

ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO PARA MENOR DE DOIS ANOS: requisitos fundamentais para o bom crescimento e desenvolvimento infantil

Camila Figueiredo Jácome Catão*
Polo: Governador Valadares

Salete Maria de Fátima**

Introdução

A alimentação e nutrição adequadas são requisitos essenciais para o crescimento e desenvolvimento de toda criança. E mais que isso, são direitos humanos fundamentais, pois representam a base da própria vida (ARAÚJO, 2006).

Nos primeiros anos de vida, é de fundamental importância a oferta de uma alimentação nutricionalmente balanceada. A mesma é, portanto, uma rica fonte de energia que auxilia, de forma direta, no bom crescimento e desenvolvimento da criança, no adequado funcionamento de suas funções vitais e na manutenção de um bom estado de saúde. (PHILLIP, 2003).

Objetivo

Elaborar um material que oriente os profissionais da saúde no acompanhamento da alimentação e nutrição gestacional, materna e infantil, com o intuito de proporcionar um melhor desenvolvimento e crescimento nesta fase.

Metodologia

Para elaboração deste trabalho, foi realizada uma avaliação crítica da literatura a respeito do crescimento e desenvolvimento infantil, da adequada alimentação da gestante e da criança menor de dois anos, dos problemas da má nutrição e da importância da enfermagem nesta linha de cuidado.

Desenvolvimento

O crescimento do ser humano é um processo dinâmico, contínuo e biológico, que se inicia na concepção e perdura por toda vida. O desenvolvimento, por sua vez, possui um conceito mais amplo, que inclui, além do crescimento, a maturação, a aprendizagem e os aspectos psíquicos e sociais. (BRASIL, 1994) (BRASIL, 2002).

A alimentação da gestante é o fator mais importante do crescimento intra-uterino, pois a ingestão inadequada de nutrientes nesse período aumenta os riscos e efeitos do retardo do crescimento.

As políticas públicas de saúde no incentivo ao aleitamento materno exclusivo até o sexto mês é essencial. As mesmas visam atenuar a problemática da desnutrição ou obesidade na infância que se reflete na vida adulta.

A alimentação complementar deve ser introduzida a partir do sexto mês de vida da criança, completando a qualidade nutricional do leite materno e deve ser mantida até os dois anos de idade ou mais.

A participação da família é de fundamental importância nesta fase e os profissionais, durante as consultas de puericulturas, precisam estar informados para orientá-los da maneira correta, evitando possíveis erros na oferta alimentar. Erros estes, que podem levar a problemas nutricionais como anemia, desnutrição infantil e obesidade.

Como estratégia para a boa alimentação infantil, as refeições devem se tornar um hábito na vida da criança. Para tanto, os horários das mesmas devem ser regulares.

Considerações Finais

Percebe-se, no cotidiano laboral dos profissionais de saúde, que o padrão de alimentação das crianças brasileiras é desfavorável devido à falta de conhecimento tanto do cliente, quanto desses profissionais.

Diante disso, faz-se necessário aplicar o conhecimento científico elaborado nesse material, permitindo a identificação dos fatores de risco que levam a um déficit nutricional e promovendo a melhoria da alimentação infantil através de educação em saúde e de ações multidisciplinares.

ARAÚJO, M.F.M.; BESERRA, E.P.; CHAVES, E.S. **O papel da amamentação ineficaz na gênese da obesidade infantil: um aspecto para a investigação de enfermagem.** Acta Paul Enfermagem. v.19, n.4, p. 450-5, 2006.

BRASIL, Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas de Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Saúde da criança: acompanhamento do crescimento e desenvolvimento infantil / Ministério da Saúde.** Secretaria de Políticas de Saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 2002. p. 11-100.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Assistência à Saúde. **Coordenação Materno Infantil. Manual de assistência ao recém-nascido.** Ministério da Saúde, Secretaria de Assistência à Saúde. – Brasília: 1994. p.42,46,49.

PHILLIP, S.T.; CRUZ, A.T.R.; COLUCCI, A.C.A. **Pirâmide alimentar para crianças de 2 a 3 anos.** Rev. Nutr., Campinas, v.16, n.1, p.5-19, jan./mar., 2003.

*Enfermeira

camilajacome@ig.com.br

** Orientadora



Ministério da
Educação



BNDDES

Ministério do
Desenvolvimento, Indústria e
Comércio Exterior

Ministério do
Trabalho
e da Educação na Saúde

Ministério
da Saúde

GOVERNO FEDERAL



Universidade
Federal de
Minas Gerais

NESCON
núcleo de educação em saúde coletiva
FACULDADE DE MEDICINA - UFMG

PROGRAMA
AGORA

Prefeitura Municipal de Guanhães-MG