

**FUNDAÇÃO OSWALDO ARANHA
CENTRO UNIVERSITÁRIO DE VOLTA REDONDA
CURSO DE GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO**

CAMILLA DE CARVALHO RIBEIRO

**A INFLUÊNCIA DAS ESCOLAS E CRECHES NA FASE DA INTRODUÇÃO
ALIMENTAR DE CRIANÇAS**

VOLTA REDONDA - RJ

2022

FUNDAÇÃO OSWALDO ARANHA
CENTRO UNIVERSITÁRIO DE VOLTA REDONDA
CURSO DE GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO

**A INFLUÊNCIA DAS ESCOLAS E CRECHES NA FASE DA INTRODUÇÃO
ALIMENTAR DE CRIANÇAS**

Trabalho de Conclusão de Curso,
apresentado no Centro Universitário de
Volta Redonda – UniFOA, como parte das
exigências para a obtenção do diploma de
graduação em Nutrição.

Aluna: Camilla de Carvalho Ribeiro

Orientadora: Prof^a Me. Paula Alves Leoni

VOLTA REDONDA - RJ

2022

FICHA CATALOGRÁFICA

FICHA CATALOGRÁFICA

Bibliotecária: Alice Tação Wagner - CRB 7/RJ 4316

R484i Ribeiro, Camilla de Carvalho

A influência das escolas e creches na fase da introdução alimentar de crianças. / Camilla de Carvalho Ribeiro. – Volta Redonda: UniFOA, 2022.

22 p. II.

Orientador (a): Profa. Paula Alves Leoni

FOLHA DE APROVAÇÃO

Trabalho de Conclusão de Curso intitulado:

A INFLUÊNCIA DAS ESCOLAS E CRECHES NA FASE DA INTRODUÇÃO ALIMENTAR DE CRIANÇAS

Elaborado por CAMILLA DE CARVALHO RIBEIRO, apresentado publicamente perante a Banca Avaliadora, como parte dos requisitos para conclusão do Curso de Nutrição.

Aprovada em 21 de Novembro de 2022

Banca Avaliadora:

.....
Professora Orientadora

Paula Alves Leoni, Mestre, Centro Universitário de Volta Redonda

.....
Professor (a) Avaliador(a)

Ivyna Spinola Caetano Jordao, Mestre, Centro Universitário de Volta Redonda

.....
Professor (a) Avaliador(a)

Livia Pinto Heckert Bastos, Doutora, Centro Universitário de Volta Redonda

Dedico a Deus pela saúde e dom da vida,
aos meus pais que sempre me apoiaram e
me incentivaram na minha vida acadêmica,
meu muito obrigada.

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus pelo dom da vida, pela saúde e por me fortalecer mais a cada dia.

Sou grata aos meus pais, Antônio Carlos e Adriana, por me incentivarem e acreditarem que eu seria capaz de superar cada obstáculo, pelas palavras de incentivo e por todo esforço que fizeram para que eu chegasse até aqui.

Agradeço à minha orientadora, Paula Alves Leoni, por sempre estar presente para me incentivar e indicar a direção correta que o trabalho deveria tomar, por todo carinho e dedicação.

Também agradeço ao meu irmão, à minha família e à todas as pessoas que me amam, por me incentivarem a conquistar cada dia a mais a minha melhor versão.

*“Que seu remédio seja seu alimento, e que
seu alimento seja seu remédio”*

(Hipócrates)

RESUMO

A alimentação saudável e bons hábitos alimentares são fundamentais para uma melhor qualidade de vida, bem-estar e saúde, prevenindo algumas doenças na infância e na vida adulta. A construção de bons hábitos alimentares é mais eficaz, se iniciada na infância. Este trabalho tem como objetivo mostrar a importância das creches e escolas na fase de Introdução Alimentar das crianças. O presente trabalho foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisas com Seres Humanos do Centro Universitário de Volta Redonda com o número de CAAE: 59871422.5.0000.5237. Caracterizado como uma pesquisa do tipo transversal, com abordagem quantitativa, o instrumento utilizado foi um questionário no Google *Forms*®. Participaram desta pesquisa 163 pessoas, os pais e/ou responsáveis de crianças que frequentam ou já frequentarem creches ou escolas infantis e que passaram ou estão passando pela fase de Introdução Alimentar nesse ambiente. A maioria das pessoas que participaram desta pesquisa considera essa influência positiva. Pode-se concluir, então, que as creches e escolas influenciam de forma positiva na fase de Introdução Alimentar na vida das crianças.

Palavras-chave: introdução alimentar; creches; crianças

ABSTRACT

Healthy eating and good eating habits are fundamental for a better quality of life, well-being and health, preventing some diseases in childhood and adulthood. The construction of good eating habits is more effective if initiated in childhood. This work aims to show the importance of day care centers and schools in the phase of Children's Food Introduction. The present study was approved by the Ethics Committee on Research with Human Beings of the University Center of Volta Redonda with the number of CAAE: 59871422.5.0000.5237. Characterized as a cross-sectional research, with quantitative approach, the instrument used was a questionnaire in Google Forms®. The participants of this research were 163 people, parents and/or guardians of children who attend or already attend day care centers or children's schools and who have passed or are going through the Food Introduction phase in this environment. Most people who participated in this research consider this positive influence. It can be concluded, then, that day care centers and schools positively influence the phase of Food Introduction in children's lives.

Keywords: food introduction; Nurseries; children

SUMÁRIO

1 – INTRODUÇÃO	13
2 – MÉTODOS	14
3 – RESULTADOS E DISCUSSÃO	15
4 – CONCLUSÕES	20
REFERÊNCIAS	21

LISTA DE TABELAS

Tabela 1. Local e dificuldade em realização das refeições	18
--	----

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1. Crianças que frequentam ou já frequentaram a creche	15
Gráfico 2. Idade em que a criança começou a frequentar a creche	16
Gráfico 3. Início da Introdução Alimentar	17
Gráfico 4. Influência da creche na introdução alimentar	20

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

IA – Introdução Alimentar

BLW - Baby-Led Weaning

1 – INTRODUÇÃO

A introdução alimentar se caracteriza como uma fase de mudanças que consiste na oferta de novos alimentos ao bebê, inicia-se a partir dos 6 meses como complemento, e não como substituto do leite materno, que se possível deve ser incentivado até os dois anos de idade. É um período de adaptação em que a criança passa do leite materno para a alimentação da família, experimentando os sabores, as texturas e as consistências dos novos alimentos (SANTOS SCHOTT et al., s.d.).

A partir de 6 meses de idade, outros alimentos devem fazer parte das refeições da criança, além do leite materno. É recomendado apresentar maior diversidade de alimentos saudáveis e é de extrema importância conhecer os tipos de alimentos. O Guia Alimentar para a População Brasileira classifica os alimentos como: alimentos in natura ou minimamente processados, ingredientes culinários processados, alimentos processados, e alimentos ultra processados (ALIMENTAR; ALIMENTAR; MENORES, 2021).

Sabe-se que nem sempre o aleitamento materno exclusivo até os 6 meses é possível, visto que muitas mães tem a necessidade de retornar ao trabalho, tendo em vista que no Brasil, a licença maternidade é de 120 dias atingindo as recomendações mínimas da Organização Internacional do Trabalho de 14 semanas (RIMES; OLIVEIRA; BOCCOLINI, 2019).

A introdução alimentar recomendada pode ser de forma tradicional, sendo caracterizada pela forma de purê e aumentando a consistência aos poucos até atingir 12 meses de vida, respeitando os movimentos mastigatórios. O Ministério da Saúde fornece a mesma recomendação e ainda incentiva a alimentação em família em um ambiente harmônico para criação de hábitos saudáveis (GOMEZ et al., 2020).

Em contra partida ao método tradicional, surgiu um novo método de introdução alimentar, trata-se do Baby-Led Weaning (BLW), significa desmame guiado pelo bebê, é considerado um método alternativo que promove a autoalimentação a partir dos 6 meses, no qual os alimentos, consumidos preferencialmente pela família, são oferecidos em pedaços em forma de bastões e tiras, permitindo que a criança se alimente sozinha e levando os alimentos até a boca, propiciando independência, autonomia e uma exploração sensorial, diferente método tradicional, no qual os pais alimentam os filhos com o uso de colher, por meio de papas e com a adaptação da textura (GOMEZ et al., 2020).

A fase em que os bebês e crianças saem das suas casas e começam frequentar creches e escolas fazem com que sofram algumas influências, pois o contato com outras crianças diferentes podem fazer com que queiram copiar o comportamento dos outros, bem como na questão alimentar, podendo trazer resultados positivos ou negativos.(GOMEZ et al., 2020)

Geralmente toda criança desde pequena já tem suas preferências alimentares, por isso cabe aos familiares e principalmente à escola incentivarem que tenham hábitos mais saudáveis, pois os fatores hereditários e genéticos podem interferir nesses hábitos alimentares. Portanto, as escolas necessitam de cuidados quanto a sua alimentação, pois é neste momento em que os alunos estão crescendo, se desenvolvendo e começam a descobrir novos hábitos alimentares, sendo de suma importância a alimentação fornecida principalmente no período de Introdução Alimentar.(DE AGUIAR TOLONI et al., 2011)

Sendo assim, o objetivo desse trabalho foi investigar a alimentação de crianças que frequentam creches ou escolas infantis, bem como se a alimentação oferecida na creche teve influência na fase da Introdução Alimentar da criança.

2 – MÉTODOS

Tratou-se de uma pesquisa exploratória do tipo transversal, com abordagem quantitativa, a qual a população estudada foram os pais e/ou responsáveis de crianças que frequentam ou já frequentarem creches ou escolas infantis e que passaram ou estão passando pela fase de Introdução Alimentar nesse ambiente.

A coleta de dados se deu no período de julho a agosto de 2022, por meio de aplicação de um questionário utilizando a ferramenta do Google *Forms*® e que foi disponibilizada para o público-alvo através das redes sociais. Todas as pessoas que participaram da pesquisa concordaram com o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido incluso no questionário, a qual assegura a sua participação anônima.

Para tal foi elaborado um questionário contendo questões com respostas fechadas que abordaram a idade da criança, se ela estava matriculada na creche ou já passou por essa fase, os alimentos e a forma que foram oferecidos a criança, se os pais e/ou responsáveis ofereceram os mesmos alimentos e da mesma forma que são servidos na creche quando a criança está em casa, se os mesmos acreditam que a

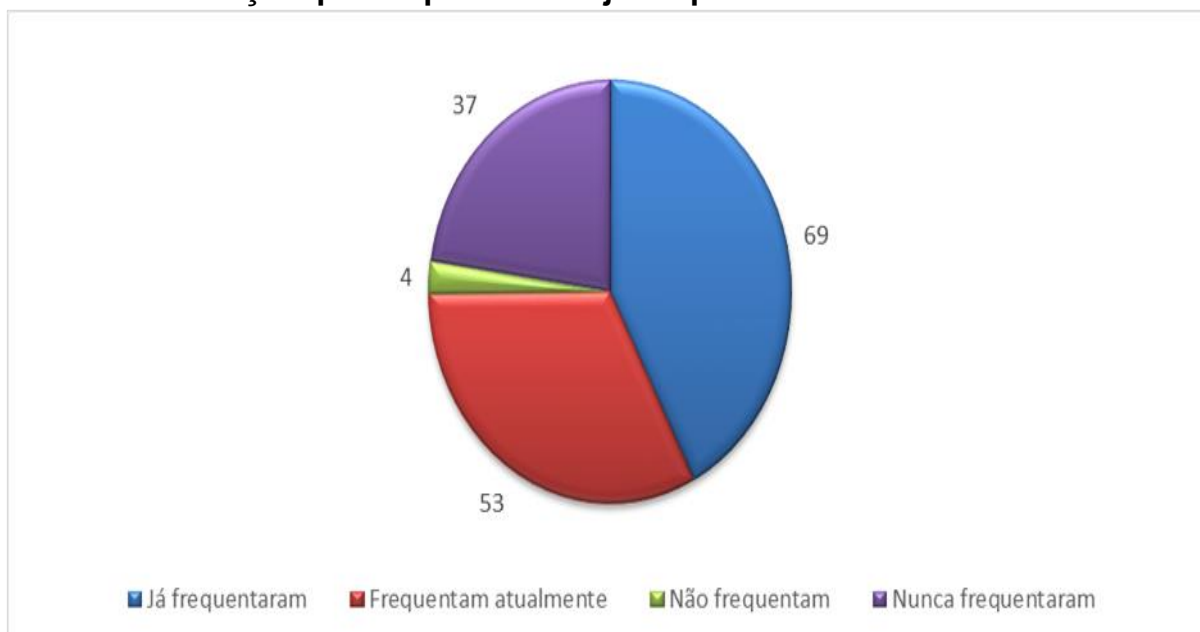
alimentação oferecida na creche é importante ou influencia na fase da Introdução Alimentar do seu filho.

O estudo foi previamente aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos (CEP – UniFOA) sob CAAE nº 59871422.5.0000.5237. As respostas coletadas por meio do questionário, incluindo as perguntas pessoais, e as perguntas abertas foram analisadas e processadas da maneira quantitativa utilizando-se o programa Microsoft Excel® e os resultados apresentados por meio de gráficos para melhor visualização.

3 – RESULTADOS E DISCUSSÃO

Como se pode observar no gráfico 1, participaram da pesquisa 163 pessoas, entre elas, homens e mulheres que são pais ou responsáveis. Com relação se seu filho frequenta ou já frequentou a creche, os resultados mostram que 42,3% (n = 69) já frequentaram creches, 32,5% (n=53) frequentam atualmente, nunca frequentaram 22,7% (n = 37) e não frequentam atualmente 2,5% (n = 4).

Gráfico 1: Crianças que frequentam ou já frequentaram a creche



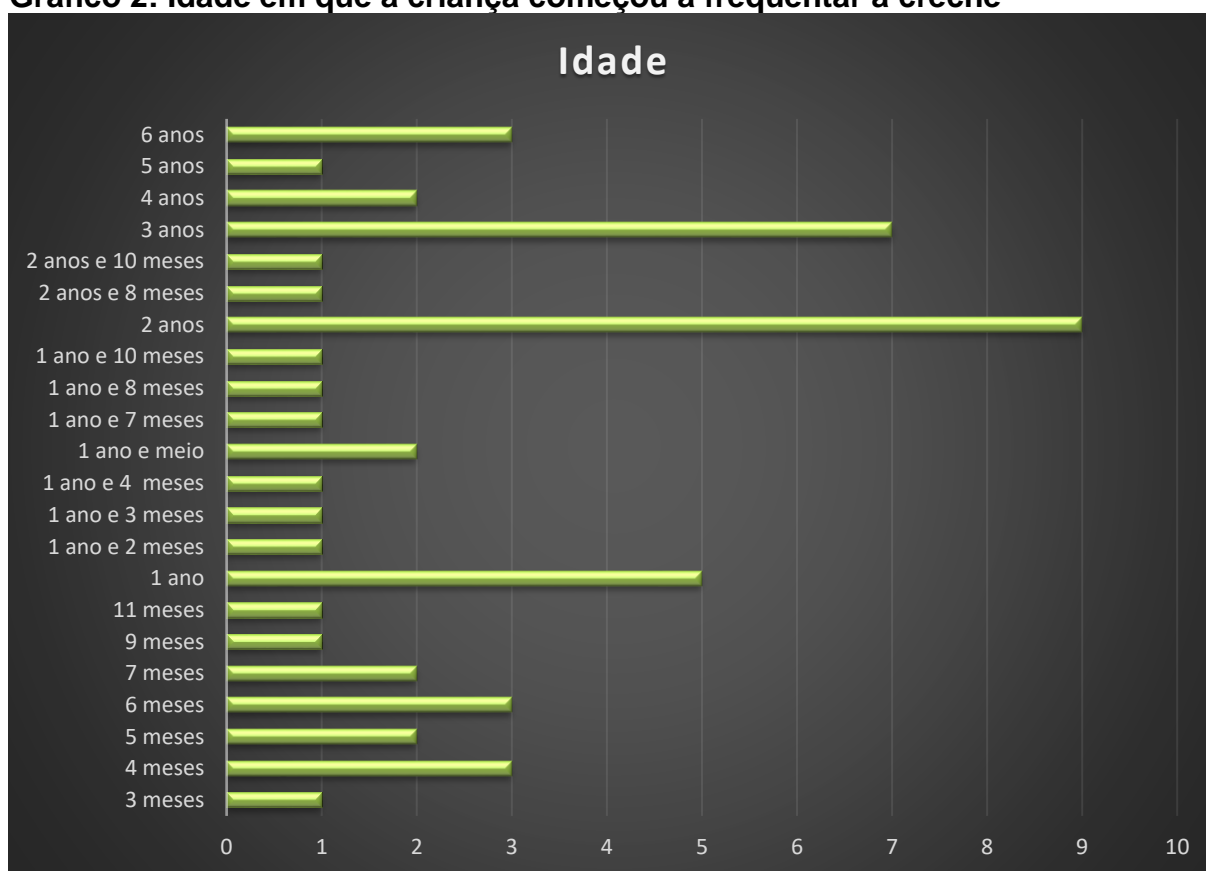
Fonte: Autores, 2022.

As creches são uma realidade na vida de grande parcela das crianças brasileiras em idade pré-escolar, sendo que nelas permanecem por um longo período, visam o desenvolvimento integral da criança até seis anos de idade, em seus aspectos

físico, psicológico, intelectual e social, no qual o trabalho dos educadores deve ser desenvolvido em parceria com a família. Resultados do presente estudo evidenciam um predomínio de crianças que frequentam a creche, onde mostra ser uma fase de extrema importância na vida da mesma.

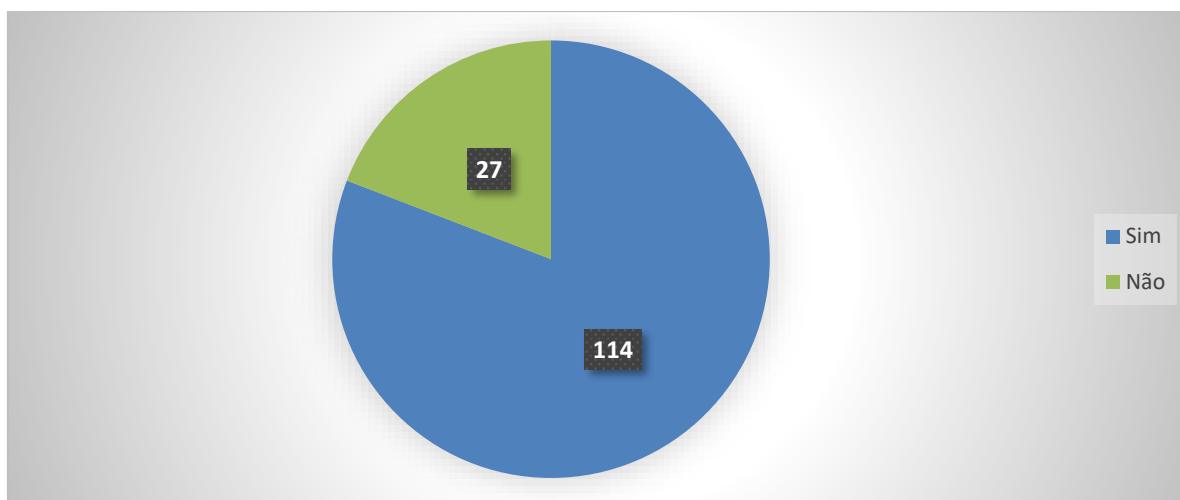
Dos 122 participantes que relataram que o filho (a) já frequentaram ou frequentam creche, somente 51 deles responderam com qual idade a criança começou a frequentar e no gráfico 2 podemos perceber que a maioria (n=9) teve esse início aos 2 anos de idade.

Gráfico 2: Idade em que a criança começou a frequentar a creche



Fonte: Autores, 2022.

No gráfico 3, é possível observar que em relação ao início da introdução alimentar, a maioria das respostas, 80,9% (n=114) mostrou que a criança já havia iniciado quando começou a frequentar a creche ou a escola infantil. No entanto, ressalta-se que as respostas das perguntas não foram obrigatórias, dessa forma, dos 163 participantes, 22 pessoas se abstiveram a responder essa questão.

Gráfico 3: Início da Introdução Alimentar

Fonte: Autores, 2022.

Em relação a dados oriundo, a partir dos 6 meses, as necessidades nutricionais da criança já não são mais atendidas só com o leite materno, embora este ainda continue sendo uma fonte importante de calorias e nutrientes, a criança já apresenta maturidade fisiológica e neurológica para receber outros alimentos, sendo assim que se inicia a Introdução Alimentar. A alimentação vai muito além do simples fato de fornecer nutrientes para o crescimento e manutenção do corpo, é através dos hábitos alimentares saudáveis desde a infância que poderão ser evitados vários problemas nutricionais como: sobrepeso/obesidade, baixo peso e dificuldade de desenvolvimento, deficiência de ferro, cáries dentárias, alergias, bem como prevenção de doenças crônicas (MAHAN, 2012).

O resultado do presente estudo mostra que a maior parte das crianças já haviam iniciado a Introdução alimentar ao entrar na creche, visto que apenas 17,6% (n=9) iniciaram na creche até os 6 meses, idade em que na maioria dos casos se inicia a Introdução Alimentar.

Em relação ao conhecimento dos pais acerca do conhecimento do método Baby-Led Weaning (BLW) de Introdução Alimentar, a maioria dos participantes, 65% (n=106) relataram desconhecer, enquanto 35% (n=57) conhecem o BLW. Quando questionados sobre o tipo de método utilizaram na Introdução Alimentar dos filhos (as) constou que o mais frequente entre os participantes foi o método tradicional, com 66% (n=107) das respostas, BLW 25,9% (n=42), não souberam responder 8% (n=13) e 1 participante não respondeu à questão.

O BLW contém ampla defesa para o uso de alimentos in natura, desencorajando a alimentação do lactente de realiza-la na forma tradicional como papinha ou purês. Defende a oferta de alimentos complementares em pedaços, tiras ou bastões, não inclui alimentação com a colher e nenhum método de adaptação de consistência para preparar a refeição, como amassar, triturar ou desfiar. (SANTOS SCHOTT et al., s.d.). Os achados do presente estudo, demonstraram que a maior parte dos resultados utilizaram o método tradicional na IA mostrando que há necessidade de um conhecimento maior acerca do método BLW.

Ao avaliarmos a alimentação das crianças, a maioria das crianças almoça em casa todos os dias, bem como a maioria dos participantes relatou preparar o lanche para a criança levar para a creche, que oferecem as crianças os mesmos alimentos consumidos pela família e que geralmente as crianças não possuem dificuldades em realizar as refeições em casa quando comparadas aos alimentos oferecidos na creche (Tabela 1).

Tabela 1: Local e dificuldade em realização das refeições

QUESTÕES	N = 163
Seu filho (a) almoça aonde? – n (%)	
Casa	92 (56,4)
Creche ou escola	71 (43,6)
Todos os dias da semana? – n (%)	
Sim	144 (88,3)
Não	19 (11,7)
Você costuma preparar lanches para ele (a) levar para creche/escola, ou ele(a) só consome o que é oferecido na creche/escola?	
Sim, costumo preparar.	63 (38,6)
Não, não costumo preparar.	36 (22,1)
Sim, ele (a) só consome o que é oferecido na creche.	60 (36,8)
Não respondeu à questão	4 (2,5)

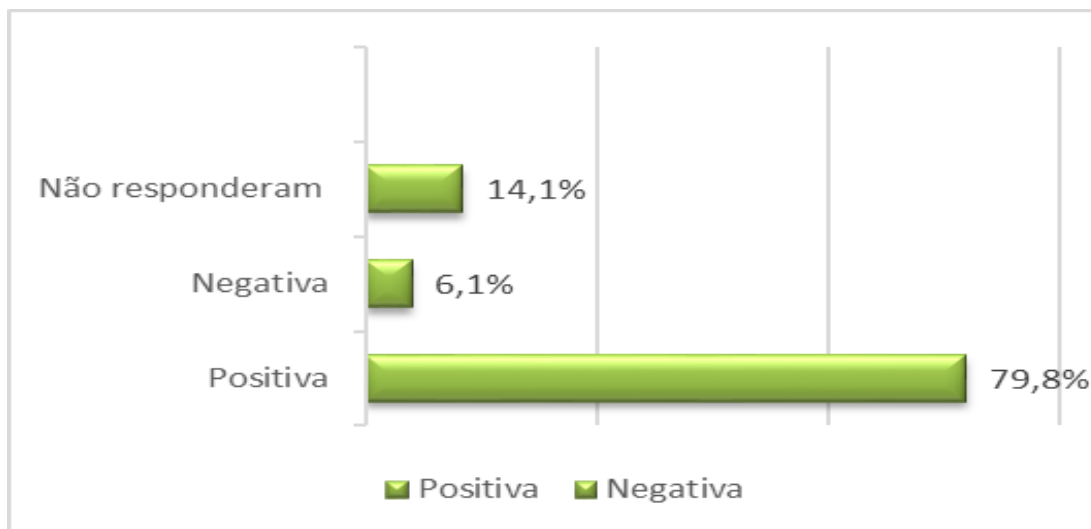
Quando está em casa, você oferece a criança os mesmos alimentos que você e toda a família consomem?	
Sim	132 (81)
Não	30 (18,4)
Não respondeu à questão	1 (0,6)

Geralmente ele (a) come os mesmos alimentos na creche/escola e em casa ou possui mais dificuldade para fazer as refeições quando está em casa?	
	125 (76,7)
Sim. Consome os mesmos alimentos na creche/escola e em casa.	34 (20,8)
Não. Possui mais dificuldade em realizar as refeições em casa.	4 (2,5)
Não respondeu à questão.	

Fonte: Autores, 2022.

Tanto em casa como na creche, diversas situações do dia-a-dia da criança são constitutivas do desenvolvimento, inclusive o momento de alimentação. A comida vai adquirindo um significado social, assim a alimentação faz parte do processo educativo e é uma parte importante do desenvolvimento infantil inicial. (GOULART; BANDUK; DE AGUIAR CARRAZEDO TADDEI, 2010). No resultado da presente pesquisa, mostra-se que a maior parte das crianças consomem os mesmos alimentos em casa e na creche, significando uma influência de ambas as partes, na escolha alimentar.

A pesquisa avaliou se a creche influencia nos alimentos que a criança consome, onde 82,1% (n=133) responderam sim e 17,9% (n=29) disseram que não influencia. E quando questionados como é considerada essa influência, os resultados mostraram uma prevalência de 79,8% (n=130) positiva, 6,1% (n=10) negativa e 14,1% (n=21) não souberam responder (gráfico 4).

Gráfico 4: Influência da creche na Introdução Alimentar

Fonte: Autores, 2022.

A creche é o lugar onde a criança permanece por um longo período, retornando para casa apenas no final do dia. Sendo assim, evidencia o papel fundamental realizado pela creche. São locais que podem proporcionar boas condições para garantir o desenvolvimento do potencial de crescimento e também para manter um adequado estado nutricional das crianças. Se a creche realizar a introdução adequada de alimentos, respeitando e permitindo à criança o acesso a toda a variedade e riqueza de alimentos disponíveis, a possibilidade de formação de hábitos alimentares saudáveis pode ser uma realidade. (GOULART; BANDUK; DE AGUIAR CARRAZEDO TADDEI, 2010). O resultado do presente estudo, relata que a influência das creches se visa de maneira positiva, sendo assim destaca a importância da creche na formação de hábitos alimentares, proporcionando a criança o conhecimento e a autonomia na escolha de alimentos.

4 – CONCLUSÕES

Com o desenvolvimento do presente trabalho permitiu concluir que as creches e escolas influenciam na fase da Introdução Alimentar das crianças, sendo considerada essa influência positiva. Visto que as creches são uma realidade na vida de grande parte das crianças e nelas permanecem por um longo período.

Percebe nesse estudo, que a maior parte das crianças consomem os mesmos alimentos quando está na creche e em casa. Mostrando, ser de suma importância que o ambiente familiar e o escolar devem promover práticas alimentares saudáveis.

Ofertem uma variedade de hortaliças e frutas, para que cada vez menos os alimentos ultra processados estejam presentes na alimentação das crianças. Resultando em uma alimentação rica em nutrientes e contribuindo para o crescimento e desenvolvimento saudável das crianças.

REFERÊNCIAS

- ALIMENTAR, G.; ALIMENTAR, O. G.; MENORES, B. Para crianças. 2021.
- DE AGUIAR TOLONI, M. H. et al. Introdução de alimentos industrializados e de alimentos de uso tradicional na dieta de crianças de creches públicas no município de São Paulo. **Revista de Nutricao**, v. 24, n. 1, p. 61–70, 2011.
- GOMEZ, M. S. et al. Baby-Led Weaning, Panorama Da Nova Abordagem Sobre Introdução Alimentar: Revisão Integrativa De Literatura. **Revista Paulista de Pediatria** , 2020.
- GOULART, R. M. M.; BANDUK, M. L. S.; DE AGUIAR CARRAZEDO TADDEI, J. A. Uma revisão das ações de nutrição e do papel do nutricionista em creches. **Revista de Nutricao**, v. 23, n. 4, p. 655–665, 2010.
- RIMES, K. A.; OLIVEIRA, M. I. C. DE; BOCCOLINI, C. S. Licença-maternidade e aleitamento materno exclusivo. **Revista de Saúde Pública**, v. 53, p. 10, 2019.
- SANTOS SCHOTT, D. et al. **Modalidade do trabalho: Relato de experiência**
Evento: XXIV Seminário de Iniciação Científica INTRODUÇÃO ALIMENTAR EM BEBÊS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA 1. [s.l: s.n.].