

# Guia Alimentar Para Crianças Menores de 2 Anos

Seminário





## Graciela Caroline Gregolin

Disciplina: Práticas Alimentares de Crianças Menores de 2 anos

Faculdade de Saúde Pública – FSP/USP

Novembro / 2021





Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Guia alimentar para crianças brasileiras menores de 2 anos [recurso eletrônico] / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Brasília-DF: Ministério da Saúde, 2019. 265 p.: Il.





Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Guia alimentar para crianças brasileiras menores de 2 anos versão resumida [recurso eletrônico] / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Brasília : Ministério da Saúde, 2021.



## SUMÁRIO

APRESENTAÇÃO .....	7
O GUIA ALIMENTAR PARA CRIANÇAS BRASILEIRAS MENORES DE 2 ANOS COMO INSTRUMENTO PARA PROMOÇÃO DO DIREITO HUMANO À ALIMENTAÇÃO .....	10
UM GUIA ALIMENTAR PARA AS FAMÍLIAS DE CRIANÇAS MENORES DE 2 ANOS .....	15
PRINCÍPIOS .....	17
LEITE MATERNO: O PRIMEIRO ALIMENTO .....	21
CONHECENDO OS ALIMENTOS .....	63
A CRIANÇA E A ALIMENTAÇÃO A PARTIR DOS 6 MESES .....	93
CRIANÇAS MENORES DE 8 MESES QUE NÃO ESTÃO SENDO AMAMENTADAS EXCLUSIVAMENTE .....	135
ALIMENTAÇÃO DE CRIANÇAS NÃO AMAMENTADAS .....	141
COZINHAR EM CASA .....	157
ALIMENTAÇÃO ADEQUADA E SAUDÁVEL: LIDANDO COM OS DESAFIOS DO COTIDIANO .....	189
CONHECENDO OS DIREITOS RELACIONADOS À ALIMENTAÇÃO INFANTIL .....	209
DOZE PASSOS PARA UMA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL .....	221
PARA SABER MAIS .....	229
GLOSSÁRIO .....	243
ANEXO – PROCESSO DE ELABORAÇÃO DA NOVA EDIÇÃO DO GUIA ALIMENTAR PARA CRIANÇAS BRASILEIRAS MENORES DE 2 ANOS .....	253

GUIA ALIMENTAR PARA  
CRIANÇAS BRASILEIRAS  
MENORES DE 2 ANOS



Sumário



# Apresentação



# Apresentação

- ◆ Documento oficial do MS;
- ◆ Guia Alimentar para População Brasileira (2014);
- ◆ Substituição da versão de 2002, revisada em 2010;
- ◆ Transformações sociais e práticas alimentares.



# Transformações

- ◆ Avanço nas políticas públicas de amamentação e alimentação complementar;
- ◆ Melhoria dos indicadores de AM, mas ainda abaixo da duração recomendada;
- ◆ Introdução precoce de alimentos;
- ◆ Pouca variedade de alimentos;

E como resultado...



# Transformações

## *Diferentes formas de má nutrição infantil!*

- ◆ Desnutrição, anemia e hipovitaminose A;
- ◆ Excesso de peso (sobrepeso e obesidade).

*Motivos?*



# Objetivo

- ◆ Promover saúde, crescimento e desenvolvimento;
- ◆ Apoiar as famílias no cuidado cotidiano;
- ◆ Subsidiar o desenvolvimento de ações de EAN no SUS;
- ◆ Orientar políticas, programas e ações para apoiar, promover e proteger a saúde e SAN das crianças brasileiras.



*O guia alimentar para crianças brasileiras  
menores de 2 anos como instrumento para  
promoção do Direito Humano à Alimentação  
Adequada*



“

É dever do Estado  
respeitar, promover,  
proteger e prover do  
DHAA.



# Dimensões do DHAA

## Estar livre da fome

Todas as pessoas não importa quem sejam nem onde vivam devem ter acesso a alimentos de qualidade, em quantidade suficiente, de forma permanente e regular, ficando assim bem nutridas e livres da fome.

## Alimentação Adequada e Saudável

Harmônica em quantidade e qualidade, atendendo os princípios da variedade, equilíbrio, moderação e prazer, e orientadas por práticas sustentáveis que protejam o planeta. A AAS compreende a “comida de verdade” e começa pelo aleitamento materno.



# Alimentação Adequada e Saudável

Baseada em alimentos in natura e minimamente processados, moderada em processados e isenta de ultraprocessados.



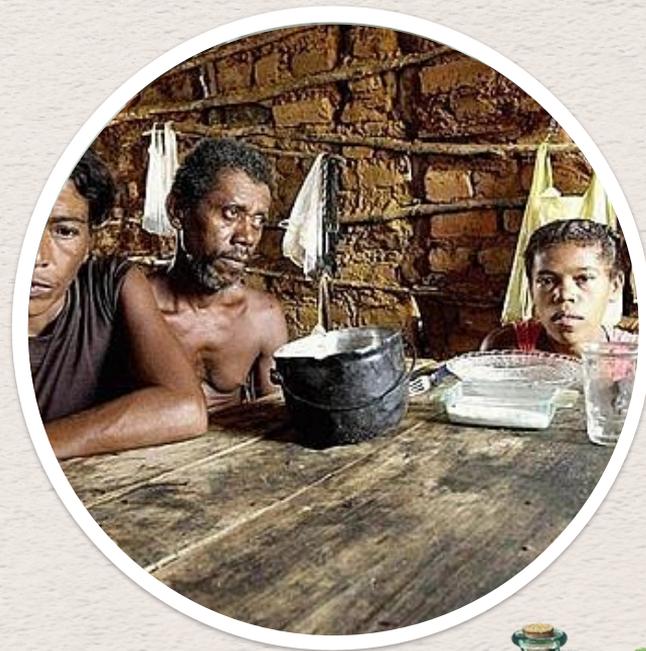
# Alimentação Adequada e Saudável

“A alimentação é um fator de identidade dos povos, e diz respeito aos afetos, ao cuidado consigo mesmo, com os outros e com o meio ambiente. Escolhas adequadas e saudáveis também respeitam os hábitos e as culturas regionais [...]”



# Desigualdades de acesso a AAS

“Infelizmente nem todas as crianças brasileiras tem acesso à alimentação adequada e saudável. O Brasil convive com desigualdade no acesso aos alimentos saudáveis na variedade e na quantidade necessária [...]”



# 19 milhões de brasileiros vivem com fome; consequências na saúde são irreversíveis

116 milhões de pessoas vivem em situação de insegurança alimentar no Brasil; consequências são nefastas principalmente para crianças



Fonte: <https://www.cnnbrasil.com.br/saude/19-milhoes-de-brasileiros-vive-com-fome-consequencias-na-saude-sao-irreversiveis/>

📖 Mais lidas

1 Tema Reda  
surpreend  
CNE

2 Polícia pre  
noite de p  
na Holand

3 Adele ped  
aleatória"

4 Brasil está  
na vacinaç

5 O que exp  
Europa e o  
para o Bra

*Um guia alimentar para as famílias de crianças  
brasileiras menores de 2 anos*



“

O Guia Alimentar reúne  
recomendações e informações  
de como alimentar a criança  
para promover crescimento,  
desenvolvimento e sua saúde  
em todo seu potencial.



# O que o guia aborda?

- ◆ Orientações sobre amamentação;
- ◆ Informação sobre o desenvolvimento e crescimento da criança e sua relação com a alimentação;
- ◆ Quais alimentos escolher, como preparar e oferecer;
- ◆ Como lidar com os desafios do cotidiano para adoção de uma AAS;
- ◆ Proteção à infância, amamentação e alimentação no começo da vida.



# *Para quem é este guia?*

- ◆ Cuidadores das crianças, mãe, pai, parceiros(as) mãe/pai, avós, familiares ou pessoas sem vínculo familiar, mas que participem do cotidiano da criança;
- ◆ Profissionais de saúde e de educação;
- ◆ Comunidade...



# Atualização

- ◆ Reúne as mais recentes recomendações e conhecimento científico sobre o tema;
- ◆ As recomendações são válidas para a maioria das crianças saudáveis brasileiras;
- ◆ Adequações regionais de culturais;
- ◆ Atenção às necessidades alimentares especiais.



# Principios



# Fundamentos, valores e preceitos



1. Saúde da criança é prioridade absoluta e responsabilidade de todos  
Compromisso prioritário do Estado e partilhado entre família e sociedade.



2. O ambiente familiar é o espaço para promoção de saúde  
Interação e vínculo afetivo, ambiente seguro e acolhedor para promover AAS.



# Fundamentos, valores e preceitos



### 3. Os primeiros anos de vida são importantes para formação de hábitos alimentares

A criança que come alimentos saudáveis tem mais chance de ser um adulto consciente e autônomo para boas escolhas alimentares.



### 4. O acesso a alimentos adequados e saudáveis e à informação fortalece a autonomia da família

Informações confiáveis, o direito e a capacidade de comprar ou produzir seu alimento,



# Fundamentos, valores e preceitos



## 5. A alimentação é uma prática social e cultural

O ato de se alimentar tem vários significados. O consumo de alimentos esta ligado à história da família, comunidade e/ou etnia e à religião.



## 6. Adotar a AAS da criança é uma forma de fortalecer sistemas alimentares sustentáveis

A escolha alimentar deve considerar os impactos no meio ambiente e as forma de produção, distribuição e organização do campo e da cidade.



# Fundamentos, valores e preceitos



## 7. O estímulo à autonomia da crianças contribui para o desenvolvimento de uma relação saudável com o alimento

Cotidianamente respeitar os sinais de fome e  
saciedade da criança, e oportunizar interação com  
alimento através da alimentação  
participativa/ativa.





ACESSE AQUI! >

gov.br Governo Federal

Órgãos do Governo | Acesso à Informação | Legislação | Acessibilidade | PT | Entrar

Ministério da Saúde

O que você procura?

> Assuntos > Saúde Brasil

SAÚDE BRASIL

**EU QUERO Me alimentar melhor**

EU QUERO Me exercitar

EU QUERO Ter peso saudável

EU QUERO Parar de fumar

CORONAVÍRUS (COVID-19)





*Gratidão pela atenção!*

