

Como oferecer o sachê do **NutriSUS**?

- 1 Prepare a refeição da criança.
- 2 Sirva a **quantidade de comida habitual** da criança.
- 3 Em uma pequena parte, **misture o pó do sachê com a comida** e ofereça primeiro essa parte para a criança.
- 4 Ofereça o restante da refeição.



Após misturar o sachê do NutriSUS na comida, ofereça a refeição **dentro de no máximo 1 hora**. Não é preciso forçar ou apressar a criança no momento da refeição.

Em quais alimentos devo acrescentar o sachê?

Na alimentação comum da criança, podendo ser ofertado em frutas, verduras, legumes e leguminosas. Alimentos como feijão, arroz, açaí com farinha ou banana pacovan amassada podem ser opções.

★ REGRA DE OURO:

Prefira sempre alimentos in natura ou minimamente processados (ex.: frutas, legumes, verduras, feijões) e preparações culinárias que devem ser a base da alimentação da criança e de toda família. Não ofereça alimentos ultraprocessados (ex.: sorvetes, sopas prontas, salgadinhos, iogurte, nuggets)



Para mais informações, **acesse aqui** a publicação completa dos Guias Alimentares brasileiros:

O que não devo fazer com o sachê?

- Não misture em líquidos (água, sucos, leite).
- Não ofereça em alimentos duros e secos (ex.: pães, carne).
- Não aqueça.

Como vai funcionar a estratégia?

Em cada ciclo de suplementação, o profissional da sua Unidade de Saúde entregará 60 sachês para o seu filho ou filha.

A criança deve receber em casa **1 sachê por dia**, em uma de suas refeições, até finalizar todos os 60 sachês.

Se eu não lembrar de adicionar o sachê em algum dia, o que devo fazer?

Não duplique o sachê no dia seguinte. Continue adicionando o conteúdo de 1 sachê por dia nos outros dias.

É importante que a família **retorne à unidade dentro do prazo para cada entrega**, que deve ser registrado na Caderneta da Criança, e garantir, assim, a prevenção da anemia e outras deficiências nutricionais.

Atenção! A criança que recebe o NutriSUS não deve receber nenhum outro suplemento com vitaminas e minerais sem antes consultar o profissional de saúde que a acompanha.

E, lembre-se, **qualquer dúvida, procure a sua unidade de saúde.**

