

ALEITAMENTO MATERNO E TRANSIÇÃO ALIMENTAR ATÉ 2 ANOS: O QUE VOCÊ PRECISA SABER?

Mona Lisa Rezende Carrijo^I; Caroline Candido Fergus Silva^{II}; Izane Caroline Borba Pires^{II}; Lohayne Goulart Pires^{II}; Marlon Eduardo dos Santos Rodrigues^{II}; Mayra Curvo Figueiredo Goulart^{II}; Micaelly Fergus Silva Candido Emanuel^{II}; Taís Dias Cardinal^{II}.

I. Enfermeira. Mestre em Educação pela Universidade Federal de Mato Grosso. Professora do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG).

II. Acadêmicos do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG).

Introdução: O aleitamento materno exclusivo até os 6 meses, é preconizado devido a inúmeros benefícios, tais como: redução do risco de alergias, prevenção do risco de doenças respiratórias, efeitos positivos na inteligência e promoção do vínculo afetivo entre mãe e filho. Ademais, para que haja o sucesso da introdução alimentar é preciso que a família e/ou o cuidador principal da criança compreenda de forma prática como que ocorre esse processo de transição alimentar. Entendendo inicialmente que a consistência evolui à medida em que a criança se desenvolve, passando de alimentos amassados para alimentos picados, até que atinja a mesma consistência da família. Ainda, como forma de compor a qualidade desse processo é preconizado pelo Ministério da Saúde que a quantidade de alimento oferecido deve acompanhar o desenvolvimento da criança, ressaltando que é preciso respeitar o tempo e a individualidade destas diante da transição. Além disso, quanto ao melhor aproveitamento das frutas deve-se priorizar o consumo delas in natura. Isso porque, dessa forma, é possível promover o desenvolvimento da musculatura da boca e face, por meio da mastigação da criança e, também, evita a perda de fibras importantes que são descartadas quando a fruta é processada e coada. **Objetivo:** Relatar a experiência de acadêmicos de medicina do terceiro semestre do curso no UNIVAG, em atividade de educação em saúde na ESF Manoel Bernardo de Barros, acerca do aleitamento exclusivo e transição alimentar até 2 anos. **Descrição:** Os acadêmicos de medicina produziram panfletos educativos, os quais foram disponibilizados aos profissionais de saúde para uso durante as consultas. As informações contidas neles foram passadas por meio de “mitos ou verdades” e pela pergunta: “Você sabia?”. Tais perguntas foram feitas a fim de despertar a curiosidade, ao passo que as informações seriam passadas aos pais da comunidade durante a consulta com o médico ou a enfermeira da respectiva unidade. Esses panfletos foram repassados aos profissionais de saúde em forma de apresentação, no qual foi reforçado a importância dessa dinâmica interativa, a fim de estimulá-los a fazer o uso dessa ferramenta durante as consultas. **Conclusão:** Essas informações quando passadas de forma dinâmica pelos profissionais de saúde, como foi proposto no panfleto, são fundamentais para uma melhor aquisição de conhecimento destas famílias e para que elas tenham uma fonte rápida de pesquisa, caso haja alguma dúvida acerca do preparo e oferecimento de alimentos a criança nessa nova fase de vida. Logo, esses profissionais tornam-se melhores promotores de uma alimentação saudável e segura quando conseguem traduzir para a comunidade assistida os conceitos técnicos de forma prática, fazendo uso de uma linguagem simples e acessível.

Palavras-chave: Aleitamento Materno. Alimentação Complementar. Atenção Primária à Saúde.