



Trabalhos Científicos

Título: Minicurso “Papinhas Saudáveis”: Desmistificando A Introdução De Alimentos Na Atenção Básica

Autores: CANDICE MESSIAS BARBOSA SANTOS (UNIVERSIDADE ESTADUAL DE SANTA CRUZ); BERNARDO PIRES SAMPAIO (UNIVERSIDADE ESTADUAL DE SANTA CRUZ); VANESSA BRITO MIGUEL COUTO (UNIVERSIDADE ESTADUAL DE SANTA CRUZ); IGOR SANTOS ALMEIDA (UNIVERSIDADE ESTADUAL DE SANTA CRUZ); TALLITA ANNY MATOS DE MENEZES (UNIVERSIDADE ESTADUAL DE SANTA CRUZ); FÁTIMA LUIZA PENHA COELHO (UNIVERSIDADE ESTADUAL DE SANTA CRUZ); NICOLLE GUIMARÃES SOUZA SANTOS (UNIVERSIDADE ESTADUAL DE SANTA CRUZ); SCARLET CARDOSO MEDEIROS (UNIVERSIDADE ESTADUAL DE SANTA CRUZ); DANIEL CEZAR SANTOS (UNIVERSIDADE ESTADUAL DE SANTA CRUZ); GUSTAVO SOARES CORREIA (UNIVERSIDADE ESTADUAL DE SANTA CRUZ); JULIO LENIN DIAZ GUZMAN (UNIVERSIDADE ESTADUAL DE SANTA CRUZ)

Resumo: Introdução: A alimentação exerce papel fundamental na saúde da criança. O aleitamento exclusivo até o 6º mês de vida, aliado à alimentação complementar adequada até o 2º ano de idade são determinantes para hábitos alimentares mais saudáveis. Objetivo: Descrever uma atividade de educação em saúde sobre alimentação complementar em infantes após os 6 meses realizada por acadêmicos de medicina com gestantes acompanhadas pelo pré-natal de uma Unidade de Saúde da Família (USF) e sua relevância no contexto da Atenção Primária à Saúde. Método: Inicialmente, utilizou-se uma roda de conversa para explicar a atividade proposta e ressaltar a importância da alimentação adequada e saudável, valorizando o diálogo e a troca de experiências, discutindo-se a introdução da alimentação complementar. Num segundo instante, após distribuição de uma cartilha com dicas de cardápio, foram apresentados os grupos alimentares e como eles poderiam ser utilizados na dieta do lactente após os 6 meses de idade, permitindo que as gestantes utilizassem os conhecimentos adquiridos no preparo de diferentes opções de papas salgadas com ingredientes fornecidos pelos estudantes. Ao fim da dinâmica, houve um espaço destinado ao esclarecimento de dúvidas e avaliação da atividade realizada. Resultados: Através de demonstração prática de como introduzir uma alimentação saudável a partir dos 6 meses, valorizando o uso de ingredientes simples e da estação, pôde-se perceber pela participação e adesão na prática proposta, que as futuras mães compreenderam, que com ingredientes de fácil aquisição, pode-se implementar uma dieta saudável e rica em nutrientes para os infantes, contribuindo para o desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis, desmistificando possíveis dificuldades relatadas pelas mulheres. Conclusão: Diante do exposto, nota-se a importância de atividades de educação em saúde, respeitando-se os contextos socioeconômico e cultural da comunidade, promovendo soluções criativas que tragam benefícios para a população, especialmente no que concerne à alimentação complementar.