



PASTORAL DA CRIANÇA

Para que todas as crianças tenham vida e a tenham em abundância (Jo 10,10)

Entrevista – Alimentação na creche

A alimentação na creche deve receber uma grande atenção dos pais. É muito importante que a creche seja um complemento de casa, e a casa um complemento da creche, no momento de ensinar a criança como se alimentar. É necessário, também, que a creche tenha um bom ambiente e acolhimento para a amamentação ou extração de leite materno para bebês. Para falar mais disso, convidamos a Irmã Célia Apolinário, coordenadora da Pastoral da Criança da Paraíba.

Qual é a importância da boa alimentação na creche?

A alimentação, ela é que dá sustentação, porque a criança bem alimentada tendo uma alimentação de qualidade com certeza vai ser um adulto saudável em todos os níveis, será um adulto mais feliz, mais inteligente, e que vai estabelecer relações de confiança, de auto estima.

Que orientações Vocês passam para as famílias, irmã, sobre a importância de uma alimentação saudável na creche?

A orientação que nós passamos para as famílias não somente para as mães é para que as mães acompanhem, quando a criança chega o mesmo quando ela vai até a creche ela possa conversar com as pessoas que lá trabalham, lembrando que tudo isso é um direito das famílias.

A criança quando vai para a creche, tem um pouco de dificuldade para se adaptar aos novos alimentos, isso não é simples não é irmã Célia?

A dificuldade nossa eu digo assim é com os adultos, porque com as crianças a gente estabelece uma relação de cuidado, de amor, de atenção, no espaço onde ela é recebida, ela é acompanhada. E aí na medida do possível no processo de muito respeito com o tempo de cada criança, os profissionais dessa área vão então colocando aos poucos o alimento e lembrando que muitas creches têm esse cuidado de estabelecer esse processo de uma forma lúdica, uma alimentação colorida desenvolve em alguns tipos de músicas relacionadas aos tipos de alimento, as cores, para que a criança possa então se abrir, possa

acolher, esses alimentos que muitas vezes realmente é muito novo para criança, porque ela não vem da casa com esse hábito.

Irmã Célia a creche também deve proporcionar um ambiente agradável para crianças tomar lanche e as refeições mesmo?

Sem dúvida é outra realidade né a essa inter-relação de criança com criança, lembrando que muitas às vezes são sozinhas na família né, ou só tem ela naquela faixa etária, ela não tem com quem se relacionar, então a creche ela proporciona também esse crescimento em todos os sentidos sem dúvida. Esse contato, esse experimentar, o cheiro do alimento, as cores, e que tudo isso também não precisa ser feito única e exclusivamente na creche, mas também na família, então é esse processo que tem que existir, esse diálogo entre a família e a creche os espaços onde a criança convive, então os pais também precisam colaborar nessa mútua ajuda.

Entrevistado(a) Regina reinaldin
Enfermeira da Coordenação Nacional da
pastoral da criança

Regina como manter o aleitamento materno depois que a criança vai para creche?

Cabe a creche criar as condições para que a mãe consiga continuar amamentação, a creche deve proporcionar as condições e o ambiente tranquilo e confortável para que a mãe amamente o retire o leite para ser dado ao bebê.

Como a creche pode facilitar, Regina, a continuidade do aleitamento materno para menores de 2 anos?

A creche pode criar uma sala de amamentação, que possa atender as mães. A creche também podem usar palestras motivacionais de incentivo para continuidade do aleitamento materno. Os profissionais das creches devem colaborar com amamentação promovendo rotinas sistematizadas e de acolhimento às mães para que elas possam ter acesso ao ambiente de amamentação sempre que necessário, e promovendo o armazenamento do leite extraído.



Regina Como deve ser a sala de amamentação na creche?

Um espaço para que a mãe que amamenta tem a liberdade de ficar sentada, em pé, em fim de uma maneira com que ela se sinta melhor

Porque, Regina, é importante manter o aleitamento materno também na creche?

Porque o leite materno é o melhor alimento para o bebê, os profissionais das creches sabem disso e devem colaborar para a amamentação. Acolhida das mães deve ser o melhor possível, a presença delas nas creches deve ser constante pois a mãe e a criança fazem parte dessa instituição

A partir dos 6 meses se deve começar a introdução de novos alimentos. Regina, como deve ser a alimentação complementar oferecida ao bebê pela creche?

Deve seguir todas as regras e orientações preconizadas pelo Ministério da Saúde em termos de qualidade, textura, variedade, frequência. Alimentação deve ser baseada em alimentos In Natura como frutas, vegetais, carnes, arroz, etc.. feita com temperos naturais, sem sal, e não deve conter alimentos industrializados como biscoitos, iogurte, sucos, entre outros.

Regina como a questão da alimentação se integra nas atividades que a creche realiza?

As creches devem adotar boas práticas de manipulação de alimentos, deve também incentivar as crianças a comerem alimentos saudáveis, através de dinâmicas, de brincadeiras, as crianças vão aprendendo quais são os alimentos bons para a saúde

Como é possível garantir ações de alimentação saudável e educação nutricional nas creches, Regina?

Através de um trabalho contínuo de conscientização e de um trabalho conjunto entre a creche e as famílias. Não adianta criança comer na creche alimentos saudáveis e em casa comer alimentos que não ajudam no seu desenvolvimento como os salgadinhos, refrigerantes, e outros. A maioria dos hábitos alimentares da criança é definido até os dois anos, então é fundamental que a creche trabalhe ações que envolvam a alimentação saudável para contribuir com a formação dos hábitos saudáveis pelas crianças.

**Entrevistado(a) Irmã Veneranda Alencar
Coordenadora Nacional da Pastoral da
Criança**

Ola amigos! Gostaria de dizer que a missão da Pastoral da Criança é promover o desenvolvimento integral das crianças do ventre materno aos 6 anos. Nossa presença nas comunidades está ajudando a fazer a diferença na vida de milhares de famílias, mas ainda há muito a fazer e os desafios são imensos. Temos como meta ampliar o número de voluntários para acompanhar mais crianças e gestantes em todo o Brasil. Por isso quero convidar você para se tornar líder da Pastoral da Criança em sua comunidade, procure a paróquia mais próxima de sua casa, e saiba como fazer parte desta grande família, desta grande rede de solidariedade humana.



**Entrevistado(a) Solange de Fatima Pegoraro
A coordenadora da Pastoral da Criança do Núcleo 3 interdiocesano
Centro-Oeste Rio Grande do Sul.**

Solange, qual é a orientação que vocês passam para as famílias sobre a importância de uma alimentação saudável na creche?

Nós orientamos para que as famílias procurem ver o que os seus filhos estão comendo na creche, pois vocês precisam conversar com as pessoas que ali trabalham, perguntar, verificar a qualidade dos alimentos que são oferecidos. Também vocês podem conversar com outras famílias para garantir que na creche tenha sempre uma alimentação saudável e variada para as crianças.