

A IMPORTÂNCIA DO CONSUMO DE FERRO NA ALIMENTAÇÃO INFANTIL

¹CAETANO, B. R. F.¹; PIRES, P. F. F.²

RESUMO

Objetivo: Verificar se as mães tem conhecimento quanto a importância da ingestão de ferro na introdução alimentar. **Método:** Estudo transversal, quantitativo e descritivo por utilização de questionário que foi aplicado como forma de entrevista para 29 cuidadores. **Resultados:** Verificou-se um conhecimento dos cuidadores quanto a importância do ferro na alimentação como também os alimentos fontes, mas com uma falta de orientação dos profissionais de saúde. **Conclusão:** A maioria das mães sabem que o ferro faz parte da introdução alimentar, mas não recebem orientação, mostrando a importância do nutricionistas nas equipes de saúde.

Palavras-chaves: Anemia Ferropriva. Lactentes. Informação. Hábitos alimentares

ABSTRACT

Objective: To verify whether mothers are aware of the importance of iron intake in food introduction **Method:** Cross-sectional, quantitative and descriptive study using a questionnaire that was applied as a form of interview for 29 caregivers. **Results:** There was a knowledge of caregivers regarding the importance of iron in the diet as well as the source foods, but with a lack of guidance from health professionals. **Conclusion:** Most mothers know that iron is part of the food introduction, but do not receive guidance, showing the importance of nutritionists in health teams.

Keywords: Iron deficiency anemia. Infants. Information. Eating habits

INTRODUÇÃO

A anemia é um problema de saúde que afeta a população no mundo que traz consequências para saúde pública, desenvolvimento social e econômico do Brasil. Segundo a Fundação Abrinq (2019), no Brasil a população de crianças e adolescentes de zero a 19 anos representa 33% da população. Entretanto o período de maior prevalência de anemia são crianças de 6 a 24 meses, apresentando risco 2 vezes maior de desenvolver anemia do que crianças na faixa etária de 25 a 60 meses, necessitando assim de atenção na ingestão de ferro (GONTIJO, 2017).

Nas crianças e mulheres a quantidade de ferro estocada é menor quando comparada aos homens, por tanto a quantidade de ferro armazenada varia de acordo

¹Beatriz Ribeiro Ferreira Caetano. Acadêmica do curso de bacharelado em Nutrição da Faculdade de Apucarana – FAP Apucarana – Pr 2020. E-mail: Beatriz--ribeiro@hotmail.com

² Patrícia Fernanda Ferreira Pires. Orientadora da pesquisa. Docente do curso Nutrição da Faculdade de Apucarana – FAP Apucarana – Pr 2020.

com idade, sexo e da necessidade desse nutriente no organismo. Quando há deficiência, é tratado com uma dieta rica em ferro e suplementação quando necessário. Por tanto é importante ter conhecimento sobre as duas formas existentes de ferro, sendo ele ferro heme e o ferro não heme, pois apresentam biodisponibilidade diferentes, sendo que alimentos que contenham vitamina C aumentam a absorção do ferro, existem também nutrientes que atrapalham a absorção do ferro não heme (MAHAN; KATHLEEN; JANICE, 2018).

Levando em consideração esses fatos a orientação pode ser eficaz para o conhecimento de alimentos fontes, bem como sua importância desse micronutrientes nas fases da vida, e principalmente em grupos de risco, também em estar evitando alimentos que atrapalhem a absorção para evitar possíveis deficiências desse mineral, e alimentos que contenham nutrientes para aumentar a absorção.

OBJETIVOS

Objetivo Geral: Verificar se as mães tem conhecimento quanto a importância da ingestão de ferro na introdução alimentar.

METODOLOGIA

O estudo teve caráter transversal, descritivo e com abordagem quantitativa. Realizado na UBS Centro Infantil Sonho de Criança com bebês de 6 a 24 meses, em Apucarana-PR, foi excluído prematuros e crianças que possuem alguma doença que interfira o processo de crescimento.

A coleta de dados foi aplicada através de questionário em forma de entrevista, sendo feito para o cuidador ou cuidadora, que possuem alguma relação com a alimentação da criança. Foi exposto qual a faixa etária que se ajusta para pesquisa, com as pessoas que estavam aguardando a consulta pediátrica, logo depois, a pessoa que aceitou participar, foi individualizada para realização da entrevista, para não ter interferências na resposta, sendo assegurado sigilo dos dados. Os participantes da pesquisa receberam o termo de consentimento livre e esclarecido onde pode ser esclarecido possíveis dúvidas, foi informado os objetivos da pesquisa, logo depois se iniciou com as perguntas do questionário.

Por tanto a análise de dados foi através do método de bioestatística sendo a referência o caderno de atenção básica n 23 do ministério da saúde, o Marco de referência de Vigilância Alimentar e Nutricional na atenção básica. Representada

através de gráficos utilizando o Excel 2016, diferenciando em categorias, agrupando os dados para melhor tabulação. Nela serão apresentados os resultados de forma descritiva, estabelecendo associações que permitam gerar conclusões, em tempo real, avaliando os resultados obtidos de cada indivíduo.

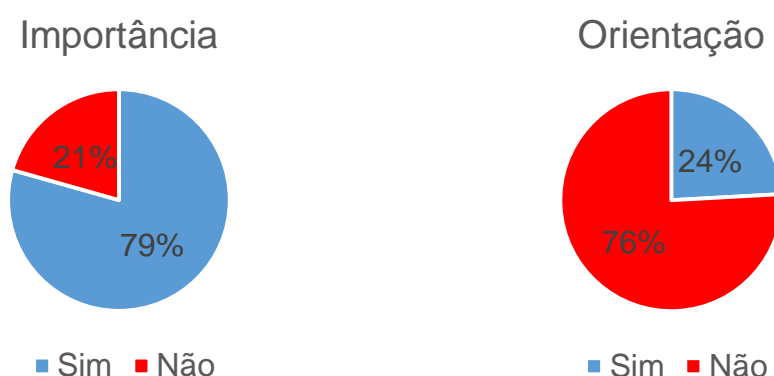
RESULTADOS E DISCUSSÕES

Participaram da pesquisa vinte e nove (N=29) responsáveis que teriam alguma relação com a alimentação das crianças, que frequentavam a UBS Centro Infantil Sonho de Criança, ao qual foi aplicado um questionário, com a finalidade de obter respostas quanto ao conhecimento da importância do micronutriente ferro na alimentação infantil.

A amostra selecionada, corresponde a 29% dos frequentadores da UBS, sendo que a UBS faz atendimento com crianças de zero a onze anos e vinte e três meses (N= 0 a 11 anos e 23 meses).

Apesar da maioria dos membros familiares serem de baixa renda, grande parte respondeu que teriam conhecimento quanto a importância do ferro na introdução alimentar, 79%, porém a maioria não recebeu orientação quanto a importância do mesmo, 76%.

Gráfico 1 - Porcentagem de conhecimento sobre importância do ferro e orientações recebidas



Fonte: CAETANO; PIRES, 2020

Observa-se que os responsáveis respondem que sabem a importância do ferro na introdução alimentar, porém não tem uma orientação adequada, pode-se concluir que esse conhecimento não é suficiente para levar a criança uma alimentação saudável, capaz de diminuir a incidência de deficiência de ferro ou anemia.

Resultados semelhantes quanto ao conhecimento de ferro foi encontrado em um artigo, feito com cem puérperas no pós parto imediato, investigando o grau de conhecimento sobre nutrição, foi visto que 77% tinham recebido algum tipo de orientação alimentar. As puérperas que tinham maior conhecimento sobre o ferro, eram aquelas que teriam mais que 10 anos de estudo, entretanto o estudo chega à conclusão que o conhecimento é insuficiente sobre os micronutrientes, ferro, ácido fólico e vitamina A (GARCIA *et al.*, 2018).

Já quanto a falta de orientação sobre o ferro na introdução alimentar, é explicada por Calheiros (2017), onde os profissionais de saúde vêm privilegiando um cuidado curativo em detrimento do preventivo, o que é ao contrário do que prevê o PNSF, onde deve propagar ações de educação nutricional.

Em outro estudo concluiu que o conhecimento dos responsáveis pela alimentação da criança, faz a diferença para prevenir morbidades e deficiências nutricionais, ressalta ainda a importância do nutricionista nas UBS, para estabelecer cuidados e auxiliar nas etapas da introdução alimentar e promover a saúde (MARIANO *et al.*, 2017).

CONCLUSÃO

As mães tem conhecimento sobre a importância do ferro na alimentação infantil, porém não recebem orientação quanto como o ferro deve ser incluído, sendo um resultado preocupante, já que a informação sobre o mineral, é uma das formas de prevenir a deficiência de ferro e a anemia infantil, por isso há importância do nutricionista na educação nutricional para essa população vulnerável, para poder prevenir doenças e agravos nutricionais.

Mesmo que pequena, a amostra traz uma reflexão de como está sendo o atendimento nas unidades básicas de saúde, priorizando uma medicina curativa, ao invés de vigilância da saúde, que é o preconizado no modelo do SUS, onde a comunidade deve estar envolvida, estimulando a comunicação social, impactando assim na alimentação da população.

REFERÊNCIA

CALHEIROS, Monique Suiane Cavalcante. **Efetividade do programa nacional de suplementação de ferro: estudo de base populacional com lactentes de 0 a 18 meses do Estado de Alagoas**. 2017. 68 f. Dissertação (Doutorado) - Curso de Nutrição, Universidade Federal de Alagoas, Alagoas, 2017.

GARCIA, Lígia Rejane Siqueira *et al.* Fatores relacionados aos conhecimentos em nutrição de puérperas acompanhadas em unidades de saúde da família. **Revista Contexto & Saúde**, São Paulo, v. 18, n. 35, p. 78-83, 20 dez. 2018. Editora Unijui. <http://dx.doi.org/10.21527/2176-7114.2018.35.78-83>.

GONTIJO T. L., OLIVEIRA V. C., LIMA K. C. B., et al. Prática Profilática da Anemia Ferropriva em Crianças na Estratégia Saúde da Família. **Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro**. 2017

MAHAN. L. KATHLEEN, JANICE L. **Krause**: alimentos, nutrição e dietoterapia. 14 ed. Rio de Janeiro: Roca, 2018.

MARIANO, Bianca da Silva *et al.* Saberes maternos acerca da alimentação complementar. **Cad. da Esc. de Saúde**, Curitiba, v. 11, n. 17, p. 30-41, 2017.