

EDITAL DE INSCRIÇÃO (RESUMO EXPANDIDO) - ODONTOLOGIA

**ALIMENTAÇÃO COMPLEMENTAR: HÁBITOS INSERIDOS NOS PRIMEIROS
MIL DIAS E SEU REFLEXO NA VIDA ADULTA**

Mariana Silva Dorigon (odontomaridorigon@gmail.com)

RESUMO TRABALHO CIENTÍFICO

CONGRESSO METODISTA- 2025

Mariana Silva Dorigon (odontomaridorigon@gmail.com)

Sucena Matuk Long (sucena.long@metodista.br)

Odontologia- Integral

Oitavo período

Universidade Metodista de São Paulo- UMESP

**ALIMENTAÇÃO COMPLEMENTAR: HÁBITOS INSERIDOS NOS PRIMEIROS
MIL DIAS E SEU REFLEXO NAS PREFERÊNCIAS ALIMENTARES**

O aleitamento materno é a primeira alimentação na primeira infância fornecendo todos os nutrientes necessários ao desenvolvimento físico, neurológico e imunológico, estabelecendo um vínculo afetivo sólido entre mãe e lactente, devendo ser mantido exclusivo até o sexto mês de vida, período no qual supre integralmente as demandas nutricionais da criança. O leite materno apresenta composição única, contendo macronutrientes, micronutrientes,

anticorpos, enzimas e compostos bioativos que contribuem para a proteção contra infecções, fortalecimento do sistema imunológico, promoção do desenvolvimento cognitivo e motor, bem como para a redução do risco de doenças crônicas ao longo da vida. Sua composição é dinâmica e adapta-se às necessidades fisiológicas do lactente, variando conforme a fase da lactação. A partir dessa idade é necessária a complementação alimentar, suprimindo as exigências energéticas e nutricionais da criança, sendo determinante para o crescimento adequado, a maturação do trato gastrointestinal, o desenvolvimento do sistema estomatognático e a consolidação de hábitos alimentares que tendem a perdurar até a vida adulta. Diversas abordagens podem ser empregadas, como os métodos: tradicional e Baby-Led Weaning (BLW), caracterizando-se pela modificação do tamanho, formato e consistência dos alimentos, visando à redução do risco de engasgos, além de enfatizar a oferta de preparações nutricionalmente equilibradas. Independentemente do método adotado, recomenda-se que a alimentação complementar seja baseada em alimentos naturais, variados e minimamente processados, evitando-se a adição de sal e açúcares, especialmente antes dos dois anos de idade. O objetivo desse estudo foi avaliar os métodos de alimentação complementar, adotados pelos pais e/ou responsáveis, nos primeiros mil dias de vida e investigar a influência dessas práticas sobre a saúde e o desenvolvimento infantil. Foi aplicado um questionário para os responsáveis, na plataforma Google Forms, após aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa (UMESP), avaliando o aleitamento materno, a idade de introdução da alimentação complementar, o momento de introdução do açúcar e a consistência dos alimentos. Foram respondidos 100 questionários e os resultados mostraram que o aleitamento materno exclusivo ocorreu até 6 meses em 32,3% que é o ideal de acordo com o Ministério da Saúde do Brasil (2021), embora entre 0 e 3 meses, o valor foi de apenas 13,1% das crianças, mostrando um desmame precoce. A idade de introdução da alimentação complementar foi predominante foi até 6 meses (53,5%). Com relação ao momento de introdução do açúcar, 39,4% introduziram antes de 1 ano, 34,3% entre 1 e 2 anos e 23,2% após os 2 anos, sendo que o Ministério da Saúde do Brasil preconiza após os 2 anos de idade. A consistência dos primeiros alimentos oferecidos foi frutas amassadas (71,7%), papinhas salgadas (54,5%), sucos (52,5%), frutas em pedaços (28,3%) e chás em 23,2%). Quanto a adoçar os alimentos ofertados foi informado que 63,6% não adoçavam. Dos que adoçavam 23,2% utilizaram açúcar, 11,1%, mel e 2%, açúcar mascavo. Quanto perguntado de usava açúcar na alimentação da criança, 74,7% responderam

sim, contra 25,3%, que não. A maioria afirmou não ter tido dificuldades de iniciar a introdução de alimentos (83,8%) enquanto 15,2% relataram ter tido. O número de vezes que a criança ingere alimentos por dia foi: 3 vezes (4%); 3 a 4 vezes, 30,3%; 5 a 6 vezes, 50,5% e mais de 6 vezes, 13,1% e 2% preferiram não informar. Esses valores mostram uma alta frequência de ingestão, podendo predispor à doença cárie, obesidade e diabetes tipo II. Com relação ao tipo de líquido dado à criança, os resultados foram: suco de caixinha (62,6%), suco natural (69,7%), Suco natural com açúcar (40,4%) e refrigerante (62,6%). O recomendado é que as frutas sejam oferecidas em pedaço para uma maior ingestão de fibras. Em relação à alimentação complementar pode-se concluir que: os primeiros mil dias do bebê são fundamentais para se obter padrões alimentares saudáveis; a introdução precoce do açúcar é um fator de risco para estabelecimento de hábitos alimentares inadequados, devendo ser postergado o maior tempo possível; o número de refeições principais e entre refeições deve ser orientado desde Início da alimentação complementar; a educação de pais e/ou cuidadores devem ser orientados a estabelecer uma alimentação complementar diversificada, para os hábitos alimentares se estendam até a vida adulta.

Palavras-chave: aleitamento materno; alimentação complementar; desmame precoce; sistema estomatognático.