



Trabalhos Científicos

Título: Desenvolvimento De Preparações Culinárias Com Batata Doce E Aipim Para A Introdução Alimentar

Autores: MILENE URRUTIA DE AZEVEDO (UNIVERSIDADE REGIONAL INTEGRADA DO ALTO URUGUAI E DAS MISSÕES-URI FW/GPENUTS); FABIANA MACHADO DA SILVA (UNIVERSIDADE REGIONAL INTEGRADA DO ALTO URUGUAI E DAS MISSÕES-URI FW); JÉSSICA CRISTINA DE CÉZARO (UNIVERSIDADE REGIONAL INTEGRADA DO ALTO URUGUAI E DAS MISSÕES-URI FW/GPENUTS); RÚBIA GARCIA DEON (UNIVERSIDADE REGIONAL INTEGRADA DO ALTO URUGUAI E DAS MISSÕES-URI FW/GPENUTS); DIONARA SIMONI HERMES VOLKWEIS (UNIVERSIDADE REGIONAL INTEGRADA DO ALTO URUGUAI E DAS MISSÕES-URI FW/GPENUTS); TAÍS DE FÁTIMA SODER (UNIVERSIDADE REGIONAL INTEGRADA DO ALTO URUGUAI E DAS MISSÕES-URI FW/GPENUTS); THAIS DA LUZ FONTOURA PINHEIRO (UNIVERSIDADE REGIONAL INTEGRADA DO ALTO URUGUAI E DAS MISSÕES-URI FW/GPENUTS); FÁBIA BENETTI (UNIVERSIDADE REGIONAL INTEGRADA DO ALTO URUGUAI E DAS MISSÕES-URI FW/GPENUTS); FRANCIELI CRISTINA SPONCHIADO (PREFEITURA MUNICIPAL DE VICENTE DUTRA - RS)

Resumo: Introdução: Após os seis meses de idade, o organismo da criança já se encontra apto para receber a oferta de alimentos diferenciados do leite materno. A diversificação e a familiarização do paladar infantil com alimentos saudáveis são essenciais desde a introdução alimentar. Objetivo: Elaborar preparações culinárias para a alimentação complementar de lactentes contendo batata doce e aipim e analisar as mesmas quanto às quantidades e adequação de nutrientes. Metodologia: Foram desenvolvidas três preparações com batata doce e uma com aipim contendo também vegetais e proteína animal, realizando-se a análise nutricional com o porcionamento de 120 gramas das amostras em relação aos teores de macronutrientes e micronutrientes com o auxílio do software Avanutri. Resultados: Com base nos resultados foi possível verificar que a preparação contendo aipim, músculo bovino, chuchu e cenoura, apresentou maior aporte calórico (170 calorias), protéico (13g), lipídico (6,3g), férrico (2,2mg) e de zinco (3,7mg) em 120 gramas de amostra. A preparação obtida mais rica em fibras (1,6g), vitamina C (3,7mg) e cálcio (74mg) era constituída por batata doce, maçã e leite em pó integral. O maior teor de vitamina A (408 mcg) foi encontrado na preparação composta por batata doce, frango, cenoura e arroz branco, enquanto a preparação com batata doce e chuchu e frango apresentou maior quantidade de sódio (220mg) em 120 gramas. Conclusão: Observou-se que as preparações culinárias com batata doce e aipim desenvolvidas nesta pesquisa apresentaram qualidade nutricional adequada para a introdução alimentar. A prática do preparo de alimentos saudáveis para crianças é uma importante ferramenta para o fomento de bons hábitos alimentares, o que deve ser incentivado desde as primeiras refeições da vida de um indivíduo.