



RELATO DE ATIVIDADE EXTENSIONISTA ONLINE SOBRE ALIMENTAÇÃO INFANTIL

Cíntia Ribeiro Lemes, discente de graduação, Universidade Federal do Pampa, Campus Uruguaiana
Milena dal Rosso da Cruz, discente de graduação, Universidade Federal do Pampa, Campus Uruguaiana
Láisa Emannuele Pereira Knapp, discente de graduação, Universidade Federal do Pampa, Campus Uruguaiana
Ariane da Silva Gonçalves, discente de graduação, Universidade Federal do Pampa, Campus Uruguaiana
Carla Larissa Maciel Marques, discente de graduação, Universidade Federal do Pampa, Campus Uruguaiana
Lisie Alende Prates, docente, Universidade Federal do Pampa, campus Uruguaiana

e-mail primeiro autor- cintiaribeiro.aluno@unipampa.edu.br

A alimentação infantil comumente gera diversas dúvidas na família, incluindo, nesse caso, aspectos ligados à amamentação até a introdução alimentar (IA). Nesse sentido, as questões relacionadas à duração do aleitamento materno (AM) e o momento correto de introduzir água, chás, sucos e outros alimentos costumam ser as principais dúvidas que permeiam as famílias, podendo gerar sentimentos de incerteza e ansiedade. A Organização Mundial da Saúde recomenda o AM exclusivo e em livre demanda até o sexto mês de vida do lactente, sendo continuado após esse período com a IA até os dois anos de vida ou mais. O leite materno é comprovadamente o melhor e mais completo alimento para o bebê, sendo capaz de suprir todas as suas necessidades nutricionais até o sexto mês, bem como promover sua saúde a curto, médio e longo prazo, diminuindo as chances de desenvolver alergias, infecções, diarreias, doenças respiratórias, diabetes tipo 2, entre outras. Além da amamentação, uma IA bem conduzida também pode auxiliar na promoção da saúde infantil. Dado o exposto, esse trabalho tem como objetivo apresentar o relato de experiência de atividade de extensão desenvolvida por discentes do curso de Enfermagem em um grupo de gestantes e puérperas, tendo como foco o tema alimentação infantil. Trata-se de relato de experiência referente à atividade vinculada ao projeto de extensão GestaPampa, voltado para gestantes e puérperas do município de Uruguaiana. O encontro, foco deste trabalho, ocorreu de modo *online* e síncrono via plataforma *Google Meet*, no dia 27 de julho de 2021. A atividade contou com a participação da professora coordenadora, uma gestante, duas puérperas, discentes do curso de Enfermagem e demais integrantes do GestaPampa. Após a exposição do tema pelos discentes, foi realizada dinâmica e estabelecido que ao final desta, a participante (gestante ou puérpera) que acertasse mais questões respondidas pelo *chat* receberia um prêmio. A dinâmica utilizada foi “2 mentiras e uma verdade, ou 1 mentira e 2 verdades” e envolveu a projeção na tela e leitura em voz alta de cinco questões com três alternativas pelos discentes mediadores. Durante a apresentação e a dinâmica, foram discutidas e respondidas questões referentes ao tema. Dentre as cinco perguntas realizadas na dinâmica, a quinta e última questão gerou mais dúvidas e envolvia uma mentira e duas verdades, a saber: a) O bebê não deve comer a mesma

comida que os adultos da família, sua comida deve ser preparada separada; b) Bebês nos primeiros dois anos de vida não devem consumir açúcar, nem mel; c) A janela imunológica dos bebês ocorre entre 6 e 9 meses, e nessa época é importante ofertar alimentos com potencial de alergias, pois há menores chances de que desenvolvam essas alergias alimentares. Nenhuma das participantes acertou essa questão, pois uma respondeu a letra “b” como verdade e outra, “a” e “c” como verdades. Acredita-se que o equívoco pode ter sido causado também devido uma incompreensão quanto à dinâmica, que alternava entre duas mentiras e uma verdade ou uma mentira e duas verdades. Entretanto, percebe-se que a ideia de que a comida do bebê deve ser preparada em separado prevaleceu como uma verdade para as participantes. A terceira questão foi acertada de forma unânime pelas participantes, sendo uma mentira e duas verdades, com as seguintes alternativas: a) Quando iniciar a introdução alimentar a mãe deve limitar a oferta de leite materno para o bebê; b) Ao iniciar a introdução alimentar, o leite continuará sendo a principal fonte de obter energia e nutrientes até que a alimentação esteja bem estabelecida; c) Bebês sem dentes conseguem comer pedaços de alimentos, dessa forma a família pode optar pela papinha ou por ofertar pedaços grandes de alimentos ao bebê. O conhecimento das participantes vai ao encontro com as recomendações do Ministério da Saúde, que recomenda o AM em livre demanda mesmo após a IA. Apesar das divergências em algumas questões, considera-se que as participantes apresentaram bom conhecimento sobre o tema. Ademais, é preciso salientar que, em um contexto pandêmico, as ações de promoção de educação em saúde de forma virtual são ferramentas importantes para a disseminação de informações para as famílias. As plataformas *online* utilizadas em atividades de extensão se mostram como alternativa viável para a manutenção das ações de educação em saúde voltadas para gestantes, puérperas e suas famílias, que podem se beneficiar com as informações e disseminá-las para a comunidade.

Agradecimentos: Pró-Reitoria de Extensão e Cultura da Unipampa pela concessão de bolsa de extensão vinculada ao projeto.

Palavras-chave: Alimentação infantil; Amamentação; Introdução Alimentar.