

AVALIAÇÃO DA ALIMENTAÇÃO SERVIDA A PRÉ-ESCOLARES EM CRECHES MUNICIPAIS DA CIDADE DE VIÇOSA, MG

Rebeca Barros da Costa¹; Gabriela de Souza Oliveira¹;
Cláudia das Graças Faustino¹; Dayana Ladeira Macedo
Pereira¹; Jessica Nascimento da Silva¹;
Cristiane Sampaio Fonseca²

Resumo: *Com o intuito de observar as refeições servidas nas creches municipais da cidade de Viçosa, MG, e comparar a adequação dessas, de acordo com a pirâmide alimentar infantil, foram feitas visitas em duas creches que atendem crianças entre 24 e 47 meses e que recebem nesse período quatro refeições. Com base nas refeições servidas, foram realizadas avaliações das porções, tendo como parâmetro a recomendação da pirâmide alimentar infantil. Verificou-se que a quantidade de alimentos ingeridos pelas crianças está abaixo do que propõe a pirâmide alimentar. Em relação à distribuição dos alimentos, foi possível identificar maior quantidade calórica na creche B; considerando a variedade dos alimentos, a creche A apresentou maiores valores. Apesar de a creche A ter baixa distribuição calórica, a variedade dos alimentos proporciona às crianças melhor ingestão de nutrientes. Concluiu-se que ambas as creches necessitam de melhorias em relação à alimentação das crianças, adequando-se de acordo com a pirâmide alimentar infantil.*

Palavras-chave: *alimentação infantil; creches municipais; pi-*

¹ Graduandas do Curso de Nutrição - UNIVIÇOSA, Viçosa, MG; e-mail: rbcosta06@gmail.com; ² Professora do Curso de Nutrição - UNIVIÇOSA, Viçosa, MG; e-mail: csampaiofonseca@gmail.com

pirâmide alimentar infantil.

Introdução

Nos primeiros anos de vida, é essencial para o crescimento e desenvolvimento da criança uma alimentação qualitativa e quantitativamente adequada, a fim de proporcionar ao organismo a energia e os nutrientes necessários para o bom desempenho de suas funções e para a manutenção de um bom estado de saúde (RODRIGUEZ, 2005).

De acordo com Philippi (2000), a capacidade de ingestão da criança é limitada e a necessidade nutricional elevada; com a diversidade dos alimentos complementares é possível garantir a adequação dos micronutrientes sem que haja necessidade de suplementos.

A diversidade alimentar nos dois primeiros anos de vida prediz a aceitação de alimentos mais tarde. A monotonia alimentar, por sua vez, além de levar à inapetência o lactente e comprometer o estado nutricional dele, pode tornar a criança mais seletiva (EUCLYDES, 2005).

Um meio de introduzir alimentos à dieta é seguir a pirâmide alimentar para crianças, que difere daquela para adultos, em razão de o número estipulado de porções para adultos ser maior que para crianças.

O objetivo deste trabalho foi verificar em creches municipais da cidade de Viçosa, MG, onde as crianças permanecem a maior parte do dia, se essas recebem uma alimentação de acordo com o recomendado pela pirâmide alimentar infantil.

Material e Métodos

Foram autorizadas as visitas em duas creches municipais

da cidade de Viçosa, MG, que atendem em média crianças entre 24 e 47 meses. A creche A possui 60 crianças e a creche B, 19.

Por meio da observação direta, verificou-se a quantidade de alimentos servida às crianças, com o intuito de comparar as porções de cada grupo de alimentos que são ingeridas diariamente, de acordo com a recomendação da pirâmide alimentar infantil.

Com o objetivo de analisar as refeições, foi feito um questionário aos responsáveis e às cozinheiras, em que foram abordados o número de crianças atendidas, a faixa etária, o período de permanência na creche, as refeições servidas, as quantidades e quais alimentos fazem parte do cardápio.

Resultados e Discussão

A creche A está localizada próxima à central de distribuição de alimentos da prefeitura e a B se localiza em um bairro mais afastado e de difícil acesso.

Na Tabela 1, verifica-se que a variedade dos alimentos é maior na creche A, quando comparada à B. Esse fato pode ser explicado pela localização delas em relação à proximidade da central de abastecimento de alimentos da prefeitura.

A saúde na idade pré-escolar e escolar reflete definitivamente na adolescência e na vida adulta, sendo fundamental que sejam atendidas as exigências nutricionais nessas faixas etárias. A desnutrição na fase pré-escolar, por exemplo, pode levar a alterações físicas, funcionais e anatômicas, repercutindo negativamente no crescimento e desenvolvimento da criança, na apatia, no retardo da linguagem, na diminuição da capacidade de concentração e na baixa resposta a estímulos (ACCIOLY, 2003).

Tabela 1- Comparação de alimentos servidos nas refeições das creches A e B

Refeição	Creche A	Creche B
Café da manhã	Leite de vaca com achocolatado	Leite de vaca com achocolatado Biscoito de leite
Almoço	Arroz cozido	Arroz cozido
	Feijão cozido	Feijão cozido
	Sopa de carne com legumes	Moranga
	Alface	Carne moída
	Tomate	
Lanche	Suco de laranja	Maçã
Jantar	Macarronada	Arroz cozido
		Feijão cozido
		Moranga
		Carne moída

O valor energético indicado para crianças na faixa etária de zero a seis anos é de 1.300 kcal, como está evidenciado na pirâmide alimentar infantil. De acordo com os cálculos do total das calorias servidas, a creche A, nesse dia, forneceu 776,29 kcal, enquanto a B, 1.189,10 kcal.

Um meio de introduzir alimentos à dieta é seguir a pirâmide alimentar para crianças. Ao fazer a comparação das porções consumidas pelas crianças nas creches com aquela recomendada, observou-se que há déficits nas duas creches (Tabela 2). Porém, a creche B apresenta maior quantidade de porções que a A, mesmo sendo prejudicada quanto à distribuição e variedade de alimentos.

As crianças de dois a seis anos de idade necessitam

de pelo menos um número específico de porções de cada grupo alimentar para satisfazer suas necessidades de nutrientes; entretanto, o tamanho de porções deve variar de acordo com a idade (SIZER; WHITNEY, 2003).

Tabela 2- Comparação entre o número de porções recomendado de cada grupo de alimento e o número de porções servido às crianças das creches A e B

Alimento	Porção recomendada	Creche A	Creche B
Cereais e massas	5	3	3
Verduras e legumes	3	1,11	2,6
Frutas	3	1	1
Feijões	1	1	2
Carnes e ovos	2	0,25	1,2
Laticínios	3	1	1

Conclusão

Foi possível observar que a creche A é mais bem atendida por estar localizada dentro de uma sede escolar. Com isso, os alimentos que são oferecidos a essa estão em melhores condições e qualidade que os da B, que não recebe os alimentos em tempo hábil para o preparo. No entanto, as crianças que frequentam as creches não tiveram supridas as necessidades nutricionais delas; portanto, ambas as creches necessitam de melhorias para que estejam de acordo com a recomendação da pirâmide alimentar infantil. Faz-se necessário o aumento da variedade de alimentos ofertados às crianças. Foi constatado que apesar de a creche B ser desfavorecida pela distribuição dos alimentos, essa obteve os números de porções mais pró-

ximas das recomendadas pela pirâmide. Espera-se que novas decisões sejam tomadas, de forma que os alimentos concedidos pela prefeitura do município sejam entregues igualmente a todas as creches, independentemente da distância em que essas se encontram.

Agradecimentos

Aos professores Cristiane Sampaio Fonseca e Rogério Pinto, pela paciência e dedicação com que nos ajudaram no desenvolvimento deste trabalho.

Referências

- ACCIOLY, E. et al. Nutrição em Obstetrícia e Pediatria. 2. ed. Rio de Janeiro: Cultura Médica: Guanabara Koogan, 2009.
- EUCLYDES, M. P. Nutrição do Lactente: base científica para uma alimentação saudável. 3 ed. Viçosa: UFV, 2005, v.3.
- PHILIPPI, S. T. et al. Alimentação saudável na infância e na adolescência. In: CURSO DE ATUALIZAÇÃO EM ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO PARA PROFESSORES DA REDE PÚBLICA DE ENSINO, 2000, Piracicaba. Apostila... Piracicaba: Escola Superior de Agricultura Luiz de Queiroz, 2000. p.46-60.
- RODRIGUEZ N. R. Optimal quantity and composition of protein for growing children. J. Am. Coll. Nutr., v. 24, n. 2, p.150S-154S, abr. 2005.
- SIZER, F.; WHITNEY, E. Nutrição: Conceitos e controvérsias. 8 ed. São Paulo: Moler Ltda., 2003. 800 p.