



PASTORAL DA CRIANÇA

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

Entrevista com Paula Pizzatto – Acompanhamento Nutricional

Os líderes das comunidades que já participam da ação de Acompanhamento Nutricional da Pastoral da Criança sabem. E além de calcular o índice de massa corporal (IMC) – avaliando peso, altura e idade das crianças – os voluntários também sabem que a alimentação é uma parte muito importante do desenvolvimento físico e educativo. E exige dos pais uma atenção contínua.

Para explicar como a Pastoral da Criança realiza esse trabalho em várias comunidades do Brasil e a importância de se pensar em hábitos alimentares saudáveis, a nutricionista da coordenação nacional, Paula Pizzatto, respondeu a algumas perguntas.



O que é a ação de Acompanhamento Nutricional?

É a avaliação do estado nutricional das crianças, por meio da medição da altura e do peso. Com essas duas medidas é possível calcular o índice de massa corporal (IMC), que nos dá a proporção do corpo da criança. Assim, a gente consegue identificar se ela está crescendo e se desenvolvendo bem.

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

Para as famílias acompanhadas pela Pastoral da Criança, é importante que compareçam à Celebração da Vida no momento em que os líderes fazem as medições de peso e altura, que acontecem a cada três meses na comunidade. As famílias que não são acompanhadas pela Pastoral da Criança devem comparecer, sempre que possível, à Unidade de Saúde para fazer essas medições, de peso e altura, que os profissionais da saúde vão avaliar e fazer as orientações.

Qual é o maior desafio para desenvolver a ação de Acompanhamento Nutricional, junto às famílias?

Muitas vezes, a gente já vem com padrões alimentares. A correção de hábitos alimentares, do estilo de vida, é mais complicada do que você iniciar a vida com hábitos saudáveis. Então, a maior dificuldade que a gente encontra é nesse sentido: conseguir convencer a família, ou seja, trabalhar com a conscientização de que é necessária a mudança. Essa mudança vai desde o que ela vai começar a comprar no mercado: procurar comprar alimentos mais saudáveis e focar nas verduras, nas frutas; ver na região o que está acessível, o que está mais em conta, o que é da época. Porque os nutrientes virão da comida: arroz, feijão, legumes e frutas, carnes que estão disponíveis e que têm o mínimo de processamento possível.

Em caso de desnutrição da criança, como a família pode fazer o Acompanhamento Nutricional?

Primeiramente, é preciso ver o que causou essa desnutrição, levando a criança à Unidade de Saúde, porque a desnutrição pode ser simplesmente, pela falta de calorias ou de nutrientes, como proteínas e sais minerais; ou ela pode ser resultado de alguma doença, alguma enfermidade que está deixando a criança desnutrida. Identificando o motivo, seguir as orientações dos profissionais quanto aos cuidados de saúde e alimentação.

E em caso de obesidade?

Da mesma forma que a desnutrição, para a obesidade também precisa ser descoberto o porquê da criança estar assim. A causa pode ser alimentar: excesso de alimentos com açúcar, com gordura, esses salgadinhos e biscoitos recheados; ou, ainda, a criança pode estar com algum probleminha de saúde: tireóide desregulada, alguma questão hormonal. Então, também é importante levar na Unidade de Saúde e descobrir o motivo da obesidade.

Quais são os benefícios que a ação Acompanhamento Nutricional da Pastoral da Criança está trazendo para as comunidades?

O Acompanhamento Nutricional traz uma satisfação. As mães relatam que, com a medição da altura, com os dados sendo colocados no computador, elas estão até mais confiantes do resultado que os líderes trazem para elas. Hoje, a gente tem crianças que na primeira medição estavam com obesidade e, agora, já se encontram no estágio do sobrepeso. Isso é um resultado positivo, sair da obesidade e passar para o sobrepeso, diminuindo as chances de ter hipertensão, pressão alta, diabetes... É o meio do caminho para chegar dentro do resultado ideal, que é o padrão. Também temos exemplos de crianças que iniciaram com obesidade e que já estão no padrão, o que é muito importante.

Esta entrevista é parte do Programa de Rádio Viva a Vida da Pastoral da Criança.
Programa de Rádio 1246 - 17/08/2015 – Acompanhamento Nutricional