações sobre nutrição infantil para toda a Equipe de Saúde da UFS. Essas explorarão de forma clara e objetiva conteúdos como riscos à saúde consequentes da falta de alimentação rica em frutas, legumes e verduras e abusiva em produtos industrializados como bolachas, sucos artificiais e refrigerantes, abordar-se ão orientações sobre preparo e conservação de alimentos, assim como algumas receitas de fácil preparo. O psicólogo acrescentará às maneiras de lidar com a resistência infantil a alimentos novos e mais saudá-

veis. Essas atividades ocorrerão às sexta-feiras à tarde, período da reunião de equipe em que todos estão presentes; e durarão dois meses.

Estratégia de divulgação do projeto: serão confeccionados banners e folhetos educativos contendo figuras coloridas e frases de efeito sobre o tema que possam despertar a atenção da população e pelo menos uma receita abordada na capacitação acima descrita. Os banners serão colocados na sala de espera para atendimento na USF, nas creches e escolas; e os folhetos colocados a disposição nos mesmos locais. O mesmo deverá ser entregue aos responsáveis no final das consultas de puericultura e no final dos grupos abaixo descritos. A confecção do material impresso será realizada por uma empresa particular, porém o conteúdo do material será organizado pela equipe de saúde. O processo de confecção terá duração de um mês e se iniciará após o término do período de capacitação dos profissionais da equipe.

Processo de implantação do projeto: A enfermeira chefe fará o contato com a direção das escolas e creches da região de abrangência da Unidade para programar o processo de intervenção nestes locais. Será escolhido um horário no qual médico ou a enfermeira, auxiliado de pelo menos duas agentes comunitárias, possam ir ao local e realizar atividade educativa. Essa atividade vai conter gincanas rápidas com premiações em frutas e ao final ocorrerá distribuição dos folhetos impressos. Os banners educativos serão colocados também na entrada daqueles locais. A direção e professores também serão orientados pela enfermeira ou pelo médico encaminhar a cada 6 meses as crianças para realizar medidas antropométricas na UFS e com isso identificar situações que necessitam intervenção, como desnutrição ou obesidade.

Criação de Grupo educativo: O grupo intitulado Alimentação Infantil vai abranger pais e responsáveis acompanhados de crianças dos 2 aos 10 anos de idade que ocorrerá na Unidade de Saúde. As crianças ficarão em uma sala reservada com três agentes comunitárias realizando brincadeiras educativas relacionadas ao tema. O grupo dos responsáveis será conduzido pela dentista e enfermeira ou médico. Os dois últimos vão intercalar os dias de participação na atividade. A dentista participará para acrescentar às orientações os riscos

odontológicos de uma alimentação abusiva em açúcares. Tanto a ação nas creches e escolas quanto o grupo iniciarão suas atividades após o material impresso estar finalizado., sendo que o grupo ocorrerá a cada dois meses e a ação na escola a cada seis meses.

4.4 Avaliação e Monitoramento

No ultimo dia da aula de capacitação da Equipe de Saúde será aplicado um questionário simples para avaliar as orientações obtidas ao longo das aulas. A nutricionista comparecerá esporadicamente no grupo para verificar as informações ali transmitidas. E ao final de período de um ano, após inicio do projeto, iniciará um processo de avaliação da alimentação infantil nas consultas de puericultura através da análise de prontuários das crianças participantes do grupo e das medidas antropométricas obtidas pelo encaminhamento das escolas e creches. Esta análise será feita pelo autor e enfermeira.

5. RESULTADOS ESPERADOS

Espera-se que, com essa intervenção, a Equipe de Saúde do Jardim Iolanda esteja capacitada a educar a população local sobre a importância de uma alimentação adequada na infância e como implantar essa mudança na rotina da criança. Nas escolas a intervenção permitirá que as crianças despertem o interesse pelas frutas, legumes e verduras e transmitam aos pais. Já o Grupo que ocorrerá na Unidade alcançará de maneira mais individual a mudança no padrão alimentar infantil.

Como um todo espera-se que o projeto de intervenção conscientize os pais da necessidade de mudança no padrão alimentar infantil da região de abrangência da UFS Jardim Iolanda, o que, conseqüentemente trará mudanças benéficas para as crianças em questão, tanto agora e quanto em seus futuros, e para a família destas.

6. CRONOGRAMA

Atividades	Ago- sto 2015	Setem bro 2015	Outub ro 2015	Mai o 2016	Junho 2016	Julho 2016	Agosto 2016
Revisão Bibliográfica	x	x	x	x	x	x	x
Aprovação no Comitê de Ética							
Treinamento da equipe	x	x					
Implantação das Ações				x	x	x	x
Monitoramento e ajustes					x	x	x
Análise dos dados						x	x
Apresentação dos resultados							x
Acompanhamento do Projeto					x	x	x

7. REFERÊNCIAS

1. GIACOMOSSI, Maria Cristina; ZANELLA, Tamyris; HOFELMANN, Dorotheia Aparecida. **Percepção Materna do estado nutricional de crianças de creches de cidade do Sul do Brasil.** Campinas : Revista de Nutrição, 2011.
2. DETREGIACHI, Cláudia Rucco Penteado; BRAGA, Tânia Moron Saes. **Projeto “ criança saudável, educação dez”: resultados com e sem intervenção do nutricionista.** Campinas: Revista de Nutrição, 2011.
3. WEFFORT Virginia Resende Silva et al. **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.** Terceira edição. Rio de Janeiro: Departamento Científico de Nutrologia Sociedade Brasileira de Pediatria, 2012.
4. Sociedade Brasileira de Pediatria. Departamento de Pediatria Ambulatorial da. **Alimentação na Infância, 2015.** Disponível em : http://www.conversandocomopediatra.com.br/website/paginas/materias_gerais/materias_gerais.php?id=49&content=detalhe. Acesso em 04/04/2016.