

## INVESTIGAÇÃO DA INTRODUÇÃO DA ALIMENTAÇÃO COMPLEMENTAR DE CRIANÇAS MENORES DE 2 ANOS

Mariana de Oliveira, discente de graduação, Universidade Federal do Pampa, Campus Itaqui  
Shanda de Freitas Couto, docente, Universidade Federal do Pampa

marianado2.aluno@unipampa.edu.br

Uma alimentação infantil adequada é fundamental para formação de hábitos alimentares saudáveis, sendo estes influenciados desde a gestação, amamentação e também durante a introdução da alimentação complementar (IAC), é importante que se tenha atenção com as práticas alimentares realizadas nos primeiros anos de vida. Tendo em vista que uma alimentação inadequada pode resultar em problemas de saúde, é de suma importância que mães e familiares busquem informações e aprimorem seus conhecimentos sobre o processo de IAC para garantir o crescimento e desenvolvimento saudável da criança. O projeto teve por objetivo investigar a IAC de crianças de 0 a 24 meses que residem no Estado do Rio Grande do Sul. Trata-se de um estudo descritivo transversal realizado durante 10 dias entre os meses de junho a julho de 2022, com mães de crianças de 0 a 24 meses. Realizado por meio de questionário *online*, semiestruturado, sendo a amostra definida por cadeia de referência, onde as participantes iniciais indicavam novas participantes, disponibilizados através de um *link* por meio das redes sociais e *e-mail*. O desfecho avaliado foi a IAC realizada com as crianças. Ainda, a fim de caracterizar a população estudada foram incluídas questões sobre variáveis sociodemográficas (sexo, idade e cor da pele da criança; escolaridade, idade da mãe e localização de moradia). A avaliação da IAC foi realizada com a utilização de questões sobre a idade da introdução de alimentos *in natura* e minimamente processados; e sobre a introdução de alguns alimentos ultraprocessados, fórmula infantil, leite vaca e LM antes dos 6 meses e dos 7 aos 24 meses. A população do estudo é composta por 40 participantes. Segundo os dados obtidos, 55% das crianças são do sexo feminino, 97,5% possuía a cor da pele branca e 65,0% tem idade entre 12 e 24 meses, e média de idade de 14,45 (DP±7,03) meses. Quanto às características das mães, 50% possui entre 30 e 39 anos (média de idade de 30 (DP±5,11) anos); com alto nível de escolaridade: 55% com Ensino Superior Completo e 20% com Ensino Superior Incompleto; e 92,5% moravam na zona urbana. Nos dados referentes à IAC, 72,5% iniciou aos 6 meses de idade; 62,5% recebeu água aos 6 meses; 27,5% recebeu chás dos 0 a 5 meses; 32,5% recebeu suco natural de 12 a 24 meses. No que se refere a IAC de alguns alimentos, observou-se que 55,0% recebeu carne; 60% recebeu feijão; 65,0% recebeu cereais; 77,5% recebeu frutas; 67,5% recebeu vegetais aos 6 meses; enquanto que 35,0% recebeu leite de vaca entre 12 e 24 meses ou ainda não haviam recebido nesse período. Em relação a consistência dos alimentos, 80,6% iniciou a introdução com alimentos amassados. Até os 6 meses de idade o LM foi o alimento mais oferecido, sendo realizado por 87,5% das crianças; seguido da fórmula infantil por 55% delas. Com relação aos alimentos oferecidos dos 7 aos 24 meses de idade, o LM representa 74,3%, seguido da fórmula infantil 62,9% e biscoito e bolachas (maria e água e sal) 51,4%, também foram oferecidos pão tipo bisnaguinha 34,3%, pão de queijo 28,6%, leite de vaca 25,7%, gelatina 25,7%, chocolate 22,9% e iogurte tipo Petit Suisse 22,9%. No presente estudo foi possível demonstrar aspectos

importantes relacionados à IAC das crianças participantes, observou-se que a maioria da população do estudo realizou uma introdução alimentar adequada, no tempo correto e tendo como base da alimentação a oferta de alimentos *in natura* e minimamente processados, estando em acordo com as recomendações trazidas pelo Guia alimentar para crianças brasileiras menores de 2 anos. Os resultados positivos podem ser devido ao interesse das participantes, ao qual buscam por informações sobre as recomendações para IAC, de modo a realizarem de forma adequada, fato que pode estar relacionado com o nível de escolaridade das participantes, visto que a maioria das mães apresentava alto nível de escolaridade, o que influencia diretamente nos cuidados com a alimentação das crianças. A oferta de chá foi uma das inadequações encontradas, no qual as crianças experimentaram chá entre 0 e 5 meses. Em relação aos alimentos oferecidos até os 6 meses, o LM apresentou maior prevalência, indicando adequação com as recomendações do Guia. Dos 7 aos 12 meses, a oferta de LM continua predominando, no entanto, houve oferta considerável de alimentos ultraprocessados, estando em inconformidade com as recomendações trazidas pelo Guia, que recomenda que estes alimentos não sejam oferecidos antes dos 2 anos de idade, por serem nutricionalmente desbalanceados, podendo predispor o desenvolvimento de sobrepeso e obesidade, doenças crônicas não transmissíveis em outras fases da vida, e além disso, pode prejudicar a formação de hábitos alimentares saudáveis. Através do estudo verificou-se que a maioria das mães realizou a IAC de forma adequada, no tempo correto e tendo como base da alimentação a oferta de alimentos *in natura* e minimamente processados, demonstrando adequação as recomendações atuais trazidas pelo Guia.

**Palavras-chave:** Nutrição infantil; Alimentação complementar; Alimentação saudável.