



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO  
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

HELEN BEATRIZ SIQUEIRA GAINO

ALIMENTAÇÃO NA PRIMEIRA INFÂNCIA: PROPOSTA DE ABORDAGEM NA  
ATENÇÃO BÁSICA À SAÚDE

SÃO PAULO  
2020

HELEN BEATRIZ SIQUEIRA GAINO

ALIMENTAÇÃO NA PRIMEIRA INFÂNCIA: PROPOSTA DE ABORDAGEM NA  
ATENÇÃO BÁSICA À SAÚDE

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado  
ao Curso de Especialização em Saúde da  
Família da Universidade Federal de São Paulo  
para obtenção do título de Especialista em  
Saúde da Família

Orientação: MONALISA LIMA SALVADOR

SÃO PAULO  
2020

## **Resumo**

A Alimentação na primeira infância é considerada essencial para o crescimento e desenvolvimento infantil. O aleitamento materno exclusivo até os seis meses e complementar até os dois anos é parte fundamental para uma boa nutrição infantil. O desmame precoce influencia negativamente na alimentação da criança aumentando o risco de doenças como obesidade hipertensão e diabetes. Diante disso se torna importante a orientação adequada sobre alimentação na primeira infância a fim buscar bons resultados na vida adulta.

## **Palavra-chave**

Educação Alimentar e Nutricional. Alimentação Saudável. Aleitamento Materno.

## **PROBLEMA/SITUAÇÃO**

Desmame precoce e baixa qualidade na alimentação de criança de zero à dois anos na ESF Aracoiabinha na cidade de Araçoiaba da Serra-SP em 2019-20.

## **ESTUDO DA LITERATURA**

A alimentação durante os primeiros anos de vida é fundamental para o crescimento e desenvolvimento da criança, o leite materno é considerado o alimento mais perfeito da natureza. Segundo dados do ministério da saúde o aleitamento materno é recomendado até os dois anos de vida sendo exclusiva até os 6 meses de vida. (MINISTERIO DA SAÚDE 2014)

Alimentação saudável é importante para permitir o bom desenvolvimento da criança. Segundo o ministério da saúde pesquisas demonstram que muitas crianças deixam de ser amamentadas nos primeiros meses de vida e recebem alimentos não saudáveis ao invés dos alimentos caseiros e regionais. É importante a mulher amamentar seu filho exclusivamente até os 6 meses e após introduzir gradualmente alimentos saudáveis mantendo a amamentação até 2 anos ou mais. Respeitar o apetite da criança e oferecer alimentos em intervalos regulares é primordial. (MINISTERIO DA SAÚDE 2014)

O elevado consumo de alimentos gordurosos, açucarados são considerados alimentos incorretos na primeira infância e essas escolhas inadequadas podem ser justificadas pelo baixo preço em relação aos alimentos saudáveis e também pela falta de informações sobre alimentos saudáveis. (MINISTERIO DA SAÚDE 2019)

A gestação e os primeiros dois anos são importantes para o pleno crescimento e desenvolvimento da criança. As oportunidades e decisões tomadas a respeito do cuidado com a saúde e da alimentação repercutirão por toda a vida. O enorme impacto dos benefícios do leite materno faz das estratégias de promoção da amamentação uma ferramenta de combate à desnutrição particularmente nos países de baixo e médio rendimento.

Considerando o atual cenário de saúde é fundamental que a atenção básica desenvolva ações dentro dessa temática, a fim de melhorar a alimentação nessa faixa etária.

## **AÇÕES**

♦

Local: ESF Aracoiabinha.Estrada Ipatinga s/n Aracoiaba da Serra SP

Publico Alvo: crianças de 0 a 2 anos acompanhadas de seus responsáveis legais. Cadastrados na ESF.

1- Consultas mensais de puericultura de 0 a 1 ano;

2- Consultas trimestrais de puericultura de 1 a 2 anos;

3- Entrega de panfletos com orientações detalhadas sobre introdução alimentar durante as consultas incentivando o aleitamento materno;

4- Palestras para as mães ainda no período gestacional sobre importância da amamentação e alimentação saudável;

5- Parceria com a equipe odontológica para acompanhamento e prevenção de cáries nas palestras e em consultório odontológico.

## **RESULTADOS ESPERADOS**

Espera-se com esse projeto obter uma redução no desmame precoce e um incentivo na alimentação saudável na primeira infância na população participante. Reduzindo os danos futuros recorrentes desses hábitos alimentares não adequados.

## **REFERÊNCIAS**

BRASIL. Ministério da Saúde. Guia alimentar para crianças brasileiras menores de 2 anos. Brasília. [Ministerio da saúde], 2019.

BRASIL. Ministério da Saúde. Dez passos para uma alimentação saudável para crianças brasileiras menores de dois anos. Brasília. [Ministerio da saúde], 2014.