

Série
Orientação
sobre a

Síndrome de Down

Destinada a Pais



Ministério da Saúde

Secretaria de Assistência à Saúde/DAPS

Programa Nacional de Atenção à Pessoa Portadora de Deficiência

Coordenação de Atenção a Grupos Especiais/DAPS
Setor de Autarquia Sul - Quadra 4 - Bloco N - 10º andar
CEP: 70058-902 - Brasília-DF
Tel.: (061) 314-6393
Fax: (061) 225-4997

SÉRIE ORIENTAÇÃO 4

Apoio: Fundação Síndrome de Down
Campinas - São Paulo
Telefone: (0192) 39-2818

ALIMENTAÇÃO DA CRIANÇA

MINISTÉRIO DA SAÚDE

Alimentação da Criança com Síndrome de Down

A alimentação do bebê tem grande influência no desenvolvimento da sua linguagem e na postura de seus lábios e língua. A criança com Síndrome de Down deve ser alimentada como qualquer outra criança.

Amamentação

O momento da amamentação é importante na relação da mãe com o bebê. Deve ser tranquilo e a mãe deve estar sentada confortavelmente com as costas retas. A criança deve estar inclinada, com o nariz livre para respirar enquanto mama. Se ela estiver deitada o leite pode ir para o ouvido e provocar uma otite (inflamação no ouvido). As crianças com Síndrome de Down têm tendência a ter otites frequentes.

Durante este momento, a mãe deve conversar com seu bebê, responder ao seu sorriso e acariciá-lo.

Quando o bebê é bem pequeno, é ele quem faz os horários das mamadas. Durante os primeiros meses de vida, esse horário, que varia de um bebê para outro, pode e deve ser respeitado.

Caso não seja possível amamentá-lo no peito, não se culpe por isso. O leite deve ser dado em mamadeira com bico ortodôntico, tomando-se os mesmos cuidados da amamentação natural.

Papinhas

Quando a criança estiver um pouco maior, a alimentação começa a ficar mais variada: sucos, frutas, papinhas de legumes e carne. É importante oferecer vários alimentos para que a criança se acostume a diferentes sabores. Não demore mais do que demoraria a criança comum para começar a variar a papinha da criança com Síndrome de Down.

O suco também deve ser dado na mamadeira com bico ortodôntico ou com uma colher de chá. A papinha deve ser passada na peneira ou amassada com o garfo e nunca batida no liquidificador. A criança com Síndrome de

Down tem a musculatura dos lábios e da língua flácidas, portanto, isto deve ser rigorosamente seguido. Mesmo que a criança tenha dificuldade para comer, insista nesta consistência do alimento.

Ao dar a papinha para o bebê, ele deve estar reclinado no bebê conforto ou carrinho e a mãe deve por o alimento com a colher na parte de trás de sua língua, fechando suavemente sua boca quando ele engolir. É importante o acompanhamento com um fonoaudiólogo para a estimulação dos lábios, língua e face.

Quando sua criança estiver mais velha (7 - 8 meses), os horários da alimentação já podem estar estabelecidos, de acordo com a orientação médica, pois depende do crescimento de cada um, ganho de peso, etc. Não compare o peso e a altura de seu filho com a de outros bebês. Os bebês com Síndrome de Down são menores e pesam menos que outras crianças. É importante o acompanhamento médico, e dar ao seu bebê uma rotina alimentar igual a das outras crianças.

Nessa rotina entram: o amassar cada vez menos os alimentos, o uso da colher pela criança, o comer pão, bolachas, pedaços de carne, frutas em suas próprias mãos. Ofereça também líquidos com canudo.

Comida da casa

Por volta de um ano, (um ano e pouco), a alimentação comum da casa deve ser introduzida, alternada com papinhas, frutas e leite.

É importante respeitar os gostos da criança, porém não se pode restringir muito sua alimentação.

Não é saudável que a criança coma sem parar ou no intervalo entre as refeições. Deve-se observar o quanto a criança come para que não seja pouco ou em excesso. Algumas crianças com Síndrome de Down não se sentem satisfeitas e por isso comem muito. Nessa idade, quando a criança já permanece sentada com apoio, ela pode comer num "cadeirão" ou mesinha, com os pés sempre apoiados.

Conforme a criança vai crescendo, ela deve ir comendo com a família, como qualquer outra criança, respeitando-se os horários das refeições, a variação de alimentos e uma dieta sem muitos doces ou alimentos que engordem. O convívio social durante a alimentação é importante para todas as crianças e, especialmente para a criança com Síndrome de Down.