

ALIMENTAÇÃO COMPLEMENTAR AOS 12 MESES DE IDADE SOB A PERSPECTIVA DA DIVERSIDADE ALIMENTAR MÍNIMA

Congresso Brasileiro Online de Nutrição da Criança e do Adolescente, 1ª edição, de 11/01/2021 a 15/01/2021
ISBN dos Anais: 978-65-86861-33-4

MOREIRA; Paula Ruffoni ¹, FUHR; Jordana ², BELIN; Christy Hannah Sanini ³, NEVES; Renata Oliveira ⁴, NUNES; Leandro Meirelles ⁵, BERNARDI; Juliana Rombaldi ⁶

RESUMO

Introdução: A diversidade alimentar mínima (DAM) é definida como o consumo de pelo menos seis grupos alimentares em um período de 24 horas. Este indicador é utilizado para avaliar a qualidade da dieta de crianças e adultos. A diversidade adequada na alimentação complementar garante o aporte de energia, proteínas e micronutrientes suficientes para satisfazer às necessidades nutricionais desta fase, além de contribuir para a formação de hábitos alimentares saudáveis. **Objetivo:** Avaliar o consumo alimentar sob a perspectiva da DAM em crianças aos 12 meses de vida. **Métodos:** Estudo transversal aninhado a um ensaio clínico randomizado com crianças cujas mães foram submetidas a três intervenções sobre diferentes métodos de introdução alimentar durante o 1º ano de vida, com ênfase em orientações sobre a importância da manutenção do aleitamento materno exclusivo até o sexto mês de vida, e após, iniciar de forma lenta e gradual a introdução de alimentos complementares com variedade de cores e grupos alimentares em todas as refeições. O consumo alimentar foi avaliado por questionário online, aos 12 meses de idade da criança, com base nos alimentos consumidos no dia anterior, utilizando os marcadores de consumo alimentar para menores de 2 anos do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional. Projeto aprovado pelo comitê de ética do Hospital de Clínicas de Porto Alegre sob nº 19-023. Os dados foram apresentados por meio de número absoluto e percentual. **Resultados:** A amostra foi composta por 81 crianças: 71% (58) das crianças recebiam leite materno. Quanto à diversidade alimentar, apenas 15% (18) apresentou DAM. O grupo alimentar de menor consumo foram as verduras em folha, em que apenas 20% da amostra havia consumido no dia anterior. Quanto aos outros grupos alimentares, 13% (16) não havia consumido leguminosas, 11% (13) não havia consumido vegetal ou fruta de cor alaranjada ou folhas verdes escuras, 11% (13) não havia consumido legumes e 1% (1) não havia consumido cereais ou tubérculos. O único grupo alimentar consumido por todos no dia anterior foi carnes ou ovo. **Conclusão:** A população estudada apresentou um maior consumo de carnes ou ovos e cereais ou tubérculos. Os achados sugerem que a DAM nesta população é baixa, mesmo após a intervenção sobre introdução alimentar. Mais esforços, incluindo uma abordagem específica para a DAM, devem ser direcionados para promover o consumo de alimentos saudáveis e diversos nesta população.

PALAVRAS-CHAVE: Aleitamento Materno, Alimentação complementar, Diversidade

¹ Programa de Pós-graduação em Alimentos Nutrição e Saúde, ruffonip@gmail.com

² Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS)-Porto Alegre-Brasil, jordanafuhr@gmail.com

³ Programa de Pós-graduação em Saúde da Criança e do Adolescente, christy.sbelin@gmail.com

⁴ Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), renataoliveiraneves@gmail.com

⁵ Porto Alegre, lnunes@hcpu.edu.br

⁶ Brasil, jbernardi@hcpu.edu.br

alimentar mínima, Fenômenos Fisiológicos da Nutrição do Lactente, Nutrição da Criança,

¹ Programa de Pós-graduação em Alimentos Nutrição e Saúde, ruffonip@gmail.com
² Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS)-Porto Alegre-Brasil, jordanafuhr@gmail.com
³ Programa de Pós-graduação em Saúde da Criança e do Adolescente, christy.sbelin@gmail.com
⁴ Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), renataoliveiraneves@gmail.com
⁵ Porto Alegre, Imunes@hcpa.edu.br
⁶ Brasil, jbernardi@hcpa.edu.br