

MINISTÉRIO DA SAÚDE
Secretaria de Políticas de Saúde
Coordenação Nacional de DST e Aids
Coordenação-Geral da Política de Alimentação e Nutrição

Guia Prático de Preparo de Alimentos para Crianças Menores de 12 Meses Verticalmente Expostas ao HIV

Versão preliminar

Série A. Normas e Manuais Técnicos



Brasília – DF

2003

© 2003. Ministério da Saúde.

É permitida a reprodução parcial ou total desta obra, desde que citada a fonte.

Série A. Normas e Manuais Técnicos

Tiragem: versão preliminar – 2003 – 30 exemplares

Elaboração, distribuição e informações:

MINISTÉRIO DA SAÚDE

Secretaria de Políticas de Saúde

Coordenação Nacional de DST e Aids

SEPN 511 Bloco C, edifício Bittar IV

CEP: 70750-543, Brasília – DF

Tel.: (61) 448 9000

Disque Saúde / Pergunte Aids: 0800 61 1997

Ficha Catalográfica

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas de Saúde. Coordenação Nacional de DST e Aids. Coordenação-Geral da Política de Alimentação e Nutrição.

Guia Prático de Preparo de Alimentos para Crianças Menores de 12 Meses Verticalmente Expostas ao HIV / Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas de Saúde, Coordenação Nacional de DST e Aids, Coordenação-Geral da Política de Alimentação e Nutrição. – Brasília: Ministério da Saúde, 2003.

44 p.: il. color. – (Série A. Normas e Manuais Técnicos)

1. Nutrição infantil. 2. HIV - Transmissão vertical. I. Brasil. Ministério da Saúde. II. Brasil. Secretaria de Políticas de Saúde. III. Coordenação Nacional de DST e Aids. IV. Coordenação-Geral da Política de Alimentação e Nutrição. V. Título. VI. Série.

NLM WS 125

EDITORA MS

Documentação e Informação

SIA Trecho 4, Lotes 540/610

71200-040, Brasília – DF

Fones: (61) 233 1774/2020 Fax: (61) 233 9558

E-mail: editora.ms@saude.gov.br

Apresentação

A Política Brasileira preconiza reduzir os riscos de transmissão vertical do HIV intra-útero/intraparto e eliminar o risco dessa transmissão pela amamentação, que se faz presente em cada mamada. Para isso, o Ministério da Saúde recomenda que as mães soropositivas para o HIV não amamentem seus filhos, contra indica o aleitamento cruzado (amamentação da criança por outra mulher) e disponibiliza gratuitamente a fórmula infantil, durante os seis primeiros meses de vida, para todas as crianças nascidas de mães portadoras do HIV.

Com o objetivo de auxiliar essas mães de como alimentar adequadamente seus filhos, surgiu esse Guia Prático, composto por orientações alimentares quanto ao preparo do leite de acordo com a idade da criança, até 12 meses de idade, quanto a introdução de novos alimentos a partir do 2º mês de vida e quanto aos cuidados de higiene pessoal, com a criança e com os utensílios utilizados durante o preparo e administração do alimento à criança.

Da forma como foi elaborado, este guia colabora também, com o estabelecimento e fortalecimento do vínculo afetivo mãe-bebê, prevenindo respectivamente, a desnutrição e as doenças diarréicas, causas freqüentes de doenças e mortalidade infantil, além de cumprir uma das recomendações do Estatuto da Criança e do Adolescente e da Política Nacional de Alimentação e Nutrição, que consideram a alimentação e a nutrição adequadas como um direito de todos.

Paulo Teixeira
Coordenador Nacional de
DST/AIDS

Denise Coitinho
Coordenadora da Política Nacional
de Alimentação e Nutrição

Sumário

APRESENTAÇÃO 3

INTRODUÇÃO 6

CAÍTULO I:

ALTERNATIVA ALIMENTARES PARA CRIANÇAS MENORES DE 12 MESES,
VERTICALMENTE EXPOSTAS AO HIV **8**

CAPÍTULO II

INTRODUZINDO OUTROS ALIMENTOS **16**

CAPÍTULO III

BOAS PRÁTICAS DE HIGIENE **28**

RECOMENDAÇÕES 40

BIBLIOGRAFIA 42

II. Introdução

Como você já deve ter sido informada, a mãe portadora do HIV pode passar o vírus da aids (o HIV), para o filho em três momentos:

1. durante a gravidez

2. no parto

3. na amamentação.



O risco de uma mãe infectada pelo HIV transmitir o vírus para o bebê pelo leite materno é grande e se renova a cada mamada. Isso significa que quanto mais a criança mamar, maior será a chance de pegar o vírus da aids. Por isso, sempre é tempo de parar, mesmo se tiver iniciado o aleitamento materno por não ter tido esta informação.

O risco de passar o vírus da aids para o bebê também é maior se a mulher tiver sido infectada no final da gestação ou após o parto, em virtude de nestas condições a quantidade de vírus (carga viral) no sangue, e conseqüentemente no leite materno, estarem muito alta.

Tudo isso faz com que o Ministério da Saúde recomende que as mães soropositivas para o HIV não amamentem seus filhos, nem doem leite para os Bancos de Leite e contra-indica também, o aleitamento materno cruzado (aleitamento por outra mulher, ou seja, pela ama de leite).

Devido ao fato de não ser recomendado o aleitamento materno, a criança nascida de mãe portadora do HIV deverá ser alimentada com leite artificial (fórmula infantil e ou leite de vaca), preparado de forma adequada para sua idade, (ver capítulo I) para que sejam garantidas as condições de perfeito crescimento e desenvolvimento.



verticalmente exposta ao HIV, priorizando a adequada nutrição e formação de hábitos alimentares saudáveis.

Gostaríamos que você mãe ou responsável, possa acreditar, que o ato de oferecer o alimento a uma criança é um ato de amor, por isso as pessoas que convivem com ela têm um papel muito especial. Comunicar-se com a criança e mostrar seu afeto contribui muito para o seu bom desenvolvimento.

No caso de recém-nascido prematuro ou de baixo peso deve-se preferencialmente iniciar a alimentação com leite humano pasteurizado no Banco de Leite Humano. Caso não seja possível, o pré-maturo deve ser alimentado com leite artificial específico para ele, prescrito pelo Pediatra ou Nutricionista.

Para garantir o bem estar do seu filho é preciso que ele receba os cuidados necessários em uma unidade de saúde de referência e tome todas as vacinas necessárias. Mas além desses cuidados, uma boa alimentação é muito importante, pois ele terá menos riscos de adoecer e irá crescer e se desenvolver adequadamente.

Estas são recomendações para auxiliar você na escolha, preparo e cuidados com a alimentação da criança



Capítulo 1

Alternativas alimentares para crianças menores de 12 meses, verticalmente expostas ao HIV

Antes de escolher qual é o leite que você vai oferecer ao seu bebê preste atenção em alguns detalhes importantes para a alimentação de sua criança.



1. O preço de leite infantil artificial varia, portanto, escolha aquele que for o melhor para o seu bolso sem prejudicar a nutrição de sua criança. Não podendo comprar esse leite, solicite ao profissional de saúde que lhe assiste, as informações para receber a fórmula infantil gratuitamente.
2. Pense onde e como você vai armazenar o leite escolhido para o seu bebê.
3. O leite artificial é diferente do leite humano, por este motivo é importante que você faça a diluição de forma correta para o bebê ficar bem alimentado.

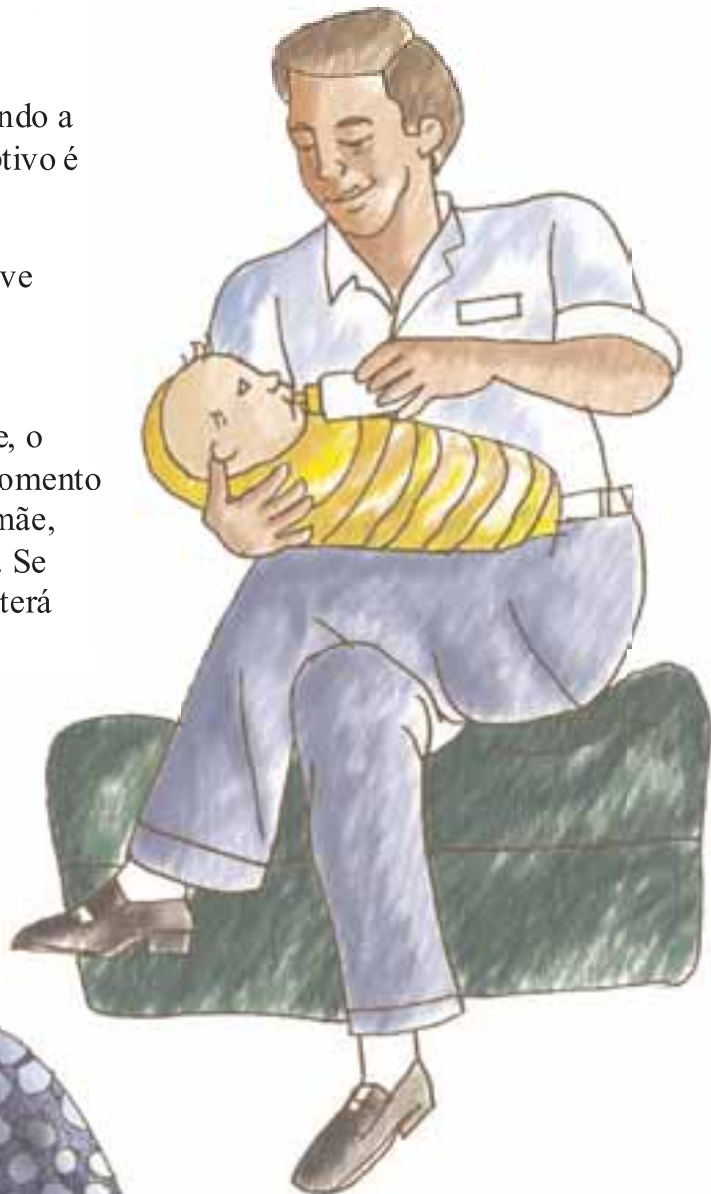


4. A mamadeira é o utensílio utilizado quando a mãe não pode amamentar no peito, por este motivo é preciso tomar alguns cuidados.

5. Quando a criança não mama no peito deve receber suplementação de vitaminas e minerais prescrita pelo pediatra.

6. O importante é sempre ter em mente que, o momento de alimentar seu bebê deve ser um momento tranqüilo, de troca de carinho entre o bebê e a mãe, o pai ou outra pessoa que esteja alimentando-o. Se o bebê for cuidado em um ambiente assim, ele terá ótimas chances de crescer forte e sadio.

Todas as informações mencionadas serão detalhadas a seguir.





Você poderá escolher qual o leite utilizar para a alimentação de seu bebê.

1. Fórmula infantil ou industrializada:

É o leite de vaca, em pó, modificado para atender as necessidades da criança de acordo com a idade.

Existem dois tipos de fórmulas infantis, uma é indicada para menores de 6 meses e outra para maiores de 6 meses.

A quantidade que é indicada pode variar de acordo com o fabricante, por isso você deve prestar atenção no que está escrito na lata ou pedir ajuda de uma pessoa, para que o preparo e diluição sejam feitos de forma correta, conforme indicado na embalagem da lata.

2. Leite integral em pó

É o leite de vaca em pó, que deverá ser diluído de forma correta para não prejudicar o seu bebê. A quantidade que você deve oferecer ao bebê pode variar, ou seja, deverá obedecer a saciedade dele, e também, a indicação do pediatra e / ou nutricionista.

3. Leite integral líquido

Existem dois tipos de leite líquido:

3.1- Leite Integral Pasteurizado:

É o leite de vaca na forma líquida que deverá ser guardado na geladeira a partir do momento que você adquiriu o leite, são embalados em saquinhos e em caixas e deverá ser fervido antes de ser oferecido à criança.

3.2- Leite Integral UHT (longa vida):

É o leite de vaca na forma líquida, que pode ser conservado em temperatura ambiente até o momento de ter a embalagem aberta. Este leite pode ser apenas aquecido antes de ser oferecido à criança.

Importante:

A diluição desses dois tipos de leite também é diferente de acordo com a idade da criança, que também pode ser indicado pelo pediatra e ou nutricionista .

Esses leites na forma líquida, após aberta a embalagem, devem ser guardados na geladeira por período máximo de 24 horas, ou seja, 1 dia.

Saiba que:

■ A criança com mais de 2 meses que estiver recebendo o leite integral (em pó ou na fórmula líquida), deverá tomar suco de fruta uma vez ao dia.

■ Você pode oferecer 100ml de suco de laranja ou outra fruta disponível em casa.

■ Água utilizada para o suco deverá ser fervida ou filtrada.











■ A criança deve tomar água na temperatura ambiente, nos intervalos das refeições. Esta água deve ser tratada, filtrada ou fervida, inclusive para o preparo dos sucos.

■ Os valores indicados na tabela abaixo são aproximados de acordo com a variação do peso corporal da criança nas diferentes idades e a partir dos 4 meses, o leite integral deve ser oferecido com outros alimentos (veja detalhes no capítulo II)

■ Consulte o pediatra ou nutricionista para tirar as suas dúvidas

Saiba quantas vezes por dia sua criança receberá a alimentação

Idade	Volume	Número de refeições / dia
1ª semana a 30 dias	60 - 120 ml 	6 - 8 
30 - 60 dias	120 - 150 ml 	6 - 8 
2 - 3 meses	150 - 180 ml 	5 - 6 
3 - 6 meses	180 - 200 ml 	4 - 5 

Aqui estão algumas dicas para você fazer a diluição correta:

Leite integral em pó









Se você for preparar uma mamadeira de 100 ml de leite deverá fazer da seguinte maneira:



1. Medir em um copo ou mamadeira graduada, 50 ml de água fervida e acrescentar 1 colher de sobremesa de leite em pó.

Crianças até 4 meses de idade

Agora veja na tabela abaixo como fica se você utilizar outras medidas:

Crianças até 4 meses de idade	
Volume de leite total	Quantidade de leite em pó
100 ml 	1 colher de sobremesa 
150 ml 	1 1/2 colher de sobremesa cheia 
200 ml 	2 colheres de sobremesa cheias 
250 ml 	2 1/2 colheres de sobremesa cheias 



2. Bater com garfo até diluição completa do leite.









3. Completar com água até chegar a 100 ml. Essa diluição do leite em pó é indicada para crianças menores de 4 meses.

4. Ofereça água filtrada para seu bebê nos intervalos em que é oferecido o leite.

Crianças acima de 4 meses de idade:

Nesta faixa etária veja a quantidade a ser diluída no quadro abaixo

Crianças acima de 4 meses de idade

Volume de leite total	Quantidade de leite em pó
100 ml 	1 colher de sopa 
150 ml 	1 1/2 colher de sopa cheia 
200 ml 	2 colheres de sopa cheias 
250 ml 	2 1/2 colheres de sopa cheias 

1. Leite de vaca integral líquido:

Crianças até 4 meses de idade

Para preparar uma mamadeira de 100ml de leite, você deverá:



1. Medir 70 ml de leite líquido













2. Acrescentar 30ml de água filtrada e ou fervida



3. Mexer com colher ou garfo



Veja na tabela abaixo como fica sua diluição:

Crianças até 4 meses de idade		
Volume de leite líquido	Quantidade de água a ser adicionada	Volume total
70ml 	30 ml 	100 ml 
100 ml 	50 ml 	150 ml 
130 ml 	70 ml 	200 ml 
170 ml 	80 ml 	250 ml 

Crianças a partir de 4 meses de idade:

- **A** partir do 4 meses, a refeição láctea pura (somente o leite) deve ser complementada pela introdução de outros alimentos, além do leite e do suco.

- **O** leite deve entrar na preparação de alimentos como papas, purês ou misturados à frutas, cereais e tubérculos mas nunca puro no primeiro ano de vida (Leia atentamente o capítulo II)

Qual utensílio utilizar: copinho, xícara, mamadeira ou chuquinha?

- **C**omo sua criança não vai sugar no peito, a alimentação pode ser oferecida na mamadeira, até iniciar a introdução de outros alimentos.

- **Q**uando aparecerem os primeiros dentinhos, você já pode começar a retirar a mamadeira, oferecendo a alimentação mais sólida ou consistente em copinho e colher, favorecendo a mastigação e o desenvolvimento de hábitos saudáveis em sua criança.

Cuidados que você deve ter quando usar a mamadeira:

- **A**s mamadeiras têm superfície (principalmente a rosca) difícil de limpar, além dos restos de leite que se acumulam nas peças de borracha, o que requer maior cuidado na hora de limpar (siga orientações do último capítulo).

- **S**e não houver uma boa limpeza na mamadeira pode ocorrer contaminação bacteriana, ou seja, transmissão de germes/

bactérias, que podem causar infecção na criança.

- **A** mamadeira mais indicada é a que tem o bico ortodôntico, e o bico deve ser pequeno para a criança fazer força na hora de sugar.

- **P**ara testar se o orifício (o buraco) está adequado, deve-se virar a mamadeira para baixo; o líquido dentro da mamadeira deve pingar e não escorrer.

- **T**anto durante o dia e à noite, use a mamadeira somente para alimentar a criança quando ela ficar com fome e não para acalmá-la.

- **O** abandono da mamadeira deve ser feito de forma gradual, ou seja, aos poucos para que a criança se acostume com o uso do copinho, xícara e/ou colher.

Como oferecer o leite na mamadeira?

- **S**egure a criança no colo, com a cabeça apoiada no seu braço e ofereça a mamadeira calmamente olhando para a criança.

- **N**ão deixe a criança sozinha segurando a mamadeira ou apoiada em almofadas. Isto poderá causar cárie, inflamação no ouvido, obesidade ou desnutrição, engasgo e dependência psicológica da mamadeira.

- **A** mamadeira deve ser mantida inclinada, de forma que o bico esteja sempre cheio de leite e não de ar.

- **N**ão esqueça que no final de cada mamada você deve colocar o bebê para arrotar.