

GRUPO EDUCATIVO DE PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO INFANTIL SAUDÁVEL EM UNIDADES BÁSICAS DE SAÚDE

- ROTEIRO PARA IMPLEMENTAÇÃO -



POLLYANA BOVENTURA BRITO
ELIZABETH FUJIMORI
CLAUDIA N. T. PALOMBO
ALINE Y. KURIHAYASHI

SÃO PAULO - 2017



Roteiro elaborado como item da dissertação de Pollyana Boaventura Brito, sob orientação da Prof. Dra Elizabeth Fujimori, apresentada ao **Programa de Pós-Graduação Mestrado Profissional em Enfermagem na Atenção Primária em Saúde no SUS** da Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo, para obtenção do título de Mestre em Ciências.



Práticas educativas em ALIMENTAÇÃO INFANTIL SAUDÁVEL

Práticas saudáveis de alimentação na infância são requisitos básicos para a promoção da saúde integral da criança com reflexos duradouros por toda a vida.

Os grupos educativos constituem importante estratégia para a promoção da alimentação saudável na infância, pois são espaços privilegiados para discussão e troca de experiências, promoção de atividades individuais e coletivas e estão incluídos entre as principais atribuições do enfermeiro da Atenção Básica.

Apesar de evidências que apontam a importância da alimentação saudável para a redução da morbimortalidade infantil e de esforços de políticas públicas na elaboração de programas e documentos para a implementação de grupos educativos nas UBS, ainda não há um roteiro para o desenvolvimento de tais atividades embasado na perspectiva das mães.

É comum a baixa participação da população em grupos educativos na Atenção Básica, justificada por vergonha, receio de ir a UBS, como também, por falta de estrutura adequada e adequação do horário e frequência dos grupos.

Por outro lado, vários estudos mostram elevada frequência de consumo de alimentos e práticas inadequadas que têm ocorrido precocemente, comprometendo alimentação infantil saudável.

Portanto, este trabalho teve como finalidade, a elaboração de um roteiro para implementação de grupos educativos, embasado na perspectiva das mães, de forma a auxiliar os profissionais de saúde na implementação de grupos educativos na rotina das UBS. Espera-se que os grupos auxiliem as mães a adotarem práticas mais saudáveis de alimentação de seus filhos, respeitando as identidades culturais e alimentares de cada região.

Com base na perspectiva das mães entrevistadas neste estudo, foram elaborados alguns critérios que podem subsidiar a efetividade da implementação de grupos educativos na UBS:

1º Sensibilização de todos os **PROFISSIONAIS**

A sensibilização de todos os profissionais que trabalham na UBS sobre a importância da alimentação saudável infantil e a participação da população nos grupos educativos, incluindo a equipe administrativa, vigilância e de limpeza, promove a divulgação e facilita o encaminhamento das pessoas para o grupo. Além disso, faz com que todos se sintam participantes e também responsáveis pela atividade.

Essa sensibilização pode ser realizada na rotina dos serviços, durante as reuniões de equipe, reuniões mensais da UBS ou em outras oportunidades. Também é desejável que a promoção da alimentação infantil saudável seja incorporada na educação permanente em saúde como tema a ser discutido e aplicado pelos profissionais de saúde nas atividades de assistência à criança.

2º Convite e divulgação do **GRUPO**

A UBS deve criar uma estratégia contínua e permanente para convidar a população participar do grupo.

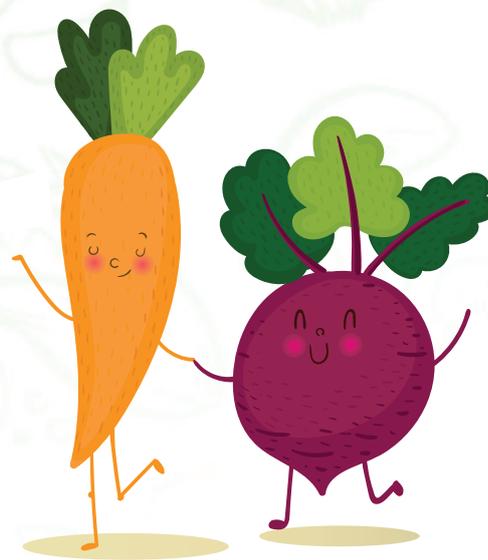
Os profissionais de saúde podem distribuir convites individuais durante as consultas ou visitas domiciliares, reforçando a importância do grupo. Os convites também podem ser distribuídos na recepção dos serviços, no momento do agendamento das consultas.

Outra estratégia de convite são cartazes, que podem ser colocados na UBS e distribuídos nos equipamentos sociais da comunidade, tais como, centros comunitários, creches, igrejas e nos estabelecimentos comerciais.

Divulgar as atividades realizadas fortalece o grupo. Exposições fotográficas, concursos e premiações são boas estratégias para isso, especialmente quando envolvem toda a comunidade.

Os profissionais da UBS também podem se valer das redes sociais para convidar e divulgar os encontros, pois são ferramentas muito utilizadas na atualidade e podem contribuir de diversas formas para promoção do grupo educativo.

3^o Plano de ATIVIDADES



Estabelecer um plano de atividades semestral ou anual é um dos principais requisitos para a efetividade da implementação dos grupos educativos.

O plano deve especificar claramente as seguintes questões: Quem? Quando? Onde? Como?

O próprio enfermeiro pode organizar e desenvolver o grupo educativo, mas sugere-se que o grupo seja conduzido por pelo menos duas pessoas. Para assuntos mais específicos, pode-se contar com a participação de outros profissionais de referência nos assuntos a serem abordados, convidado pelo enfermeiro responsável.

Fixar um local, dia da semana e horário facilita o convite, a divulgação e a memorização do grupo pela comunidade. Um grupo que é rotina no serviço tem mais chance de adesão da comunidade.

Neste estudo, as mães sugeriram que os grupos devem ter duração de 60 minutos e ser realizado na própria UBS, em 2 encontros mensais, no período da tarde, horário em que as mães estão em espera de atendimento de puericultura na UBSF estudada.

Propõe-se como referencial pedagógico a educação crítica-reflexiva, que parte de elementos do cotidiano dos sujeitos para que a aprendizagem seja realmente significativa. Assim, os usos de estratégias participativas e dinâmicas podem estimular a troca de experiência entre os participantes. Para abordar a alimentação infantil saudável, deve-se ter como base os manuais do Ministério da Saúde, tais como o guia “Dez Passos para uma Alimentação Saudável para Crianças Menores de Dois Anos” (Brasil 2015), o “Guia Alimentar da População Brasileira” (Brasil 2014), o guia de “Receitas regionais para crianças de 6 a 24 meses” (Brasil 2010), entre outros.

O Quadro 1 apresenta um exemplo de roteiro para o desenvolvimento de grupos educativos sobre alimentação infantil saudável na Atenção Básica, realizado com base no levantamento das necessidades das mães entrevistadas. Esse roteiro, com dois encontros, descreve o tema, objetivo, materiais utilizados, métodos e tempo.

Propõe-se que cada encontro seja dividido em três momentos: abertura, que deve iniciar com uma dinâmica de integração dos participantes (quebra-gelo) e apresentação dos objetivos do encontro; desenvolvimento do tema, que pode ser de forma expositiva-dialogada, com uso de recursos midiáticos, jogos, álbuns seriados ou outras tecnologias educativas; e, finalização, com uma breve avaliação do encontro.

Quadro 1. Roteiro para implementação de grupos educativos sobre alimentação infantil saudável na Atenção Básica: 1º Encontro. Patos de Minas/MG, 2017.

PRIMEIRO ENCONTRO	
<p>TEMA</p> <p>1. Quebra - gelo</p> <hr/> <p>OBJETIVOS Apresentação e acolhimento dos participantes</p> <p>MATERIAIS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Crachá • Caneta <p>TEMPO 15 minutos</p>	<p>MÉTODOS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Acolher os participantes • Apresentar os objetivos e as propostas do grupo educativo. • Romper com as formalidades e descontrair as pessoas proporcionando uma melhor integração do grupo, com a dinâmica do quebra-gelo. • Cada participante deve receber um crachá com seu nome. • Após um tempo, os facilitadores recolhem os crachás e coloca-os no chão, com os nomes voltados para baixo. • A seguir, cada participante deve pegar um crachá no chão (caso pegue seu próprio nome, trocar). • Solicita-se que o participante coloque o crachá do outro e passeie pela sala, a procura do dono do nome. • Ao encontrar o dono do crachá, deve conversar para conhecer o colega. • Na sequência, discutir a experiência da dinâmica com o grupo e introduzir a atividade, explicando como será o grupo educativo e os objetivos propostos.
<p>TEMA</p> <p>2. Dez passos para uma Alimentação Saudável</p> <hr/> <p>OBJETIVOS Promoção da alimentação saudável para crianças menores de 2 anos</p> <p>MATERIAIS Álbum seriado “Alimentação Saudável para Crianças Menores de Dois Anos”.</p> <p>TEMPO 30 minutos</p>	<p>MÉTODOS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Usar como ferramenta, o álbum seriado “Alimentação Saudável para crianças menores de dois anos” e os “Dez Passos para uma Alimentação Saudável para Menores de Dois Anos, recomendados pelo Ministério da Saúde”. • Estimular os participantes a conversarem sobre os passos da alimentação saudável que tiveram mais dificuldade e facilidade na prática. • Verificar se as recomendações são usadas, contar com as opiniões e sugestões para implementá-las na rotina domiciliar. • Discutir as dúvidas, anseios, medos e angústias mais comuns dos participantes sobre a alimentação no dia a dia das crianças. • Estimular as práticas alimentares adequadas e trocas de experiências, conforme a idade da criança com base no conteúdo dos “Dez Passos para uma Alimentação Saudável para Menores de Dois Anos” • Discutir os novos hábitos alimentares, o que, quando e como iniciar a introdução alimentar e como organizar a rotina alimentar da criança. • Discutir com os participantes, as informações contidas no álbum, em linguagem simples e objetiva, enfatizando os pontos e mensagens de cada passo do manual, com base na prática alimentar dos participantes.
<p>TEMA</p> <p>3. Crescimento da criança</p> <hr/> <p>OBJETIVOS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Avaliar medidas antropométricas • Interpretar as curvas de crescimento <p>MATERIAIS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Caderneta da criança • Balança • Régua antropométrica <p>TEMPO 15 minutos</p>	<p>MÉTODOS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Prática de medidas antropométricas. • Exposição dialogada sobre a importância do crescimento. • Avaliação do crescimento a partir de medidas antropométricas. • Interpretação das curvas de crescimento.
<p>TEMA</p> <p>4 .Distribuição de manual informativo e encerramento</p> <hr/> <p>OBJETIVOS Incentivar as mães no processo de formação dos hábitos e no processo de preparação de refeições saudáveis nas suas rotinas diárias</p> <p>MATERIAIS Manual dos “Dez Passos para uma Alimentação Saudável para Menores de Dois Anos”</p> <p>TEMPO 5 minutos</p>	<p>MÉTODOS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ao final das atividades, distribuir aos participantes um manual informativo contendo os “Dez Passos para uma Alimentação Saudável para Menores de Dois Anos”. • Agradecer a presença, envolvimento de todas as mães e encerrar a atividade. • Lembrar sobre o grupo do próximo mês.

Propõe-se que no segundo encontro (Quadro 2) os participantes sejam divididos em pequenos grupos de acordo com a faixa etária das crianças para a prática da escolha, e higienização dos alimentos a serem oferecidos às crianças.

O ideal é que todos participem na elaboração das papas, juntamente com os facilitadores devem ir discutindo e demonstrando como preparar diferentes receitas de papas. Entregar aos participantes o livro “Receitas Regionais para Crianças de 6 a 26 meses”, para facilitar o preparo das papas na rotina domiciliar de cada família (Brasil 2010).

O roteiro proposto é baseado na perspectiva das mães estudadas, estando livre para cada profissional de saúde a maneira de executá-lo, como adicionar mais encontros e outros temas conforme a realidade de cada UBS.

Quadro 2. Roteiro para implementação de grupos educativos sobre alimentação infantil saudável na Atenção Básica: 2º Encontro. Patos de Minas/MG, 2017.

SEGUNDO ENCONTRO	
TEMA	MÉTODOS
<p>TEMA</p> <ul style="list-style-type: none">• Oficina de papinhas• Escolha, higienização e preparo dos alimentos <hr/> <p>OBJETIVOS</p> <ul style="list-style-type: none">• Identificar os grupos alimentares conforme a faixa etária das crianças.• Montar o cardápio de crianças de 6 meses a 2 anos.• Discutir sobre o volume e quantidades dos alimentos, em diversas faixas etárias das crianças menores de dois anos.• Incentivar os participantes a preparar papinhas saudáveis às crianças.• Garantir a qualidade da alimentação e formação de novos hábitos.• Discutir como armazenar e congelar os alimentos. <p>MATERIAIS</p> <ul style="list-style-type: none">• Arroz cozido, feijão cozido, carne cozida, verduras em folhas cozidas, legumes/ verduras cozidas, ovo cozido, frutas variadas, leite e água• Utensílios: pratos, copos e talheres• 3 mesas• Livro “Receitas Regionais para crianças de 6 a 26 meses” <p>TEMPO</p> <p>60 minutos</p>	<ul style="list-style-type: none">• Discutir com os participantes, como higienizar e preparar as refeições e ao final convidá-los a fazerem uma demonstração.• Orientar cada grupo a apresentar seu prato aos demais participantes, expondo qual alimento utilizou e o porquê da escolha dos alimentos.• Discutir as similaridades e diferenças entre os alimentos utilizados pelos grupos de participantes.• Conversar e trocar experiências sobre como escolher os alimentos, consistência e quantidade dos alimentos em cada refeição, por faixa etária até um ano de idade, quando a criança já deverá receber comida da família.• Incentivar os participantes a repensarem os grupos alimentares e as preferências familiares e da criança.• Incentivar a tornar a alimentação segura, prática e criativa.• Incentivar a oferta dos alimentos em copinhas e utensílios individuais.• Elogiar os participantes nas escolhas certas dos alimentos• No encerramento, o facilitador deve fazer uma síntese, enfatizando a importância da alimentação complementar na promoção da alimentação saudável e saúde da criança.• Entregar aos participantes o livro “Receitas Regionais para crianças de 6 a 26 meses” para facilitar o preparo dos alimentos na rotina domiciliar de cada família

4º AVALIAÇÃO

A avaliação pode ser realizada pelos participantes do grupo e pelos profissionais ao final de cada encontro, e de cada ciclo. Estabelecer indicadores para avaliar o impacto do grupo sobre as práticas maternas de alimentação infantil na comunidade também é altamente recomendado.

ANEXOS

Anexo 1: Modelo de convite para participação do grupo educativo



Anexo 2: Modelo de certificado de participação do grupo educativo:



Anexo 3: Modelo de formulário de avaliação dos participantes do grupo educativo:



Avaliação dos participantes do Grupo Educativo

Data: ___/___/___
Nome: _____

1-Pontos Positivos:

2-Pontos negativos:

3-Sugestões/propostas para o Grupo Educativo:



Referências bibliográficas

Brasil. Ministério da Saúde. Receitas regionais para crianças de 6 a 24 meses. Brasília: Ministério da Saúde; 2010.

Brasil. Ministério da Saúde. Caderneta de Saúde da Criança. Brasília: Ministério da Saúde; 2013.

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Coordenação-Geral de Alimentação e Nutrição. Guia alimentar para a população brasileira. Brasília: Ministério da Saúde; 2014.

Brasil. Ministério da Saúde. Dez passos para uma alimentação saudável. Guia alimentar para crianças menores de dois anos. Um guia para o profissional da atenção básica. Série A. Normas e Manuais Técnicos. Brasília: Ministério da Saúde; 2015.