



CURSO DE GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO

SANDYA DA COSTA LOPES NORTE

**AVALIAÇÃO DO CONSUMO ALIMENTAR DE
CRIANÇAS DE 6 MESES A 2 ANOS DE IDADE**

Itaperuna
2022

SANDYA DA COSTA LOPES NORTE

**AVALIAÇÃO DO CONSUMO ALIMENTAR DE
CRIANÇAS DE 6 MESES A 2 ANOS DE IDADE**

Trabalho de
Conclusão de
Curso apresentado
como requisito
parcial para a
obtenção do título
de Bacharel em
Nutrição ao Centro
Universitário
Redentor.

Orientador (a): Beatriz Della Líbera da Silva

Itaperuna

2022

Agradecimentos

Agradeço, primeiramente, à Deus por me sustentar todos os dias e me guiar em todos os passos.

Agradeço ao meu esposo pelo apoio desde o início e por ser meu exemplo de incentivo a nunca desistir.

Aos meus pais e meu irmão por estarem comigo e me ensinarem a lutar todos os dias pelo meu sonho.

A minha orientadora, obrigada professora Beatriz por ter aceito meu convite de me ajudar nessa jornada, você foi essencial nesse processo.

As pessoas que se dispuseram a participar dessa pesquisa.

Aos meus amigos que estiveram comigo até aqui.

Enfim, agradeço a todas as pessoas que fizeram parte dessa etapa tão importante em minha vida.

RESUMO

O presente estudo teve como objetivo analisar o consumo alimentar de crianças a partir do sexto mês de vida até os dois anos de idade. O projeto foi realizado em uma Unidade Básica de Saúde do município de Pirapetinga-MG com responsáveis de crianças desta faixa etária. Foram coletadas informações das crianças baseadas em seu consumo alimentar diário e a frequência da ingestão desses alimentos. Os resultados indicaram que a maioria das crianças consomem muitos alimentos industrializados e ultraprocessados, mesmo com o grande consumo de legumes. É importante a prática de estudos e pesquisas de consumo alimentar nessa população afim de conhecer melhor a prática alimentar, de modo que profissionais de saúde realize ações e orientações para os pais alertando sobre a importância de uma alimentação complementar de forma saudável.

Abstract

The present study aimed to analyze the food consumption of children from the sixth month of life to two years of age. The project was carried out in a Basic Health Unit in the city of Pirapetinga-MG with guardians of children in this age group. Information was collected from the children based on their daily food consumption and the frequency of intake of these foods. The results indicated that most children consume a lot of industrialized and ultra-processed foods, even with the large consumption of vegetables. It is important to carry out studies and research on food consumption in this population in order to better understand the food practice, so that health professionals carry out actions and guidelines for parents, warning about the importance of a healthy complementary diet.

SUMÁRIO

PALAVRAS-CHAVE.....	7
ÁREA TEMÁTICA.....	7
INTRODUÇÃO	7
MATERIAIS E MÉTODOS	7
RESULTADOS.....	8
DISCUSSÃO	8
CONCLUSÃO	9
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	9

AVALIAÇÃO DO CONSUMO ALIMENTAR DE CRIANÇAS DE 6 MESES A 2 ANOS DE IDADE

Sandya da Costa Lopes Norte¹; Beatriz Della Líbera²

¹ Graduanda em Nutrição, Centro Universitário UniRedentor, Itaperuna, RJ

² Orientadora e Docente do Curso de Nutrição, Centro Universitário UniRedentor, Itaperuna, RJ

PALAVRAS-CHAVE: Alimentação. Ultraprocessados. Leite materno.

ÁREA TEMÁTICA: Saúde da Criança.

INTRODUÇÃO

A alimentação complementar deve-se iniciar a partir do sexto mês de vida da criança pois a partir dessa fase os alimentos serão um complemento ao leite materno, que deixará de ser exclusivo garantindo assim as necessidades nutricionais para a criança. É de extrema importância aguardar esse período devido às respostas que a mesma possui a partir desta idade como os reflexos necessários para deglutição, reflexo lingual, a forma que já sustenta a cabeça o que facilita o oferecimento dos alimentos com colher, início dos primeiros dentes o que facilitará a mastigação e a visão pelos alimentos (BRASIL *et al* 2009).

Sendo assim, o objetivo do estudo foi analisar o consumo alimentar de crianças a partir do sexto mês de vida até os dois anos de idade em uma Unidade Básica de Saúde (UBS) do município de Pirapetinga-MG.

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo transversal descritivo que foi conduzido por meio da aplicação de um questionário, no qual os dados foram coletados em uma Unidade de Estratégia da Saúde da Família na cidade de Pirapetinga-MG. Foram convidadas mães que estavam na unidade para consulta pediátrica de seus filhos, moradoras da cidade. Foram realizadas algumas perguntas para identificação dos participantes e também foi aplicado o questionário de marcadores de consumo, proposto pelo Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN; BRASIL, 2015).

A coleta de dados foi realizada no fim do mês de setembro e início do mês de outubro de 2022 no período da tarde e, teve duração de aproximadamente cinco minutos em cada entrevista. Foram incluídas crianças com idades de 6 meses a 2 anos, onde os responsáveis pelas mesmas responderam o questionário proposto. Não foram incluídos questionários que não possuem consentimento dos responsáveis pelas crianças e que forem preenchidos de forma incompleta.

O projeto foi enviado ao Comitê de Ética em Pesquisa da Uniredentor e, após sua aprovação, a pesquisa foi iniciada. As mães das crianças que consentiram na participação de seus filhos na pesquisa, foram esclarecidas quanto aos objetivos e procedimentos da pesquisa e, após a assinatura do termo de consentimento livre, as crianças foram incluídas na pesquisa. Para análise de dados, foram calculadas a frequência das variáveis estudadas.

RESULTADOS

18 responsáveis de crianças com idade entre 6 e 24 meses aceitaram participar da pesquisa, totalizando a amostra final do estudo.

A partir das características das idades das crianças, 62% possuía 22-23 meses, 28% a idade de 7 meses e 11% a idade de 14 meses. Todas as crianças estavam acompanhadas das mães como responsáveis durante a entrevista na unidade.

Em relação ao consumo de leite materno, 55,5% das crianças tomou leite no peito no dia anterior e continua com o aleitamento materno mesmo com a introdução alimentar, enquanto 44,45% das crianças não tomou leite materno no dia anterior e parou com a ingestão.

Em relação ao consumo de frutas no dia anterior, foi possível observar que 89% das crianças consumiram. E destas crianças, 39% consumiram fruta apenas uma vez, 17% consumiram frutas duas vezes e 44% consumiram frutas três vezes ou mais no dia anterior.

O consumo de comida de sal oferecida em pedaço foi de 89%, enquanto de forma amassada foi de 11%. Ainda em relação a esse indicador, a maior parte das crianças comeu duas vezes ao dia e, apenas 6% comeram uma vez ao dia.

100% das crianças consumiram outro tipo de leite que não fosse o materno e destas, 28% consumiram mingau com leite. Também foi observado que 6% das crianças consumiram iogurte no dia anterior.

Acerca do consumo de vegetais, pode-se observar que 100% das crianças consumiram algum tipo de legumes em suas refeições no dia anterior. E dessas crianças, 61,1% consumiram vegetal ou fruta de cor alaranjada como abóbora, cenoura, mamão. 22,2% consumiram vegetais com folhas verdes escuras como couve, espinafre, mostarda. E, 5,5% consumiu algum tipo de verdura de folha como repolho e alface.

Foi possível observar que 94% das crianças consumiram carne e 6% das crianças consumiram fígado. Em relação ao consumo de feijão 89% das crianças comeram este alimento no dia anterior.

Com relação ao consumo de arroz, batata, inhame, mandioca, farinha ou macarrão (sem ser instantâneo), observou-se que 100% das crianças consumiu algum desses alimentos no dia anterior.

No que se refere a rotina das crianças com alimentos industrializados, observou-se um grande consumo desses alimentos, visto que do total de crianças entrevistadas, apenas 22% não consumiram no dia anterior.

Com relação ao consumo de alimentos ultraprocessados, foi possível observar que 77,7% das crianças consumiram doces (balas, pirulitos, gelatina, chicletes) no dia anterior, e, 72,2% das crianças consumiram algum tipo de bebida adoçada (refrigerantes, sucos de pacote ou caixinha) no dia anterior. Além disso, 44,4% consumiram algum tipo de embutidos (presunto, linguiça, salsicha) no dia anterior.

DISCUSSÃO

No presente estudo foi possível identificar o padrão de consumo alimentar de duas formas, como alimentos saudáveis (frutas, hortaliças, carnes, leguminosas e leite e derivados) e alimentos não saudáveis

(hambúrguer, embutidos, macarrão instantâneo, biscoitos de pacote e recheados) para crianças de 6 até 24 meses de idade. O mesmo demonstra que, na amostra pesquisada, a porcentagem das crianças que se encontravam em aleitamento materno continuado é maior em relação às que pararam, e o consumo de alimentos ultraprocessados também é maior comparado ao não consumo desses alimentos.

A frequência no consumo de alimentos como doces, embutidos, biscoitos recheados e bebidas com açúcares também apresentaram resultados bem altos, com índices de 77,7%, 44,4%, 38,8% e 72,2%, respectivamente. No entanto, 22,2% das crianças não consumiram esses tipos de alimentos, o que demonstra menos da metade das crianças que participaram.

Com o grande consumo de leite e derivados pelas crianças, é possível observar que as mesmas estão ingerindo um nutriente fundamental para seu desenvolvimento encontrado nesses alimentos, que é o cálcio. O mesmo desempenha um papel fundamental nessa faixa etária, pois ajuda no aumento do pico da massa óssea, na fase de crescimento e no fortalecimento dos ossos e dentes e também na regulação de aspectos metabólicos em vários tecidos do corpo. Uma alimentação rica nesse nutriente, irá favorecer mais qualidade de vida e boa saúde na infância e na vida adulta das mesmas (VIEIRA *et al* 2009).

Na pesquisa realizada, apenas 6% das crianças consumiram fígado no dia anterior, alimento onde há quantidades significativas de vitamina A, apesar de ser um nutriente armazenável, tendo em vista o baixo consumo, há o risco de carência desse tipo de vitamina.

CONCLUSÃO

Conclui-se que a maior parte das crianças estavam recebendo leite materno de forma continuada. Porém, a maioria não consumia alimentos ricos em Vitamina A, o que pode desencadear disfunções em seu crescimento e contribuir para o risco de morbimortalidade na infância, além também de consumirem grandes quantidades de alimentos ultraprocessados, o que pode levar ao desenvolvimento de doenças no futuro como obesidade e hipertensão arterial.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Promoção da Saúde. **Guia alimentar para crianças brasileiras menores de 2 anos**. Brasília: Ministério da Saúde, 2019. p. 265.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Marco de referência da vigilância alimentar e nutricional na atenção básica / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica**. – Brasília : Ministério da Saúde, 2015.

BRASIL; MINISTÉRIO DA SAÚDE; SECRETARIA DE ATENÇÃO À SAÚDE; DEPARTAMENTO DE ATENÇÃO BÁSICA; **Saúde da criança: nutrição infantil: aleitamento materno e alimentação complementar**. Brasília : Editora do Ministério da Saúde, 2009.

VIEIRA, R. W.; DIAS, R. P.; COELHO, S. C.; RIBEIRO, R. L.; **Do Aleitamento Materno à Alimentação Complementar: Atuação do Profissional Nutricionista**. Saúde & Amb. Rev., Duque de Caxias, v.4, n.2, p.1-8, jul-dez 2009.

TERMO DE AUTORIZAÇÃO PARA PUBLICAÇÃO DE TCC NO SITE DA UNIREDENTOR

Autor (a): Sandya da Costa Lopes Norte

Matrícula: 1900191

RG: 19713788

CPF: 13378852666

Título do Trabalho: AVALIAÇÃO DO CONSUMO ALIMENTAR DE CRIANÇAS DE 6 MESES A 2 ANOS DE IDADE

Número de Páginas: 3

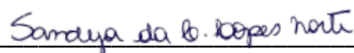
Data da defesa: 11/12/2022

Orientador: Beatriz Della Líbera

Curso: Nutrição

Autorizo o Centro Universitário Redentor, de acordo com a Lei nº 9.610, de 19 de fevereiro de 1998, a disponibilizar gratuitamente, sem ressarcimento dos direitos autorais, o texto integral da publicação supracitada, de minha autoria, em seu site, em formato PDF ou similar, para fins de leitura e/ou impressão pela Internet, a título de divulgação da produção científica gerada por seus cursos.

Itaperuna, 12 de dezembro de 2022



Assinatura do (a) autor