UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO
PRÓ-REITORIA DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM ATENÇÃO BÁSICA EM SAÚDE

REINILZA NUNES DA GAMA

ALIMENTAÇÃO COMPLEMENTAR X CRESCIMENTO E DESENVOLVIMENTO DA CRIANÇA: UM PLANO DE AÇÃO NO MUNICÍPIO DE IRECÊ-BA

São Luís
2015

REINILZA NUNES DA GAMA

ALIMENTAÇÃO COMPLEMENTAR X CRESCIMENTO E DESENVOLVIMENTO DA CRIANÇA: UM PLANO DE AÇÃO NO MUNICÍPIO DE IRECÊ-BA

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Especialização em Atenção Básica em Saúde da Universidade Federal do Maranhão/UNASUS, para obtenção do título de Especialista em Atenção Básica em Saúde.

Orientador (a): Mayara Abas Frazão

São Luís
2015

Gama, Reinilza Nunes da

Alimentação complementar X crescimento e desenvolvimento da criança: um plano de ação no município de Irecê-BA/Reinilza Nunes da Gama. - São Luís, 2016.

14f.

Trabalho de Conclusão de Curso (Pós-Graduação em Atenção Básica em Saúde) - Curso de Especialização em Atenção Básica em Saúde - PROGRAMA MAIS MÉDICOS, Universidade Federal do Maranhão, UNA-SUS, 2016.

1. Cuidado da criança. 2. Alimentação. 3. Assistência à Saúde. I. Título.

CDU 613.2

REINILZA NUNES DA GAMA

ALIMENTAÇÃO COMPLEMENTAR X CRESCIMENTO E DESENVOLVIMENTO DA CRIANÇA: UM PLANO DE AÇÃO NO MUNICÍPIO DE IRECÊ-BA

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Especialização em Atenção Básica em Saúde da Universidade Federal do Maranhão/UNA-SUS, para obtenção do título de Especialista em Atenção Básica em Saúde.

Aprovado em / /

BANCA EXAMINADORA

_____

Profa. Mayara Cristina Abas Frazão (Orientadora)
Mestre em Odontologia
Universidade Federal do Maranhão

_____

Membro da banca
Maior titulação
Nome da Instituição

_____

Membro da banca
Maior titulação
Nome da Instituição

SUMÁRIO

		p.
1	**IDENTIFICAÇÃO DO PLANO DE AÇÃO**	6
1.1	**TÍTULO**	6
1.2	**EQUIPE EXECUTORA**	6
1.3	**PARCERIAS INSTITUCIONAIS**	6
2	**INTRODUÇÃO**	6
3	**JUSTIFICATIVA**	9
4	**OBJETIVOS**	11
4.1	**Geral**	11
4.2	**Específicos**	11
5	**METAS**	12
6	**METODOLOGIA**	12
6.1	**METODOLOGIA DO PLANO DE AÇÃO**	12
7	**CRONOGRAMA DE ATIVIDADES**	14
8	**IMPACTOS ESPERADOS**	15
9	**CONSIDERAÇÕES FINAIS**	16
	REFERÊNCIAS	17
	ANEXOS	18

RESUMO

Introdução: A alimentação da criança, desde o nascimento e especialmente nos primeiros anos de vida, repercute ao longo de toda a vida do indivíduo, sendo imprescindível ao crescimento e desenvolvimento infantil. Uma alimentação ótima deverá abranger o aleitamento materno e a introdução de alimentos apropriados no momento adequada. O desenvolvimento do plano de ação na UBS referida tende a instituir práticas de alimentação complementar através da realização de palestras educativas e rodas de conversas, e com o objetivo de manutenção permanente do grupo na UBS, em prol de crianças com nutrição adequada. **Objetivo:** Informar e conscientizar os pais das crianças entre 6 meses e 2 anos de vida sobre a importância da alimentação complementar adequada na Unidade de Saúde da Família Zilda Vasconcelos em Irecê-BA**. Conclusão:** O sucesso do plano de ação dependerá do interesse e disponibilidade da Equipe de Saúde da Família, em realizar a busca de participantes, acolhimento e estimular a permanência dos mesmos no processo de educação permanente. A população adscrita costuma ser bastante participativa no que diz respeito às atividades educativas e eventos realizados pela UBS. A parceria com as instituições de apoio à UBS, tais como o NASF será fundamental para a realização de palestras com conteúdo interativo e educativo.

Palavras-chave: Cuidado da criança. Alimentação. Assistência à Saúde.

ABSTRACT

Introduction: The Power of the child from birth and especially early in life, echoes throughout the individual's life and is essential to growth and development. A great power should cover breastfeeding and the introduction of appropriate foods at the proper time. The development of the action plan at UBS that tends to introduce complementary feeding practices by conducting educational lectures and conversations wheels, and for the purpose of ongoing maintenance group at UBS, on behalf of children with adequate nutrition. **Objective:** To inform and educate parents of children between 6 months and 2 years of life on the importance of proper complementary feeding in the Family Health Unit Zilda Vasconcelos in Irecê-BA. **Conclusion:** The success of the action plan will depend on the interest and availability of the Family Health Team, in conducting the search of participants, welcome and stimulate their permanence in the lifelong learning process. The enrolled population is usually very participative regarding educational activities and events held by UBS. The partnership with UBS to support institutions such as the NASF will be critical to the lectures with interactive and educational content.

Keywords: Child Care. Feeding. Health Care

1 IDENTIFICAÇÃO DO PLANO DE AÇÃO

Alimentação complementar x crescimento e desenvolvimento da criança: um plano de ação no município de Irecê-BA.

1.2 EQUIPE EXECUTORA

- Reinilza Nunes da Gama
- Mayara Abas Frazão

1.3 PARCERIAS INSTITUCIONAIS

- Secretaria Municipal de Saúde - SMS
- Núcleo de Apoio à Saúde da Família – NASF

2 INTRODUÇÃO

A alimentação da criança, desde o nascimento e especialmente nos primeiros anos de vida, repercute ao longo de toda a vida do indivíduo, sendo imprescindível ao crescimento e desenvolvimento infantil. Uma alimentação ótima deverá abranger o aleitamento materno e a introdução de alimentos apropriados no momento adequado (Giugliani e Victora, 2000).

A alimentação complementar compreende quaisquer alimentos ou líquidos oferecidos à criança, além do leite materno. Por definição, tal alimentação deve prover de quantidades suficientes de água, energia, proteínas, gorduras, vitaminas e minerais por meio de alimentos seguros, economicamente acessíveis e agradáveis à criança (BRASIL, 2005).

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), a alimentação complementar deve ser iniciada a partir do sexto mês de vida, visto que antes desse período o leite materno é capaz de suprir as necessidades nutricionais do lactente. Existe ainda o consenso que a alimentação complementar é proscrita antes dos quatro meses de idade, independente da situação clínica (BRASIL, 2009).

O leite humano protege as crianças contra diferentes infecções desde os primeiros dias de vida, especialmente as relacionadas ao trato gastrointestinal e respiratório. Há ainda o estímulo ao desenvolvimento neurológico da criança, e uma possível proteção contra a síndrome de morte súbita, o diabetes mellitus, as doenças

alérgicas e alguns tipos de câncer, como o linfoma (Academia Americana de Pediatria, 1997). Da mesma forma, a alimentação complementar adequada, iniciada em período ideal e com os alimentos corretos é fundamental na prevenção da morbimortalidade na infância (Giugliani e Monte, 2004).

As situações mais comuns relacionadas à alimentação complementar oferecida de forma inadequada são anemia, desnutrição e excesso de peso (BRASIL, 2009).

A desnutrição pode ser resultado da interrupção precoce do aleitamento materno exclusivo e alimentação complementar inadequada nos primeiros dois anos de vida (DIAS et al., 2010). Sawaya, 2006, demonstra que a falta de aleitamento materno até os seis meses, introdução tardia de alimentos complementares, e alimentos complementares em quantidade e qualidade inadequadas, são fatores de risco importantes para a desnutrição.

Por outro lado, a industrialização, a urbanização, o desenvolvimento econômico e tecnológico trouxe mudanças na alimentação e no estilo de vida aumentando a prevalência de obesidade no mundo, que emerge como um grave problema de saúde pública (SELEM et al., 2014). Sendo assim, a prevenção desde o nascimento é necessária, tendo em vista que os hábitos alimentares são formados nos primeiros anos de vida.

Os estudos relacionando sobrepeso e obesidade ao aleitamento materno e alimentação complementar, ainda são escassos no Brasil. No entanto, Kramer *et al.* (1985), publicaram os resultados de um coorte prospectivo realizado com 462 crianças, mostrando um efeito protetor do aleitamento materno em relação ao peso e ao IMC aos 12 meses de idade e aos 24 meses, quando foram novamente avaliadas. Simon *et al.* (2009), em estudo transversal realizado em São Paulo, também verificaram a proteção da amamentação contra o sobrepeso e a obesidade durante toda a infância, independente da idade da criança, da renda familiar, do estado nutricional e da escolaridade dos pais.As práticas de alimentação saudável também têm papel fundamental na prevenção de doenças em longo prazo (Souza e Taralli, 2012).

A UBS Zilda Vasconcelos, apesar de atender uma grande demanda referente à puericultura, não possui um grupo de discussão permanente relacionado a este público. O projeto de intervenção voltado para alimentação complementar adequada trará benefícios no que diz respeito às práticas saudáveis alimentares e na prevenção de comorbidades, tais como desnutrição e obesidade, em longo prazo.

3 JUSTIFICATIVA

Embora tenham ocorrido avanços importantes na promoção do aleitamento materno, o mesmo progresso não ocorre na alimentação. Os prejuízos obtidos decorrentes da introdução inadequada da alimentação complementar necessitam ser discutidos e divulgados amplamente. Além disso, os pais e/ou cuidadores devem ser conscientizados e aconselhados quanto aos elementos fundamentais à alimentação infantil.

Diante das frequentes queixas relacionadas à dificuldade em introduzir e manter a alimentação complementar da criança, especialmente das mães, em consultas de puericultura, na UBS Zilda Vasconcelos, torna-se necessário uma abordagem minuciosa do tema. O desenvolvimento do plano de ação na UBS referida tende a instituir práticas de alimentação complementar através da realização de palestras educativas e rodas de conversas, e com o objetivo de manutenção permanente do grupo na UBS, em prol de crianças com nutrição adequada.

4 OBJETIVOS

4.1 Geral

Informar e conscientizar os pais das crianças entre 6 meses e 2 anos de vida sobre a importância da alimentação complementar adequada na Unidade de Saúde da Família Zilda Vasconcelos em Irecê-BA.

4.2 Específicos

- Explicar a relação entre alimentação e crescimento e desenvolvimento infantil.
- Esclarecer sobre o período de introdução, tipos e frequência da alimentação complementar.
- Elucidar os mitos referentes à alimentação da criança.
- Conscientizar e capacitar a Equipe de Saúde da Família, a fim de garantir a implantação e continuidade do projeto de intervenção.

5 METAS

- Formar grupo permanente de práticas de alimentação complementar adequada às crianças de 6 a 24 meses, na UBS Zilda Vasconcelos.
- Desenvolver grupo a partir da Equipe de Saúde da Família, buscando parcerias com a Secretaria de Saúde do Município e os grupos de apoio (em especial, o Núcleo de Apoio à Saúde da Família – NASF).
- Reduzir níveis de desnutrição e obesidade nas crianças acompanhadas no programa de puericultura da UBS.

6 METODOLOGIA

O plano de ação a ser desenvolvido na UBS Zilda Vasconcelos, tem o intuito de formar um grupo de educação permanente, cujo público-alvo será formado de pais e/ou cuidadores de crianças de 06 a 24 meses residentes na área de abrangência da UBS.

A Equipe de Saúde da Família, como um todo, envolvendo médica, enfermeira, agentes comunitários de saúde (ACS) e técnicas de enfermagem, participarão do projeto de intervenção.

Os ACS serão responsáveis por selecionar e convidar o público-alvo para participar do grupo. No primeiro encontro, será exposto o projeto de intervenção demonstrando qual o intuito e benefícios do mesmo.

Após o primeiro encontro, mensalmente e previamente agendado em cronograma, o grupo formado se reunirá na UBS a fim de participar das palestras e tirar dúvidas relacionadas a cada tema.

Em cada encontro, que ocorrerá na UBS Zilda Vasconcelos, serão realizadas palestras e trazidos informes relacionados à alimentação complementar de acordo com os temas abaixo descritos.

- 1º Encontro: Abordagem inicial da alimentação complementar: definição, quando iniciar, importância para o desenvolvimento da criança.
- 2º Encontro: E quais são os alimentos complementares? Como administrá-los (quantidade e frequência)?
- 3º Encontro: A Prática de higienização aos alimentos.

- 4º Encontro: Facilidades e dificuldades na prática da alimentação complementar adequada.
- 6º Encontro: A alimentação complementar e a prevenção de comorbidades na infância e idade adulta.

As palestras serão realizadas pela médica da unidade, enfermeira e por profissionais de saúde convidados (Educadores Físicos, Nutricionistas, Farmacêuticos, Fisioterapeutas, entre outros).

Os participantes do grupo deverão ter acompanhamento de puericultura regular dos filhos na UBS, para que possam participar das atividades do grupo. Caso contrário, haverá uma busca ativa através de visitas domiciliares, a fim de acolher as crianças e os cuidadores para a puericultura e para as atividades do grupo.

7 CRONOGRAMA DE ATIVIDADES

ATIVIDADES	08/2015	09/2015	10/2015	11/2015	12/2015	01/2016	02/2016
Definição do tema	X						
Pesquisa bibliográfica	X	X					
Divulgação do projeto para ESF e população			X				
Convite à população para participar do grupo			X	X			
Início das atividades do grupo				X			
Produção de material impresso educativo					X	X	X

8 IMPACTOS ESPERADOS

- Criação de um grupo permanente de discussão e apoio à alimentação complementar adequada, na USF Zilda Vasconcelos.
- Estímulo à colaboração e pró-atividade dos profissionais de saúde, em prol do desenvolvimento/manutenção de projetos de intervenção na comunidade adscrita.

- Redução das taxas de morbidade e mortalidade relacionadas às doenças da infância.
- Prevenção da desnutrição e da obesidade a curto e longo prazo.

9 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O sucesso do plano de ação dependerá do interesse e disponibilidade da Equipe de Saúde da Família, em realizar a busca de participantes, acolhimento e estimular a permanência dos mesmos no processo de educação permanente.

A população adscrita costuma ser bastante participativa no que diz respeito às atividades educativas e eventos realizados pela UBS. A parceria com as instituições de apoio à UBS, tais como o NASF será fundamental para a realização de palestras com conteúdo interativo e educativo.

REFERÊNCIAS

GIUGLIANI, Elsa; VICTORA, Cesar Gomes. Alimentação complementar. **Jornal de Pediatria**, v.76., suppl.3, p. S253-S262, 2000.

BRASIL, MINISTÉRIO DA SAÚDE: **Guia Alimentar crianças menores de 2 anos**. Normas e manuais técnicos: Brasília, 2005.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica**. Saúde da Criança: nutrição infantil, aleitamento materno e alimentação complementar**. CADERNOS DE ATENÇÃO BÁSICA. Brasília: Ed. Ministério da Saúde, 2009. 112p

AMERICAN ACADEMY OF PEDIATRICS. Work Group on Breastfeeding: Breastfeeding and the use of human milk. **Pediatrics**, v. 100, n. 6, p. 1035-1039, 1997.

MONTE, C.M.G; GIUGLIANI, E.R.J. Recomendações para alimentação complementar da criança em aleitamento materno. **Jornal de Pediatria**, Rio de Janeiro, v.80, n.5 , p. 131-141,2004.

DIAS, M.C.A.P.; FREIRE, L.M. S.; FRANCESCHINI, S.C.C. Recomendações para alimentação complementar de crianças menores de dois anos. **Revista de nutrição**, Campinas, 2010, vol. 23, n. 3: p. 475-786.

SAWAYA, A. L. Desnutrição: Consequências em longo prazo e efeitos da recuperação nutricional. **Estudos Avançados**, v.20, n.58, p.147-158, 2006.

SELEM, Soraya Sant'Ana de Castro et al. Validade e reprodutibilidade de um questionário de frequência alimentar para adultos de São Paulo, Brasil.**Rev. bras. epidemiol**.[online]. 2014, vol.17, n.4, pp. 852-859.

Kramer MS, Barr RG, Leduc DG, Boisjoly C, McVey-White L,Pless B. Determinants of weight and adiposity in the first yearof life. **Jornal de Pediatria**. 1985;106:10-4.

SIMON, Viviane Gabriela Nascimento et al; Aleitamento materno, alimentação complementar, sobrepeso e obesidade em pré-escolares. **Revista de Saude Publica**; 43(1): 60-69, fev. 2009.

SOUZA. F. S; TARALLI G. Programação Metabólica e Prevenção da Obesidade. **Pediatria Moderna**, v.12, n.6, jun. 2012.