

A ALIMENTAÇÃO COMO CUIDADO À SAÚDE EM UMA ESCOLA DE EDUCAÇÃO INFANTIL

Coordenador: NAIR REGINA RITTER RIBEIRO

Autor: GRAZIELA STURZA OLIVEIRA

A Escola de Educação Infantil - EEI - é uma instituição que tem como característica atender crianças de até seis anos de idade e tem como objetivo auxiliar na primeira etapa da educação básica, como uma complementação da educação da família e da comunidade. Além de uma necessidade, ela é um direito de qualquer criança, independentemente de cor, sexo, classe ou gênero. Na Escola as crianças devem receber todos os cuidados necessários à sobrevivência e ao desenvolvimento infantil, entre eles a alimentação, higiene e as atividades lúdicas contribuindo para o desenvolvimento físico e psicossocial das crianças, conferindo real importância à EEI. As crianças estão divididas da seguinte forma: crianças de até aproximadamente um ano e meio de idade estão inseridas no "Berçário I"; a partir de um ano e meio até dois anos, elas fazem parte do "Berçário II"; dos dois aos três anos fazem parte do "Berçário III"; dos três aos quatro anos estão inseridas no "Maternal I"; dos quatro aos cinco anos no "Maternal II"; e dos cinco aos seis anos estão na turma do "Jardim A". Este período, dos 4 meses até os 6 anos, é recheado de mudanças e alterações físicas e psicológicas na criança; são diversos os sistemas que vão se alterando e se especificando nessa fase da vida, entretanto para o bom desenvolvimento de todas as áreas a alimentação é essencial para que a criança cresça bem e saudável. A enfermagem nesta EEI tem como objetivo qualificar a saúde da criança através da manutenção de cuidados específicos e gerais, tais como vigilância nas carteiras de vacinação e possíveis orientações quanto ao assunto, cuidado com o ambiente das salas de aula quanto as suas condições de ventilação e higiene, verificação das temperaturas quando necessário e administração de medicamentos conforme prescrição médica, visitando as salas de aula diariamente para observar o desenvolvimento das crianças e qualquer irregularidade com elas, efetuando-se um exame físico e um histórico de enfermagem. Além de todos esses cuidados, há um de suma importância e que não é realizado somente pela equipe de enfermagem, mas constitui-se de um trabalho multidisciplinar com o apoio de uma nutricionista e da equipe pedagógica da EEI, que é o cuidado com a alimentação e nutrição das crianças da escola. A alimentação é importante não somente para satisfazer as necessidades nutricionais da criança, mas deve ser vista também como um fator educacional na promoção da mastigação, da deglutição e do

contato com novos sabores. As formas de aprendizagem da criança na alimentação se dão por exposição repetida e apresentação de alimentos desconhecidos. Assim, os profissionais de saúde que cuidam de crianças devem se preocupar em fornecer orientações que possam trazer maior saúde e conforto na idade adulta, visto que as práticas alimentares são adquiridas durante toda a vida, destacando-se os primeiros anos como um período muito importante para o estabelecimento de hábitos que promovam a saúde do indivíduo, evitando patologias como anemias, diabetes tipo II, cardiopatias, síndromes metabólicas e outras comorbidades associadas com os altos e crescentes índices de obesidade observados entre as crianças. Na EEI a alimentação oferecida aos pequenos alunos é dividida em café da manhã, almoço, lanche da tarde e jantar; as refeições são sugeridas e supervisionadas pela nutricionista responsável, que compõe os pratos com ajuda das educadoras e das cozinheiras da escola, já que são elas que mais tempo passam com as crianças e sabem a importância que a alimentação tem para o crescimento destas. As crianças do "Berçário I" recebem as refeições na própria sala, havendo algumas diferenças da alimentação oferecida às demais crianças da escola devido a faixa etária específica, os alimentos são mais pastosos de mastigação e deglutição facilitadas. As crianças das demais turmas são servidas em dois refeitórios: "Berçário II", "Berçário III" e "Maternal I" em uma sala com mesas e cadeiras apropriadas as suas estaturas e são servidos pelas educadoras que também auxiliam nas refeições. As turmas "Maternal II" e "Jardim" recebem a alimentação em outro refeitório que possui um Buffet apropriado ao seu tamanho, com pratos e talheres equivalentes, onde servem-se sozinhos e são estimulados a exercitar práticas de educação a mesa. O estabelecimento de horários regulares para as refeições e a seleção de utensílios (copos, pratos e talheres) adequados para cada idade apresentam-se como condição importante para a aceitação e experimentação dos alimentos. Continuando o processo de formação de hábitos alimentares há a orientação que a criança deve seguir o padrão alimentar da família., evitar guloseimas em excesso e fora do horário das refeições. É desaconselhável a ingestão de refrigerantes em substituição ao leite, aos sucos de frutas e a água. O apetite das crianças é irregular e pode variar de um dia para o outro, assim, em um dia ela pode aceitar determinado alimento e no outro recusá-lo. Essa atitude pode originar ansiedade na família e nas pessoas responsáveis pelo seu cuidado. Entretanto, é preciso lembrar que a aceitação de um novo alimento ou de um novo padrão alimentar deve ser feito de maneira gradual, respeitando-se os interesses da criança e auxiliando no aprendizado do consumo de uma dieta equilibrada. Conduzir de forma apropriada a alimentação da criança requer cuidados relacionados aos aspectos sensoriais - apresentação visual, cores, formatos atrativos - à forma de

preparo dos alimentos - temperos suaves, preparações simples e alimentos básicos, às porções adequadas à capacidade gástrica restrita e ao ambiente onde serão realizadas as refeições. Estes são fatores a serem considerados, visando a satisfação de necessidades nutricionais, emocionais e sociais, para a promoção de uma qualidade de vida saudável. Frente a todos esses cuidados e principalmente, frente à importância da alimentação no crescimento e desenvolvimento das crianças não há dúvidas de que os educadores, a enfermagem e a nutrição necessitam estar como aliados e parceiros, para avaliar e apoiar a criança nessa fase de transição, dar suporte e condições para a realização correta e eficaz das medidas alimentares. Tal parceria existe nesta Escola de Educação Infantil e rende resultados que aparecem no desenvolvimento físico avaliado pelo peso e estatura das crianças.

Referências Bibliográficas CONGRESSO DE EXTENSÃO DA UFMG, 8., 2005, Belo Horizonte. Alimentação saudável em crianças de dois a três anos. Belo Horizonte: Siexbrasil, 2005. TADDEI, José Augusto de A. C. et al. Manual Creche Eficiente. Barueri, SP: Minha Editora: São Paulo: Unifesp-EPM, 2006.