

## Trabalhos Científicos

**Título:** Conhecimento Materno Sobre A Alimentação Da Nutriz: Crenças E Tabus

**Autores:** LAIS DONIN VIANNA (UNIFESP), JESSICA DA SILVA SOUZA (UNIFESP), ANA PAULA BLACK DREUX (UNIFESP), CLAUDIA BEZERRA DE ALMEIDA (UNIFESP)

**Resumo:** Objetivo: Caracterizar o conhecimento materno sobre a importância da qualidade da sua alimentação para a saúde do lactente, e identificar crenças e tabus associados. Métodos: Trata-se de estudo descritivo e analítico de natureza transversal, em que foi aplicado questionário misto em 26 nutrízes de setembro a novembro de 2021. As mães foram questionadas quanto à adição e redução de alimentos considerados benéficos e prejudiciais ao lactente, aconselhamento para mudança na alimentação, e respectivas motivações. Resultados: A idade média das participantes foi de 25 anos, e a dos seus filhos variou de 5 dias a 3 meses, predominando o aleitamento materno exclusivo (84,6%). Com relação à alimentação da nutriz, 88,5% das entrevistadas consideraram que suas escolhas alimentares podem interferir na saúde do seu filho, porque a alimentação materna é a principal fonte dos nutrientes que compõem o leite materno (27%), a alimentação inadequada pode prejudicar a saúde da criança (23%) e piorar as cólicas (19,2%). A maioria das mães (62,5%) mudou seu hábito com o acréscimo dos alimentos considerados “permitidos” (frutas, verduras, legumes, água, arroz e feijão, canjica e carnes), por acreditarem que melhorariam a saúde do seu filho e evitariam doenças (n=12), aumentariam a produção de leite (n=4), disponibilizariam mais nutrientes (n=3) e diminuiriam as cólicas (n=2). Foram considerados alimentos “proibidos” principalmente refrigerantes, chocolates e doces, por provocar cólicas (81,8%) e por ser prejudicial para a saúde da criança (18,2%). As mudanças alimentares foram realizadas por conta própria (61,5%), orientações de familiares (19,2%), recomendações de profissionais da saúde (15,4%) e dicas de amigos (3,8%). Conclusão: A maioria das participantes têm noção da importância da sua alimentação para a saúde de seus filhos, porém ainda existem crenças e tabus inerentes às mães que levam à exclusão e inclusão dos alimentos.