

AVALIAÇÃO NUTRICIONAL DE CRIANÇAS: ENTRE CUIDADOS E NECESSIDADES

Maria Helena Oliveira Santos – Graduada em Nutrição pela UFBA. Especialista em Saúde da Família pela IBPEX e pós-graduanda em Meio Ambiente e Desenvolvimento pela UESB/Itapetinga. E-mail: hnute@hotmail.com

Resumo: O presente trabalho mostrou a importância da suplementação do sulfato ferroso xarope em crianças com idade entre 6 meses e 18 meses e sua relação para o desenvolvimento do ganho de peso e aumento do podero-estatural destas crianças.

Palavras-chave: Deficiências nutricionais, anemia ferropriva, nutrição.

Abstract: The present work showed the importance of the suplementação of the sulfate ferrous syrup in children with age between 6 months and 18 months and his/her relationship for the development of the weight earnings and I increase these children's podero-estatural of these children.

Keyword: Nutritional deficiencies, anemia ferropriva, nutrition.

Introdução

Sabe-se que a alimentação adequada ou saudável previne as deficiências nutricionais, influenciando no crescimento e na saúde da criança. O período de alimentação complementar é de grande vulnerabilidade para a criança, uma vez que normalmente se substitui o leite materno - estéril, por outro leite, e os alimentos semi-sólidos são introduzidos, muitas vezes, em quantidade e qualidade inadequadas, podendo comprometer seu estado nutricional. Assim, faz-se necessário a suplementação de alguns nutrientes, em especial o ferro, pois como é sabido, alguns estudos apontaram que a deficiência de ferro em crianças na idade entre 6 e 18 meses prejudica o desenvolvimento do corpo.

De acordo com estudos, não resta dúvida de que a deficiência de ferro é a responsável pela maior parte das anemias encontradas, sendo denominada de anemia ferropriva, deficiência de ferro e a anemia carencial ferropriva, devido a sua elevada prevalência. Repercussões sobre o crescimento e desenvolvimento, resistência às infecções e associação com a mortalidade em menores de 2 anos são consideradas um dos principais problemas de saúde pública, sendo a deficiência nutricional mais comum em todo o mundo. Buscamos, assim avaliar o ganho de peso de acordo com as variáveis antropométrica P/I, P/A E A/I associado ao suplemento de sulfato ferroso xarope em crianças atendidas no Programa nacional de suplementação de ferro.

Metodologia

O presente trabalho foi desenvolvido, a partir de consultas no ambulatório de nutrição na cidade de Itambé-Bahia, no período de março à outubro de 2007, onde os dados foram coletados em prontuários de pacientes cadastrados no programa

nacional de suplementação nacional do ferro. Fizem parte deste estudo 30 crianças com idade entre 6 e 18 meses. A partir do cadastro destas crianças, eram agendadas consultas subseqüentes, onde foi observado o crescimento e desenvolvimento das mesmas. Foram analisadas apenas crianças que usavam o sulfato ferroso xarope de 12,5 mg, a posologia indicada foi 5ml uma vez por semana, uma hora antes do almoço. No momento da consulta, às mães ou responsável pela criança, recebiam orientações nutricionais para prevenção da anemia e práticas de alimentação saudável. No prontuário eram colocados os seguintes dados mensalmente: peso, altura e circunferência cefálica. Foram avaliadas somente crianças que tomaram o sulfato ferroso xarope.

Resultados e Discussões

Das 30 crianças avaliadas: 90% apresentou um ganho de peso entre 500 a 1000 gramas por mês, ficando apenas 10 % com ganho de peso inferior a 500 gramas, ou seja, todas as crianças que receberam suplemento do sulfato ferroso e retornaram as consultas, tiveram um bom resultado. Assim, pôde-se observar que o ferro e as orientações nutricionais foram importantes para o desenvolvimento do ganho de peso e aumento poder-estatural destas crianças.

De acordo com recomendações, a prevenção da anemia ferropriva deve ser estabelecida com base em alguns aspectos como: educação nutricional e melhoria da qualidade da dieta oferecida, incluindo o incentivo do aleitamento materno, suplementação medicamentosa, fortificação dos alimentos e controle de infecções. Nas recomendações dietéticas infantis, alguns cuidados podem ser tomados, visando um melhor aporte de ferro ao organismo, tais como manutenção do aleitamento materno exclusivo do 4º ao 6º mês de vida e introdução de alimentos complementares ricos em ferro e dotados de agentes facilitadores de sua absorção (carnes em geral, frutas cítricas entre outros). Por outro lado, devem ser evitados, durante as refeições, os agentes inibidores como chás preto e mate, café e refrigerantes. O ferro é um mineral constituinte necessário da hemoglobina, uma proteína conjugada, composta de quatro grupos heme contendo ferro (FRANCO, 1999).

Conclusão

Crianças que, na alimentação, tem acesso ao ferro têm tendência de ter uma saúde melhor e através do acompanhamento nutricional têm melhores condições de ter sua saúde avaliada.

Referência

FRANCO, Guilherme. **Tabela de Composição Química dos Alimentos**. 9 ed. São Paulo: Editora Atheneu, 1999.