



Construção de cartilha educativa sobre introdução alimentar de baixo custo como estratégia de combate à desnutrição infantil e garantia de acesso ao direito à alimentação: relato de experiência

Mariah Mangeon do Amaral El Jurdi¹; 0000-0002-7526-7143

Lara Thoany Alves de Oliveira Silva¹; 0000-0003-2254-0780

Caio Túlio Esteves da Silva Oliveira¹; 0009-0009-5231-1568

Gabriela Teixeira Silva¹; 0009-0004-4236-9065

Deusiane Francielle de Oliveira¹; 0009-0005-1448-8531

Mariana Midori de Souza¹; 0009-0009-7647-7896

Lívia de Moraes Ribeiro Meirelles¹; 0009-0002-7206-9034

Luciano Rodrigues Costa¹; 0000-0001-8657-2656

1 – UniFOA, Centro Universitário de Volta Redonda, Volta Redonda, RJ.
caiotolives@gmail.com

Resumo: Objetivo: Relatar a experiência de produção de tecnologia de informação e comunicação em saúde, em forma de cartilha educativa, visando informar e orientar sobre a introdução alimentar de baixo custo. **Método:** O documento trata-se de um relato de experiência sobre a construção de uma cartilha disponível de forma digital, física e gratuita, tendo como público-alvo as famílias assistidas na Unidade Ambulatorial do Centro Universitário de Volta Redonda (UniFOA). A construção foi realizada por estudantes da Liga Acadêmica de Pediatria do curso de Medicina do UniFOA no período de fevereiro à julho de 2023. **Resultados:** A construção proporcional a integração do eixo ensino-extensão, aproximando os participantes da realidade da insegurança alimentar e desnutrição infantil, havendo implicação dos integrantes na construção de um material lúdico e acessível. **Conclusão:** A experiência proporcionou a disseminação de informações científicas de forma acessível e responsável, além de integrar os conhecimentos teóricos com a articulação de ideias práticas para a execução dos conhecimentos.

Palavras-chave: Educação em saúde. Introdução Alimentar. Insegurança alimentar.

INTRODUÇÃO

A desnutrição infantil constitui um quadro de origem multifatorial caracterizado pelo déficit ou excesso de micro e/ou macronutrientes, ocasionando uma disfunção entre a energia demandada pelo organismo e o suprimento dessa demanda (BURNS; CAMPOS-JÚNIOR; SILVA; BORGES, 2017). Esse quadro constitui um grave problema de saúde pública, cuja solução se concentra numa alimentação saudável, a qual deve ser garantida desde a primeira infância, durante a transição e introdução alimentar. Contudo, esse período de transição costuma ser prejudicado pela condição





de vulnerabilidade social na qual a boa parte das famílias se encontram. Contrastante a isso, o Brasil possui um alto nível de desperdício alimentar, levando à perda de produtos ainda utilizáveis para a alimentação (BRASIL, 2019).

Segundo a Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF) realizada pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), cerca de dez milhões de brasileiros relataram ter passado fome nos anos referentes a pesquisa (IBGE, 2020), fazendo com que um dos principais problemas do Brasil, em amplitude e complexidade, seja a fome. De acordo com o DATASUS (2021), houveram 16.942 óbitos por desnutrição notificados em crianças com idade menor que 1 ano, sendo a maior concentração de óbitos no Nordeste (n=8.355) e em seguida no Sudeste (n=3.971).

Paradoxalmente a esse cenário, a Organização das Nações Unidas (ONU) realizou um levantamento no qual cerca de 27 milhões de toneladas de alimentos são desperdiçadas anualmente no maior país sul-americano (ONU, 2022). Isso traz à luz um dos maiores problemas que o país enfrenta: a má distribuição dos recursos alimentares presentes e sua total utilização.

Com esse cenário, torna-se importante afirmar a alimentação e a nutrição como direitos essenciais da criança e do adolescente, sendo fator central para o crescimento e desenvolvimento adequados da população infantil (BRASIL, 2019).

A introdução alimentar na primeira infância corresponde a um período no qual a criança passa a receber alimentos, além do seio materno, para atender suas necessidades energéticas e nutricionais, garantindo um desenvolvimento e um crescimento saudáveis. Essa introdução deve ser feita após o sexto mês de vida, devendo manter ainda o aleitamento materno, já que essa fase corresponde a um período de adaptação da dieta exclusiva láctea para aceitação completa de alimentos (BRASIL, 2019). Durante a introdução alimentar, é necessário oferecer alimentos que consigam suprir as necessidades energéticas e nutricionais específicas desse período. A construção de hábitos saudáveis nesse momento é essencial para prevenir desvios nutricionais da vida futura da criança, como obesidade e diabetes (MELO, 2021).





Durante esse período de transição alimentar, a aquisição de hábitos saudáveis é essencial para a saúde presente e futura dessas crianças, proporcionando preferências por determinados alimentos, a depender do tempo e da intensidade da exposição das crianças (WEFFORT, 2021).

De acordo com Oliveira, Souza, Miranda e Reis (2022), pelo cenário de baixo acesso à renda e insegurança alimentar enfrentado por muitas famílias, a introdução alimentar acaba não sendo realizada de forma adequada, ficando muito distante do ideal para esse período. Dessa forma, as famílias acabam encontrando dificuldades para adquirir alimentos em quantidade e em variedade suficientes para realizar a transição alimentar de forma a garantir um adequado desenvolvimento e crescimento das crianças.

A educação em saúde aparece como uma das principais estratégias para promoção de saúde, apresentando um caráter performático, podendo partir da produção de cartilhas educativas até estratégias coletivas, que auxiliam não apenas na ampliação do conhecimento teórico-prático sobre o tema em foco como também no desenvolvimento da responsabilidade individual e implicação do sujeito, sendo bastante relevante na modificação de práticas individuais e coletivas de cuidado (JANINI; BESSLER; VARGAS, 2015).

Dessa forma, visando reduzir os impactos da desnutrição infantil e fome associados a baixa informação sobre o período de transição alimentar, foi idealizada uma cartilha, objetivando orientar as famílias sobre formas alternativas para realizar a introdução alimentar com baixo custo durante a transição alimentícia.

METODOLOGIA

Esse trabalho é um relato de experiência que visa apresentar de uma tecnologia de informação e comunicação em saúde em forma de cartilha educativa, que informa e orienta sobre a introdução alimentar de baixo custo, com foco nas famílias assistidas pela Unidade Ambulatorial do Centro Universitário de Volta Redonda no município de Volta Redonda (RJ). O trabalho é fruto de um projeto de



extensão realizada pela Liga Acadêmica de Pediatria do curso de Medicina do UniFOA.

A construção da cartilha educativa foi em parceria com profissionais de saúde das áreas de Pediatria, Nutrição e alunos do curso de Design. O material foi construído contendo orientações sobre os alimentos, o processo e como reaproveitar alimentos para a construção de uma dieta saudável e variada durante esse período de introdução alimentar, ou seja, a partir do sexto mês de vida do lactente. A construção foi dividida em quatro etapas de elaboração no período compreendido entre fevereiro de 2023 e julho de 2023, sendo as etapas: (1) sistematização de conteúdo, (2) escolha do material e direcionamento gráfico, (3) composição do conteúdo e receitas e (4) emissão de materiais gráficos físicos.

A sistematização de conteúdo ou levantamento bibliográfico foi realizado majoritariamente através dos sites do Ministério da Saúde (MS), da Organização Mundial de Saúde (OMS) e da Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP), assim como, nas plataformas Scielo, PubMed e UpToDate, selecionando dentro dos textos a melhor linha de organização para apresentação do conteúdo dentro da realidade em tela.

A escolha do material e direcionamento gráfico veio após a primeira etapa, selecionando ilustrações e elementos gráficos que participariam do leque gráfico do projeto da cartilha. Os elementos foram retirados de banco de dados de imagem públicos na internet, como Freepik e Canva®, coordenados pelas alunas do curso de Design, citadas e mencionadas nominalmente na cartilha.

A composição do conteúdo e receitas deu-se através da articulação entre o levantamento bibliográfico e a adequação textual para se enquadrar em um texto acessível a todos os níveis socioeconômicos. As receitas foram produzidas pelos alunos integrantes da Liga Acadêmica de Pediatria e pensadas para exemplificar formas de utilização e reaproveitamento de produtos alimentícios.

Após a confecção, a cartilha foi exposta e distribuída na Unidade Ambulatorial do Centro Universitário de Volta Redonda no espaço da recepção durante a sala de





espera, através de oficinas práticas para a orientação dos familiares acerca das informações presentes na cartilha.

DISCUSSÃO E RESULTADO

A confecção da cartilha “Introdução Alimentar de Baixo Custo” resultou em um material de 32 páginas. O conteúdo abordado no material foi organizado em doze tópicos, cujo títulos são: Alimentação adequada é direito de todas e de cada um das crianças!; Conversando sobre introdução alimentar; Os 10 passos para uma alimentação saudável; Leite materno: o primeiro alimento; Como eu sei que está na hora de começar a introdução?; É hora de começar...; O que posso e o que não posso oferecer?; Água e sucos naturais: posso ou não posso?; Cheguei na cozinha, e agora?; Como podemos evitar o desperdício e economizar?; Orientações gerais para as próximas etapas; e, Receitas feitas com carinho.

Os tópicos e seus títulos foram organizados de forma a contribuir para a construção de uma linha de raciocínio sobre o processo de introdução alimentar, evidenciando os principais entraves e dificuldades das famílias que enfrentam esse período.

A produção da cartilha abriu espaço para que os alunos envolvidos no projeto aumentassem a integração dos conteúdos aprendidos em sala de aula, assim como, aumentassem os vínculos e a integração com o docente orientador, os profissionais de saúde e os demais integrantes da Liga no caminho de elaboração ativa e contextualizada do material, aprofundando os conhecimentos no tema. Somado a esta integração, ressalta-se a oportunidade de exercer o caráter último dos espaços universitários de formação, ou seja, o fomento e a participação na mudança e transformação social através do tripé de ensino-pesquisa-extensão (BURON, 2016).

A ilustração, apresentação e emissão da cartilha em material gráfico de veiculação digital e física foi realizado dentro da segunda e da quarta etapa de desenvolvimento, sendo feita por alunas do curso de Design citadas e referenciadas na cartilha. A versão final da cartilha obteve o título “Introdução Alimentar de Baixo Custo”.



Figura 1 – QR Code de acesso à cartilha educativa – Introdução Alimentar de Baixo Custo.



Fonte: QR Code gerado pelos próprios autores.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A introdução alimentar, a desnutrição infantil e a insegurança alimentar apareceram durante o processo de construção do projeto da cartilha educativa como temas essenciais no processo de formação médica, visto serem aspectos deflagradores de atraso no desenvolvimento infantil. A realização inadequada da introdução alimentar, assim como, o não combate a desnutrição infantil e a insegurança alimentar, violam o direito à alimentação garantido na Constituição Federal e no Estatuto da Criança e do Adolescente.

A elaboração da tecnologia apresentada no trabalho emerge como estratégia de combate a essas violações e incentivo a uma introdução alimentar saudável, diversificada e nutritiva.

Cabe ressaltar que, com a elaboração do projeto, torna-se importante a execução de uma etapa de avaliação da efetividade do material junto às famílias assistidas pelo Centro Universitário de Volta Redonda na Unidade Ambulatorial, sendo parte do plano de ação da Liga Acadêmica de Pediatria para o ano de 2024.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia alimentar para crianças brasileiras menores de 2 anos**. Brasília, 2019.

BURNS, D. A. R.; CAMPOS-JÚNIOR, D.; SILVA, L. R.; BORGES, W. G. **Tratado de Pediatria**. 4 ed. Barueri, SP: Manole; 2017.



BURON, R. M. **O papel da universidade na formação do perfil profissional.** In: Jornada de Pesquisa-Ciências Sociais Aplicadas, 21, 2016, Ijuí, RS. Anais (on-line) Ijuí: Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul, 2016. Disponível em: <https://publicacoeseventos.unijui.edu.br/index.php/salaoconhecimento/article/view/7307/6073>. Acessado em: 04 set. 2023

CASTELL, G. S. **Larousse da Dieta e da Nutrição.** São Paulo: Larousse do Brasil, 2004. P. 9 - 33.

DATASUS. **Mortalidade–Brasil.** 2021. Disponível em: <http://tabnet.datasus.gov.br/cgi/tabcgi.exe?sim/cnv/obt10uf.def>. Acessado em: 03 set. 2023

IBGE – INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF) – Análise da Segurança Alimentar no Brasil,** Rio de Janeiro, 2020.

JANINI, J. P.; BESSLER, D.; VARGAS, A. B. **Educação em saúde e promoção da saúde: impacto na qualidade de vida do idoso.** p. 480–490, [s.d.].

MELO, N. K. L.; ANTONIO, R. S. C.; PASSOS, L. S. F.; et al. Aspects that influence infant feeding introduction, **Disturb Comun,** São Paulo. n. 33, p, 14-24, 2021.

OLIVEIRA, C. R.; SOUZA, E. L. S.; MIRANDA, J. A.; REIS, M. M. dos. **Introdução Alimentar: aspectos, desafios e impacto na saúde do lactente.** Repositório Universitário de Ânima. Orientador: Fábio Luiz Oliveira de Carvalho. 2022. 41 fl. Trabalho de conclusão de curso (Graduação) – Bacharel em Nutrição, Centro Universitário AGES, Paripiranga, 2022. Disponível em: <https://repositorio.animaeducacao.com.br/handle/ANIMA/29836>. Acesso em: 04 set. 2023.

OLIVEIRA, F. L. C. Sociedade de Pediatria de São Paulo. Sociedade de Pediatria de São Paulo. **Atualizações de Condutas em Pediatria.** São Paulo, 2012.

Organização das Nações Unidas. 2022. **ONU.**



2º Congresso
**Tudo é
Ciência:**
**(Ser) Humano na
Sociedade 5.0**



ORGANIZADO POR:

UniFOA

RODRIGUES DE ANDRADE, I.; SARAIVA BRASILEIRO, W.S.; SOUSA LIMA, G. Relação entre Desnutrição Infantil e o Risco de Doença Respiratória em crianças de até 4 anos no Brasil: Um Estudo Epidemiológico. **Revista Amazônia: Science & Health**, 2022, v. 10, ed. 1, p. 29-41, 15 mar. 2022.

WEFFORT, V. R. S.; MELLO, E. D.; MORETZSOHN, M. A.; et al. Sociedade Brasileira de Pediatria. **Guia Prático de Alimentação da Criança de 0 a 5 anos**. São Paulo: SBP, 2021.



2º Congresso
**Tudo é
Ciência:**
**(Ser) Humano na
Sociedade 5.0**

2º Congresso Brasileiro de Ciências e Saberes Multidisciplinares
Volta Redonda - RJ | 26 a 28 de Outubro

ORGANIZAÇÃO

UniFOA