



UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA - UnB
FACULDADE DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE NUTRIÇÃO

FERNANDA LUIZA PETRUS

**VALIDAÇÃO DE FOLHETO INFORMATIVO PARA
MÃES A RESPEITO DE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL
NO PRIMEIRO ANO DE VIDA DA CRIANÇA**

BRASÍLIA - DF

2016

FERNANDA LUIZA PETRUS

**VALIDAÇÃO DE FOLHETO INFORMATIVO PARA
MÃES A RESPEITO DE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL
NO PRIMEIRO ANO DE VIDA DA CRIANÇA**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado à Universidade de Brasília –
Faculdade de Ciências da Saúde como
requisito parcial para obtenção de grau de
bacharel em Nutrição.

Orientadora: Prof^a Regina Coeli de Carvalho
Alves

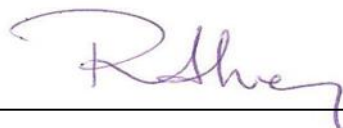
BRASÍLIA – DF

2016

**VALIDAÇÃO DE FOLHETO INFORMATIVO PARA MÃES A RESPEITO DE
ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NO PRIMEIRO ANO DE VIDA DA CRIANÇA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Universidade de Brasília, como requisito parcial para conclusão do curso de Nutrição.

Aprovado em 02/12/2016



Prof^a. Regina Coeli de Carvalho Alves
Universidade de Brasília
Orientadora

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus por me abençoar em tudo;

À minha família pelo apoio e amor incondicional e irrestrito;

À Universidade de Brasília e professores pelas ferramentas a mim fornecidas;

À minha orientadora Regina, pelo apoio, orientação e motivação.

Aos meus amigos de curso que permitiram que essa jornada se tornasse mais divertida e agradável, em especial, Richard Cipollini, Jean Paiva, Juliana Andrade e Camila Leão;

A todos os amigos queridos que me apoiaram de alguma forma e me deram força para que eu sempre seguisse progredindo.

RESUMO

Introdução A nutrição materno infantil tem papel fundamental na formação biológica, social e ambiental da criança, através de hábitos alimentares saudáveis e contínuos, será possível obter-se um desenvolvimento adequado. O folheto educativo é um instrumento que pode ser utilizado para se obter resultados positivos na disseminação de conhecimentos acerca de aleitamento materno exclusivo e alimentação complementar, visto que muitas dúvidas surgem durante o primeiro ano de vida da criança. A validação do material informativo é um procedimento de grande importância para que este seja implementado de forma adequada, responsável e segura, no intuito de fornecer informação de qualidade ao público alvo. **Objetivo** Validar um folheto informativo para mães, sobre alimentação no primeiro ano de vida. **Método** O presente estudo é do tipo transversal e foi dividido em etapas de elaboração de questionário, coleta de dados no Hospital Universitário de Brasília, análise dos dados e modificações no folheto informativo para melhorar a qualidade do material que será fornecido no HUB. A amostra é homogênea, sendo composta por um total de 50 mães que iniciarão alimentação complementar em seus filhos que se encontram no primeiro ano de vida. O questionário foi previamente elaborado baseado em OLIVEIRA, et al., 2014, aplicado e analisado com auxílio de software para produção de gráfico e tabelas para realização de resultado e discussão. **Resultados.** O folheto educativo foi validado conforme questionário, e parte significativa da amostra relatou que o material continha conteúdo pertinente as dúvidas que acompanham essa fase da vida em que a criança se encontra. A terminologia “mucosa gástrica” não é adequada para esse tipo de material, visto que a maior parte da amostra não compreende termos técnicos. Informações sobre a quantidade sal e açúcar foram adicionadas conforme requisitadas por uma parcela do público alvo. **Conclusão** A validação do material foi realizada, e de acordo com os resultados, as modificações na fonte, nas ilustrações, no conteúdo foram efetivadas para que o material se tornasse mais útil, eficiente e claro.

Palavras chave: Validação de cartilha. Alimentação complementar. Material informativo.

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	7
OBJETIVOS	8
OBJETIVO GERAL:	8
OBJETIVOS ESPECÍFICOS:	8
MATERIAS E MÉTODOS.....	9
RESULTADOS E DISCUSSÕES	11
CONSIDERAÇÕES FINAIS	20
APENDICE	21
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	23

INTRODUÇÃO

A alimentação desenvolve papel fundamental durante o primeiro ano de vida de uma criança. É de conhecimento concreto que a criança receba aleitamento materno exclusivo por 6 meses e após esse período, passe a ter suas necessidades energéticas supridas por uma alimentação complementar adequada, será essencialmente importante no desenvolvimento mental e motor e na formação de hábitos alimentares que se perdurarão ao longo da vida . (ALLEO et al., 2014).

O processo que ocorre posteriormente ao aleitamento materno exclusivo deve ser realizado de forma contínua, e progressiva, de forma que a mãe esteja ciente que o seu bebê poderá rejeitar as primeiras ofertas de alguns alimentos, persistindo deste modo, trabalhando diferentes métodos de cocção e preparo dos mesmos. (ENPACS-MS, 2012)

A necessidade do fortalecimento e da manutenção de informações principalmente para mães de baixa escolaridade sobre aleitamento materno exclusivo e alimentação complementar é crucial para evitar problemas futuros, como por exemplo, a geração de distúrbios gastrointestinais causados pela introdução alimentar precoce, doenças crônicas como diabetes mellitus tipo 2 e obesidade infantil. (NIQUINI et al., 2010).

A Nutrição é uma ciência muito estudada atualmente no Brasil e no mundo que tem por característica integrar as esferas biológica, social e ambiental. A nutrição materno-infantil se encontra inserida nesse meio, com atenção voltada às gestantes, mães e crianças. Novas pesquisas e estudos possibilitam que diariamente sejam reconhecidos outros métodos e instrumentos que podem ser utilizados a fim de melhorar a qualidade de vida dessa população. (VASCONCELOS, 2010)

O folheto educativo impresso é um instrumento muito utilizado na área da saúde pública, pois ele possibilita a orientação de indivíduos que possivelmente não tem acesso à informação adequada, sendo se uso uma prática comum no Sistema Único de Saúde. Esse tipo de material tem demonstrado resultados

expressivos na disseminação de conhecimento, contribuindo para a atividade educativa na população. (REBERTE et al., 2012)

O folheto impresso também é considerado uma alternativa de acessibilidade dentro do contexto do Hospital Universitário de Brasília, visto que em 2015, segundo relatório publicado pela Organização das Nações Unidas, 57% dos brasileiros ainda não tem acesso à internet. (ONU, 2015)

Destaca-se o fato de que informações dispostas em internet, por exemplo, podem possuir grau de manipulação em qualquer estágio não sendo consideradas apropriadas. Para que seja fornecido um dado, esclarecimento ou uma informação acerca de algum tema, esses devem ser criteriosamente avaliados e qualificados quanto à veracidade e legibilidade do conteúdo. (LOPES, 2004)

O Hospital Universitário de Brasília promove atendimento gratuito e universal dentro do SUS na intenção de dar apoio social e fortalecer o cuidado integral, eficiente e contínuo da atenção à saúde da população do Distrito Federal. Os frequentantes desse hospital são indivíduos de baixa renda atendidos por alunos em estágio orientados por professores, profissionais de saúde. (HUB, 2017.)

A validação do material informativo é um procedimento de grande importância para que este seja implementado de forma adequada, responsável e segura no intuito de fornecer informação de qualidade ao público alvo. (DODT, et al., 2012)

Destacando se a indispensabilidade de fornecer informação de qualidade à população, o presente trabalho tem intuito de validar folheto educativo desenvolvido previamente para mães e gestantes para esclarecer dúvidas sobre alimentação durante o primeiro ano de vida da criança.

OBJETIVOS

Objetivo Geral:

Validar folheto informativo para mães a respeito da alimentação no primeiro ano de vida da criança.

Objetivos Específicos:

Elaborar questionário para validação de folheto informativo;

Detectar se o nível de escolaridade influencia na compreensão do material;

Constatar possíveis interpretações ambíguas ou dúvidas geradas;

Contemplar a clareza e a objetividade do material;

Aperfeiçoar o material de acordo com a necessidade;

Acrescentar informação julgada pertinente ao novo material;

MATERIAIS E MÉTODOS

O presente estudo trata-se de um estudo transversal para validar o folheto informativo para mães e puérperas relativas a alimentação no primeiro ano de vida da criança. O trabalho foi realizado no período de maio a outubro de 2016. Foi dividido nas seguintes etapas: elaboração de questionário, coleta e análise dos dados e modificações no folheto informativo.

1. Elaboração de questionário

Primeiramente, realizou-se uma revisão bibliográfica sobre o tema, a partir de pesquisa em banco de dados – Scielo, Biblioteca Virtual em Saúde e Pubmed. Utilizaram-se os termos de pesquisa “validação de cartilha” “alimentação complementar” “material informativo” para que se pudesse encontrar embasamento teórico para a realização da validação de forma adequada.

Não foi encontrada literatura que propusesse um questionário genérico para validação de folhetos e cartilhas, portanto o questionário foi elaborado de forma a atender a necessidade individual do folheto produzido previamente na Universidade de Brasília e a demonstrar resultados significativos para esse estudo.

O questionário foi elaborado baseado nas perguntas propostas em (OLIVEIRA. et al., 2014) e encontra-se em apêndice I, sendo composto por nove questões fechadas onde tem-se três opções de resposta: sim, não e parcialmente e uma última questão aberta.

2. Coleta de dados

Fizeram parte desse estudo, mães que frequentam a pediatria do HUB e que iriam iniciar em seus filhos a alimentação complementar, que voluntariamente concordaram em participar durante a consulta pediátrica. Durante o período de coleta de dados, dez dias úteis em outubro, foi possível obter respostas de um total de 50 mães.

Após orientações dadas a cada uma das mães que iria responder ao questionário, foi-lhes entregue o folheto informativo impresso, colorido, para que pudessem ler e manipular o material de acordo com a vontade delas. Conforme foram terminando de ler, foi-lhes entregue o questionário elaborado previamente para que fosse respondido de próprio punho, no tempo que julgassem necessário e com possível consulta ao material. As mães realizaram esse procedimento dentro de um período médio de vinte e cinco minutos. Pela característica desse estudo foram excluídas da amostra as mães que não sabem ler ou escrever.

3. Análise dos dados

O período que sucedeu a coleta foi a realização de análise das respostas. Todos os questionários foram organizados para que os dados fossem gerados e posteriormente produziram-se gráficos e tabelas para facilitar o entendimento dos resultados e das discussões no software Microsoft Excel 2010.

Analisou-se a variável de escolaridade para que pudesse ser verificado se esse fator influenciaria a compreensão e a utilidade das informações fornecidas.

4. Modificações no folheto informativo

O procedimento de modificação do folheto foi realizado baseado nas análises estatísticas e a partir dos gráficos gerados pelo software Microsoft Excel, 2010, de acordo com as respostas obtidas no questionário.

A última questão do questionário, uma questão de cunho qualitativo, foi realizada para que pudessem ser adicionadas informações e dúvidas ainda pertinentes ao público-alvo ao material informativo, a fim de melhorar a qualidade do mesmo; e essa etapa foi executada com o auxílio de ferramentas de imagem

como os softwares Microsoft Word 2010, Adobe Indesign 12.0081 e Adobe Photoshop cs6..

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A amostra do presente estudo, que é composta por 50 mães que iniciariam alimentação complementar em seus filhos demonstrou perfil característico de média de idade de 28 anos, (desvio – padrão: 7,0). A tabela 1 demonstra o grau de escolaridade das mães entrevistadas, a quantidade de pessoas que relataram ter esse grau e a relação percentual desses dados.

Tabela 1 – Grau de escolaridade das mães entrevistadas.

GRAU DE ESCOLARIDADE	MÃES	%
Ensino superior completo	9	18
Ensino superior incompleto	6	12
Ensino médio completo	16	32
Ensino médio incompleto	12	24
Ensino fundamental completo	5	10
Ensino fundamental incompleto	2	4

O público analisado que frequenta o Hospital Universitário de Brasília demonstra que mais de 60% da amostra possuía 11 anos ou mais de estudo. Segundo dados de 2014 do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), o grau de instrução escolar aumentou em aproximadamente 9% de 2007 até aquele ano sendo que o grupo avaliado foi o das pessoas que possuíam 25 anos ou mais de idade e tinham no mínimo 11 anos de estudo. Além disso, constatou-se que a população feminina escolarizada manteve-se mais elevada que a masculina.

O nível de alfabetização é essencialmente importante para que o leitor compreenda a mensagem que o emissor deseja que seja assimilada. Os textos e a linguagem devem estar dispostos e organizados de forma simples que se aproximem da realidade das pessoas que serão entrevistadas (ARAUJO, et al, 2010)

O questionário aplicado teve por composição nove questões quantitativas onde as respostas poderiam ser: sim, não e parcialmente. E uma questão qualitativa para que pudessem ser adicionadas informações que fossem pertinentes à alimentação complementar no primeiro ano de vida da criança na forma de alcançar e sanar a maior quantidade possível de dúvidas com este material.

A primeira questão quantitativa do questionário foi realizada para que se obtivessem resultados sobre a clareza do material fornecido e se as informações contidas nos textos eram compreendidas facilmente pelo público alvo. Os resultados da análise das respostas podem ser observados no Gráfico 1.

Gráfico 1- Primeira questão do questionário: *Os textos parecem claros e compreensíveis?*



Do total da amostra, 98% responderam sim para essa pergunta, 2% responderam parcialmente. Para que uma informação seja passada de emissor para receptor torna-se essencialmente importante que os textos contidos nessa mensagem possuam linguagem adequada, que forneça clareza, evitando deste modo a interpretação ambígua acerca dos temas pelo público que se deseja instruir, para que isso não ocorra, existem estudos e ferramentas de comunicação para que esse processo seja facilitado. (BERGSTROM, 2009).

A segunda questão quantitativa do questionário foi produzida a fim de obter resultados sobre o aspecto estético do folheto informativo, se as cores e letras utilizadas nesse material eram legíveis. Os resultados podem ser observados no gráfico 2

Grafico 2 - Segunda questão do questionário: *As cores e letras utilizadas são legíveis?*

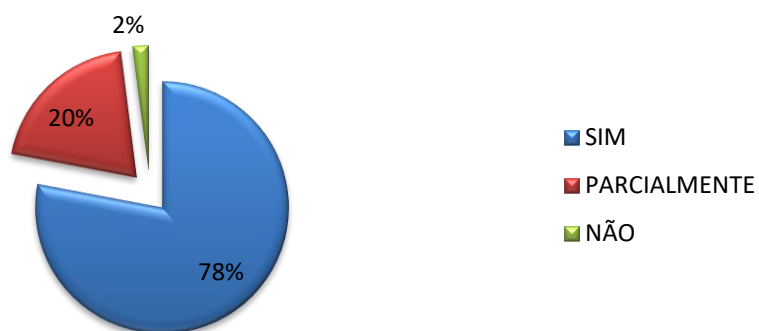


A estética visual do material é influenciada por diversos fatores como tipo de fonte utilizada, tamanho da fonte, cores, posicionamento das ilustrações. A tipografia está relacionada com a forma, o uso e a composição da letra. Existem fontes que são mais adequadas para um público que tem hábito de leitura menos frequente, existem também fontes que são capazes de estimular a leitura do material, entre outras funções. Portanto, é necessário que se tenha o conhecimento do tipo de público ao qual se aplicará o material para dessa forma torna-lo mais eficiente. (BERGSTROM, 2009)

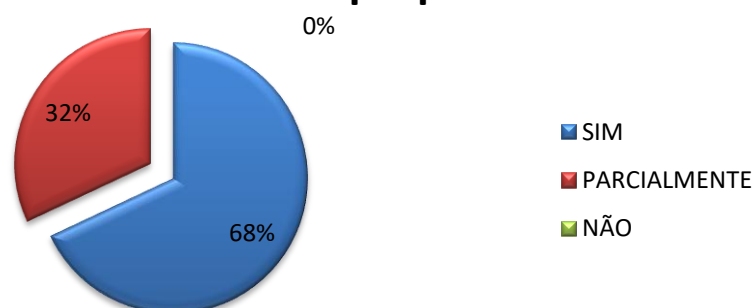
A terceira e a quarta questão quantitativa do questionário foram propostas para que se obtivessem resultados acerca das ilustrações utilizadas a fim de perceber se elas estariam adequadas e se motivariam a leitura do material. Os resultados podem ser observados nos gráficos 3 e 4.

Para 22% da amostra as ilustrações estão parcialmente apropriadas ou inapropriadas, isso pode ser devido ao tamanho da ilustração ou até devido ao critério utilizado na escolha. Quanto à motivação, 32% respondeu que as ilustrações motivaram parcialmente à leitura.

As ilustrações estão apropriadas ?



As ilustrações e os textos te motivam na compreensão do tema proposto ?

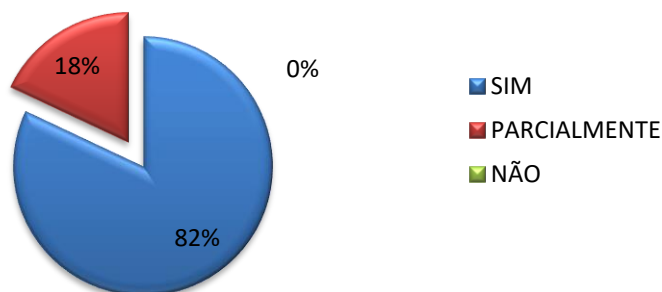


Fazendo-se uma análise correlacionando a amostra e as imagens apresentadas no folheto informativo foram possíveis detectar um grupo bem diversificado em relação principalmente a idade e características físicas. A cartilha apresenta imagens com mães de idade semelhante, estereótipos comerciais. Sugere-se que isso tenha acontecido por não ter havido um estudo prévio da amostra para a escolha das imagens.

Quando questionadas sobre a relevância das informações contidas na cartilha sobre a introdução alimentar no primeiro ano de vida da criança, foi possível observar os resultados apresentados no Gráfico 5.

Gráfico 5- Quinta questão do questionário: *Em sua opinião, o conteúdo da cartilha apresenta informações relevantes sobre alimentação durante o primeiro ano de vida?*

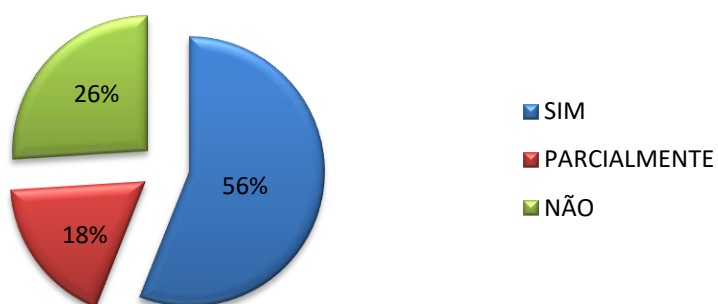
Em sua opinião, o conteúdo da cartilha apresenta informações relevantes sobre alimentação durante o primeiro ano de vida ?



Pode-se perceber que mais de 80% da amostra afirmou que a cartilha apresentava informações julgadas relevantes para as mães. Quando perguntadas se a cartilha havia trago alguma informação nova, obteve-se um total de 56% de respostas sim conforme apresentado no Gráfico 6.

Gráfico 6- Sexta questão do questionário: *O material informativo trouxe alguma informação nova para você?*

O material informativo trouxe alguma informação nova para você ?



Atualmente no Brasil, informações sobre alimentação e nutrição nos primeiros dois anos de vida são divulgadas por toda parte em sites populares. Um estudo publicado por (MONTEIRO, et al, 2016) constatou que de 50 sites analisados, apenas 10% da informação divulgada em blogs, sites de empresas, entre outros apresentou recomendações adequadas de acordo com o Guia Alimentar Brasileiro. Sendo que apenas 36% faziam alerta adequados ao leitor quanto aos alimentos que devem ser evitados no primeiro ano de vida.

Em Outro estudo realizado por (SILVA, et al, 2010) onde 103 sites brasileiros foram analisados para que se verificasse a qualidade da informação fornecida sobre aleitamento materno e alimentação complementar concluiu-se que a maior parte das informações sobre aleitamento materno exclusivo estão de acordo com o recomendado pelo Ministério da Saúde, mas em contrapartida as informações sobre alimentação complementar na sua maioria contrariam o indicado.

O papel do profissional de saúde é de fomentador de conhecimento quando ele é capaz de assistir a comunidade, transformando termos técnicos em linguagem simples e acessível de acordo com o nível de escolaridade do público atendido.

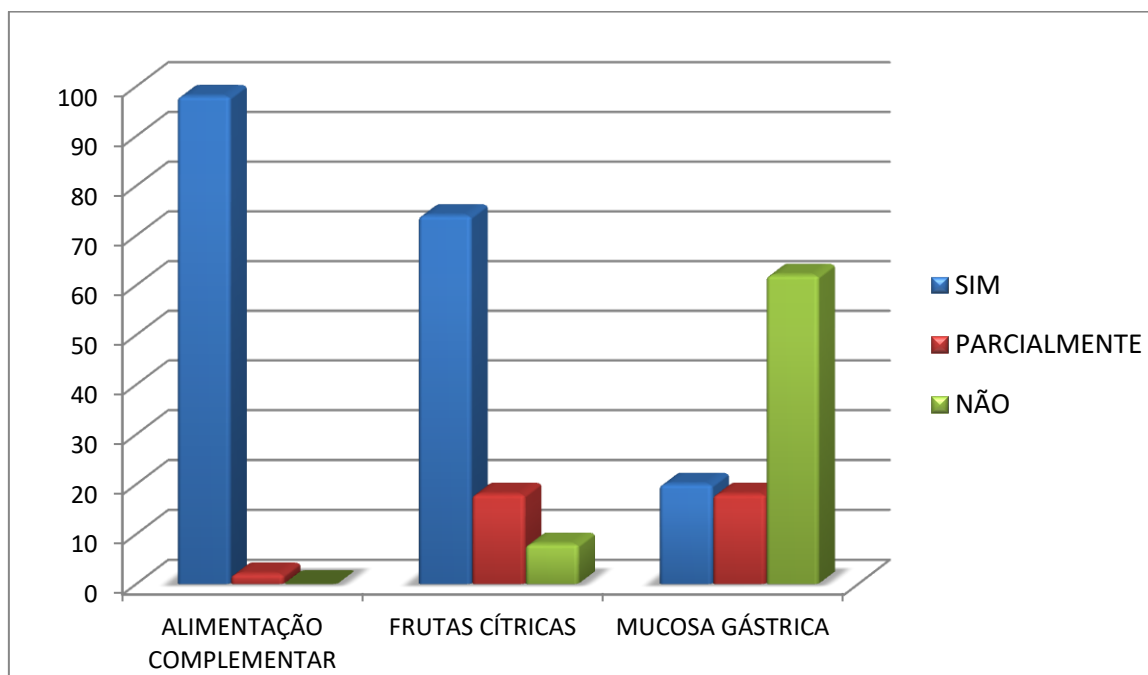
A internet é uma ferramenta tecnológica de disseminação de informações, por meio dela busca-se acesso ao conhecimento em diversas áreas estudadas atualmente. (MENDONÇA, et al, 2015). O Brasil vem se desenvolvendo e com esse avanço técnico- científico, o acesso à internet pode ser constatado em 2015 por mais de 50% da população, segundo relatório publicado pela Organização das Nações Unidas.

Porém o que preocupa os profissionais de saúde nos dias de hoje é que muitas informações são manipuladas desde o emissor até o leitor. Esse excesso de informação pode ser prejudicial e deve ser criteriosamente avaliado e filtrado para evitar danos futuros. (LOPES, 2004)

O primeiro ano de vida da criança é um estágio acompanhado de muitas dúvidas e receios por parte dos responsáveis. Um estudo realizado por (SCHINCAGLIA. et al, 2015) em Goiânia com 362 puérperas demonstrou que mais de 30% das mães forneceram chás aos bebês no primeiro mês de vida, e 19% ofereceram água; esse número aumentou para mais de 54% no quarto mês de vida da criança. Percebe-se que apesar do acesso ao conhecimento, a população mantém-se introduzindo precocemente líquidos e alimentos que podem prejudicar o desenvolvimento normal e adequado nessa fase. (GIULIANI. et, al, 2011)

Para analisar a compreensão de alguns termos utilizados no folheto informativo foram realizadas perguntas a respeito do entendimento do termo alimentação complementar, do termo frutas cítricas e por último, do termo mucosa gástrica por parte das leitoras. Os resultados podem ser observados no Gráfico 7.

Gráfico 7 - Compreensão das terminologias utilizadas no folheto.



Alimentação complementar é um tema muito divulgado na seção pediátrica dos hospitais, por contemplar um estágio importante na vida da criança que está em desenvolvimento. É crucial que se entenda o que é, e como deve ser realizada da forma adequada (ALLEO, et al, 2014). Assim como demonstram os resultados desse estudo para essa pergunta, 98% das mães informaram que compreendiam o termo, e os outros 2% relataram compreender parcialmente.

O ácido ascórbico, conhecido popularmente como vitamina C, é uma vitamina hidrossolúvel e termolábil que tem atuação direta no correto funcionamento das células além de ter ação cicatrizante está presente principalmente nas frutas cítricas. (MANELA-AZULAY, et al, 2003.) A utilização de vitamina C de forma adequada na dieta também tem demonstrado possível efeito protetor no desenvolvimento de tumores nos seres humanos, além de ser um componente antioxidante, atua na regeneração celular e ainda auxilia na absorção de ferro pelo organismo. (MORAES, et al, 2006)

Apesar da importância dessa vitamina, quando questionadas à respeito do entendimento de frutas que são ricas em vitamina C, 24% da amostra respondeu que entendia parcialmente ou não entendiam o termo “frutas cítricas” utilizado no folheto.

Analisando as respostas da terceira terminologia “mucosa gástrica”, foi possível constatar que 62% não entendem o que significa o termo, 18% responderam que entendiam parcialmente. Foi analisado também que dos 20% das mães que responderam que compreendiam o termo, 90% possuíam grau de escolaridade mais alto que a média das mães entrevistadas, (ensino superior completo). A partir dessas análises sugere-se que “mucosa gástrica” pode ser um termo inadequado para compreensão do texto pelas mães, no Hospital Universitário de Brasília.

No intuito de fazer acréscimos pertinentes ao material previamente elaborado realizou-se uma questão qualitativa onde deveria ser adicionado possíveis dúvidas que as mães julgassem importantes de serem esclarecidas no material e os resultados estão apresentados na Tabela 2 abaixo.

Das 50 mães que compunham a amostra, apenas 15 responderam a essa questão e os dados foram organizados de acordo com os seus percentuais.

Tabela 2 – Informações importantes que poderiam ser acrescentadas, segundo mães entrevistadas, e seus percentuais.

O QUE DEVE SER ACRESCENTADO AO FOLHETO?	MÃES	%
Informação sobre a quantidade de sal que deve ser utilizada;	5	33
Exemplos de frutas que possuem vitamina C, frutas cítricas;	3	20
Informação sobre a utilização do açúcar;	3	20
Informação sobre a utilização do mel durante a infância	1	7
Exemplo de um cardápio adequado	1	7
Mais informações sobre alimentação antes dos 6 meses;	1	7
O intervalo entre as refeições dever ser feito em quanto tempo;	1	7

O sal é um condimento muito utilizado quando se fala em temperos, entretanto é importante que as mães compreendam que ele pode não ser o único. Vale ressaltar que a quantidade adequada de sal deve ser a mínima possível, observando a aceitação pela criança e levando em consideração que elas tenderão a memorizar essa quantidade que será oferecida inicialmente. (MINISTERIO DA SAUDE, 2009)

Um revisão literária proposta por (SALGADO, et al, 2003) constatou que o consumo excessivo de sal na infância pode ocasionar casos de hipertensão arterial nesse estágio da vida, que é atualmente um problema de saúde pública, além disso pode ser fator secundário para o desenvolvimento de outras doenças

Como alternativa para temperos, pode-se utilizar cebola, alho, hortelã, alecrim, cebolinha, manjericão, limão entre outros. Além de promover uma alimentação complementar adequada, aumenta-se dessa maneira a amplitude de nutrientes fornecidas. Deve-se evitar alimentos industrializados, por esses serem repletos de aditivos como corantes e conservantes e ainda possuírem uma adição exacerbada de sódio. (CAETANO, et al, 2010)

Pela análise desses resultados, foi possível notar que 33% das mães que responderam a ultima questão do questionário acreditam que a quantidade de sal é uma informação relevante e que gera dúvidas. Dessa forma sugere-se que essa informação seja adicionada ao novo material, a fim de sanar a dúvida dessa parcela e de outras mães que frequentam a pediatria do Hospital Universitário de Brasília.

Dentro da amostra de 15 mães que responderam à questão qualitativa, 20% delas achou pertinente que se exemplificasse as frutas cítricas que possuem vitamina C. Segundo a Tabela Brasileira de Composição dos Alimentos (TACO, 2011) dentre as frutas cítricas que tem uma quantidade considerável de no mínimo 60 mg por 100 gramas temos acerola, kiwi, limão, laranja, abacaxi, mexerica. Porém outras frutas que não tem sabor ácido, mas também fornecem ácido ascórbico ao organismo são: mamão, goiaba, manga.

Outro ponto importante que pode ser observado pelas respostas de outros 20% das mães foi a questão relativa à quantidade adequada de consumo de

açúcar e mel. O açúcar não deve ser consumido antes do primeiro ano de vida da criança pois além de modificar o paladar da criança, favorece a não aceitação de outros sabores e seu consumo excessivo aumenta significativamente o risco de sobrepeso e obesidade e doenças associadas. (ALLEO, et al, 2014).

O transtorno de déficit de atenção/ hiperatividade (TDAH), é uma das condições de desordem neuro comportamental mais comum entre as crianças segundo YU, Ching-Jung et al, 2016 marcado por impulsividade, desconcentração e hiperatividade. Recentemente têm-se sugerido que as crianças que possuem uma alimentação com consumo reduzido em vegetais e frutas e outros grupos alimentares, caracterizando-se deste modo uma alimentação pobre em nutrientes como ferro, zinco e ômega-3 e rica em açúcar e aditivos industrializados estará mais propensa a desenvolver desordens neurais tais como o TDAH, embora essa associação ainda deva ser mais bem explorada. (WOO H.D, et al, 2014) (YU, C.J, et al, 2016)

O mel é um alimento que também deve ser evitado no primeiro ano de vida considerando que a criança ainda não possui sistema imunológico maduro suficiente para inibir a contaminação de seu organismo por esporos de *Clostridium botulinum* que comumente se desenvolvem nesse alimento. São esporos extremamente resistentes à temperatura e podem gerar o botulismo por origem alimentar, prejudicando a saúde dessa criança. (CERESER, 2008)

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O nível de escolaridade das mães parece ter influência na compreensão do material, visto que aquelas com grau maior grau de instrução não encontraram dificuldades no entendimento dos termos e das informações contidas no folheto educativo, segundo a análise dos dados obtidos.

Observou-se que ainda restaram algumas dúvidas quanto à utilização e a quantidade adequada de sal e açúcar, portanto informações que esclareçam esse tema foram adicionadas ao novo modelo do folheto.

Não havia sido feito um estudo prévio da amostra para escolha das ilustrações, logo se sugere que a representatividade poderia estar inadequada

nas ilustrações e modificou-se o folheto para que essencialmente alimentos e ilustrações pertinentes representassem o tema de alimentação e nutrição.

O folheto educativo foi validado e parte significativa da amostra relatou ser um material que traz informações a respeito das duvidas pertinentes acerca da alimentação durante o primeiro ano de vida da criança.

Devem ser realizados outros estudos para detectar se, à longo prazo, a utilização desse tipo de instrumento educacional na pediatria do Hospital Universitário de Brasília teria efeitos significativos na vida das mães e no bom desenvolvimento das crianças que são assistidas pelo HUB.

APÊNDICE I



Questionário para realização de Trabalho de Conclusão de Curso em Nutrição

Idade:

Escolaridade:

1. Os textos parecem claros e compreensíveis?

() SIM () NÃO () PARCIALMENTE

2. As cores e as letras utilizadas são legíveis?

() SIM () NÃO () PARCIALMENTE

3. As ilustrações estão apropriadas ?

() SIM () NÃO () PARCIALMENTE

4. As ilustrações e os textos te motivam na compreensão do tema proposto?

() SIM () NÃO () PARCIALMENTE

5. Em sua opinião, o conteúdo da cartilha apresenta informações relevantes sobre alimentação durante o primeiro ano de vida?

() SIM () NÃO () PARCIALMENTE

6. O material informativo trouxe alguma informação nova para você?

() SIM () NÃO () PARCIALMENTE

7. Você compreende o que é alimentação complementar?

() SIM () NÃO () PARCIALMENTE

8. Você sabe o que são frutas cítricas?

() SIM () NÃO () PARCIALMENTE

9. Você entende o que é mucosa gástrica?

() SIM () NÃO () PARCIALMENTE

10. Você sentiu falta de alguma coisa? Se sim, o quê?

Mais alguma dúvida que você acha que deveria ser acrescentada?

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALLEO, Luciana Galve. SOUZA, Sonia Buongermino de. SZARFARC, Sophia Cornbluth. **Práticas alimentares no primeiro ano de vida.** *Feeding practices in the first year of life.* Journal of Human Growth and Development, 2014; 24(2): 195-200.

ARAÚJO, DVP et al. **Como tornar os termos de consentimento mais fáceis de ler?** Revista da Associação Médica Brasileira, v.56, n.2, p.151-156, 2010. Disponível em: < <http://producao.usp.br/handle/BDPI/3790>> Acesso em: 19 de ago. 2016

BERGSTROM, Bo. **Fundamentos da comunicação visual.** S. Paulo: Rosari, 2009.

BEZERRA, Vera Lúcia V. A. et al. **Aleitamento materno exclusivo e fatores associados a sua interrupção precoce: estudo comparativo entre 1999 e 2008.** Revista Paulista de pediatria, São Paulo, SP, vol.30, n.2, p. 173-179, 2012.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Dez passos para uma alimentação saudável para crianças brasileiras menores de dois anos.** Brasília, 2010.

BRASIL.MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Guia Alimentar para a População Brasileira. Promovendo a Alimentação Saudável.** Brasília, 2006.

BRASIL. **Hospital Universitário de Brasília (HUB)** Disponível em <<http://www.ebserh.gov.br/web/hub-unb>> Acesso em: 10 jun. 2016

CAETANO MC, Ortiz TT, da Silva SG, de Souza FI, Sarni RO. **Complementary feeding: inappropriate practices in infants.** J Pediatr (Rio J). 2010;86(3):196-201.

CERESER, N. D. et al. **Botulismo de origem alimentar**. Ciência Rural, [S.l.], v. 38, n. 1, p. 200-287, jan./fev 2008.

DIAS, M.C. A.P.; FREIRE, L. M. S.; FRANCESCHINI, S. C. C. **Recomendações para alimentação complementar de crianças menores de dois anos**. Revista de Nutrição, Campinas, vol.23 no.3 Maio/Junho, 2010.

DODT, Regina Cláudia Melo. XIMENES, Lorena Barbosa. ORIÁ, Mônica Oliveira Batista. **Validação de álbum seriado para promoção do aleitamento materno**. *Validación de un álbum seriado para la promoción de la lactancia materna*. Acta Paul Enferm. 2012;25(2):225-30.

MANELA-AZULAY, Lacerda, Perez, Filgueira & Cuzzi. **Vitamina C**. Vitamin C. *An bras Dermatol, Rio de Janeiro, 78(3):265-274, maio/jun. 2003*.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Saúde da criança: nutrição infantil. **Aleitamento materno e alimentação complementar**. Caderno de atenção básica. Brasília; 2009.

MENDONÇA, Ana Paula Bernardo. NETO, André Pereira. **Critérios de avaliação da qualidade da informação em sites de saúde: uma proposta**. *Criteria to evaluate quality of information on health sites: a proposal*. RECIIS 2015, jan-mar; 9(1):.

MONTEIRO, Gisele da Silva Gomes, et al. **Avaliação das informações nutricionais referentes às crianças de até dois anos disponíveis em sites populares**. **Assessing the nutritional information for children younger than two years old available on popular websites**. Rev Paul Pediatr. 2016;**34(3)**:287---292

MORAES, F.P.; COLLA, L.M. **Alimentos funcionais e nutracêuticos: definições, legislação e benefícios à saúde**. *Functional foods and nutraceuticals: definition, legislation and health benefits*. Revista Eletrônica de Farmácia. v. 3, n.2, p.109-122,2006. Disponível

em: <http://www.farmacia.ufg.br/revista/_pdf/vol3_2/artigos_ref_v3_2-2006_p109-122.pdf>. Acesso em: 22 out. 2016.

NIQUINI, R. P.; BITTENCOURT, S. A.; LACERDA, E. M. A. OLIVEIRA, M. I. C. LEAL, M. C. **User embracement and maternal characteristics associated with liquid offer to infants.** Revista de Saúde Pública, Rio de Janeiro - RJ, 2010.

LOPES, Ilza Leite. **Novos paradigmas para avaliação da qualidade da informação em saúde recuperada na Web.** Ci. Inf., Brasília, v. 33, n. 1, p. 81-90, jan./abril 2004

REBERTE LM, Hoga LAK, Gomes ALZ. **O processo de construção de material educativo para a promoção da saúde da gestante** Rev. Latino-Am. Enfermagem jan.-fev. 2012;20(1):[08 telas]

SALGADO CM, et al. **Hipertensão arterial na infância.** *Arterial hypertension in childhood.* Jornal de Pediatria - Vol.79, Supl.1, 2003

SCHINCAGLIA, Raquel Machado, et al. **Práticas alimentares e fatores associados à introdução precoce da alimentação complementar entre crianças menores de seis meses na região noroeste de Goiânia.** *Feeding practices and factors associated with early introduction of complementary feeding of children aged under six months in the northwest region of Goiânia, Brazil.* **Epidemiol. Serv. Saúde**, Brasília, 24(3):465-474, jul-set 2015.

SILVA, Rosângela Quirino da, et al. **Qualidade das informações sobre aleitamento materno e alimentação complementar em sites brasileiros de profissionais de saúde disponíveis na internet.** *The quality of information on maternal breast feeding and complementary feeding on Brazilian internet sites available for health professionals.* Rev. Bras. Saúde Matern. Infant., Recife, 10 (3): 331-340 jul. / set., 2010

TACO, 2011 - **Tabela Brasileira de Composição de Alimentos** - 4ª edição revisada e ampliada, 2011. Disponível em:

<http://www.unicamp.br/nepa/taco/contar/taco_4_edicao_ampliada_e_revisada
>. Acesso em: 02 de nov. 2016.

VASCONCELOS, Francisco de Assis Guedes de. **A ciência da nutrição em trânsito: da nutrição e dietética à nutrigenômica.** *The science of nutrition in transit: from nutrition and dietetics to nutrigenomic.* Rev. Nutr., Campinas, 23(6):935-945, nov./dez., 2010

YU, Ching-Jung et al. **Sugar-Sweetened Beverage Consumption Is Adversely Associated with Childhood Attention Deficit/Hyperactivity Disorder.** Ed. Paul B. Tchounwou. International Journal of Environmental Research and Public Health 13.7 (2016): 678. PMC. Web. 14 Nov. 2016. Disponível em: < <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4962219/>> Acesso em: 10 de nov. 2016.

WOO H.D., KIM D.W., HONG Y.S., KIM Y.M., SEO J.H., CHOE B.M., PARK J.H., KANG J.W., YOO J.H., CHUEH H.W., et al. **Dietary patterns in children with attention deficit/hyperactivity disorder (ADHD) Nutrients.** 2014;6:1539–1553. Disponível em: < <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4011050/> > Acesso em: 10 de nov. 2016