

# Cartilha de Alimentação Infantil para profissionais de saúde e educação

---

Cristiane Aparecida Azevedo de Assis Machado  
Secretaria Municipal da Saúde de Curitiba  
Coordenação de Vigilância Nutricional

**II FÓRUM DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL  
PARA PROMOÇÃO DA SAÚDE e DIREITO HUMANO À ALIMENTAÇÃO  
ADEQUADA**

BRASÍLIA 2008

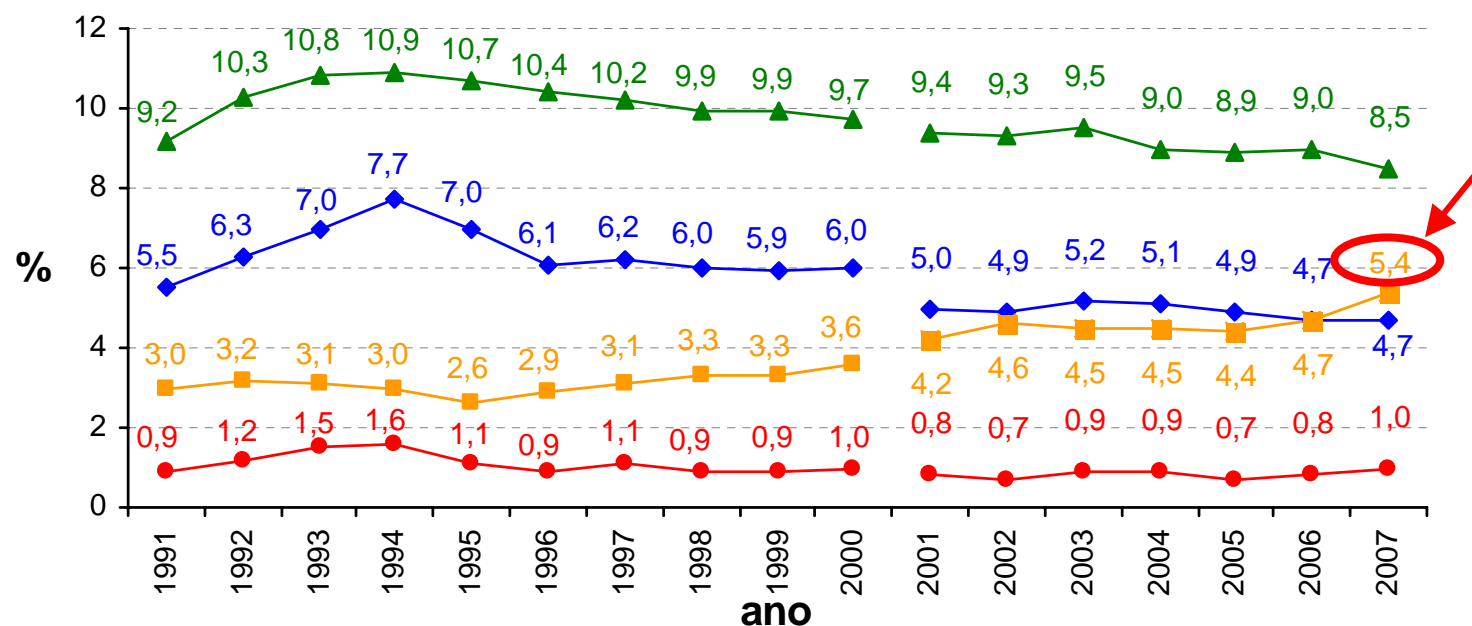


## O COMEÇO

---

- Diagnóstico SISVAN → apontando aumento progressivo da obesidade em todas as fases da vida.

# Perfil nutricional de crianças menores de 5 anos usuárias das Unidades de Saúde da SMS - 1991 a 2007

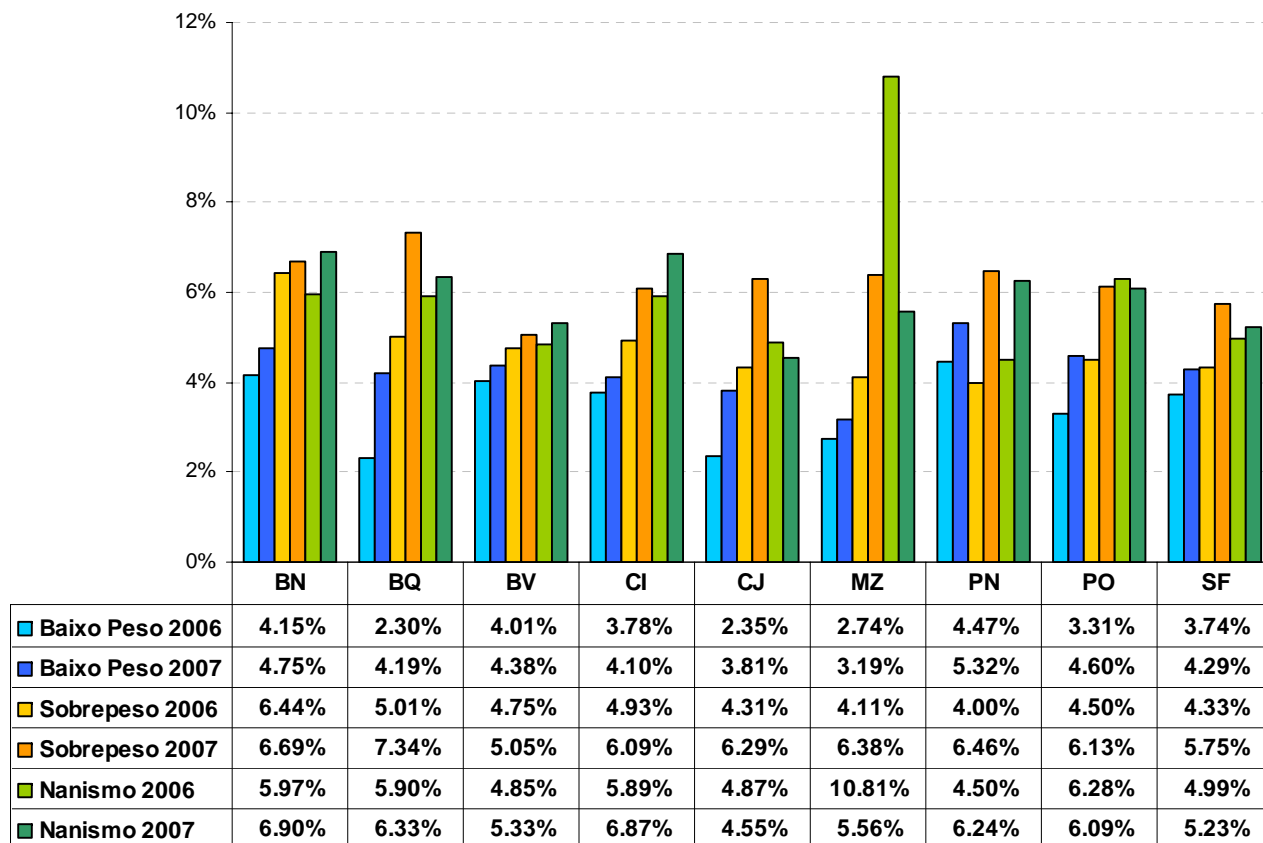


Fonte: CE / SISVAN-Curitiba.

Notas: (1) = dados retirados de planilhas.

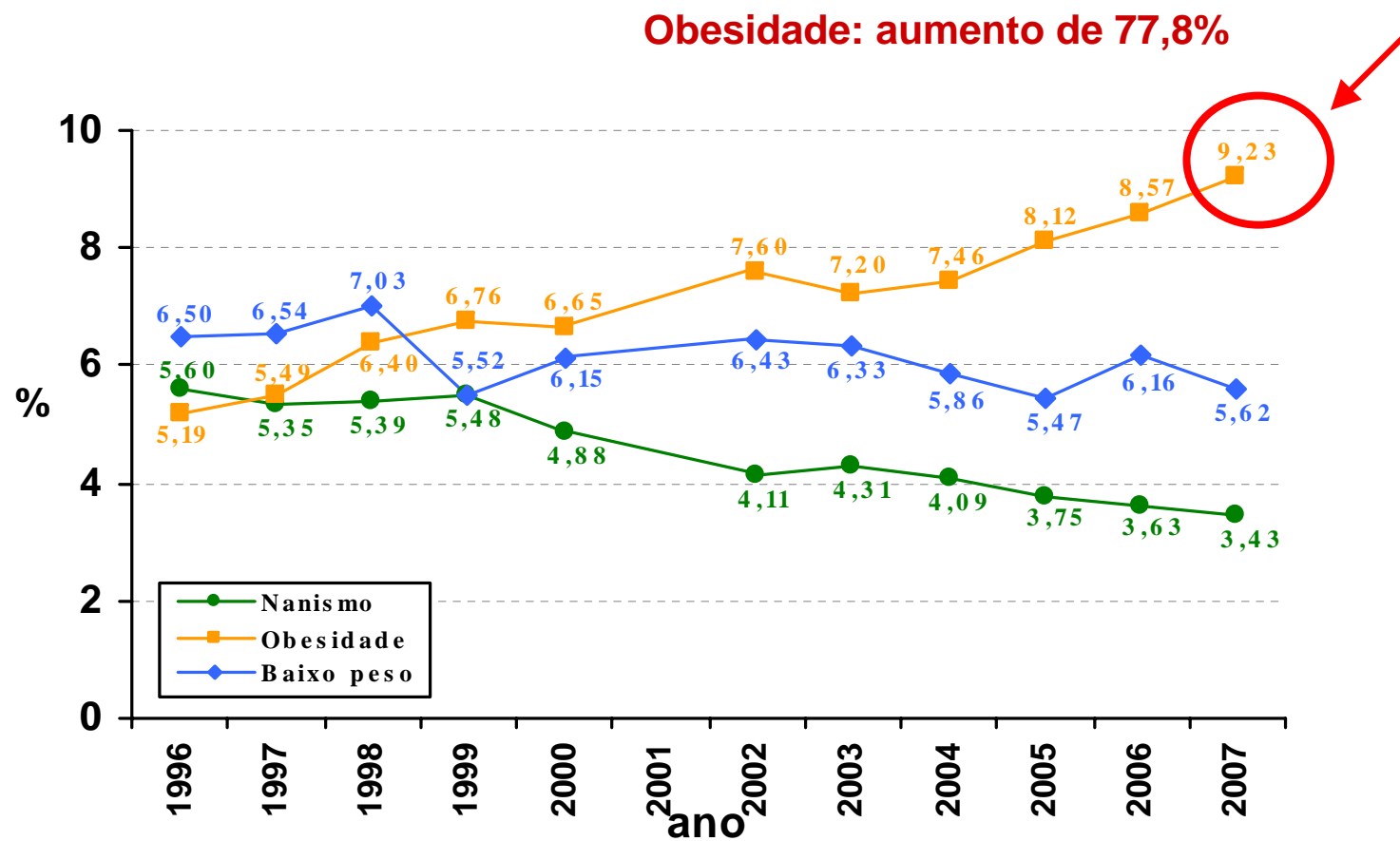
(2) = dados retirados do prontuário eletrônico.

## Perfil nutricional de crianças que frequentam os Centros de Educação Infantil 2006 (CMEIS) e 2007 (CMEIS e CEIS)



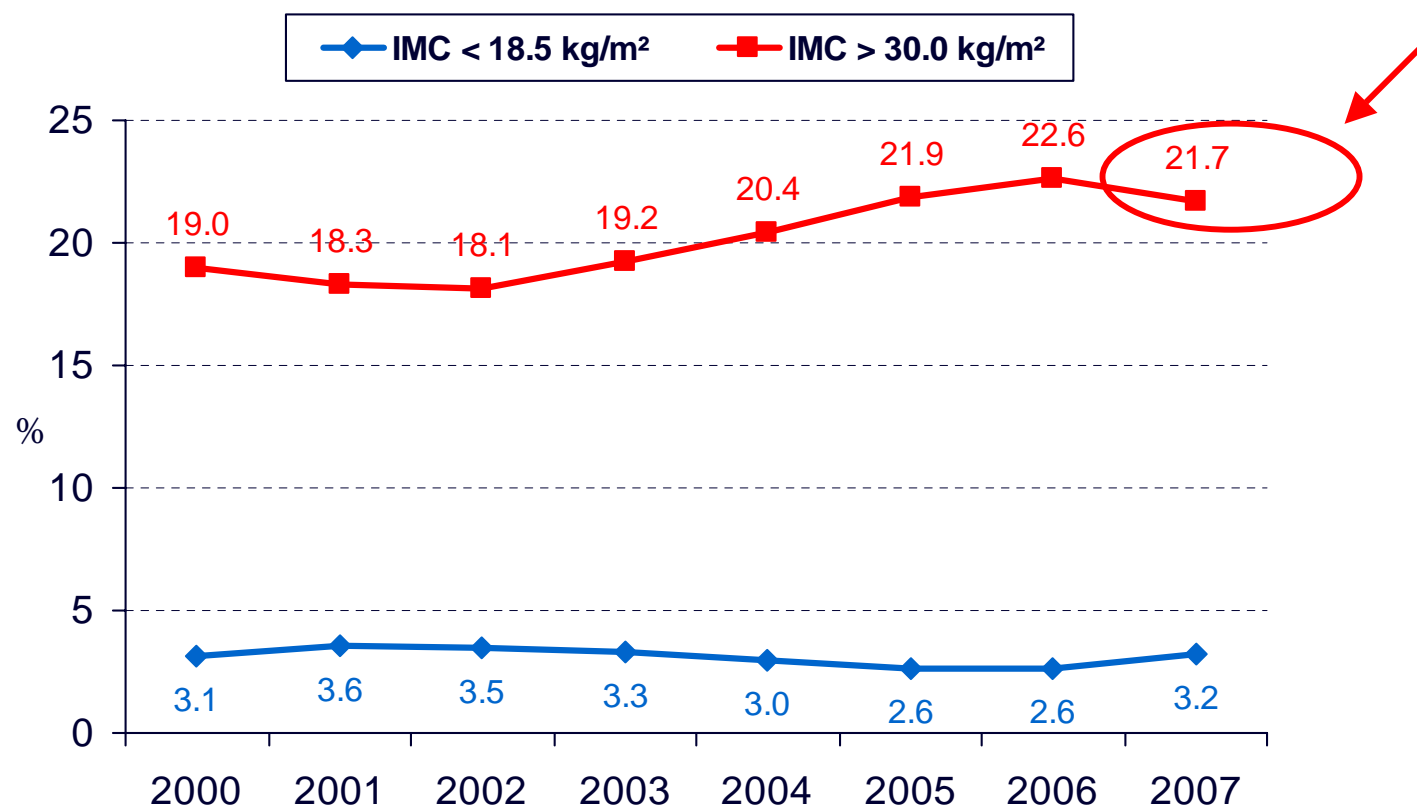
Fonte: SME

## Perfil nutricional de estudantes da Rede Municipal de Ensino - 1996 a 2007 -



Fonte: SME

## Perfil nutricional de adultos e idosos usuários das Unidades de Saúde da SMS - 2001 a 2007



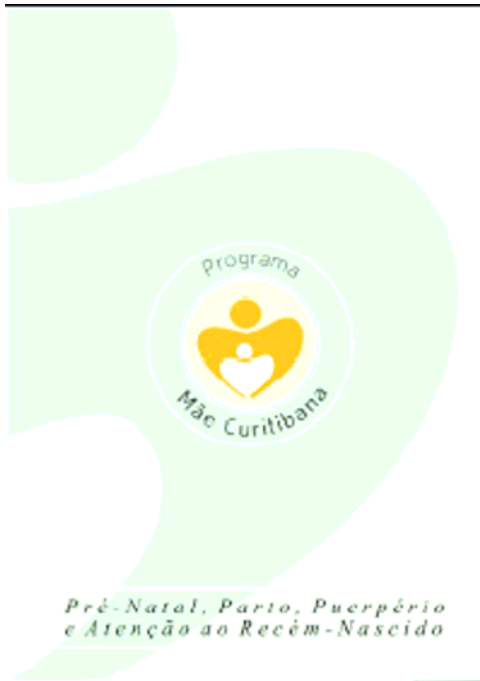
Fonte: CE / SISVAN-Curitiba.



## O COMEÇO

---

- Ações → Protocolo Mãe Curitibana.
  - Carteira da Gestante.
  - Parceria VISA → "Gibi Curitibinha"
  - Caderneta de Saúde da Criança.
  - PROAMA.
  - Protocolo da Criança (revisão).



*Pré-Natal, Parto, Puerpério  
e Atenção ao Recém-Nascido*





## O COMEÇO

---

- Ações → Protocolo do Adolescente.
- Ônibus Adolescente.
- Cartilha Adolescente e pais.
- Capacitação RH.
- Concurso para Nutricionistas.
- Capacitação nutricionistas.
- Cartilha Alimentação Infantil.



### Adolescente Saudável

Você sabe que, na adolescência, as alterações físicas para se tornar um homem ou uma mulher estão acontecendo? É importante saber que, neste período, é importante manter uma boa alimentação e praticar exercícios físicos regularmente para garantir a saúde e a autoestima. Fique atento aos sinais do corpo e procure sempre um profissional para cuidar de você.

**Alimentação**  
 Não se esqueça de beber água. Coma regularmente, não pule refeições e não use dietas sem orientação profissional. Evite alimentos muito gordurosos e açucarados.

**Lembre-se!**  
 Não use drogas, álcool ou tabaco. Não faça uso de medicamentos sem orientação médica. Não se exponha a situações de risco. Não tenha relações sexuais sem proteção adequada.

**Auto-estima**  
 Valorize você mesmo(a) e não se compare com os outros. Aceite suas diferenças e procure sempre o melhor de si mesmo(a).

**Na-malhação**  
 A gravidez é um momento muito especial, mas também traz muitos desafios. Não se exponha a situações de risco e procure sempre um profissional para cuidar de você.

**Alguns problemas tratados pelo nutricionista**

- Obesidade:** Caracterizada pelo excesso de peso, pode ser causada por uma alimentação inadequada e falta de atividade física.
- Bulimia:** É um transtorno alimentar caracterizado por episódios de compulsão alimentar seguidos por vômitos ou uso de laxantes para se livrar do excesso de comida.
- Deficiência de cálcio / ferro:** Pode ocorrer devido a uma alimentação inadequada e pode causar problemas de saúde, como anemia e osteoporose.
- Anorexia:** É um transtorno alimentar caracterizado pela perda de peso excessiva e compulsão por alimentos ricos em gordura.



## Protocolo de atenção à saúde do Adolescente

CURITIBA

## Nossos Adolescentes!

## EU, Adolescente!

## Alimentação Infantil

Cartilha de orientação aos pais



## CARTILHA ALIMENTAÇÃO INFANTIL

---

- Meta do SISVAN desde 2003.
- Proposta de elaboração da Cartilha para Diretora do Centro de Epidemiologia, para a Superintendente e Secretário da SMS e para o Conselho Municipal da Saúde de Curitiba → aprovado em todas as instâncias.
- Planejamento e reorganização dos conteúdos com revisões e atualizações técnicas e científicas.



## CARTILHA ALIMENTAÇÃO INFANTIL

---

- Leitura, análise e seleção de conteúdos das publicações do Ministério da Saúde → Dez Passos e Guia Alimentar para Crianças Menores de 2 anos; Programa Nacional de Suplementação de Ferro; Guia Alimentar para População Brasileira; Cadernos de Atenção Básica – Obesidade, entre outros.
- Discussões entre a equipe técnica do SISVAN sobre abordagem dos conteúdos e formas de linguagem.



## CARTILHA ALIMENTAÇÃO INFANTIL

---

- ❑ Ao serem distribuídas para as mães na 1ª consulta do bebê nas Unidades de Saúde (US) e para as mães das crianças dos Centros Municipais de Educação Infantil (CMEI's), pretende-se que:
- ❑ Sirva de material de apoio sobre como cuidar da alimentação de seus filhos desde o 1º dia de vida até os 10 anos de idade ou mais.
- ❑ A abordagem dos conteúdos facilite a compreensão dos fatores que influenciam na formação dos hábitos e comportamentos alimentares.
- ❑ Ao usar linguagem de fácil entendimento, a leitura e as ilustrações prendam a atenção e motivem o interesse dos pais em continuar lendo a cartilha.



## CARTILHA ALIMENTAÇÃO INFANTIL

---

- Desmistifique, incentive e apóie as mães na manutenção do aleitamento materno exclusivo até os 6 meses.
- Oriente a introdução da alimentação complementar adequada e do leite materno até os dois anos ou mais.
- As dicas oferecidas sirvam para colocar em prática as orientações recebidas quanto as práticas alimentares saudáveis.
- As informações, as referências e os telefones sirvam de apoio e suporte para períodos em que a Unidades de Saúde (US) não estejam funcionando.
- Incentivem os pais a manterem seus filhos mais ativos.



## CARTILHA ALIMENTAÇÃO INFANTIL

---

- Haja maior atenção em relação aos cuidados na manipulação dos alimentos, sobre a importância do carinho e da atenção nos horários das refeições e sobre as implicações no desenvolvimento neurológico e psicológico das crianças.



## CARTILHA ALIMENTAÇÃO INFANTIL

---

- Possibilidade foi concretizada com o recurso do Plano de Alimentação e Nutrição do Ministério da Saúde de 2007 → meta única de aplicação do recurso.



## CARTILHA ALIMENTAÇÃO INFANTIL

---

- Lançamento dia 16/10/2007.
- Tiragem: 58.000 exemplares.
- Sendo: 34.000 para as Unidades de Saúde e 24.000 para os Centros Municipais de Educação Infantil.
- Estratégias → capacitação das nutricionistas da SMS e da SME pela nutricionista do nível central → capacitação dos Recursos Humanos da SMS e da SME pelas nutricionistas capacitadas pelo nível central → nivelar as informações, reforçar pontos importantes.

## CAPACITAÇÃO DAS EQUIPES DAS UNIDADES DE SAÚDE.



# CAPACITAÇÃO DAS EQUIPES DAS UNIDADES DE SAÚDE.



## CAPACITAÇÃO DAS EQUIPES DOS CMEI's.

---





## **RESULTADOS PRELIMINARES PESQUISA NAS US**

---

Foram enviados instrumentos de avaliação para as US e CMEI's até o momento 81 foram respondidos pelas US.

- **85,2% foram respondidos por enfermeiros e o restante por médicos.**
- **Quanto ao conteúdo da cartilha, num conceito de 0 a 10, a nota média foi 9,5.**
- **81% dos profissionais consideraram a cartilha de fácil entendimento;**
- **96,1% relataram que as mães ficaram entre satisfeitas e muito satisfeitas ao receberem as cartilhas.**



## **QUANTO AOS BENEFÍCIOS A CURTO, MÉDIO E LONGO PRAZO**

---

- 71,6% dos profissionais consideram que haverá maior adesão ao aleitamento materno.**
- 86,4% acreditam que a introdução da alimentação complementar será mais adequada.**
- 71,6% consideram que a alimentação na infância e adolescência também será mais adequada.**
- 74,1% acreditam que haverá redução da desnutrição, anemia e obesidade.**



## ALGUNS DEPOIMENTOS DAS MÃES AO RECEBEREM A CARTILHA

---

- “Puxa que legal será uma mão na roda”.
- ”Tem tudo escrito”.
- “Nossa muito obrigada vou ensinar minhas amigas”.
- “Que bom agora vou saber preparar a comidinha do meu filho”.
- “Dessa vez farei tudo certo, vou mudar a alimentação do meu filho mais velho”
- “Não vou mais chorar quando não souber o que fazer”



## **CONSIDERAÇÕES**

---

O enfrentamento das DCNT deve começar na infância e o papel dos pais, das escolas, da saúde e da sociedade são fundamentais para promoção da saúde e qualidade de vida.



## **PENSAMENTO DE RUBEM ALVES**

---

- “QUERO ENSINAR AS CRIANÇAS,  
ELAS AINDA TÊM OS OLHOS  
ENCANTADOS”**

**OBRIGADA!!!**

**Coordenação de Vigilância Nutricional**

**Telefone: (41) 3350-9375**

**[crmachado@sms.curitiba.pr.gov.br](mailto:crmachado@sms.curitiba.pr.gov.br)**

