

RAMALHO, Rita de Cássia. O papel da mãe na formação de hábitos alimentares. Bragança Paulista, SP: FESB, 2010. (IMPRESSO)

RESUMO

A educação nutricional nas fases pré-escolar e escolar é fundamental para a aquisição dos hábitos alimentares que permanecerão até a idade adulta, nesse contexto, a mãe tem o importante papel de oferecer alimentos variados e influenciar as escolhas alimentares das crianças para a promoção da saúde. O objetivo do estudo foi conhecer a realidade alimentar de crianças entre 4 e 10 anos, que estudam em uma escola municipal rural do município de Bragança Paulista, SP e compreender como as mães influenciam seus comportamentos alimentares. Para isso foram entrevistadas 35 mães de alunos pré-escolares e escolares no bairro rural Agudo dos Menin. O instrumento de pesquisa foi um questionário contendo dados de identificação das crianças e mães, características socioeconômicas (escolaridade, trabalho e renda), aleitamento materno (tipo e duração), alimentação complementar, consumo alimentar da criança e da mãe (frequência habitual) e atitudes e estratégias de crianças e mães no contexto alimentar. Destaca-se entre os principais resultados o fato de 34,3% das mães não terem amamentado seus filhos até os seis meses de vida, o que levou à uma introdução precoce e inadequada de alimentos complementares. Um dos motivos que podem ter contribuído para o desmame é a escolaridade das mães, sendo que 80% não concluíram o ensino fundamental apesar de uma ingestão diversificada de alimentos tanto pelas mães quanto pelas crianças, observou-se um grande consumo de alimentos pouco nutritivos, como doces e guloseimas, pelas crianças. Este consumo pode ser devido ao estímulo das propagandas de televisão. Pois 65,7% das crianças pedem para que a mãe compre algum alimento mostrado na televisão e a maioria destas atende aos pedidos. Dentre as mães que utilizam estratégias para que o filho consuma alimentos saudáveis, 66,7% fazem por meio de chantagens e punições. Diante dos dados obtidos. Conclui-se que há necessidade do desenvolvimento de programas nutricionais com as mães, por profissionais da saúde, para a conscientização da importância do aleitamento materno e da boa alimentação e aprendizagem de estratégias de educação nutricional saudável para que seus filhos adquiram bons hábitos alimentares.