



PASTORAL DA CRIANÇA

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

Entrevista com Paula Pizzatto - Acompanhamento Nutricional

Um dos principais trabalhos realizados pela Pastoral da Criança é o acompanhamento nutricional, isto é, uma avaliação do peso e altura das crianças em todo Brasil. O acompanhamento nutricional começa durante a gestação, através de alimentação saudável e um pré-natal de qualidade. Para saber como a Pastoral da Criança realiza este trabalho, nossa entrevista é com a Paula Pizzatto nutricionista da Pastoral da Criança

Paula, o que é a ação acompanhamento nutricional das crianças?

A Pastoral da Criança sempre fez o acompanhamento nutricional das crianças, pesando no dia da celebração da vida todos os meses. Agora, a cada três meses, no dia da celebração da vida, os líderes além de pesar as crianças medirão a altura da criança.



Como avaliar o crescimento e o desenvolvimento da criança?

A Pastoral da Criança tem métodos que vão avaliar o crescimento e o desenvolvimento da criança, identificando a criança que está com baixo peso ou que está com o peso acima do esperado para aquela idade. A altura também é outro parâmetro muito importante. Sabemos que criança tem um padrão de crescimento maior nos primeiros meses de vida e depois estabiliza um pouco. É esperado que a criança cresça um centímetro por mês, mais ou menos, depois dos 2 anos de idade. Se a criança não está crescendo precisamos ficar alerta. Quando identificamos precocemente que não ganhou peso, não cresceu, podemos tomar uma atitude e procurar a Unidade Básica de Saúde – UBS - para atendimento.

Se a criança não está se desenvolvendo bem o que fazem os líderes da Pastoral da Criança?

Conversar com a família, passar as orientações e sempre estar incentivando para que a família leve a criança para consultar com o médico na UBS. A Pastoral da Criança conta com uma série de materiais educativos. No acompanhamento nutricional, nós temos as Cartelas de Orientações, as quais são entregues aos pais ou responsáveis logo após o resultado do estado nutricional da criança ser lançado pelo computador. Essas cartelas trazem algumas informações simples e importantes em relação à alimentação, estímulo à prática de atividade física para as crianças, principalmente nos casos que as crianças encontram-se com excesso de peso. São materiais para que os líderes tenham um embasamento para orientar as famílias.

Outro problema sério que enfrentamos hoje é a obesidade, como orientar sobre isso?

Precisamos atentar 3 pontos. A obesidade pode ser causada por alimentação errada, o excesso de açúcar, gorduras ou pode ser algum problema orgânico da criança, por questão hormonal. Neste caso precisa levar a criança a UBS para fazer exames e identificar o problema.

Outra maneira para combater a obesidade infantil está relacionada ao gasto de energia. Podemos incentivar a criança a brincar, isso é muito importante.

A Pastoral da Criança também está orientando as gestantes sobre a importância dos cuidados nos primeiros mil dias de vida da criança. Estes primeiros mil dias de vida são fundamentais?

É nos primeiros mil dias de vida da criança que pode-se prevenir tanto a desnutrição quanto a obesidade. Esses mil dias se iniciam no período de gestação até o segundo ano de vida.

Gestante sua alimentação é extremamente fundamental para garantir saúde do seu filho.

Ter alimentação adequada e ingerir muitos líquidos, podem fornecer os nutrientes adequados para seu filho. Depois que a criança nasce, deve-se dar o leite materno nos primeiros 6 meses e fazer a introdução adequada dos alimentos. Neste período a criança estará aprendendo seus hábitos alimentares. Se essa fase dos primeiros mil dias é feita com bastante atenção e cuidado você estará evitando muitos problemas para o futuro.

Como as famílias podem colaborar no acompanhamento nutricional de seus filhos?

É preciso que a família tenha hábitos saudáveis dentro de casa, os exemplos dos pais e dos avós é muito importante. A gente sabe que se a família está se alimentando bem a criança vai se alimentar bem também.

A comunidade também tem o seu papel. Como ela pode colaborar?

Na comunidade pode-se perceber se há ou não espaço para as crianças brincarem, é importante os coordenadores da comunidade procurem saber sobre isso. Também pode-se relacionar a questão das hortas comunitárias, os vizinhos podem ver se há interesse em fazer a horta, se há espaço disponível para produzir os alimentos orgânicos. Também como está o funcionamento da UBS, se há alguma por perto na comunidade, se estão sendo acolhedores, avaliar como está o processo de saúde na comunidade e fazer sugestões para os responsáveis.

Criança gordinha é criança saudável?

Vale a pena comentar que ainda existe uma tendência dos pais achar que criança para estar saudável precisa ser gordinha e hoje em dia sabemos que não é verdade. Bebê gordinho não é mais sinal de saúde. Mãe e pai, se faz muito tempo que você não leva seu filho para medir peso e altura, é muito importante leva-los.

Esta entrevista é parte do Programa de Rádio Viva a Vida da Pastoral da Criança.
Programa de Rádio 1173 - 21/03/2014 - Acompanhamento Nutricional