**UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO
ESCOLA DE ENFERMAGEM**

SILVIA SANCHES MARINS

**PERCEPÇÕES MATERNAS SOBRE A ALIMENTAÇÃO DE
PRÉ- ESCOLARES QUE FREQUENTAM INSTITUIÇÃO DE
EDUCAÇÃO INFANTIL**

**SÃO PAULO
2005**

SILVIA SANCHES MARINS

**PERCEPÇÕES MATEPNAS SOBRE A ALIMENTAÇÃO DE
PRÉ- ESCOLARES QUE FREQUENTAM INSTITUIÇÃO DE
EDUCAÇÃO INFANTIL**

**Dissertação apresentada ao
Programa de Pós-Graduação da
Escola de Enfermagem da
Universidade de São Paulo para
obtenção do título de Mestre.**

Orientadora: Profª Drª Magda Andrade Rezende

**SÃO PAULO
2005**

Catálogo na publicação (CIP)

Biblioteca “Wanda de Aguiar Horta” da EEUSP

Marins, Silvia Sanches

Percepções maternas sobre alimentação de pré-escolares que frequentam instituição de educação infantil. / Silvia Sanches Marins. – São Paulo: S.S. Marins; 2005.

117 p.

Dissertação (Mestrado) - Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo.

Orientadora: Profª Drª Magda Andrade Rezende

1. Enfermagem pediátrica 2. Saúde escolar 3. Alimentação infantil 4. Creches 5. Pré-escolar. I. Título.

À Deus

Por tudo que Tens feito... por
Tuas
promessas e tudo o que és...

Agradecimentos especiais

Ao meu pai Wilson, pelo amor e confiança que dedicou e depositou em mim a vida inteira.

A minha mãe Shirley, pelo amor e estímulo na concretização deste trabalho.

Aos meus irmãos Sandra, Eduardo e Adriana, pelo estímulo e compreensão das minhas ausências nos passeios de família.

Agradecimentos

À Prof^a Dr^a Magda Andrade Rezende, sempre extremamente disponível e incentivadora, pela confiança, acolhida e orientação na elaboração deste trabalho.

Às Prof^{as} Dr^{as} Maria De La Ó Ramallo Veríssimo, Conceição Vieira da Silva e Circéa Amália Ribeiro, pelas preciosas contribuições neste trabalho.

Ao Diretor de EMEB Antonio Carlos Micchi, pela atenção e acolhida.

À Pedagoga Célia Regina Vieira Silva, pela acolhida e interesse no decorrer deste estudo.

À Educadora Vera Lúcia Ribeiro Calve, pela colaboração prestada.

À Educadora Sonia Maria Sierra, pela atenção e sorriso com que sempre me recebia.

Ao oficial de escola Gledston Elias Merhy, pela contribuição.

Às educadoras e funcionários da EMEB Padre Manoel da Nóbrega, pela contribuição prestada durante a realização deste estudo.

À bibliotecária Nadir Aparecida Lopes, pelos excelentes auxílios prestados.

Às mães entrevistadas e às crianças que participaram do estudo, pela colaboração prestada.

RESUMO

Percepções maternas sobre a alimentação de pré-escolares que freqüentam instituição de educação infantil. Marins SS. São Paulo; 2005. [Dissertação de Mestrado – Escola de Enfermagem da USP].

A alimentação na fase pré-escolar constitui-se um processo complexo devido aos fatores relacionados ao desenvolvimento próprio dessa fase e aos referentes às condições ambientais. Visto que os hábitos alimentares adquiridos na infância tendem a se solidificar na vida adulta, é de suma importância atitudes assertivas durante esta fase do desenvolvimento infantil, estimulando assim, precocemente, a formação de hábitos saudáveis. Assim, é fundamental que o enfermeiro conheça as dificuldades e atitudes das mães diante da alimentação de seus filhos, para que possa atuar de maneira efetiva, promovendo desta forma a saúde das crianças a médio e longo prazo. Este estudo teve como objetivo conhecer as percepções de mães sobre a alimentação de seus filhos de 3 a 6 anos que freqüentam Instituição de Educação Infantil (IEI). Trata-se de pesquisa qualitativa, utilizando entrevistas semi-estruturadas para coleta de dados. A população deste estudo compreendeu mães de pré-escolares matriculados em uma IEI, sendo 10 mães de crianças em período integral e 11 em período parcial. A análise de conteúdo possibilitou a identificação de seis unidades temáticas: a importância da alimentação da criança; como é a alimentação da criança; as estratégias utilizadas durante as refeições; alimentação da criança na instituição; influência da IEI no hábito alimentar dos pré-escolares e expectativas das mães referentes à alimentação. Identificou-se que a alimentação dos pré-escolares assume grande importância para as mães, sendo que estas preocupam-se com a qualidade e quantidade de alimentos ingeridos, além de suas conseqüências para a saúde de seus filhos. Os fatores que influenciam na alimentação dos pré-escolares, segundo suas mães, são: influência do ambiente familiar, influência da IEI e influência da etapa do desenvolvimento infantil, sendo este último o grande causador das dificuldades maternas devido ao desconhecimento das mães acerca das mudanças no comportamento alimentar próprias da fase pré-escolar. As mães utilizam várias estratégias durante a alimentação de seus filhos: barganha, castigo, coação, persuasão, “camuflar” ou misturar os alimentos recusados com os aceitos, as brincadeiras, a conversa e oferecer os alimentos preferidos das crianças. As mães deste estudo desconheciam como eram os momentos de alimentação na IEI, porém perceberam mudanças em seus filhos após estes freqüentarem a IEI: mudança nos horários das refeições, autonomia para servir-se à mesa e mudanças no hábito alimentar, sendo que esta última foi observada em sua maioria pelas mães de crianças em período integral. Salienta-se que essas mudanças positivas aconteceram mesmo ao se levar em conta que a instituição não tinha um programa de promoção da alimentação que pudesse ser considerado plenamente adequado. As mães deste estudo esperam que haja mudanças no hábito alimentar e na quantidade de alimentos ingeridos por seus filhos em casa. Quanto à instituição, esperam: receber informações quanto ao cardápio e ingesta de seus filhos na instituição; que a instituição influencie no hábito alimentar de seus filhos e uma alimentação mais nutritiva nos lanches e mudança no horário destes. Conclui-se que deve haver maior comunicação entre as famílias

e a IEI, e esta deve amparar as mães em suas preocupações, trocando experiências e elaborando conjuntamente com as famílias estratégias para lidar com as dificuldades. Finalmente, recomenda-se que as instituições de educação infantil brasileiras implementem seus programas de saúde, e especialmente os de cuidado alimentar, foco deste trabalho, e que tal implementação se dê com o auxílio dos profissionais de enfermagem.

Palavras-chave: enfermagem pediátrica, saúde escolar, alimentação infantil, creches, pré-escolar.

ABSTRACT

Maternal perceptions of the nourishment of pre-school children that attend infant education institution. Marins SS. São Paulo; 2005. [Dissertation - USP Nursery School].

Nourishment in the pre-school phase constitutes a complex process due to the factors related to the development peculiar of this phase and regarding the environmental conditions. Since eating habits acquired in childhood tend to solidify in the adult life, assertive attitudes during this child development phase are essential to stimulate the formation of healthy habits at an early age. Thus, it is important that the nurse knows the difficulties and the mothers' attitudes regarding their children nourishment, so that he or she can effectively work to make an important contribution to these children's health at medium and long term. The objective of this study is to know the mothers' perceptions of the nourishment of their children aged 3 to 6 years that attend an infant education institution (IEI). It is a qualitative research, using semi-structured interviews for data gathering. The population of this study comprised mothers of pre-school children enrolled in an infant education institution (IEI), of which 10 were mothers of children enrolled in full-time class and 11 part-time. The content analysis enabled the identification of six thematic units: the importance of the child nourishment; how the child nourishment is made; the strategies used during the meals; the child nourishment in the institution; IEI influence on eating habits of pre-school children and the mothers' expectations regarding nourishment. The study identified that the nourishment of pre-school children is very important for the mothers, who are concerned with the quality and quantity of ingested food, besides their consequence for their children's health. The factors that influence the nourishment of pre-school children according to their mothers are: influence of the family environment; influence of the IEI and influence of the child development phase, the latter being the mothers' major concern because of their lack of knowledge of the changes in the eating behavior peculiar of pre-school phase. The mothers use several strategies during their children meals, such as: bargain, punishment, coercion, persuasion, disguise or mixture of refused food with the one accepted, play, talk and offer their favorite food. The mothers of this study did not know how the meals or snacks were served at the IEI, however they noticed changes in their children after the IEI attendance, such as: change in the meal times, autonomy to help themselves and changes in eating habits, the latter being noticed by most mothers of children enrolled in full-time course. It is important to highlight that these positive changes happened even taking into account that the institution did not have a nourishment program that would be considered fully appropriate. The mothers of this study expect that there are changes in the eating habits and in the quantity of food eaten by their children at home. Regarding the institution, they expect to receive information about the menu and the quantity of food eaten by their children in the institution, expect that the institution influence the eating habits of their children and expect more nutritive food in the snacks and change in their time schedule. One of the conclusions reached is that there should be a better communication between the families and the IEI, and the latter should help the mothers regarding their concerns, exchanging experiences and creating strategies together with the families to deal with the difficulties. Finally, it is recommended that Brazilian infant education institutions implement health

programs, especially of healthy eating, focus of this study, the implementation of which should be supported by nursery professionals.

Keywords: pediatric nursing, school health, infant feeding, child day care centers, child, preschool

SUMÁRIO

Agradecimentos especiais	IV
Agradecimentos	V
RESUMOVI	
ABSTRACT	VIII
1 INTRODUÇÃO	11
1.1 Educação em Saúde na Pré-Escola	14
2 OBJETIVO	16
3 METODOLOGIA	17
3.1 Local do estudo	17
3.2 Sujeitos do estudo	19
3.3 Aspectos éticos	20
3.4 Obtenção das entrevistas	21
3.5 Análise das entrevistas	23
4 RESULTADOS E DISCUSSÕES	25
4.1 Importância da alimentação da criança	25
Preocupação com o crescimento e desenvolvimento	42
4.2 Como é a alimentação da criança	44
4.3Estratégias utilizadas durante as refeições	67
4.4Alimentação da criança na instituição de educação infantil	78
4.5Influência da Instituição de Educação Infantil no hábito alimentar das crianças	90
4.6Expectativas das mães referentes à alimentação	96
5CONSIDERAÇÕES FINAIS	106
6REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	110
ANEXOS	117

1 INTRODUÇÃO

A saúde é um direito de toda a pessoa, sendo condição imprescindível para uma vida social e economicamente produtiva.

Segundo a constituição da Organização Mundial de Saúde ⁽¹⁾, “desfrutar do melhor nível possível de saúde... é um dos direitos fundamentais de todos os seres humanos”.

A Lei Orgânica da Saúde define no artigo 3 que um dos fatores determinantes e condicionantes para a saúde é a alimentação ⁽²⁾. Esta é um componente fundamental e universalmente reconhecido também dos direitos da criança, para que esta desfrute do seu mais alto nível de saúde durante a infância ⁽³⁾.

Além disso, a alimentação também é importante para que a criança tenha um crescimento e desenvolvimento adequados, assim como a adoção de práticas alimentares adequadas nos seus primeiros anos de vida ^(4,5,6), pois é na infância que o comportamento alimentar tem suas bases fixadas ^(7,8,9).

As práticas alimentares incorretas podem ser determinantes da desnutrição infantil, principalmente se associadas a doenças infecciosas e a condições sócio-econômicas desfavoráveis ^(10,11).

Além disso, as práticas alimentares incorretas, como o aumento no consumo de alimentos ricos em açúcares simples e gordura, com alta densidade energética, associadas à baixa atividade física, são as causas de outro tipo de distúrbio de peso muito discutido atualmente: a obesidade ^(10,12).

A prevalência mundial da obesidade infantil vem apresentando um rápido aumento nas últimas décadas, sendo caracterizada como uma verdadeira epidemia mundial ⁽¹³⁾.

Assim, devido à importância que a alimentação adequada assume durante a infância, não é incomum observarmos pais muito preocupados a respeito. A alimentação é uma das principais queixas e dúvidas apresentadas pelos pais ⁽¹⁴⁻¹⁷⁾, o que ocasiona angústias em relação à saúde, crescimento e desenvolvimento infantis ^(14,18-21).

Um dos fatores causadores das preocupações nos pais é em relação à mudança no comportamento alimentar de seus filhos ⁽¹⁸⁻²¹⁾.

Sabemos que cada fase da infância corresponde a mudanças no comportamento alimentar, e isso acontece devido aos fatores biológicos, sociais e psíquicos ⁽²²⁻²⁵⁾. Neste estudo, selecionamos a fase pré-escolar ⁽¹⁾, uma vez que, como as outras, apresenta características próprias. O pré-escolar, fase compreendida entre os 3 e 6 anos de idade, se caracteriza pelo senso de iniciativa ^(23,26), o qual, aliado às aquisições cada vez mais elaboradas em termos cognitivos, faz com que seja útil a tais crianças a oportunidade de vivência e aprendizagem de saúde ⁽²⁷⁾. Além disso, existem poucos estudos acerca da alimentação nesta fase, quando comparadas às outras.

Em nossa experiência profissional em Instituições de Educação Infantil (IEIs) temos observado que ainda é elevado o número de pais e familiares com dificuldades e por vezes até comportamentos errôneos durante a alimentação de seus filhos, o que pode induzir ao erro alimentar e até a obesidade ⁽²⁸⁻³¹⁾. O comportamento alimentar inadequado por sua vez,

^{1*} A fase chamada pré-escolar pelos teóricos em desenvolvimento, está baseada, tanto na idade cronológica, de 3 a 6 anos de idade, quanto nas aquisições psicossociais, cognitivas, e espirituais.

pode ocasionar a falta de nutrientes básicos para suprir as necessidades de crescimento e prevenção de riscos de doenças ^(4,32). Assim, a alimentação é um dos aspectos da assistência integral à criança que merece cuidados especiais por parte das IEIs.

Segundo Ubeda ⁽²⁷⁾, pré-escola representa o primeiro grupo social depois da família. Nela são criados vários hábitos, inclusive os de saúde. Além disso, a pré-escola, com seus métodos e técnicas educativas, tem condições de modificar ou reforçar hábitos e atitudes das crianças, a partir daqueles que ela traz (ou não) do lar.

Assim, vemos que as IEIs são espaços estratégicos para a orientação e capacitação, pois concentram um grande número de crianças e indiretamente de pais. Segundo resultados do Censo Escolar de 2004, realizado pelo Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira – INEP ⁽³³⁾, atualmente existem no Brasil 6.903.762 crianças matriculadas em IEIs e este número vem crescendo a cada ano. Porém, dados deste Instituto apontam que apenas 8,1% das creches e 3,8% das pré-escolas no Brasil contavam com profissional da área de saúde (enfermeiro, auxiliar de enfermagem, médico, dentista, etc.) no ano de 2000. Tendo em vista o grande número de crianças nesses espaços e os prejuízos que os hábitos alimentares inadequados e as intervenções negativas durante a alimentação podem gerar, acreditamos que a inclusão do enfermeiro nas IEIs é indispensável ao planejamento dos cuidados coletivos e individuais prestados tanto às crianças quanto a seus pais, e mesmo aos educadores.

Assim, é importante que o enfermeiro inserido nessas instituições perceba a importância de sua atuação preventiva logo nos primeiros anos da infância, fase em que o comportamento alimentar se estabelece para a vida adulta ⁽⁷⁻⁹⁾.

1.1 Educação em Saúde na Pré-Escola

Segundo Ubeda ⁽²⁷⁾, o estímulo que se dá às crianças desde a pré-escola com a educação em saúde é a melhor forma de evitar diversas práticas prejudiciais à saúde delas e dos futuros adultos. Assim, é de extrema importância que as IEIs incorporem que a alimentação faz parte do processo educativo, sendo parte integrante do desenvolvimento infantil.

Conforme já citado, os hábitos alimentares estabelecidos nos primeiros anos de vida poderão influenciar o comportamento alimentar na idade adulta ⁽⁷⁻⁹⁾. Assim, é extremamente importante o modo como as refeições são conduzidas, tanto na qualidade como na quantidade de alimentos oferecidos, bem como no ambiente físico e emocional que os adultos proporcionam às crianças ^(34,35).

O Referencial Curricular Nacional para a Educação Infantil, documento elaborado pelo Ministério da Educação e do Desporto destinado a auxiliar os sistemas educacionais na elaboração de suas propostas curriculares e cuidados, recomenda às IEIs que possibilitem às crianças acesso e conhecimento sobre os diversos alimentos, para maior familiaridade e aceitação. Quanto aos locais onde são servidas as refeições, recomenda que sejam ambientes limpos, confortáveis e tranquilos, de forma a permitir a conversa e a interação entre diferentes grupos, possibilitando às crianças sentar com quem quiserem durante as refeições ⁽³⁶⁾. De acordo com o Referencial, a alimentação não é somente o ato de comer, mas envolve elementos cognitivos, sociais e afetivos. Desse modo, a equipe que trabalha nas IEIs precisa estar capacitada para lidar com a alimentação em um sentido amplo, o que inclui não somente preparar o cardápio e zelar pelas condições de higiene, mas também criar momentos de aprendizagem para as crianças e até mesmo para as educadoras. Estas devem se nortear pelas premissas de adequação à idade das crianças e uso de atividades lúdicas ⁽³⁴⁾. Assim, é razoável supor que a IEI exerça influência considerável no hábito alimentar da criança.

Tendo como pano de fundo estas premissas, elaborou-se este trabalho, onde nos propusemos a conhecer as percepções das mães sobre a alimentação de seus filhos que freqüentam IEI.

Estudos nesta área fazem-se necessários, para que, com base nas informações levantadas, sejam realizados programas de orientação aos pais e profissionais que prestam cuidados às crianças, contribuindo assim para a prevenção de problemas futuros e para a promoção da saúde dos pré-escolares.

2 OBJETIVO

Conhecer as percepções de mães sobre a alimentação de seus filhos de 3 a 6 anos que freqüentam Instituição de Educação Infantil.

3 METODOLOGIA

A metodologia utilizada foi a pesquisa qualitativa, pois se baseia na premissa de que os conhecimentos sobre os indivíduos só são possíveis com a descrição da experiência humana, tal como ela é vivida e tal como ela é definida por seus próprios atores.

Segundo Minayo ⁽³⁷⁾ a pesquisa qualitativa “trabalha com o universo de significados, motivos, aspirações, crenças, valores e atitudes, o que corresponde a um espaço mais profundo das relações, dos processos e dos fenômenos”.

Assim, optamos pela abordagem qualitativa porque buscamos uma compreensão particular daquilo que estudamos, de forma a apreender a complexidade do fenômeno vivenciado pelas mães, sabendo que esse fenômeno não se restringe apenas a dados estatísticos.

3.1 Local do estudo

O estudo foi realizado em uma pré-escola do município de São Bernardo do Campo, estado de São Paulo, escolhida por ter um programa de atendimento em alimentação.

Essa instituição atende a 369 crianças de 3 a 6 anos (25 em período integral e 344 em parcial). As crianças em período integral permanecem nove horas e meia por dia na IEI e as demais quatro horas. A equipe é composta por um diretor, uma assistente de direção, um oficial de escola, uma coordenadora pedagógica, três estagiárias de pedagogia e doze educadoras, sendo três com dupla jornada de trabalho, uma educadora de apoio à biblioteca escolar, uma cozinheira, duas auxiliares de

cozinha, quatro auxiliares de limpeza e nenhum profissional da área de saúde, sendo que em caso de acidentes de pouca ou nenhuma gravidade, como escoriações, as crianças são atendidas pelas educadoras ou coordenadora pedagógica, e os casos de maior gravidade são levados para o posto de saúde que se localiza em frente à instituição. A triagem quanto à gravidade dos ferimentos é realizada pelas educadoras e pela coordenadora pedagógica.

As refeições são servidas em sistema *self-service*, sendo que as crianças matriculadas em período integral recebem uma refeição e dois lanches e as demais um lanche. O refeitório é amplo e limpo, com oito grandes mesas retangulares e cinco bancos fixos de cada lado da mesa, totalizando 10 bancos em cada mesa. As crianças em período integral almoçam juntas, totalizando 25 crianças no refeitório durante o almoço. A educadora permanece com os pré-escolares do período integral durante o almoço, estimulando as crianças a ingerir os alimentos de menor aceitação, além de servir de modelo, pois almoça com elas. Durante os lanches permanecem no refeitório dois grupos de crianças de cada vez, totalizando 52 crianças de cada vez. Durante o almoço, a refeição é colocada em uma grande mesa retangular, que exerce a função de aparador. As crianças, em fila, aguardam sua vez de se servirem, sempre com a supervisão e incentivo da educadora quanto aos alimentos de menor aceitação. Durante o lanche, distribuem-se os alimentos em grande quantidade nas oito mesas, e as crianças servem-se à vontade, mas com pouca supervisão dos educadores.

Nessa instituição, três atividades são realizadas para favorecer o acesso aos alimentos e maior familiaridade com eles: o Projeto Horta, iniciado em agosto de 2004, e realizado com crianças de três, quatro e seis anos, oferece a oportunidade de plantar rabanete, cenoura, rúcula, feijão, chuchu e beterraba, além de ir à biblioteca da instituição e pesquisar sobre o solo e o plantio de alimentos. Vale ressaltar que essa atividade não é realizada com as crianças de cinco anos, pois estas participam de outra atividade, o Projeto Corpo Humano, que compreende trabalhar a importância

da ingestão dos diversos grupos de alimentos para o nosso corpo. Além dessas atividades, é realizado um terceiro projeto com as crianças do período integral, as Rodas da Conversa, onde se trabalha a importância da ingestão dos diferentes alimentos, não sendo feita, porém, sua manipulação ou degustação.

As mães são informadas quanto aos projetos realizados dentro da instituição durante as reuniões, que acontecem a cada dois meses, mas não há participação ou o trabalho conjunto com as famílias. São informadas também quanto à rotina da criança na instituição, ocasião em que recebem um cronograma com os horários de cada atividade e assistem a um vídeo que apresenta as crianças alimentando-se, escovando os dentes, brincando no parque e realizando as demais atividades.

3.2 Sujeitos do estudo

Os critérios de inclusão das mães neste estudo foram: idade da criança entre 3 e 7 anos incompletos, tempo de permanência na instituição de no mínimo 1 ano e eutrofia da criança, avaliada por peso e altura e determinada pelos percentis de corte 10 e 90, segundo gráficos do National Center for Health Statistics. Após a elaboração da listagem de todas as mães que preenchessem os critérios, fez-se a amostragem casual simples estratificada ⁽³⁸⁾ segundo a idade: grupos de 3 a 4 anos completos, 4 anos e um dia a 5 anos completos, 5 anos e um dia a 6 anos completos, 6 anos e um dia a 7 anos incompletos, além de tempo de permanência diário na instituição: período parcial ou integral (4 ou 9,5 horas). Foram sorteadas mães para cada grupo etário e por período, exceto o grupo de três anos do período integral, por não haver crianças neste. Das crianças sorteadas apenas duas não foram incluídas no estudo, pois não se adequavam aos critérios de inclusão, sendo que a primeira, com quatro anos de idade, encontrava-se abaixo do percentil 10 para peso e altura, e a segunda, com

cinco anos, encontrava-se acima do percentil 90 para peso. Neste estudo houve sete mães que foram descartadas devido a recusas e não-comparecimento às entrevistas por mais de três vezes consecutivas. Foram realizadas entrevistas até que os dados não acrescentassem novas informações.

Ao término da composição do grupo amostral obteve-se onze mães de crianças matriculadas no período parcial e dez de crianças matriculadas no período integral.

Quanto à caracterização da população, das 21 mães participantes do estudo, as idades variaram de 24 a 53 anos, sendo a média 37 e a mediana 34. Três tinham completado o ensino superior, sendo 2 educadoras e 1 comerciante; 5 tinham o ensino médio completo, sendo 4 donas-de-casa e 1 caixa de supermercado; 2 tinham o ensino médio incompleto, sendo 1 balconista e a outra vigia; 4 tinham o ensino fundamental II completo, sendo 2 donas-de-casa, 1 cozinheira e 1 auxiliar de limpeza; 3 tinham o ensino fundamental II incompleto, sendo 2 donas-de-casa e 1 doméstica; 3 tinham o ensino fundamental I completo, sendo que 1 trabalhava em serviços gerais e as outras 2 eram empregadas domésticas, e apenas uma tinha o ensino fundamental I incompleto, sendo que esta era dona-de-casa.

3.3 Aspectos éticos

Foram observadas as seguintes etapas para resguardar os direitos das pessoas envolvidas na pesquisa:

- Aprovação do projeto pela Comissão de Ética da Escola de Enfermagem da USP (parecer nº 368/2004/CEP-EEUSP).

- Apresentação do projeto à direção da IEI e solicitação de autorização para sua execução.
- Esclarecimento às mães e à coordenadora da IEI acerca do objetivo do trabalho, forma de coleta de dados e sobre o anonimato dos informantes, bem como a liberdade de retirar o consentimento, a qualquer momento, e deixar de participar do estudo, sendo orientadas que tal fato não traria prejuízo aos participantes ou aos seus filhos.
- Garantia de esclarecimentos acerca do estudo, sempre que solicitados.

O termo de consentimento livre e esclarecido apresentado às mães consta do anexo 1 e a carta de autorização enviada ao diretor da IEI do anexo 2.

3.4 Obtenção das entrevistas

Para a coleta de dados junto às mães, foram realizadas entrevistas semi-estruturadas, realizadas na instituição ou na residência das entrevistadas, conforme sua preferência, após seu consentimento. Conforme explica Minayo ⁽³⁷⁾, esse tipo de entrevista “combina perguntas abertas e fechadas (ou estruturadas), nas quais o entrevistado tem a possibilidade de discorrer sobre o tema proposto, sem respostas ou condições pré-fixadas pelo pesquisador”. As entrevistas foram conduzidas a partir das questões constantes do anexo 3.

Além disso, foram realizadas entrevistas piloto com duas mães a fim de treinar a estratégia da comunicação centrada na pessoa ⁽³⁹⁾ que seria usada para a obtenção das informações.

A comunicação centrada na pessoa é uma técnica destinada a otimizar a escuta e a resposta à pessoa que está falando. A pessoa que escuta está treinada a ouvir empaticamente e a perceber, inclusive, sentimentos que o próprio emissor desconheça. Cabe àquele que escuta captá-los e devolvê-los ao emissor caso isso seja considerado pertinente.

Seu uso possibilita uma conversa centrada na percepção do emissor, possibilitando a este, eventualmente, entrar em contato consigo mesmo.

A empatia cria um clima de confiança que conduz à liberdade de expressão, fundamental para este estudo.

Todas as entrevistas foram gravadas e transcritas segundo as normas de Koch ⁽⁴⁰⁾, que estabelece: uso de maiúsculas quando houver entonação enfática, uso de dois pontos (:::) quando houver alongamento de vogal ou consoante, uso de reticências quando houver qualquer pausa, uso de (--) quando houver comentários que quebram a sequência temática da exposição, uso de dois parênteses para comentários descritivos do transcritor, por exemplo ((risos)), uso de barra (/) para truncamento de palavras, uso do sinal de interrogação (?) para interrogações, uso de parênteses com a hipótese do que se ouviu para incompreensão de palavras, por exemplo (hipótese). Além disso, devido às necessidades deste estudo, acrescentamos o itálico para infantilização de voz e o sinal de reticências entre parênteses (...) para união de trechos similares nas falas das entrevistadas.

Os nomes das crianças são fictícios para garantir o anonimato de cada uma delas.

3.5 Análise das entrevistas

Todas as entrevistas foram transcritas e analisadas segundo as técnicas apresentadas por Bardin ⁽⁴¹⁾:

- **Pré-análise:** organização do material
- **Exploração do material:** codificação, classificação e categorização
- **Tratamento dos dados obtidos e interpretação:** fase de estabelecimento de relações entre os dados.

3.5.1 *Pré-análise:*

As entrevistas foram transcritas pela pesquisadora segundo as normas de Koch ⁽⁴⁰⁾. Depois foi realizada uma primeira leitura, onde se estabeleceu o primeiro contato com as entrevistas a serem analisadas. A seguir foram destacados nos textos as partes que traziam informações pertinentes ao caráter da pesquisa, constituindo-se assim o “corpus” da pesquisa.

3.5.2 *Exploração do material:*

Os trechos selecionados, ou seja, as unidades de significado, foram destacados e reagrupados conforme sua similaridade. Os agrupamentos foram criados conforme as informações iam surgindo nos textos. Vale ressaltar que neste primeiro momento tais agrupamentos ainda não tinham sido nomeados e que a seleção das unidades era acompanhada

pela leitura das entrevistas e dos trechos destacados com a finalidade de apreender seu significado, que podia ser expresso pelas palavras, pela entonação, por interrupções, etc.

Depois de este procedimento ser realizado com cada uma das 21 entrevistas, obteve-se 38 agrupamentos temáticos, os quais foram reagrupados por afinidades, obtendo-se 13. Estes foram reagrupados, obtendo-se 6 categorias:

- A importância da alimentação da criança
- Como é a alimentação da criança
- Estratégias utilizadas durante as refeições
- Alimentação da criança na instituição de educação infantil
- Influência da instituição de educação infantil no hábito alimentar das crianças
- Expectativas das mães referentes à alimentação.

3.5.3 *Tratamento dos dados obtidos:*

Nesta fase fez-se a relação dos depoimentos, isoladamente, entre si e com a literatura. Também se levou em conta a caracterização das mães e o conhecimento acerca da própria, contexto maior no qual se desenrolou o trabalho.

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

4.1 Importância da alimentação da criança

A alimentação da criança apresenta-se como tema de grande importância para as mães e se expressa com a preocupação com a qualidade e quantidade de alimentos ingeridos por seus filhos. Além disso, se expressa também através da atribuição de valor quanto à alimentação de seus filhos. Para quase todas a alimentação “é boa” ou “está bem”. Uma diz que é ótima. Somente uma diz que é uma alimentação “balanceada”. É interessante notar a apropriação do jargão técnico. Isso é usual quando o indivíduo entra em contato com a informação científica e faz um esforço para dela se apropriar, para transformá-la em corriqueira em seu cotidiano. É o chamado processo de naturalização ⁽⁴²⁾. Às vezes essa apropriação se dá de modo adequado, havendo uma verdadeira compreensão da causalidade científica. No entanto, outras vezes não é incomum a apropriação fragmentada, compreendida parcialmente ⁽⁴³⁾.

Ah:::.....eu acho a alimentação dele ÓTIMA.... (5 anos integral – M 01)

Ah:::.... eu acho bem balanceada... ela está de acordo com os padrões de alimentação... (6 anos integral – M 03)

Pra mim ele come bem:::.... a alimentação dele é boa... (6 anos integral – M 04)

...ela come bem... (4 anos integral – M 05)

Ah:::.....eu acho boa... (3 anos parcial – M 08)

...eu acho que é uma alimentação BOA... (5 anos parcial – M 10)

...saudável... pela idade dela:::.... ela come bem... (4 anos parcial – M 11)

Eu acho que é uma boa alimentação... acho que ela se alimenta bem... (4 anos integral – M 13)

Eu acho normal... (6 anos parcial – M 14)

Boa... (5 anos integral – M 15)

Eu acho uma alimentação boa... (6 anos parcial – M 17)

Eu acho normal... (5 anos integral – M 19)

Eu acho boa:....ela se alimenta muito bem (3 anos parcial – M 20)

Essas mães atribuíram também um significado em relação à alimentação “boa/bem” ou “adequada”, sendo que para a maioria uma alimentação adequada significa “comer de tudo”.

...ele come verdura... ele come carne... ele come arroz... feijão... legumes... polenta... purê... batata... então eu acho que tá/ dentro do padrão para uma criança... não é nada de anormal... (5 anos integral - M 01)

Ah:.... eu acho bem balanceada... ela está de acordo com os padrões de alimentação... ela gosta mais de arroz e feijão... mas ela gosta de verduras... FRUTAS... (6 anos integral – M 03)

É:.... pra mim... ele aprendeu muito a comer verdura aqui na escola... porque geralmente em casa ele não comia... não comia SALADA... e hoje ele já come... verduras... arroz... feijão... (6 anos integral – M 04)

Ah:.... porque de comida ele come até BEM... sabe:.... arroz... feijão... se você dá macarrão ele come... a única coisa que ele não come muito é legumes... (3 anos parcial – M 08)

...por exemplo:.... o que eu ofereço pra/ ela... vamos supor... o arroz... o feijão:.... o tomate... a alface:.... a banana que ela AMA... a maçã... a laranja... o doce:.... então assim:.... ela não fica só no DOCE... no “Danone ®”... ela é uma criança que come MUITA fruta... e se você colocar tomate no prato dela ela come:.... alface e cenoura ela come:.... ela não é daquelas crianças que ficam separando no prato comida... sabe?... ela MANDA VER... (5 anos parcial – M 10)

...ela come de tudo... frutas... legumes:.... verduras... então pra/ mim é uma boa alimentação... (4 anos integral – M13)

Porque ele come arroz... feijão:.... carne... água... verdura... fruta:.... agora tem algumas coisas como salsicha e lingüiça que ele não come não... mas ele come todo tipo de fruta... mamão:.... maçã... pêra... banana:.... tudo ele come... (5 anos integral – M15)

Ah:::... a alimentação dela é boa porque ela não tem frescura:::... TUDO que você dá ela come... não tem esse negócio de fazer aviãozinho ou outra coisa... e ela come DE TUDO:::... legumes... frutas... feijão:::... arroz... TUDO... (6 anos parcial – M 17)

Ela come de tudo um pouco... mas ela seleciona as frutas que ela quer... e geralmente ela quer aquelas que estão FORA DE ÉPOCA ((risos))... pra/ gente gastar um pouco mais... mas ela não é uma criança exigente e mimada... ela geralmente come o que tem... (3 anos parcial – M 20)

...uhn:::... feijão... arroz... alguns legumes... leite e carne... legumes e verduras ele come ALGUMAS... ele escolhe ((risos))... (5 anos integral – M 19)

Assim, observamos que para onze dessas treze mães, o significado de uma alimentação adequada está relacionado essencialmente à qualidade dos alimentos ingeridos. Inclusive, uma delas o diz explicitamente.

...Almoçar normal pra/ mim não é em quantidade... PRA/ MIM:::... não sei se eu tô/ errada... mas sim a qualidade NÉ?/... então é legumes... verduras:::... feijão... arroz... e a carne... e ela aceita TUDO... (6 anos parcial – M14)

Porém, quatro dessas mães relataram no decorrer da entrevista que seus filhos não consumiam algum dos grupos de alimentos (M 05, M 08, M 19, M 20). Assim, é possível que essas mães tenham dito que seus filhos comiam bem porque de fato acreditavam que eles comiam bem, porém devemos considerar que talvez esta tenha sido a primeira abordagem que as mães fizeram a respeito do assunto.

Desse modo, ainda não se trata de uma opinião refletida; além disso, estes relatos foram feitos no início da entrevista, fase em que os sujeitos da pesquisa estavam conhecendo a entrevistadora. Assim, entendemos que este fato deve ser levado em conta na análise ⁽⁴⁴⁾.

...de um tempo pra/ cá eu tenho problemas com HORTALIÇAS E VERDURAS... ela não é muito chegada né?/... de vez em quando a gente dá uma ENGANADINHA... um pouquinho aqui... um pouquinho ali né?/... normalmente eu tenho problemas nessa parte né?/... (4 anos integral – M 05)

...ele come até BEM... sabe:... arroz... feijão... se você dá macarrão ele come... a única coisa que ele não come muito é legumes... porque eu também não gosto... então você acaba não dando... (3 anos parcial – M 08)

...é:...eu faço os legumes com maionese que ele ADORA... ou coloco um pouco de catchup que ele gosta também... então algumas coisas que ele gosta eu misturo... aí ele come um pouquinho... agora FOLHA... essas coisas:...ele não gosta... folha se ele acha ele tira... (5 anos integral – M 19)

ah:... agora é que ela começou a aceitar assim... salada... AGORA:... é que ela tá/ aceitando... e POUCO também... mas como toda criança... verdura é um pouco difícil pra/ gente tá/ fazendo que aceite... né?/... (3 anos parcial – M 20)

No que diz respeito ao depoimento, considera-se a qualidade da refeição adequada quando as escolhas dos alimentos pertencem aos grupos de alimentos básicos (carnes, ovos e laticínios; massas e grãos; cereais, vegetais e frutas)⁽⁴⁵⁾. Se um ou mais desses grupos forem freqüentemente evitados, a alimentação é considerada qualitativamente inadequada. Assim, percebemos que as mães consideram a ingesta de seus filhos adequadas mesmo estas sendo inadequadas. Pode-se creditar tal fato a vários motivos: 1) consideram a infância como um período em que a ingesta de determinados grupos de alimentos, em especial frutas, legumes e verduras, é naturalmente difícil e, portanto, aceitável, conforme observado na citação da mãe 20 (“mas como toda criança...”); 2) as experiências vivenciadas pelas mães na sua própria infância (ex.: M 05); 3) o fato de os pais não comerem determinados alimentos, mesmo considerando-os necessários (o que faz com que não os ofereçam às crianças, ex.: M 08); e 4) melhora significativa na ingesta alimentar da criança após freqüentar IEI (mesmo que ainda não haja aceitação de todos os grupos de alimentos – ex.: M 19).

...eu não forço... na minha infância eu fui muito forçada a comer tudo quanto é tipo de coisa... né?/... então... meu pai me forçava a tomar suco de hortalças... beterraba... cenoura... tudo junto... meu pai forçava muita coisa... então... talvez pela minha infância eu não forço... nem meu filho nem minha menina... eu deixo eles meio à vontade nesse sentido... (4 anos integral – M 05)

A única coisa que ele não come muito é legumes... porque eu também não gosto... então você acaba não dando... (3 anos parcial – M 08)

...eu não tenho TANTA preocupação porque o BÁSICO ele tá comendo... depois que ele entrou para o integral na escola... porque antes ele não queria NADA... era uma chinelada pra/ poder comer alguma coisa... (5 anos integral – M 19)

Apenas uma mãe menciona que o significado de uma alimentação adequada está relacionado à quantidade dos alimentos ingeridos.

...eu espero assim:... que a criança COMA... comendo pelo menos um pouquinho... pra/ mim já é importante... (4 anos parcial – M 11)

Apesar de muitas mães informarem que uma alimentação adequada baseia-se na qualidade dos alimentos ingeridos, vemos que as mães preocupam-se também com a quantidade, o que não apareceu neste primeiro momento. Assim, entendemos que por ser o início das entrevistas, as mães talvez ainda não tenham tido tempo suficiente para conhecer suas reais preocupações e assim descobrir o que realmente entendem por uma alimentação adequada. Ou ainda elas realmente acreditem que uma alimentação adequada está muito mais relacionada com a qualidade do que a quantidade, porém vale ressaltar que entre as treze mães que consideravam a alimentação de seu filho adequada, cinco utilizavam “estratégias” para que seus filhos aumentassem a quantidade de alimentos ingeridos durante as refeições (M 04, M 05, M 08, M 19, M 20).

Em relação à alimentação inadequada, vemos que o significado atribuído está relacionado à qualidade dos alimentos ingeridos e refere-se à ausência de consumo de determinados grupos de alimentos.

Ah:::... poderia ser melhor... a gente até oferece as frutas... os legumes.. mas não é tudo que ele come NÃO... (6 anos integral – M 02)

O Paulo não gosta de comer legumes... é uma criança que não aceita legumes... quando vou fazer sopa pra/ ele tem que dar sopa na MARRA... tem que insistir MUITO para ele comer sopa... agora:::... se

ele ver um legume... uma abobrinha... ele não come... se ele ver um chuchu refogado ele não come... cenoura refogada ele não come... só se a gente der na MARRA... fruta:... você tem que INSISTIR para ele comer... fruta né?/... banana ele come mas de vez em quando... maçã ele não come... então é difícil ele comer tudo... (4 anos parcial – M 06)

...de uns tempos pra/ cá ele tá/ se alimentando pior... ele não gosta de frutas... não gosta de verduras... não gosta de batata... NADA... arroz... feijão:... não gosta de carne e de frango... ele TÁ ASSIM... (4 anos parcial – M 12)

...se eu coloco uma verdurinha "*ai... eu não gosto*"... se eu coloco carne... "*ai... eu não gosto*"...é sempre assim... (5 anos integral – M 18)

A alimentação da minha filha é meio complicada... porque nem tudo que dá pra/ ela come né?/... eu FORÇO... uma salada:...os legumes... eu FORÇO ela comer... porque tem que comer né?/... mas é meio complicado... (5 anos parcial – M09)

...come só o arroz e o feijão... mais NADA... não come carne... não come verdura... não come nada... (4 anos integral – M 21)

Apesar do significado essencialmente qualitativo, vemos que a quantidade também é citada pelas mães.

...eu sempre coloco arroz... feijão... macarrão:... aí ele come assim:... quatro... cinco... seis colheres no MÁXIMO e fala... "*ai... eu não quero mais*"... ele é assim... DESSE JEITO... (5 anos integral – M 18)

...ela nunca foi de comer... ela nunca foi de comer MUITO... come pouquinho:... e BRIGANDO ainda... a gente brigando com ela... (5 anos parcial – M 09)

...ela come muito pouco... (4 anos integral – M 21)

Assim, na análise das falas das mães depreendemos que o significado de uma alimentação inadequada para algumas está relacionado com o não-consumo de um ou mais grupos de alimentos (M 02, M 06, M 12), enquanto para outras mães está relacionado também com a baixa ingestão dos alimentos (M 09, M 18, M 21).

Na literatura ⁽¹⁸⁾ vemos que, diante das queixas dos pais quanto à quantidade de alimentos consumidos por seus filhos, a primeira observação deve ser em relação ao peso e à altura da criança. Se a observação mostrar

uma evolução do peso em relação à altura menor do que a esperada nas curvas de crescimento, trata-se de uma anorexia verdadeira, como é classificada por alguns autores ⁽¹⁸⁻²¹⁾. Porém, se a criança apresentar crescimento e desenvolvimento normais trata-se de preocupação excessiva dos familiares, que têm muitas vezes expectativas exageradas quanto à quantidade a ser consumida por seus filhos ⁽¹⁸⁻²¹⁾. Vale ressaltar que na fase pré-escolar as crianças podem apresentar irregularidade na quantidade de alimentos consumidos, podendo esta variar entre uma refeição e outra ou de um dia para outro ^(7,46,47), além da redução da ingestão alimentar devido à redução do ritmo de crescimento, se comparado ao primeiro ano de vida ^(8,48,49), fatores estes que aumentam ainda mais a ansiedade dos pais em relação à quantidade de alimentos consumidos ⁽⁴⁷⁻⁴⁹⁾.

4.1.1 Justificativas causadas pela ansiedade

A alimentação da criança é ansiogênica para a mãe, por ser compreendida como parte integrante de seu papel de mãe ⁽⁵⁰⁾. Assim é possível entender o quanto precisaram justificar as situações em que a criança não se alimentava bem. Faziam-no ansiosas, algumas vezes logo no início da entrevista.

Ah:::... poderia ser melhor... a gente até oferece as frutas... os legumes.. mas não é tudo que ele come NÃO... e é de época também... tem vez que não quer nem ouvir falar na abobrinha... e tem vez que ele AMA abobrinha... então:::... eu acho que é normal... é natural né?/... hoje em dia tem muita opção pra criança... de salgadinho... de bolachinha... é difícil mesmo né?/... empurrar uma abobrinha ((risos))... (6 anos integral – M 02)

Aqui vemos que a mãe justifica-se e atribui como causa da alimentação inadequada a grande oferta de produtos de baixo valor nutritivo. Isso corrobora o que vemos na literatura, onde a mídia exerce grande influência para o consumo desses alimentos ⁽⁵¹⁻⁵³⁾, além do fato de serem

mais baratos ⁽⁵⁴⁾. Há ainda as que se justificam e atribuem como causa a “fase” do desenvolvimento infantil.

Ah:... agora é que ela começou a aceitar assim... salada...
AGORA:... é que ela tá/ aceitando... e POUCO também... mas como toda criança... verdura é um pouco difícil pra/ gente tá/ fazendo que aceite... né?/... (3 anos parcial – M 20)

...maçã ele não come... então é difícil ele comer tudo... suco ele toma... qualquer suco que você oferecer... mas também você não pode ficar misturando muito com outras frutas... se você misturar laranja com mamão... laranja com melão... ele já sente o gosto diferente e ele já não toma... então é um pouco difícil para comer sim... (...) ...como que eu posso insistir para uma criança de quatro anos... eu vou dar NA BOCA?... é DIFÍCIL... você entendeu?... eu:... quando ele era pequenininho ele tomava... agora... com quatro anos ele não toma... então é DIFÍCIL.. (4 anos parcial – M 06)

Assim, vemos que as mães, através do convívio diário com seus filhos, perceberam mudanças no comportamento alimentar destes, o que as faz classificar como “difícil” a aceitação de determinados alimentos. Na literatura vemos que são diversos os fatores que influenciam na alimentação do pré-escolar ^(19,30,47,48,51,55,56), e entre eles os citados acima: escolhas caprichosas ⁽⁵⁶⁾, redução da ingesta alimentar ^(8,48,49) e neofobia alimentar (medo de experimentar novos alimentos) ^(57,58).

Além disso, há mães que se justificam negando o fato de a alimentação ser totalmente inadequada.

Bem:... o Marcos não come MUITO MAL... ele gosta de arroz... feijão:... e ele gosta muito de leite... ele GOSTA é de leite e bolacha... então:... ele não se alimenta MUITO mal (4 anos parcial – M12)

Neste caso em particular, antes da entrevista a mãe comunicou à pesquisadora que considerava a alimentação de seu filho totalmente inadequada, fato este a ser levado em conta, uma vez que não podemos atribuir como desconhecimento da mãe do que vem a ser uma alimentação adequada, e sim à negação desta acerca do comportamento alimentar inadequado de seu filho.

Existem ainda as mães que se justificam, mas não atribuem causa à alimentação inadequada de seus filhos.

A alimentação da minha filha é meio complicada... porque nem tudo que dá pra/ ela ela come... (5 anos parcial – M 09)

...eu acho que ele não come essas coisas tudo... ele é bem duro pra/ comer:... ele não come de tudo NÃO... (5 anos integral – M 18)

A Kelly é meio difícil pra/ comer sabia?... ela é muito difícil pra/ comer:... eu botei ela na escolinha... mas é uma DIFICULDADE... (4 anos integral – M21)

Assim, podemos perceber que essas mães também consideram a alimentação de seus filhos “difícil”. Porém, ao contrário das mães citadas acima, não conseguiram atribuir uma causa específica à alimentação inadequada de seus filhos.

4.1.2 Preocupação das mães

Em nosso estudo, percebemos que a alimentação é um assunto de grande preocupação entre as mães, sendo que apenas três das 21 mães não demonstraram preocupação alguma ao longo da entrevista.

NÃO:... não tenho nenhuma preocupação... (4 anos integral – M 13)

Não... (5 anos integral – M 15)

Não:...nenhuma... (6 anos parcial – M 17)

Em relação aos pais, apenas uma mãe citou o fato de o pai não se preocupar com a alimentação de seu filho.

...o pai dele põe a comida... ele não come e o pai dele não tá/ NEM AÍ... ele fala “... se você não quer... NÃO QUEIRA”... (4 anos parcial – M 12)

As demais não citaram os pais em momento nenhum da entrevista. Talvez isso se deva ao fato de que a alimentação dos filhos é, ainda hoje, vista como uma tarefa materna e feminina.

Das dezoito mães restantes, percebemos que são várias as preocupações relatadas: com a qualidade e a quantidade dos alimentos ingeridos, com as consequências para a saúde e com a alimentação na IEI.

- **Preocupação com a qualidade dos alimentos ingeridos**

Treze das dezoito mães apresentam preocupações acerca da qualidade dos alimentos ingeridos, quer seja pela não-ingestão de apenas um grupo de alimentos ou mais de um dos grupos de alimentos, ou ainda a ingestão totalmente inadequada, onde há a “troca” das refeições pela ingestão de alimentos de baixo valor nutritivo.

Ah:::... é estranho falar... assim:::... ele não come um legume... ele não come uma fruta... ele não come uma verdura... você sabe que aí tem nutrição... então:::... ele não tá/ tendo nutrição... para o que ele necessita... ele come o BÁSICO... come um arroz e uma carne... ele não tá/ tendo ferro... ele não tá/ tendo as vitaminas direito né?/... pra alimentação dele... então eu fico preocupada MESMO... (4 anos parcial – M 06)

...porque a gente quer:::... quer fazer as coisas... a minha sogra faz LEGUMES... faz TUDO... salada de brócolis ela não quer comer... então a gente fica:::... eu fico preocupada... (5 anos parcial – M 09)

Ah:::... eu me preocupo SIM... eu gostaria que ele comesse direitinho... (...) ...a gente até oferece as frutas... os legumes.. mas não é tudo que ele come NÃO... (6 anos integral – M 02)

...ele não come verdura... não come frutas... então eu tenho essa preocupação... porque::: ...ele não come as frutas que a médica pede... eu tento dar carne... mas ele não gosta de carne... então eu tenho essa preocupação... eu tô/ meio preocupada com ele... porque ele não tá/ se alimentando... o negócio dele é leite e bolacha... (...) ...ele tá/ bem forte mas tá/ se alimentando muito mal... minha preocupação com ele é GERAL... ele não gosta de banana... não gosta de NADA... eu tô/ que não sei o que faço... ... (4 anos parcial – M 12)

...eu me preocupo na alimentação dele SIM... queria muito que ele comesse verduras... frutas:... e frutas ele é chegado em pouca coisa... salada também... ele não é muito chegado em alface... essas coisas... (5 anos integral – M 18)

Segundo Angelis ⁽⁴⁾, o não-consumo de frutas, verduras e legumes por longo período acarreta a “fome oculta”, que é a carência de micronutrientes (vitaminas e minerais). Segundo essa autora, os micronutrientes representam papéis importantes na fisiologia humana, principalmente nas fases de crescimento, garantindo um adequado desenvolvimento físico e neuropsicomotor.

Além das mães citadas acima, há ainda as que não expressam diretamente sua preocupação com a qualidade dos alimentos ingeridos, porém utilizam uma série de “estratégias” para o seu consumo, o que nos leva a considerar que a qualidade dos alimentos ingeridos também é fonte de preocupação para elas.

É::...assim::... às vezes eu faço chantagem ((risos))... a chantagem que eu faço... porque assim::... tem coisas que ele NUNCA comeu... entendeu?... ele fala... “AH::... EU NÃO GOSTO... EU NÃO QUERO “... então... COMO que ele não gosta né?/...uma coisa que ele nunca comeu?... então eu fico... “filho... se você comer eu te faço isso”... né?/...”eu te dou um presente”... (5 anos integral – M 01)

...de um tempo pra/ cá eu tenho problemas com HORTALIÇAS E VERDURAS... ela não é muito chegada né?/... de vez em quando a gente dá uma ENGANADINHA... um pouquinho aqui... um pouquinho ali né?/... (4 anos integral – M 05)

Ah::... agora é que ela começou a aceitar assim... salada... AGORA::... é que ela tá/ aceitando... e POUCO também... (...) ...eu disfarço::... se eu faço uma couve por exemplo... eu pico bem miudinho e misturo no arroz e feijão... ela praticamente nem vê... porque se eu der a couve inteira PURA pra/ ela... ela vai negar... (3 anos parcial – M 20)

...geralmente eu dou mesmo... eu FORÇO ELE COMER... a comida salgada... ele almoça e janta comida salgada... (6 anos integral – M 04)

Que ele me dê menos trabalho pra/ comer os legumezinhos que eu gosto de fazer ((risos))... eu tô/ fazendo e ele já vai olhando e dizendo... “isso daí EU NÃO GOSTO”... aí eu digo... “você NEM COMEU”... (...) ...eu faço os legumes com maionese que ele ADORA... ou coloco um pouco de catchup que ele gosta também... então algumas

coisas que ele gosta eu misturo... aí ele come um pouquinho... (5 anos integral – M 19)

Tipo assim:... ela não gosta de fígado... -- e eu sei que fígado é importante --... então se ela ver o fígado ela fala “Al... CREDO”... e não quer comer... então eu falo que não... que aquilo É BIFE... então:... eu tento não deixar ela ver... eu tempero:... ponho bastante alho com vinagre... corto BEM picadinho... corto o tomate... o alface e o que mais tiver para oferecer... misturo tudo com arroz e o feijão e dou pra/ ela... eu não deixo ela ver e nem colocar a mão pra/ saber o que tem no prato... porque:... CRIANÇA QUANDO TÁ COMENDO... começa encontrar um monte de coisa que NÃO DEVE... elas reparam MUITO:... às vezes ela até já comeu mas dependendo do dia ela fala... “ah:... EU NÃO QUERO ISSO”. (6 anos parcial – M 14)

...a única coisa que ele não gosta muito é de FRUTAS... tem maçã... maçã ele não gosta... às vezes a gente FORÇA ele comer um pedaço... (6 anos parcial – M 07)

...come só o arroz e o feijão... mais NADA... não come carne... não come verdura... não come nada... mas NA ESCOLA... porque em casa eu OBRIGO ela a comer... obrigo MESMO... (4 anos integral – M 21)

Assim, vemos que a preocupação quanto à qualidade de alimentos ingeridos leva à adoção de estratégias que “facilitem” a sua ingestão: “enganar” a criança misturando os alimentos não aceitos ou pouco consumidos aos alimentos freqüentemente aceitos, suborno e coerção.

- **Preocupação com a quantidade dos alimentos ingeridos**

Além da qualidade dos alimentos ingeridos, as mães preocupam-se também com a quantidade, sendo que do total de dezoito mães que apresentaram algum tipo de preocupação, treze foram em relação à quantidade de alimentos ingeridos.

...olha:... a gente como mãe sempre tem aquela ansiedade de querer ver a criança comer MUITO MAIS... (4 anos parcial – M 11)

...só come aquele:... parece passarinho com aquele pouquinho... e não come tudo que precisa... aí você acaba ficando preocupada... (5 anos parcial – M 09)

..ele come umas três... quatro colheres de sopa e PÁRA... eu acho que é POUCO pra/ uma criança de quatro anos... ele acaba não se alimentando direito... ele fala que tá/ bom... então... (4 anos parcial – M 06)

Minha expectativa é::... que ela coma UM POUCO MAIS do que ela já come...não só quando ela ESTÁ A FIM... mas assim... que ela tivesse uma certa REGULARIDADE... (6 anos integral – M 03)

Além disso, vemos que há as mães que não expressam sua preocupação com a quantidade de alimentos ingeridos, porém utilizam uma série de “estratégias” para que haja maior consumo destes.

Ah::... a gente tem que enrolar né?/... então eu enrolo::... falo que depois tem chocolate.... falo pra/ comer mais cinco colheradas... e assim vai... (6 anos parcial – M 14)

...sempre é assim::... sempre precisa tá/ enganando e quando menos espero ele tá/ terminando a comida TODINHA... (5 anos integral – M 18)

... às vezes o pai dele traz um chocolate... aí eu boto na frente do prato dele e falo... “aqui tá/ sua comida e aqui tá/ o chocolate... você SÓ come o chocolate se comer a comida TODA”... aí ele come::... aí depois que ele come... ele empurra o pratinho dele e fala... “*comi TUDO*”... aí eu falo... “agora você pode comer o seu chocolate”... e assim vai... (3 anos parcial – M 16)

...ela come MUITO POUCO... eu só acho a diferença nisso aí... quando ela tá/ de final de semana em casa comigo eu OBRIGO ela a comer... (...) ...quando eu vou lá ela já comeu a comida TODINHA... querendo ou não querendo ela COME... (4 anos integral – M 21)

...aí ele toma a vitamina mas mesmo assim é FORÇADO... eu falo... “TEM que tomar”... então ele toma o leite com abacate FORÇADO... não vou falar que ele quer... ele toma FORÇADO... eu falo “TEM que tomar”... e fico esperando ele tomar... ele fala... “TÔ CHEIO”... e eu falo...“NÃO::... você VAI tomar...” (4 anos parcial – M 12)

Ah::...às vezes a gente tem que usar chantagem emocional... né?/... pra/ poder tá/ forçando ela a comer... tem dia que ela faz assim... ela come um PRATÃO... mas tem dia que ela dá problema né?/... então... quando ela tem algum passeio ou vai na casa de alguma amiguinha... ou até na casa dos primos... aí eu falo.. (...)... “ah::... então deixa né?/... pra passear ou ir em qualquer outro lugar que seja num outro dia que você tiver se alimentado melhor... pra/ você poder brincar... correr... porque assim FRAQUINHA... não dá pra poder tá/ brincando né?/”... e normalmente não dá problema né?/... (4 anos integral – M 05)

...eu falo que ele vai ficar doente se ele não comer... essas coisas assim::... eu falo que se ele não comer ele vai ficar FRACO... --porque

uma vez ele teve internado né?... por causa de estomatite... então ele lembra---... então eu falo que ele vai ficar DOENTE... que vai ter que ficar internado pra/ tomar soro igual aquela vez... aí ele come RAPIDINHO...

Pesquisadora: Você faz isso quando ele não quer comer alguns alimentos ou quando ele não quer comer em quantidade?

Entrevistada: Quando ele não quer comer por GERAL.... em quantidade:.... -- porque às vezes eu acho que ele come pouquinho ---... (5 anos integral – M 19)

Vemos assim que a preocupação quanto à quantidade de alimentos ingeridos leva à adoção de estratégias que facilitem um maior consumo. As estratégias aqui utilizadas foram: lembrar constantemente a criança de episódios dolorosos vivenciados em internações, coerção e barganha, tanto no que diz respeito à recompensa com alimentos preferidos como também a passeios.

Vale ressaltar que uma das mães que aqui também aparece utilizando “estratégias” para aumentar o consumo dos alimentos relata que já foi informada quanto ao prejuízo ocasionado a longo prazo.

...tem médicos que falam que a gente não tem que tá/ forçando a criança... porque ela sabe a quantidade de comer e tal:.... a gente pode tá/ forçando e tá/ até prejudicando... e a mãe tem MANIA né?/... de tá/ falando... “come senão você não vai ter isso ou não vai ter aquilo”... e eu tenho um pouco disso... eu até forço... (3 anos parcial – M 20)

Assim, percebemos que, apesar das informações recebidas quanto à capacidade da criança de auto-regular-se em termos energéticos (46,59) e do prejuízo das estratégias, essa mãe continua a praticá-las. Isso pode sugerir que essas práticas já estejam tão arraigadas que as mães estão acostumadas a praticá-las (...“e a mãe tem MANIA né?/”...), o que podemos perceber também na mãe citada abaixo:

Ah:....aqui também... eu acho que tá/ bom... LÓGICO... a gente tem que FORÇAR a criança a comer.... se ele continuar assim... pra/ mim tá/ bom... né?/... continuar assim do jeito que tá/... é:.... eu acho que tá/ indo bem... né?/... (3 anos, parcial – M 08)

É interessante observarmos que o uso da coação é descrito com naturalidade por essa mãe, o que pode sugerir que, assim como descrito

acima, tais hábitos estejam arraigados, e portanto já sejam culturalmente aceitos.

Em um relato de experiência ⁽⁶⁰⁾, um diretor australiano que dirige uma IEI na China descreve que nos horários das refeições são as avós que alimentam as crianças. Nestes momentos as crianças são coagidas a consumirem “toda a comida do prato”, não sendo considerada, portanto, a sensação de saciedade da criança, e nos casos de êmese as educadoras limpam as crianças e as avós as realimentam, até que elas “terminem o que está no prato”. Ao descrever esta experiência, o autor nos revela que muitas dessas avós cresceram durante os anos quarenta, quando a guerra civil chinesa e a ocupação japonesa aconteceram. Além disso, elas presenciaram a revolução maoísta e a revolução cultural chinesa, que foram tempos de motim social e privação extrema, fatores que ainda influenciam na forma como as avós vêem a alimentação: 1. vêem a comida como um luxo, não devendo, portanto, ser jogada fora; 2. a comida tem benefícios medicinais, além de prevenir doenças; 3. a China teve história de alta mortalidade infantil, assim, através da alimentação as avós asseguram a longevidade; 4. as avós só têm um neto, sendo, portanto, de suma importância que façam tudo corretamente.

Apesar de este ser um relato de um país situado no Oriente, vemos que as experiências vivenciadas podem influenciar na forma como os adultos vêem a alimentação, podendo inclusive ser apropriadas pela cultura de um povo.

- **Preocupação com as consequências para a saúde**
 - ***Preocupação com a saúde em geral***

Seis das dezoito mães também têm preocupações em relação à saúde de seus filhos.

...TEM que comer... porque tem criança que fica doente... olha::... eu vou falar pra você ((dirigindo-se à pesquisadora))... ele nunca teve anemia... nunca teve anemia ... e eu fico no pé... “ah::... eu não quero agora”... ele fala... “NÃO QUER::?... vamos comer AGORA MESMO rapaz”... “então NÃO VAI brincar... então NÃO VAI fazer isso”... O QUÊ::?... ele não dá problema de saúde pra mim por causa disso... (3 anos parcial – M 08)

...eu tenho dado “Redoxon[®]”... então eu recorro no remédio de farmácia... então eu dou “Redoxon[®]” pra/ que ela não chegue numa fase de desnutrição... (...) ... porque eu morro de medo de::... --como eu sou professora --... eu tenho medo que a criança caia numa desnutrição... porque ela só tem quatro anos de idade::... (...) ...a poeira... a areia e mesmo o clima de São Bernardo já mexe com a criança... então eles têm que ter um pouquinho mais de resistência::... e isso ela vai ter AUMENTADO... né?/... (4 anos parcial – M 11)

...em uma semana de sete dias::... três dias ele come e o restante é leite e bolacha... eu já compro porque::... eu sei que ele gosta e também pra/ poder MANTER ele... porque::... não sei como ele não foi pro hospital ainda... acho que é por causa do “Danone[®]”... ontem mesmo::... o pai dele trouxe os “Danone[®]”... trouxe água de coco pra/ não desidratar... então ele toma essas coisas... eu compro essas coisas no lugar da comida... (4 anos parcial – M 12)

...a minha preocupação::... é dele não tá/ se alimentando bem... não pegar peso... ficar uma criança desnutrida... a minha preocupação é essa... (...) ...porque eu tenho medo dele ficar fraquinho... perder peso... pegar ANEMIA... eu fico preocupada com isso... (5 anos integral – M 18)

...porque se ela não comer ela fica doente... ela já teve pneumonia... então eu tenho medo dela ter outra recaída... (4 anos integral – M 21)

...então eu falo... “NÃO::... você precisa comer porque senão você NÃO VAI SAIR... senão você vai ficar DOENTE”... (3 anos parcial – M 20)

Assim, vemos que a preocupação com a saúde das crianças, principalmente com a desnutrição e anemia, leva à adoção de práticas como a coerção na ingestão de alimentos durante as refeições e uso de vitaminas. Além disso, vemos que, no caso em que há recusa na ingestão dos alimentos durante as refeições, as mães preocupam-se e tentam “compensar” com a introdução de outros alimentos não recomendados como

substitutos, o que faz com que a criança passe a recusar constantemente as refeições, formando-se assim um círculo vicioso.

- **Preocupação com a obesidade**

Outra preocupação das mães é com a obesidade. Isso corrobora o que encontramos na literatura acerca da crescente preocupação com a obesidade infantil ^(10,12,13), porém percebemos que esta preocupação ainda é bem menor se comparada às outras (4 obesidade e 17 outras preocupações). Além disso, as mães que se preocupam com a obesidade geralmente têm filhos que estão no final da fase pré-escolar (5 e 6 anos).

...e ele come MUITO... MUITO... MUITO....e se você ver... você vai ver que ele não é uma criança gorda... ele é grande para a idade dele... ele é MUITO grande... então ele não é uma criança gorda... ele é uma criança normal... entendeu?... ele come TANTO... daqui a pouco ele vai estar deste tamanho ((esticando os braços lateralmente))... mas NÃO... ele come... come... come e continua né?/... mas eu não sei se é fase também... né?/... às vezes é aquela fase... e depois PASSA... e é melhor ele comer tudo do que não comer nada né?/... pelo menos ele tá/ se alimentando... (5 anos integral – M 01)

...olha:::... o que eu controlo em minha filha é o DOCE... porque ela é incrivelmente formiga... então eu controlo ela no doce:::... (5 anos parcial – M 10)

...é que tem coisas que se você deixar... abrir mão:::... eu acho que ela acaba comendo demais...

Pesquisadora: Quais são essas coisas que ela acaba comendo demais?

Entrevistada: Ah:::... cachorro-quente... pizza:::... coisas assim de MASSA... macarronada:::... é isso... (6 anos parcial – M 14)

...então ele toma o “Nescau[®]” dele na xícara ou no copo... vai no banheiro... escova os dentes e daí ele vai dormir... só que ele pegou aquela MANIA... aí eu disse... “vamos cortar”... porque eu achei que ele tava engordando muito...(6 anos parcial – M 07)

Percebemos assim que essa preocupação se dá, principalmente, entre as mães de pré-escolares que consomem grande quantidade de doces e massas, além de quantidade de alimentos que superem suas expectativas.

Preocupação com o crescimento e desenvolvimento

Vemos ainda que oito das dezoito mães também apresentam preocupações em relação ao crescimento e desenvolvimento de seus filhos.

...tenho MUITA preocupação... porque se ela não se alimenta bem AGORA... não se alimenta DIREITO... depois que ela crescer como que vai ser?... (5 anos parcial – M 09)

...porque ela só tem quatro anos de idade:... então... pra/ formação dela... ela precisa de cálcio:... de vitaminas... então a gente fica superpreocupada... então:... na formação dos OSSOS... (...) ...eu acho que precisa de uma alimentação pra/ formação da criança... pra/ desenvolver na ESCOLA... entende?... (4 anos parcial – M 11)

...ele não tá/ tendo nutrição... para o que ele necessita... ele come o BÁSICO... come um arroz e uma carne... ele não tá/ tendo ferro... ele não tá/ tendo as vitaminas direito né?... pra/ alimentação dele... então eu fico preocupada MESMO... (4 anos parcial – M 06)

...eu acho que ele é pequeno pra/ idade dele... porque os amiguinhos dele são maiores do que ele... ele é pequeno e MAGRELO... como eu acho ele pequeno... eu tenho um certo cuidado com ele... eu presto mais atenção NELE... no que ele come do que no resto da família... pra/ ele eu dou uma atenção mais ESPECIAL... porque eu acho que ele é pequenininho... (3 anos parcial – M 16)

...a minha preocupação:... é dele não tá/ se alimentando bem... não pegar peso... (5 anos integral – M 18)

...por isso que chega dentro de casa eu OBRIGO ela a comer... porque já que não repõe de manhã... à noite repõe... e assim ela não emagrece... eu tenho medo dela ficar magra... (4 anos integral – M 21)

... eu não sei como ele está com ESSE PESO... eu acho que é só leite na barriga dele porque ele quase não come comida... ele tá/ bem forte, mas tá/ se alimentando muito mal... minha preocupação com ele é GERAL... (4 anos parcial – M 12)

...mas eu acho que era bom tá/ fazendo assim:... um trabalho com as mães... de tá/ ensinando as mães ao que dar à criança nessa idade:... nessa idade de crescimento... (3 anos parcial – M 20)

Vemos que a preocupação das mães em relação ao crescimento e desenvolvimento de seus filhos corrobora o que encontramos na literatura

(14-17, 18, 21, 48, 49, 56). Além disso, observamos que a maioria das mães que têm preocupações quanto ao crescimento e desenvolvimento de seus filhos são as que têm filhos matriculados no período parcial (6 parcial e 2 integral).

- **Preocupação com a alimentação na IEI**

Outra preocupação que aparece nas falas de oito das dezoito mães que apresentaram algum tipo de preocupação é acerca da alimentação na IEI.

...então até agora eu não sei o que a escola dá... então:..... ele fala que ele come DE VEZ EM QUANDO... porque mesmo a tia falou que NÃO DÁ... que é difícil olhar trinta crianças... é difícil olhar TODO MUNDO... eles que se servem... eles que colocam suco... eles que pegam pão e colocam manteiga... então é DIFÍCIL a tia olhar todos... então a mãe não fica sabendo a alimentação... eu não sei quando ele comeu... se ele está falando a verdade... se ele se alimentou... eu queria saber... (4 anos parcial – M 06)

...eu não sei como é lá na escola né?/... você não sabe se come um pão inteiro ou não... não sei... porque ele fala que COME... -- as mães falaram na reunião:..... porque a gente não tá/ lá pra/ ver né?/...-- que nem... ele fala... *“eu tomei suco... com pão”*... mas será que comeu o pão INTEIRO?... né?/... será que tomou o copo de suco INTEIRO?... a gente não TÁ VENDENDO né?/... é complicado... se mistura com outras crianças lá... eu acho que fica brincando... será que come MESMO?... eu só penso nisso... outra coisa eu não penso não... (3 anos parcial – M 08)

Ah:..... eu não sei... porque ela chega em casa MORRENDO de fome... ela chega querendo comida... querendo comer alguma coisa... (...) ...então por isso que eu falo que acho que ela não come bem lá... ela deve comer só a metade do pão... (5 anos parcial – M 09)

...então eu tô/ preocupada por causa disso... ele não quer comer na escola... dependendo da comida ele não come e vem com fome... aí eu faço macarronada e ele come BASTANTE... então:..... ultimamente eu tô/ fazendo direto macarrão pra/ ele comer... (4 anos parcial – M 12)

...a minha preocupação:..... é dele não tá/ se alimentando bem... não pegar peso... ficar uma criança desnutrida... a minha preocupação é essa... dele não tá/ se alimentando bem no período integral... (5 anos integral – M 18)

...e eu percebi que nas férias comigo... ela engordou que foi uma BELEZA... ficou gordinha... aí começou a ir pra/ escola e emagreceu... tem comida?... TEM:... mas ela não come porque ela NÃO QUER... entendeu?...então eu vi diferença nisso... por isso que chega dentro de casa eu OBRIGO ela a comer... porque já que não repõe de manhã... à noite repõe... e assim ela não emagrece... eu tenho medo dela ficar magra... (4 anos integral – M 21)

...pelo que eu saiba de escola:... tem coisa com muito conservante... eles não vêm natural... isso já é uma qualidade a menos... e na minha casa ela não vai ter conservante né?... aqui EU SEI o que eu tô/ dando pra/ ela e lá eu não sei o que eles tão dando né?... (6 anos parcial – M 14)

...se eles tivessem passando o cardápio pra/ gente saber... se tivesse um acompanhamento da alimentação da criança:... talvez até por SEMANA... chegasse assim... no dia que ele não quisesse comer na escola eles passassem pra/ mim... através de bilhete... através de alguma coisa... (3 anos parcial – M 16)

Assim, percebemos que as preocupações com a alimentação na IEI são a respeito do que a criança ingeriu tanto em termos de quantidade como qualidade dos alimentos e preocupação acerca da recusa alimentar da criança na instituição, principalmente para as duas crianças de período integral que permanecem a maior parte do dia na instituição. É bastante plausível essa preocupação uma vez que as mães não “vêm” o que acontece na instituição. Neste sentido a capacidade de “controle” materno da situação é afetada. Porém, vale ressaltar que a maioria dessas mães que se preocupam com a alimentação na IEI tem seus filhos matriculados no período parcial (6 parcial e 2 integral).

4.2 Como é a alimentação da criança

Como visto anteriormente, a alimentação das crianças assume grande importância para as mães, e muitas delas apresentam diversas preocupações. Percebemos que essas preocupações têm procedência uma vez que, conforme veremos a seguir, os alimentos mais recusados pelas

crianças, segundo suas mães, foram os legumes, as verduras e as frutas, enquanto os alimentos de maior preferência foram os doces, as massas e o arroz.

Sabemos que um dos fatores de grande impacto sobre as preferências alimentares é a propaganda, particularmente a transmitida pela televisão ^(52,61). Além disso, existem outros fatores que influenciam na alimentação dos pré-escolares, segundo suas mães: o ambiente familiar, a IEI e a etapa do desenvolvimento infantil, sendo este último o grande causador das dificuldades maternas devido ao seu desconhecimento acerca das mudanças no comportamento alimentar próprias da fase pré-escolar.

4.2.1 Antipatias e preferências alimentares

Os alimentos mais recusados pelos pré-escolares segundo a maioria das mães são os legumes, as verduras e as frutas.

...de um tempo pra/ cá eu tenho problemas com HORTALIÇAS E VERDURAS... ela não é muito chegada né?/... (4 anos integral – M 05)

...ele não come um legume... ele não come uma fruta... ele não come uma verdura... você sabe que aí tem nutrição... então:::... ele não tá/ tendo nutrição... (4 anos parcial – M 06)

...a única coisa... -- eu vou ser sincera --...que eu não dou muito é legumes... acho que é por causa que eu quase não como... então você acaba não dando... verdura eu também não dou muito não... sabe por quê?... eu já cheguei dar também... aí ele:::... parece que não aceitou muito... né?/... alface AINDA VAI... mas as outras... parece que tem um gosto mais forte... ele já não liga... (...) ...fruta também... mas comia melhor antes... (3 anos parcial – M 08)

...a única coisa que ele não gosta muito é de FRUTAS... tem maçã... maçã ele não gosta... às vezes a gente FORÇA ele comer um pedaço... (6 anos parcial – M 07)

...nem tudo que dá pra/ ela come né?/... eu FORÇO... uma salada:::...os legumes... eu FORÇO ela comer... (...) ...os legumes:::...

ela fala que não gosta de brócolis... ela fala que não gosta de chuchu... então é MUITO complicado... (5 anos parcial – M 09)

...agora LEGUMES... ele come só misturado no arroz... então eu dou a batata amassadinha:... a cenoura... (...) ...cebola ele não come... ele separa e fala que não quer... cebola ou cozida ou frita ele não gosta... (3 anos parcial – M 16)

...ele não aceita verdura... pra/ ele comer uma verdura eu tenho que machucar ((amassar)) BEM... ainda fazer um caldinho de feijão:... cenoura... chuchu... eu sempre machuco BEM... aí ele termina comendo... porque ele não tá/ vendo o legume ali... porque tá/ tudo machucadinho... aí assim ele come... (...) ...queria muito que ele comesse verduras... frutas:... (5 anos integral – M 18)

...legumes e verduras ele come ALGUMAS... ele escolhe ((risos))... (...) ...agora FOLHA... essas coisas:... ele não gosta... folha se ele acha ele tira... (5 anos integral – M 19)

Ah:... agora é que ela começou a aceitar assim... salada... AGORA:... é que ela tá/ aceitando... e POUCO também... (...) ...se eu faço uma couve por exemplo... eu pico bem miudinho e misturo no arroz e feijão... ela praticamente nem vê... porque se eu der a couve inteira PURA pra/ ela... ela vai negar... (3 anos parcial – M 20)

Além disso, existem ainda as crianças que apresentam uma dieta totalmente seletiva nesta faixa etária, não consumindo ainda outros alimentos como carnes e até arroz e feijão, geralmente bem aceitos nesta fase.

...come só o arroz e o feijão... mais NADA... não come carne... não come verdura... não come nada... (4 anos integral – M 21)

...ele não gosta de frutas... não gosta de verduras... não gosta de batata... NADA... arroz... feijão:... não gosta de carne e de frango... ele TÁ ASSIM... (4 anos parcial – M 12)

Na literatura, vemos que o consumo adequado de hortaliças e frutas diminui os riscos de os indivíduos desenvolverem doenças cardiovasculares, além de trazer grandes benefícios para a prevenção de doenças crônico-degenerativas ^(4,62,63).

O consumo de hortaliças por crianças, especialmente no ambiente doméstico, geralmente reflete, em parte, o hábito da família e algumas características individuais. Estas últimas são determinadas pelas

preferências inatas, pelo tipo e pela forma como os vegetais foram incorporados na pauta alimentar das crianças ^(22,64).

Assim, vemos que a formação dos hábitos alimentares ocorre à medida que a criança cresce, até o momento em que conquistará independência para escolher os alimentos que integrarão a sua dieta ^(22,65). De acordo com Philippi ⁽⁶⁶⁾, as crianças a partir dos 7 anos de idade começam a intensificar o processo de independência dos adultos, já revelam suas próprias vontades e quando bem orientados são capazes de selecionar e consumir, de forma independente, seus alimentos. Assim, vemos a grande importância da pré-escola na promoção e incentivo ao consumo de legumes, frutas e verduras durante a fase pré-escolar, fase esta em que os hábitos irão se estabelecer para a vida adulta ⁽⁸⁾.

As preferências alimentares relatadas pelas mães dos pré-escolares são variadas, e freqüentemente estes apresentam mais de um alimento preferido.

Das catorze mães que relataram algum tipo de preferência alimentar dos seus filhos, oito citaram o arroz, junto ou não com o feijão.

o arroz ele sempre gostou.... (6 anos integral – M 02)

...ela gosta de arroz... de tomate cru... (4 anos integral – M 05)

...ele gosta de filé de frango... arroz... (4 anos parcial – M 06)

...arroz feijão sempre aceitou BEM... (3 anos parcial – M 08)

...o ovo com arroz... é o prato FEITO... (6 anos parcial – M 07)

...arroz e feijão ela come bem... (5 anos parcial – M 09)

...é como eu te falei né?/... ele é muito chegado ao feijãozinho::...
ao arrozinho... (5 anos integral – M 18)

...feijão e arroz ele come BEM... (5 anos integral – M 19)

Em nosso estudo, o leite aparece como preferência de dois pré-escolares.

...o negócio dele é leite... bolacha... e mais nada... (4 anos parcial – M 12)

...porque toda a vez quando ela não quer comida ela quer o leite... (...)... se deixar ela só toma leite... (4 anos integral – M 21)

Aqui observamos que não só há a preferência, como também há a troca das refeições por este alimento (M 12), fato este que deixou de acontecer há pouco tempo com a mãe 21, que não permite mais que sua filha “troque” as refeições por leite devido a episódio recente de pneumonia.

Outros alimentos de grande preferência entre os pré-escolares são os doces.

...daí é que dá um pouco de problema... porque se ele se ENTOPE de bolacha doce ou de bolinho que ele ADORA... então fica difícil de experimentar uma fruta... né?/... alguma coisa mais saudável... (6 anos integral – M 02)

...porque ele gosta muito... muito... MUITO... de bala... de bolacha recheada... e eu não gosto de dar... mas nunca... NUNCA deixo de dar ((risos))... ele come bastante doce... gosta MUITO de doce.. (6 anos integral – M 04)

...((risos))...ADORA... (...) ...chocolate... brigadeiro... bolo de chocolate... (5 anos parcial – M 09)

...olha:::... o que eu controlo em minha filha é o DOCE... porque ela é incrivelmente formiga... então eu controlo ela no doce:::... (...) ...ela chega da escola e se tiver um pacote inteiro de bolacha... ela vai comer o pacote INTEIRO de bolacha... (5 anos parcial – M 10)

...o negócio dele é leite... bolacha... (...) ...bolacha... “Danone ®”... “Yakult ®”... todas essas coisas ele toma FÁCIL... (4 anos parcial – M 12)

...se deixa comer muita tranqueira:::... “Yakult ®”... “Danone ®”... bolacha:::... bolo... ichi:::... (6 anos parcial – M 14)

...o doce é COM ELE MESMO... (...) ...doces... qualquer doce:::... bolo... chocolate... bala:::... isso daí não precisa NEM FORÇAR... é só mostrar... (3 anos parcial – M 16)

Além dos doces, a batata frita e o refrigerante também estão entre os alimentos preferidos das crianças.

...fazer o que ele gosta né?/... batata frita... arroz... (5 anos integral – M 19)

...o dia que ela come mais na vida dela é quando é batata frita e bife... (4 anos integral – M 21)

refrigerante ele toma MUITO... toma direto.. (4 anos parcial – M 12)

...e outra coisa que eu tô/ tentando cortar dela é o refrigerante... porque ela tá/ muito viciada no refrigerante...ela SÓ come se tiver refrigerante... se não tiver ela fica emburrada... (4 anos integral – M 21)

Além disso, as massas também estão entre os alimentos preferidos dos pré-escolares.

...se você faz macarrão... ela ADORA... se você faz estrogonofe e lasanha pra/ ela... ela VAI que VAI... (4 anos integral – M 05)

...ele gosta assim::... de macarrão com nuggets... (4 anos parcial – M 06)

...o que ele mais gosta é MASSA... (3 anos parcial – M 16)

...cachorro-quente... pizza::... coisas assim de MASSA... macarronada::... é isso... (6 anos parcial – M 14)

...((risos))... “Miojo ®”...((risos))... adora “Miojo ®”... (5 anos parcial – M 09)

...ele come bastante o que ELE QUER... ele fala... "eu quero “Miojo ®”... mas como “Miojo ®” é muito FRACO::... eu faço MACARRÃO... mas nem todo dia tem macarrão né?/... quando eu faço a macarronada ele come bastante e eu até estranho... (4 anos parcial – M 12)

...ela AMA pão... então eu também tenho que controlar o pão... porque se ela come o pão ela também larga o arroz e feijão entendeu?... (5 anos parcial – M 10)

Segundo Phillipi ⁽⁶⁷⁾, é considerado inadequado o consumo alimentar das crianças baseado em alimentos muito calóricos, ricos em gorduras saturadas e hidrogenadas, como salgadinhos, bolachas recheadas,

doces, balas e refrigerantes, pois a utilização exagerada desses alimentos pobres em vitaminas e minerais tende a gerar estados carenciais, com impacto possível para o crescimento e desenvolvimento. Apesar disso, conforme citado anteriormente, apenas duas dessas mães (M 10 e M14) preocupam-se com o alto consumo de doces e massas por seus filhos.

Vale ressaltar aqui a influência do contexto social sobre a preferência alimentar das crianças. Geralmente o que observamos é que os alimentos com elevado teor de gordura, açúcar e sal são os oferecidos em ambientes sociopositivos, enquanto os menos palatáveis são apresentados em contextos sociais negativos, quando as crianças são coagidas ou subornadas para consumir os alimentos ⁽⁶⁸⁾.

Além disso, vemos que um dos fatores de grande impacto sobre as preferências alimentares é a propaganda, particularmente a transmitida pela televisão ^(52,53). Calcula-se que no decorrer de uma semana crianças e adolescentes assistam em média 24,46 horas de televisão ⁽⁶⁹⁾. Em um estudo realizado nos EUA ⁽⁷⁰⁾ constatou-se que dos 20.000 anúncios que a criança vê por ano nesse país mais da metade é sobre comida, sendo que somente 3% desse total é sobre alimentos saudáveis.

É notório o aumento na preferência infantil a produtos anunciados em comerciais de televisão. Um dos estudos realizados com 66 mães de crianças com 3 a 8 anos de idade analisou suas opiniões sobre a influência desses anúncios e concluiu que freqüentemente as preferências das crianças foram norteadas pelos alimentos anunciados na televisão ⁽⁵¹⁾.

Assim, percebemos que as crianças nesta faixa etária já estão expostas, e até dando preferência, a alimentos como doces, refrigerantes e massas prontas.

Segundo dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), 40% da população adulta brasileira está acima do peso ⁽⁷¹⁾, sendo

que, entre os alimentos consumidos, há um excesso de alimentos com alto teor de açúcar, enquanto as frutas e hortaliças são consumidas em quantidade insuficiente ^(54,72). Sabendo que é primeiramente em casa que as crianças aprendem e constroem seus hábitos alimentares ^(8,73-75), vemos que cada vez mais elas aprendem a comer alimentos calóricos em detrimento dos alimentos ricos em fibras.

Segundo a Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS), no mundo, existem cerca de 17,6 milhões de crianças obesas com idade inferior a cinco anos ⁽⁷⁶⁾. Quanto ao Brasil, o Ministério da Saúde aponta um aumento de 3 para 15% na obesidade infantil nas últimas décadas.

Em contrapartida, as frutas aparecem como alimentos preferidos de apenas dois pré-escolares.

...tem uma coisa que ela gosta MUITO... é banana... (...) ...FRUTA é com ela mesmo... ela come qualquer fruta::... banana... maçã... (4 anos integral – M 21)

...mas fruta é com ELE MESMO... banana... laranja... tangerina::... melancia... ele gosta... (3 anos parcial – M 16)

De acordo com os dados do IBGE ⁽⁷²⁾, vemos que as famílias no Brasil estão consumindo frutas em quantidade insuficiente, o que pode influenciar diretamente na preferência alimentar das crianças.

Segundo a OPAS ⁽⁷⁶⁾, cerca de 2,7 milhões de óbitos no mundo podem ser atribuídos à baixa ingestão de frutas e verduras, causando 19% do câncer gastrointestinal, 31% das cardiopatias isquêmicas e 11% dos acidentes vasculares cerebrais. Assim, é de suma importância que o enfermeiro inserido nas IEIs desenvolva estratégias preventivas com o objetivo de promover a saúde das crianças a médio e longo prazo.

4.2.2 Consumo de alimentos de baixo valor nutritivo

O consumo de alimentos de baixo valor nutritivo é grande entre os pré-escolares, principalmente entre ou pouco antes das refeições, o que em alguns casos acarreta a “troca” do almoço por esses alimentos.

...ela até come bem assim... LEGUMES... essas coisas assim né?/... mas varia... tem dia que ela só tá/ a fim de chocolate... só a fim de besteiras né?/...(4 anos integral – M 05)

...só se tiver comido bolachas ou salgadinhos... bebeu um “Yakult[®]”... aí perde o apetite... (3 anos parcial – M 08)

Olha::... em uma semana de sete dias::... três dias ele come e o restante é leite e bolacha... eu já compro porque::... eu sei que ele gosta e também pra/ poder MANTER ele... porque::... não sei como ele não foi pro hospital ainda... acho que é por causa do “Danone [®]”... ontem mesmo::... o pai dele trouxe os “Danone [®]”... trouxe água de coco pra/ não desidratar... então ele toma essas coisas... eu compro essas coisas no lugar da comida... porque ele não gosta de experimentar NÃO... (4 anos parcial – M 12)

...quando a minha filha fica com ele... ou a minha vizinha::... elas dão salgadinho... doce... refrigerante... suco antes do almoço... aí chega a hora do almoço e ele não quer comer... agora se não der essas coisas ele come TODA a comida... (5 anos integral – M 15)

...então se ele tá/ com FOME... ele come numa boa... se ele não passar o dia comendo porcaria::... salgadinho... isso e aquilo... ele come a comidinha numa boa...(5 anos integral – M 18)

Em contrapartida, vemos que existem mães que tentam “contornar” o problema da ingestão desses alimentos estabelecendo horários para o consumo ou atrasando o horário das refeições, o que nem sempre funciona.

Não::... porque::... às vezes eu dou antes da refeição né?/... pra/ não atrapalhar na refeição... às vezes à tarde... quando é umas quatro... cinco horas... depois ele come pão com chocolate... mas mesmo assim não atrapalha no jantar... porque eu dou a janta dele lá pelas sete... oito horas... (6 anos integral – M 4)

...quando chega aqui o almoço tá/ pronto mas ela não come... porque o doce tirou o apetite... (...) ... só que a troca é assim::... ela come tranqueira naquele horário... mas mais tarde ela almoça... (...) ... ela

almoça mais tarde... atrasa mas eu sempre acabo dando... (6 anos parcial – M 14)

...por exemplo... ela chega... aí eu dou um leite com “Toddy ®”... o pão e mais umas três ou quatro bolachinhas... se não:... ela come o pacote INTEIRO... então eu dou sempre DEPOIS da refeição principal... mas de vez em quando ela pega escondido... (5 anos parcial – M 10)

Há ainda as mães que permitem a ingestão desses alimentos próximo ao horário das refeições, porém não aceitam a recusa das refeições, utilizando, se necessário, a “força”.

...doce... bala... chocolate:... ele come o dia inteiro:... pirulito... salgadinho:... e se ele come antes do ALMOÇO...

Pesquisadora: Ele almoça?

Entrevistada: FORÇADO (3 anos parcial – M 16)

Em contrapartida, apenas uma mãe relatou oferecer alimentos saudáveis durante os intervalos das refeições, porém sem sucesso.

...o duro é entre as refeições... daí é que dá um pouco de problema... porque se ele se ENTOPE de bolacha doce ou de bolinho que ele ADORA... então fica difícil de experimentar uma fruta... né?... alguma coisa mais saudável... (...) ...a dificuldade mais é essa:... é tá/ trocando o bolinho de chocolate ou a bolachinha recheada... trocar por uma fruta... é um pouco mais complicado... mas a gente vai tentando... a gente não desiste... né?... e uma hora ele experimenta...(6 anos integral – M 2)

Assim, vemos a dificuldade dessas mães quanto à restrição de alimentos de baixo valor nutritivo como os doces e os alimentos industrializados.

Estes achados corroboram estudo realizado por Aquino ⁽⁷⁷⁾, que, ao avaliar o consumo de alimentos industrializados por crianças de 0 a 60 meses, observou elevado consumo de alimentos de baixo valor nutritivo, como doces e salgadinhos. Em relação ao açúcar, esta pesquisadora observou que este foi o segundo alimento industrializado mais consumido, sendo que este era introduzido precocemente na dieta das crianças (0 a 5 meses) e seu consumo nesta faixa etária foi de 46,7%.

Em um estudo realizado por Tomita e col. ⁽⁷⁸⁾ no município de Bauru, com 572 crianças de 4 a 6 anos de idade para avaliar a preferência pelo sabor doce, constatou-se que a maioria das crianças apontou sua preferência pela solução mais doce, sem variação segundo a idade e o sexo.

Além dos riscos de obesidade que os salgadinhos e os alimentos com alto teor de açúcar podem trazer, sabemos que estes últimos também podem provocar cáries ⁽⁷⁹⁾.

Existem também as trocas das refeições por leite, fato este que ocorre quando a criança está doente.

...NÃO... isso só quando ela tá/ com MUITA tosse... aí ela prefere o leite do que o prato de arroz e feijão... (4 anos parcial – M 11)

...nunca aconteceu... a não ser quando ela não tá/ muito bem... resfriada ou gripada... que ela nega comida sólida e toma só mamadeira:... eu até fico feliz né?/... porque pra/ quem não tá/ aceitando nada... ela toma o leite e já ajuda... (3 anos parcial – M 20)

Apenas uma das mães cuja criança não estava em situação de doença relatou ceder diante das recusas de seu filho por outros alimentos.

...eu troco porque se eu vejo que ele não se alimenta eu dou leite... aí que eu faço a vitamina e ele toma... (...) ...se você não quiser dar almoço... quiser dar leite e bolacha... é a VIDA dele... (4 anos parcial – M 12)

4.2.3 Fatores que influem na alimentação da criança

As causas atribuídas à condição atual da alimentação da criança são variadas e relacionam-se à influência do ambiente familiar, influência da Instituição de Educação infantil e influência do desenvolvimento infantil, sendo que a maioria das mães atribui mais de uma causa. Vale lembrar que

os fatores são percebidos tanto como promotores da alimentação como o inverso.

- **Influência do ambiente familiar**

A influência do ambiente familiar aparece tanto promovendo quanto interferindo na aquisição de bons hábitos alimentares.

...e também ele tem o exemplo né?/... a gente come... a gente gosta de salada... de legumes... a irmã dele que é o espelho... que é a IDOLA ((risos))... ela também come de TUDO... (6 anos integral – M 02)

...a única coisa que ele não come muito é legumes... porque eu também não gosto... (3 anos parcial – M 08)

...fruta ele gosta DEMAIS... eu influencio ele... (...) ...e a minha filha acaba influenciando... porque se ela fala... “EU NÃO QUERO”... ele também fala... “EU TAMBÉM NÃO QUERO”... por isso que a gente senta... nós quatro:... se ela fala... “EU NÃO VOU JANTAR”... eu falo... “VENHA:... SENTA NA MESA:... se você não quiser jantar pelo menos SUJE o prato... pra / ele ver que você tá/ comendo” (3 anos parcial – M 16)

...acho que agora ela come MELHOR do que antes... depois da Bianca ((irmã menor))... depois da Bianca ela começou a comer MELHOR... porque ela vê a Bianca comendo... e a Bianca come BEM... come de tudo... (5 anos parcial – M 09)

Vê-se que a influência se dá a partir das próprias mães, bem como de outras crianças, no caso os irmãos. Assim, vemos a importância que as mães atribuem às atitudes dos irmãos e até mesmo às suas próprias atitudes durante as refeições. Isso corrobora a literatura, onde encontramos a poderosa influência do comportamento alimentar ocorrido dentro do ambiente familiar, em especial o do adulto ^(5,7,30,73).

Ainda em relação às influências familiares, vemos que em alguns casos as mães as consideram prejudiciais e atribuem a este “ambiente” o comportamento alimentar inadequado dos filhos.

...o meu marido bajula bastante... e tem vô... vó que fica ali bajulando... talvez ela:::.... ela não é BOBA né?/... ela SE FAZ de boba... e tipo assim:::.... tira um pouquinho daqui... um pouquinho dali... e tenta... como se diz... ficar só no que ela gosta... (4 anos integral – M 05)

...em casa é:::.... a criança... ela SABE... ela conhece a mãe... ela faz pirraça... ela SABE... ela conhece a casa... ela conhece o ambiente... então é um pouco mais de dificuldade... (4 anos parcial – M 06)

Vemos aqui que as mães consideram que os avós e até mesmo os próprios pais “bajulam” ou “afrouxam” as regras da alimentação em casa, o que, segundo as mães, interfere no comportamento alimentar de seus filhos, fazendo com que a criança prefira ingerir somente os alimentos de sua preferência e dificultando assim a aceitação de outros alimentos.

Além disso, as mães atribuem também como causa de uma alimentação inadequada a influência dos irmãos e até mesmo dos vizinhos.

Pesquisadora: Você disse que usa estratégias muitas vezes quando ele está sem apetite:::.... você sabe me dizer POR QUE ele fica sem apetite às vezes?

Entrevistada: Eu acho que:::.... como eu não estou em casa... e É A IRMÃ que fica olhando ele... ela dá besteira pra/ ele... besteira que eu falo é o biscoito... é um PÃO:::.... então como eu deixo o biscoitinho e o pão acessível... pra/ ela não precisar subir na cadeira pra/ pegar... entendeu?.. (3 anos parcial – M 16)

...quando a minha filha fica com ele... ou a minha vizinha:::.... elas dão salgadinho.... doce... refrigerante... suco antes do almoço... aí chega a hora do almoço e ele não quer comer... agora se não der essas coisas ele come TODA a comida... (5 anos integral – M 15)

Vemos aqui que a influência se estabelece através da oferta de alimentos pouco nutritivos que interferem na refeição principal, diferentemente do exposto anteriormente, em que a influência positiva dos irmãos e pais se dá através da ingestão dos diversos grupos de alimentos.

Além disso, as mães atribuem comportamentos atuais das crianças a outros comportamentos seus no passado. No caso: acostumar a criança a ingerir todos os grupos de alimentos, respeitar e auxiliar a criança a perceber sua sensação de saciedade, além de não usar recursos prejudiciais como suborno ou coerção.

...não tenho dificuldade nenhuma... porque desde pequeno eu o acostumei a comer de TUDO... como os outros também... (6 anos parcial – M 07)

...desde que ela nasceu... eu sempre eduquei a minha filha assim:... na hora que ela tem necessidade de leite... mas não ENTUPIR e sim EDUCAR o estômago... (...) ...eu acho que a criança tem horário pra/ tudo... e o estômago da criança também tem seu relógio... e eu respeito o da minha filha... quando ela quer comer ela fala... “MÃE... EU TÔ COM FOME”... aí eu atendo... preparo... então é isso... (4 anos parcial – M 11)

...em casa ela é sozinha... porque é só eu e ela... e eu não era de fazer muita frescurinha com ela... “se você comer... eu vou dar ISSO ou dar AQUILO”... eu nunca fiz isso... então era assim:... se ela quisesse comer ela comia... se ela não quisesse ela não comia... eu NÃO FORÇAVA... nunca forcei e nem dava comida na boca dela... (6 anos parcial – M17)

Conforme observamos na literatura ^(22,31,46), essas práticas promovem o bom comportamento alimentar da criança.

- **Influência da Instituição de Educação Infantil**

Outra causa que as mães atribuem à mudança no comportamento alimentar de seus filhos é a influência da IEI, sendo esta benéfica, como foi relatado por todas as mães.

...depois que ele tá/ fazendo refeição lá na escola:... ele já chega... toma o banho:... senta na mesa e já janta... então eu não tenho mais dificuldade... (5 anos integral – M 19)

...depois que ela entrou pra/ escola... ela começou a comer MAIS AINDA de tudo... (4 anos integral – M 13)

...por exemplo... legumes ela comia mas não tanta variedade... hoje ela come... (6 anos integral – M 03)

...ela ficava mais maleável pra/ aceitar novas opções... tô/ oferecendo e ela tá/ aceitando... eu falo... “ah::: ...experimenta:::”...e ela ficou MAIS MALEÁVEL... (4 anos integral – M 05)

... ele termina comendo coisas que ele não era de comer antes... então eu acho que a escolinha tá/ influenciando MUITO o hábito dele... (5 anos integral – M 18)

...eu senti uma mudança assim:::...no começo... é:::... você começa a perceber... porque pô/... meu filho não comia isso... ele tá/ comendo... que LEGAL... (5 anos integral – M 01)

... ele aprendeu muito a comer verdura aqui na escola... porque geralmente em casa ele não comia... (6 anos integral – M 04)

...ele aprendeu a comer salada.... tomate:::.. alface e cebola na escola... antes ele não gostava (5 anos integral – M 15)

...ele tem comido fruta... acho que lá eles oferecem fruta...(6 anos integral – M 02)

...ela passou a se alimentar muito bem...(3 anos parcial – M 20)

...tem coisas que ela não comia em casa e que ela começou a comer aqui na escola... (6 anos parcial – M 17)

Aqui vemos que a influência foi principalmente na qualidade dos alimentos ingeridos, sendo que essa influência se deu, em sua maioria, entre as crianças de período integral. Assim, percebemos a grande influência que as IEIs exercem sobre o comportamento alimentar das crianças, e, ao que parece, quanto maior o período de permanência na IEI, maiores as chances de mudança no comportamento alimentar.

- **Influência da etapa do desenvolvimento infantil**

Na literatura observamos que são vários os fatores que podem influenciar na alimentação durante a fase pré-escolar ^(22,46,48,52,55,56,57,73), que

incluem desde os fatores psicossociais até os inerentes ao próprio desenvolvimento. Assim, outra razão que as mães atribuem como causa da mudança no comportamento alimentar é o início da fase pré-escolar.

...eu acho que... depois dos três anos é que ele começou a comer mal... agora eu tenho que FORÇAR pra/ ele comer ... (4 anos parcial – M12)

...mas comia melhor antes...
Pesquisadora: Antes?
Entrevistada: Quando ele era mais novinho...
Pesquisadora: Quando era mais novinho com que idade?
Entrevistada: Ah:::....até uns dois anos e meio... (3 anos parcial – M 08)

...quando ele era pequenininho ele tomava... agora... com quatro anos ele não toma... então é DIFÍCIL... (4 anos parcial – M 06)

Dessa forma, vemos que os pais, através da vivência diária com seus filhos, percebem a mudança no comportamento alimentar destes, porém não sabem como intervir nesta situação.

São vários os fatores próprios do desenvolvimento infantil que influenciam a alimentação das crianças, sendo que estes foram relatados como os grandes “causadores” das dificuldades vivenciadas pelas mães. São eles: neofobia alimentar, escolhas caprichosas, irregularidade na ingesta alimentar, valorização das atividades sociais e redução na ingesta alimentar.

- **Neofobia alimentar**

Das dezesseis mães que relataram dificuldades relacionadas à etapa de desenvolvimento do pré-escolar, oito foram em relação à neofobia alimentar ou medo de experimentar novos alimentos, comum nesta fase.

...tem coisas que ele NUNCA comeu....entendeu?... ele fala...
“AH:... EU NÃO GOSTO... EU NÃO QUERO” ... então... COMO que ele
não gosta né?/...uma coisa que ele nunca comeu?... (5 anos integral –
M 01)

...ele não come um legume... ele não come uma fruta... ele não
come uma verdura...(4 anos parcial – M 06)

...os legumes:::... ela fala que não gosta de brócolis... ela fala que
não gosta de chuchu... então é MUITO complicado... eu falo... “como
você sabe que não gosta se você NUNCA EXPERIMENTOU?”... (5
anos parcial – M 09)

...de uns tempos pra cá ele tá se alimentando pior... ele não gosta
de frutas... não gosta de verduras... não gosta de batata... NADA...
arroz... feijão:::... não gosta de carne e de frango... ele TÁ ASSIM... (...)
...o pai dele trouxe os “Danone ®”... trouxe água de coco pra/ não
desidratar... então ele toma essas coisas... eu compro essas coisas no
lugar da comida... porque ele não gosta de experimentar NÃO... (4 anos
parcial – M 12)

...se eu coloco uma verdurinha “*ai... eu não gosto*”... se eu coloco
carne... “*ai...eu não gosto*”... é sempre assim... (5 anos integral – M 18)

...eu tô/ fazendo (os legumes) e ele já vai olhando e dizendo...
“isso daí EU NÃO GOSTO”... aí eu digo... “você NEM COMEU”... (5
anos integral – M 19)

...agora é que ela começou a aceitar assim... salada... AGORA:::
é que ela tá/ aceitando... e POUCO também... (3 anos parcial – M 20)

...aí a minha mãe foi e botou a comida na mesa... aí ela ((filha))...
“EU NÃO QUERO COUVE NÃO”... (4 anos integral – M 21)

Assim, vemos que a alimentação das crianças de 3, 4 e 5 anos dos dois períodos (integral e parcial) segue o descrito na literatura como neofobia. Segundo Hursti ⁽⁵⁷⁾, as crianças em geral têm mais dificuldade do que os adultos em aceitar alimentos novos. É comum dizerem que não gostam do alimento sem que nunca o tenham experimentado ^(57,80,81), fenômeno este denominado neofobia alimentar. Contudo, isso não ocorreu com a maioria das crianças de 6 anos dos dois períodos, e nos dois casos em que ocorreu as crianças mostraram-se mais dispostas a experimentar o novo alimento, o que pode sugerir que este fenômeno reduz-se ao final da fase pré-escolar. Isso foi demonstrado também em um estudo realizado na

Grã-Bretanha com crianças de diferentes faixas etárias: 2,5 anos, 3,5 anos e 4 anos e nove meses de uma IEI ⁽⁸¹⁾. Nesse estudo foram exibidas frutas novas e perguntado às crianças se estavam preparadas para pôr um pedaço na boca e prová-las. Constatou-se que a um aumento de idade da criança correspondia maior disposição de provar as novas frutas. Abaixo, vemos o relato das duas mães quanto à disposição de seus filhos de 6 anos para provarem o novo alimento.

...mesmo que ela fala... “ah:::... eu não quero”... mas ela sempre experimenta... (...) ..então eu não tenho assim... dificuldades... ela experimenta e fala “não gostei”... ou... “gostei” (6 anos integral – M 03)

...quando existe um...”*ai... eu NÃO QUERO ISSO... não quero AQUILO... NÃO QUERO EXPERIMENTAR ISSO*”... a gente insiste um pouquinho e ele acaba comendo... (6 anos integral – M 02)

- **Escolhas caprichosas**

Em relação às escolhas caprichosas, também comuns nesta fase, seis das dezesesseis mães relataram ser esta a causa de suas dificuldades.

...ele NÃO MISTURA... ele fala que estraga a comida dele....que ele não sente nem o sabor de um nem o sabor do outro... e isso é da cabeça DELE... (...) ...ele come arroz... feijão e o bife... aí a couve ele faz um pratinho... e come só a couve PURA... ele não gosta de misturar... eu gostaria que ele misturasse... (5 anos integral – M 01)

...suco ele toma... qualquer suco que você oferecer... mas também você não pode ficar misturando muito com outras frutas... se você misturar laranja com mamão... laranja com melão... ele já sente o gosto diferente e ele já não toma... então é um pouco difícil para comer sim... (4 anos parcial – M 06)

...a saladinha ele come:::... só que tem que ser CRUA... sem tempero... (3 anos parcial – M 16)

...às vezes a gente faz aquela comida GOSTOSA:::... e ele só quer arroz puro e o feijão... tem dia que ele come o arroz PURO... (...) ...pão ele só come sem manteiga... tem que ser o pão PURO... então ele é meio complicado pra/ comer... tem que ser pão com NADA... (4 anos parcial – M 12)

...salada... tomate... cebola... ela come:::... eu coloco separado na vasilha... (...) ...porque ela não gosta que junta:::... primeiro ela come o arroz e o feijão... aí quando ela não quer mais... aí ela vai comer o alface... ela não gosta que mistura:::... se mistura ela não come NÃO... ela fala que é NOJO... “ai que NOJO... comida FEIA mamãe”... (4 anos integral – M21)

...ela seleciona as frutas que ela quer... e geralmente ela quer aquelas que estão FORA DE ÉPOCA ((risos))... pra/ gente gastar um pouco mais... (3 anos parcial – M 20)

Na literatura vemos que uma das características marcantes nesta fase, principalmente no terceiro ano de vida, é a indecisão e as escolhas caprichosas ^(18,56). As preferências são intensas e aleatórias podendo relacionar-se com sabor, forma, consistência e até mesmo com a cor ⁽¹⁸⁾. Podem relacionar-se também com a disposição dos alimentos no prato, preferindo que eles sejam servidos separados, sem que um toque no outro ⁽⁵⁶⁾.

Em nosso estudo observamos que este fenômeno ocorreu em sua maioria com as crianças de 3 e 4 anos, o que pode sugerir que, assim como a neofobia, este fenômeno reduz-se ao final da fase pré-escolar. Em relação ao período de permanência na instituição, observamos que entre as crianças de 3 e 4 anos este fenômeno ocorreu em sua maioria nas de período parcial (4 parciais e 1 integral), o que nos leva a supor que o ambiente social no qual a criança está inserida na IEI (educador e os colegas) auxilie na redução das escolhas caprichosas nesta faixa etária.-

- ***Irregularidade na ingesta alimentar***

Outro fato importante observado nas crianças de todas as idades compreendidas nesta pesquisa, bem como nos regimes de tempo parcial ou integral, foi a irregularidade na quantidade de alimentos ingeridos durante as refeições, sendo que este fenômeno foi observado em seis das dezesseis

mães que relataram dificuldades relacionadas à etapa de desenvolvimento do pré-escolar.

...é meio assim de lua::... às vezes ela come dois... três pratos... sabe?... assim::... RASOS né?/... e na escola também... (...) ...mas de vez em quando ela fala... “*ai mãe hoje eu não quis comer NADA... NÃO COMI NADA*”... aí eu perguntei... “mas não comeu NADA?”... “*NÃO... só comi um lanchinho*”... então ela é muito assim de lua... (6 anos integral – M 03)

...tem dia que ela faz assim... ela come um PRATÃO... mas tem dia que ela dá problema né?/....(4 anos integral – M 05)

...você acaba insistindo muito... ÀS VEZES ele acaba comendo... às vezes NÃO... vai muito do DIA... do momento dele... porque criança é assim::... tem hora que ela quer e tem hora que ela NÃO QUER... então... né?/... tem dia que ele come SUPERBEM... tem dia que ele não come NADA... (4 anos parcial – M 06)

...às vezes eu acho que ele come pouquinho... (5 anos integral – M 19)

...olha::... quando ELE QUER comer... ele come BASTANTE... acho que dá um prato raso raso... quando ele tá/ com fome ele come BASTANTE... mas isso é quando ELE QUER comer... (...) ... então... ele é assim::... tem dia que ele quer... e tem dia que ele não quer... tem dia que quer carne... então::... ele é de lua... ele é COMPLICADO... (4 anos parcial – M12)

...às vezes a criança comeu DUAS colheradas e já fala que NÃO QUER::... então eu falo... “NÃO::... você precisa comer porque senão você NÃO VAI SAIR... senão você vai ficar DOENTE”... esse tipo de coisa que eu fiz muitas vezes... eu confesso... faço até hoje até::... (3 anos parcial – M 20)

É notória a ansiedade que essas mães apresentam.

Um estudo realizado nos EUA ⁽⁴⁶⁾ investigou por seis dias o consumo alimentar espontâneo entre crianças de 2 a 5 anos de idade, observando o seu consumo durante 24 horas. A ingestão energética foi relativamente constante, e quando em uma refeição elas comiam mais, na refeição seguinte elas comiam menos, ou vice-versa. Esses achados indicam que as crianças se auto-regulam, desde que seja oferecida uma alimentação balanceada. A crença dos pais de que a criança não pode regular a sua ingesta diária de alimentos os leva a adotar freqüentemente

estratégias que forçam a criança a comer além da sua necessidade ⁽⁷⁾ ou a recusar alimentos.

- **Valorização das atividades sociais**

Em relação à valorização das atividades sociais, também comuns nesta fase, três das dezesseis mães relataram ser esta a causa de suas dificuldades.

...“*ah:::... eu não quero agora*” ele fala... “NÃO QUER::?... vamos comer AGORA MESMO rapaz”... (...) ... às vezes ele quer brincar e não sei o quê... a minha irmã fala... “ai Tata ((referindo-se a si mesma))... DEIXA”... eu falo... “deixa NÃO... DEIXA NÃO”... (3 anos parcial – M 08)

...quando é o horário de comer eu fico chamando... e ele só vem quando tá/ com fome MESMO... (...) ...eu gostaria que meio-dia todo mundo em casa já tivesse almoçado ((risos))... e ele fica ou assistindo televisão:::... ou desenhando... e fica falando... “EU JÁ VOU... EU JÁ VOU”... e não vem (5 anos integral – M 19)

...o problema dela é que ela quer comer na hora que ELA QUISE... então eu falo... “Kelly vamos comer... a comida tá/ na mesa”... ela não quer comer AQUELA hora... ela quer comer mais tarde:::... então lá em casa eu tenho REGRA... dá oito horas da noite é a HORA DE JANTAR... então ela tem que jantar AQUELA HORA... todo mundo tá/ jantando aquela hora... ela NÃO... ela quer comer depois... nove horas:::... ela quer ficar sentada assistindo televisão:::... ela quer ficar jogando videogame:::... (4 anos integral – M 21)

As dificuldades relatadas por essas mães em relação ao horário das refeições corroboram o que vemos na literatura. As crianças na fase pré-escolar tendem a valorizar as atividades sociais e as brincadeiras, deixando a alimentação em segundo plano ^(22,23,73), uma vez que esta tende a ser uma atividade “imposta” pelos pais e sem atrativos. Uma estratégia que auxilia a tornar o momento das refeições interessante e prazeroso é permitir que a criança auxilie no preparo dos alimentos e na arrumação da mesa ⁽¹⁸⁾.

- **Redução na ingesta alimentar**

Das dezesseis mães que relataram dificuldades relacionadas à etapa de desenvolvimento do pré-escolar, cinco estavam relacionadas à redução na ingesta alimentar, também comum nesta fase.

...eu peço a Deus... que ele se alimente mais... mas é DIFÍCIL viu?... (4 anos parcial – M12)

...eu sempre coloco arroz... feijão... macarrão:... aí ele come assim:... quatro... cinco... seis colheres no MÁXIMO e fala... “*ai... eu não quero mais*” ... ele é assim... DESSE JEITO... (5 anos integral – M 18)

...ele não come com VONTADE... ele não come o essencial... (...)
...ele acaba não se alimentando direito... ele fala que tá/ bom... então... (4 anos parcial – M 06)

...come pouquinho:... e BRIGANDO ainda... a gente brigando com ela... (5 anos parcial – M 09)

...ela não é daquelas crianças de comer MUITO... os meninos são... os meninos já comem muito... ela come pouquinho... (5 anos parcial – M 10)

Além disso, existem as mães que não relatam a redução da ingesta nesta fase, mas entendemos que talvez ela exista devido às estratégias utilizadas pelas mães durante as refeições para aumentar a quantidade de alimentos ingeridos pelas crianças.

...eu mando ela SENTAR e se ela não sentar eu BATO NELA... ou senão eu boto ela de castigo no quarto DELA:... aí quando eu vou lá... ela já comeu a comida TODINHA... querendo ou não querendo ela COME... (4 anos integral – M 21)

...a gente pega a comida no pratinho dele e DIVIDE... eu puxo um pouquinho e falo... “isso aqui você COME:... isso aqui você não precisa comer”... aí ele vai comendo e eu vou tirando um pouquinho do montinho que ele não precisava comer e colocando no montinho que ele precisa comer... (3 anos parcial – M 16)

...a gente tem que enrolar né?/... então eu enrolo:... falo que depois tem chocolate.... falo pra/ comer mais cinco colheradas... e assim vai... (6 anos parcial – M 14)

...eu tenho dado “Redoxon ®”... (...)... então eu dou “Redoxon ®” ou outro remédio pra/ que abra o apetite de minha filha...(4 anos parcial – M11)

...você vê o prato que come... você força... fala... “NÃO TÁ BOM”... (3 anos parcial – M 08)

Assim, além da irregularidade na ingesta alimentar, sabemos que outra característica importante da fase pré-escolar é a sensível redução da ingesta alimentar devido à redução do ritmo de crescimento, se comparado ao primeiro ano de vida ^(8,22,47,48).

Conforme observamos, juntamente com a irregularidade na ingesta, a redução desta também é fonte de preocupação e assim vista como uma dificuldade pelos pais e não como parte do desenvolvimento infantil.

Vale ressaltar que todas as crianças deste estudo são eutróficas, o que, segundo a literatura ⁽¹⁸⁻²¹⁾, nos leva a crer que os problemas enfrentados pelas mães com a quantidade de alimentos pode tratar-se de preocupação excessiva destas, que têm muitas vezes expectativas irreais quanto à quantidade a ser consumida por seus filhos ⁽⁴²⁻⁴⁵⁾.

Segundo Madeira e Aquino ⁽¹⁸⁾, muitos pais estabelecem quantidades arbitrárias de alimentos, sem considerar o apetite da criança, sendo que para alguns bom apetite é “raspar o prato”.

Porém, devemos considerar que a redução na ingesta dos alimentos pode também ser confundida com a irregularidade na ingesta alimentar, trazendo a falsa impressão de que a criança está ingerindo quantidade insuficiente de alimentos.

4.3 Estratégias utilizadas durante as refeições

Em nosso estudo observamos que, diante das dificuldades encontradas próprias da fase pré-escolar e ainda, diante das preocupações acerca do crescimento e desenvolvimento de seus filhos, as mães sentem-se ansiosas e sem o domínio da situação ^(18,19,21,22,82), utilizando muitas vezes os recursos disponíveis que aprenderam em seu cotidiano, aqui designados como estratégias.

Das 21 mães participantes do estudo, dezesseis relataram utilizar pelo menos um tipo de estratégia durante as refeições em casa. As estratégias relatadas foram: a barganha, a conversa, o castigo, a coação, a persuasão, “camuflar” ou misturar os alimentos recusados com os aceitos, as brincadeiras e oferecer os alimentos preferidos das crianças. Tais estratégias adquirem importância tão grande que justificam capítulo à parte.

- **Barganha**

Das dezesseis mães que utilizam algum tipo de estratégia durante as refeições, sete utilizam a barganha.

É:::...assim:::... às vezes eu faço chantagem ((risos))... a chantagem que eu faço... porque assim:::... tem coisas que ele NUNCA comeu... entendeu?... ele fala... “AH::: EU NÃO GOSTO... EU NÃO QUERO”... então... COMO que ele não gosta né?/... uma coisa que ele nunca comeu?... então eu fico... “filho... se você comer eu te faço isso” ... né?/... “eu te dou um presente...” (5 anos integral – M 01)

...eu também falo... “se você comer depois eu deixo você sair”....
(...) ...ou:::... “nós vamos passear se você comer tal coisa”.... (4 anos parcial – M 06)

...ontem mesmo estava prontinha a sopa... com carne... com TUDO... daí ele comeu numa boa... eu falei... “depois que você comer

você vai comer o 'Danone ®'... sabe?... ou... "vou dar um brigadeiro"... eu faço assim... aí ele não dá trabalho NÃO... (3 anos parcial – M 08)

...às vezes o pai dele traz um chocolate... aí eu boto na frente do prato dele e falo... "aqui tá/ sua comida e aqui tá/ o chocolate... você SÓ come o chocolate se comer a comida TODA"... aí ele come:... aí depois que ele come... ele empurra o pratinho dele e fala... "*comi TUDO*"... aí eu falo... "agora você pode comer o seu chocolate"... e assim vai... (3 anos parcial – M 16)

...sempre é assim:... sempre precisa tá/ enganando e quando menos espero ele tá/ terminando a comida TODINHA... (5 anos integral – M 18)

...e a mãe tem MANIA né?... de tá/ falando.. "come senão você não vai ter isso ou não vai ter aquilo"... e eu tenho um pouco disso..... (3 anos parcial – M 20)

...essa semana eu fui sair... comprei duas sandálias pra/ ela... porque ela me pediu uma sandália da "Barbie ®"... -- passa na televisão DIRETO né?/ --... aí eu falei... "Kelly:... eu tenho uma SURPRESA pra/ VOCÊ"... ela falou ... "o que é mãe?"... eu disse... "eu SÓ vou dar se você COMER"... aí a minha mãe foi e botou a comida na mesa... aí ela ((filha))... "*EU NÃO QUERO COUVE NÃO*"... -- couve cortadinha... sabe? --... aí a minha mãe falou pra/ ela... "você vai comer a couve SIM... se você não comer eu NÃO DOU"... aí eu mostrei a bolsa... MENINA::: ((dirigindo-se à pesquisadora))... foi DOIS TEMPOS... comeu RAPIDINHO... foi lá escovar os dentes... comeu a banana e sentou... aí ela falou... "*ô mãe... BRIGADO*"... aí eu falei... "tá/ VENDENDO?... se você não comer você não vai ganhar as coisas NÃO"... aí ela come rapidinho... SÓ ASSIM... (4 anos integral – M 21)

Aqui percebemos que as mães, diante das dificuldades encontradas, descritas anteriormente, utilizam a barganha como estratégia tanto para o consumo de determinados alimentos (M 01, M 06, M 21) como para quantidade de alimentos estabelecidos pelas próprias mães (M 06, M 08, M 16, M 18, M 20).

Na literatura vemos que o contexto social é muito importante para moldar as preferências das crianças por determinados alimentos ^(30,83). Foi demonstrado ^(31,84,85) que crianças aprendem a rejeitar determinados alimentos quando são utilizados artifícios como obter recompensas (... "você SÓ come o chocolate se comer a comida TODA"... M 16).

Além disso, quando as crianças são subornadas ou coagidas a consumir alimentos saudáveis para então ganhar recompensas ou outros alimentos não tão saudáveis, a preferência pelo primeiro alimento diminui (15,84).

Assim, a prática comum de usar sobremesas como recompensa para encorajar a ingestão de comidas pouco aceitas pode produzir um ganho a curto prazo, mas pode diminuir a aceitação desses alimentos posteriormente (7,31,84).

- **Coação**

A coação é utilizada por dez das dezesesseis mães que utilizam algum tipo de estratégia durante as refeições.

...eu falo... “só um pouquinho”... às vezes ele fica aqui e eu já ENFIO na boca dele... (5 anos integral – M 01)

...porque se eu não comer comida de sal MEIO-DIA:... se eu for comer à tarde eu já passo mal... então eu acho que com eles é a mesma coisa... aí ...geralmente eu dou mesmo... eu FORÇO ELE COMER... (6 anos integral – M 04)

O Paulo não gosta de comer legumes... é uma criança que não aceita legumes... quando vou fazer sopa pra/ ele tem que dar sopa na MARRA... (4 anos parcial – M 06)

...quando NÃO QUER? ...eu falo vamos comer na MARRA... e COME ...(...)... então eu acho que a gente tem que forçar um pouco... né?/... eu acho que desde que não volta a comida... né?/ ... eu penso assim... (3 anos parcial – M 08)

...ele não gosta muito é de FRUTAS... tem maçã... maçã ele não gosta... às vezes a gente FORÇA ele comer um pedaço... (6 anos parcial – M 07)

...a alimentação da minha filha é meio complicada... porque nem tudo que dá pra/ ela come né?/... eu FORÇO... uma salada:...os legumes... eu FORÇO ela comer... (5 anos parcial – M 09)

...eu falo... “TEM que tomar”... então ele toma o leite com abacate FORÇADO... não vou falar que ele quer... ele toma FORÇADO... eu falo

“TEM que tomar”... e fico esperando ele tomar... ele fala... “TÔ CHEIO”... e eu falo...“NÃO:... você VAI tomar...” (4 anos parcial – M 12)

...eu acho que ele não come essas coisas tudo... ele é bem duro pra/ comer:... ele não come de tudo NÃO... come FORÇADO...forçado mesmo... (5 anos integral – M 18)

... e a mãe tem MANIA né?/... de tá/ falando.. "come senão você não vai ter isso ou não vai ter aquilo"... e eu tenho um pouco disso... eu até forço... (3 anos parcial – M 20)

...em casa eu OBRIGO ela a comer... obrigado MESMO:... porque se ela não comer ela fica doente... (4 anos integral – M 21)

Aqui, assim como na barganha, as mães utilizam a coação como estratégia tanto para o consumo de determinados alimentos (M 01, M 06, M 07, M 09, M 18) como para quantidades preestabelecidas pelas próprias mães (M 04, M 08, M 12, M 20 M21).

Segundo Madeira e Aquino ⁽¹⁸⁾, pais que desencadeiam uma insistência exagerada, “forçando” a criança a comer (...ele fala “...TÔ CHEIO”... e eu falo “...NÃO...você VAI tomar...” M 12), transformam o momento da alimentação em uma “praça de guerra”, acabando assim por diminuir o prazer da hora da alimentação. Ainda sobre este assunto, Marcondes cita em seu livro que algumas crianças, quando são forçadas, criam um mecanismo de repulsa, inicialmente apenas não aceitando o alimento, depois reagindo energicamente à imposição que lhe é feita, podendo atingir grandes proporções, como o reflexo condicionado de vomitar à simples menção ou apresentação do alimento ⁽⁸⁶⁾.

- **“Camuflar” ou misturar os alimentos recusados com os aceitos**

Das dezesseis mães que utilizam algum tipo de estratégia durante as refeições, seis “camuflam ou misturam” os alimentos menos aceitos com os aceitos.

...chuchu ele não come... mas se eu camuflar ele come... (...) ...vamos supor... ele ADORA arroz e feijão... com BASTANTE feijão... então eu amasso... eu cozinho (chuchu) BEM... até derreter né?/... e amasso ele no meio do feijão... então eu misturo e ele come.... e ele não tá/ sabendo que tá/ comendo.... entendeu?... tem coisas assim... que ele NÃO COME... que ele NÃO GOSTA... mas ele come sem saber o que tá/ comendo.... né?/... até ele aprender a gostar daquilo... até ele aprender a gostar ele já comeu MUITO ((risos)).... (5 anos integral – M 01)

...ela não gosta de fígado... -- e eu sei que fígado é importante --... então se ela ver o fígado ela fala “Al... CREDO”... e não quer comer.... então eu falo que não... que aquilo É BIFE... então:... eu tento não deixar ela ver... eu tempero:... ponho bastante alho com vinagre... corto BEM picadinho... corto o tomate... o alface e o que mais tiver para oferecer... misturo tudo com arroz e o feijão e dou pra/ ela... eu não deixo ela ver e nem colocar a mão pra/ saber o que tem no prato... porque:... CRIANÇA QUANDO TÁ COMENDO... começa encontrar um monte de coisa que NÃO DEVE... (...) ...então:... acho que ela percebe... ela fala... “ai mamãe... aqui tem um GOSTO RUIM... QUE É ISSO?”... aí eu falo que é bife mal passado... e vai embora ((risos))... (6 anos parcial – M 14)

...agora LEGUMES... ele come só misturado no arroz... então eu dou a batata amassadinha:... a cenoura... (3 anos parcial – M 16)

...ele não aceita verdura... pra/ ele comer uma verdura eu tenho que machucar ((amassar)) BEM... ainda fazer um caldinho de feijão:... cenoura... chuchu... eu sempre machuco BEM... aí ele termina comendo.... porque ele não tá/ vendo o legume ali... porque tá/ tudo machucadinho... aí assim ele come... (5 anos integral – M 18)

Eu disfarço...se eu faço uma couve por exemplo...eu pico bem miudinho e misturo no arroz e feijão... ela praticamente nem vê... porque se eu der a couve inteira PURA pra/ ela...ela vai negar... (3 anos parcial – M 20)

...eu faço os legumes com maionese que ele ADORA... ou coloco um pouco de catchup que ele gosta também... então algumas coisas que ele gosta eu misturo... aí ele come um pouquinho... (5 anos integral – M 19)

Aqui vemos que essa estratégia é utilizada para o consumo de alimentos recusados pelas crianças, sendo que foi utilizada por todas as mães somente com este fim.

Na literatura vemos alguns autores descreverem a importância das crianças sentirem o sabor, a textura e até mesmo o odor dos alimentos para sua posterior aceitação ^(21,34). Além disso, devemos também considerar a aprendizagem pela exposição repetida dos alimentos, que proporciona a familiaridade necessária para a criança estabelecer um padrão de aceitação alimentar e reduzir a neofobia alimentar, muito comum entre as crianças. Geralmente, o aumento da aceitação para o novo alimento ocorre somente após 12 a 15 apresentações deste ⁽⁷⁾.

O conhecimento de como o aprendizado e experiências precoces definem a aceitação ou rejeição do alimento é essencial para promover hábitos adequados, além de reduzir a ansiedade dos responsáveis em relação à alimentação da criança ^(31,85,87,88). Entretanto, o respeito ao paladar da criança é essencial, pois certas preparações são indesejáveis por ela ⁽⁸⁹⁾.

- **Persuasão**

Das dezesseis mães que utilizam algum tipo de estratégia durante as refeições, quatro utilizam a persuasão.

...eu falo... "FILHO... se você não comer você vai ficar doentinho... vai ter que tirar sangue do BRAÇO"... "AI MÃE::... então tá/ bom...mas EU NÃO GOSTO"... aí eu falo... "você não gosta mas TEM que comer"... então é assim... (5 anos integral – M 18)

...eu falo que ele vai ficar dodói... falo... "você vai tomar soro NA VEIA... você vai ficar doente... a mãe vai ficar em casa e você vai ficar lá no hospital SOZINHO"... aí ele abre a boca rapidinho e come... (4 anos parcial – M 12)

...eu falo... "NÃO::... você precisa comer..." (...) "...senão você vai ficar DOENTE"... esse tipo de coisa que eu fiz muitas vezes... eu confesso... faço até hoje até::... (3 anos parcial – M 20)

...eu falo que ele vai ficar doente se ele não comer... essas coisas assim::... eu falo que se ele não comer ele vai ficar FRACO... -- porque uma vez ele teve internado né?/... por causa de estomatite... então ele lembra --... então eu falo que ele vai ficar DOENTE... que vai ter que ficar

internado pra/ tomar soro igual aquela vez... aí ele come RAPIDINHO...
(5 anos integral – M 19)

Aqui percebemos que a estratégia utilizada pelas mães é a lembrança de episódios dolorosos vivenciados por seus filhos, particularmente os casos de hospitalização, para que a criança consuma quantidades de alimentos determinadas pelas próprias mães. Portanto, entendemos que, assim como na coação, em que é feita uma insistência exagerada, aqui a mãe, ao lembrar os episódios dolorosos, transmite à criança a mensagem de que a sua sensação interna de saciedade não é relevante, fato este que pode impedir o desenvolvimento de um autocontrole adequado ⁽⁷⁾. Como resultado disso, a criança pode vir a depender da sugestão externa para iniciar, manter e terminar sua refeição ⁽⁷⁾.

- **Castigo**

O castigo é utilizado por seis das dezesseis mães que utilizam algum tipo de estratégia durante as refeições.

...mas varia... tem dia que ela só tá/ a fim de chocolate... só a fim de besteiras né?... então eu tenho que usar algumas ARTIMANHAS... tenho que fazer uma certa chantagem... “ah... se não comer não vai passear... se não comer não vai brincar... não vai na casa da amiguinha”... alguma coisa assim né?... (4 anos integral – M 05)

...ah::... não assiste televisão... não vai brincar... e não vai levantar da cadeira enquanto não comer ((risos))... porque NÃO DÁ... não tem como::... aí ela come... (5 anos parcial – M 09)

...e eu fico no pé... ..“**ah::... eu não quero agora**” ele fala... “NÃO QUER::?... vamos comer AGORA MESMO rapaz”... “então NÃO VAI brincar... então NÃO VAI fazer isso”... O QUÊ::?... ele não dá problema de saúde pra mim por causa disso... (3 anos parcial – M 08)

...eu falo que ele não vai assistir às novelas do “SBT ®”... então ou ele COME... ou ele fica sem assistir televisão... aí ele termina comendo... porque ele sabe que eu sou dura na hora de comer mesmo::... eu pego FIRME com ele... aí ele termina comendo::... não tem outra opção pra/ ele não comer... (5 anos integral – M 18)

...eu falo... “NÃO::... você precisa comer porque senão você NÃO VAI SAIR”... (3 anos parcial – M 20)

...eu mando ela SENTAR e se ela não sentar eu BATO NELA... ou senão eu boto ela de castigo no quarto DELA:::... aí quando eu vou lá... ela já comeu a comida TODINHA... querendo ou não querendo ela COME... (4 anos integral – M 21)

Aqui vemos que todas as mães utilizam essa estratégia com o objetivo de a criança consumir quantidades de alimentos preestabelecidos pelas próprias mães, podendo prejudicar, assim, o controle de saciedade da criança. Além disso, conforme citado anteriormente, as crianças, quando são coagidas por meio de castigos a consumir quantidades de alimentos impostas, podem criar mecanismo de repulsa, não aceitando o alimento e reagindo energicamente à imposição que lhe é feita ⁽⁸⁶⁾, transformando o momento da alimentação em momentos de brigas e discussões, diminuindo assim o prazer da hora da alimentação.

- **Brincadeira**

Há ainda as mães que utilizam brincadeiras tanto para que, de forma lúdica, a criança seja estimulada a provar os alimentos quanto para “forçá-la” a ingerir maior quantidade ou determinados alimentos. Esta foi utilizada por quatro das dezesseis mães que utilizam algum tipo de estratégia.

Ah:::...eu falo que ele vai ficar FORTE... igual ao super-herói ((risos))... mas isso é mais pra/ legumes...

Pesquisadora: E qual é o resultado?

Entrevistada: Ele come um pouquinho ((risos))... AJUDA né?/ (5 anos integral – M 19)

...então eu faço aquele purê normal tal... ele olha assim:::... ((semblante desconfiado))... então eu tenho que fazer uma coisa mais ENFEITADA... para chamar mais a atenção... -- porque eu gosto muito de brincar com ele -- ...então eu faço uma carinha... “olha... ele tá/ sorrindo” eu falo... então ele acaba entrando na brincadeira... eu tenho essa facilidade de fazer isso... porque ele entra na comédia também... e acaba comendo... às vezes é até uma coisa que ele não vai gostar depois... mas ele experimenta... (5 anos integral – M 01)

Aqui percebemos que as estratégias são utilizadas de forma a estimular a ingestão de determinados alimentos.

Na literatura encontramos diversas estratégias positivas neste sentido: estimular a criança a aproximar-se dos alimentos, através do toque, odor e textura ⁽³⁴⁾; utilizar a horta caseira, para que a criança se sinta valorizada por ter plantado e colhido o alimento, estimulando-a assim a prová-lo ⁽³⁴⁾; estimular a criança através da confecção e degustação dos pratos geralmente recusados; e finalmente utilizar a linguagem dramática (faz-de-conta), para que a criança conheça as características e funções dos diferentes alimentos ⁽⁹⁰⁾. Assim, vemos que existem, portanto, várias estratégias positivas com o objetivo de estimular a ingestão tanto dos alimentos novos no cardápio quanto dos alimentos normalmente recusados, porém em nosso estudo percebemos que essas estratégias são realizadas por uma minoria (2 de 16 mães), enquanto a maioria delas, talvez por desconhecimento dos prejuízos a longo prazo, ainda se utiliza das estratégias negativas.

Por outro lado, existem ainda as mães que se utilizam da estratégia das brincadeiras para que haja um maior consumo (em quantidade) dos alimentos.

...é:.... é que às vezes a gente faz uma brincadeira... assim:....
“vamos ver quem come MAIS... vamos ver quem come MAIS”... aí ganha
prêmios... então a gente põe troféu... coisa parecida... e daí ele COME...
(6 anos parcial – M 07)

Eh:.... aqui a gente faz AVIÃOZINHO... a gente pega a comida no
pratinho dele e DIVIDE... eu puxo um pouquinho e falo... “isso aqui você
COME:.... isso aqui você não precisa comer”... aí ele vai comendo e eu
vou tirando um pouquinho do montinho que ele não precisava comer e
colocando no montinho que ele precisa comer... (3 anos parcial – M 16)

Aqui vemos que as brincadeiras utilizadas não são para estimular a aceitação de alimentos recusados de forma lúdica, mas sim para que a criança consuma quantidades de alimentos preestabelecidas pelas mães. Como citado anteriormente, esta técnica é prejudicial e faz com que a criança perca a sensação de saciedade, condicionando-a a pensar que a quantidade ideal é sempre a que a mãe lhe impõe ^(7,18).

Segundo Madeira e Aquino ⁽¹⁸⁾, as estratégias utilizadas com o objetivo de distrair a criança, como, por exemplo, o aviãozinho (M 16), aumentam ainda mais o interesse da criança pelo ambiente que a cerca, diminuindo assim o interesse pela comida, que já é pouco.

- **Conversa**

Além das brincadeiras, há ainda uma mãe que utiliza a conversa para estimular a criança a ingerir determinados alimentos.

...às vezes a gente conversa um pouco... quando existe um... “ai... eu NÃO QUERO ISSO... não quero AQUILO... NÃO QUERO EXPERIMENTAR ISSO”... a gente insiste um pouquinho e ele acaba comendo... (6 anos integral – M 02)

Aqui vemos que a mãe utiliza a estratégia da conversa quando há a recusa de determinados alimentos, tendo um resultado positivo. Vemos que este é também um importante recurso a ser utilizado em IELs nas “rodas da conversa”, pois a criança, ao conhecer as características e funções dos diferentes alimentos, será estimulada a consumi-lo, uma vez que já “conhece” o alimento. Porém, entendemos que não deve haver insistência para que esta consuma o alimento, uma vez que se perderá o objetivo da estratégia, que é estimular a aprendizagem e a curiosidade da criança para com o alimento.

- **Oferecer os alimentos preferidos das crianças**

A estratégia de oferecer os alimentos preferidos das crianças é utilizada por cinco das dezesseis mães que utilizam algum tipo de estratégia durante as refeições. Assim, vemos que essas mães, diante das recusas de

seus filhos, acabam por ceder e oferecer apenas os alimentos mais consumidos por eles.

...ela não é::: não é difícil assim de comer... eu procuro tá/ fazendo o que ela gosta... né?/... então pra mim tá/ tudo bem... (6 anos integral – M 03)

...como que eu posso insistir para uma criança de quatro anos... eu vou dar NA BOCA?... é DIFÍCIL... você entendeu?... eu::: quando ele era pequenininho ele tomava... agora... com quatro anos ele não toma... então é DIFÍCIL... então eu acabo dando o que ele gosta... (4 anos parcial – M 06)

...então na janta... quando ele quer jantar... eu procuro dar queijo branco pra/ ele... --porque ele gosta de queijo -- ...queijo e pão... então é o que eu mais faço né?/... (3 anos parcial – M 16)

Esta estratégia, que talvez até tenha resultados imediatos positivos, a longo prazo leva à monotonia e ao desinteresse ⁽¹⁸⁾, prejudicando ainda mais o hábito alimentar da criança.

Há ainda as mães que, diante das recusas de seus filhos, acabam cedendo e oferecendo alimentos de baixo valor nutritivo, ocorrendo portanto a troca das refeições por esses alimentos. Este fato acontece esporadicamente para uma das mães e quase que diariamente para outra.

...tem vezes que eu acho que ela não se alimenta bem... às vezes ela quer só besteira... às vezes ela até deixa de comer né?/... então::: se chegar assim e ela pular umas duas refeições... (...) ...só na terceira que eu começo a cobrar mais... forçar um pouquinho mais... fazer uma chantagenzinha... pra ver se ela se alimenta... aí eu já começo tentar dar uma coisa que ela goste mais... ou fazer uma mistura que ela goste mais... ou::: um chocolate... um iogurte... um “Danone®” diferente... (4 anos integral – M 05)

Olha::: em uma semana de sete dias::: três dias ele come e o restante é leite e bolacha... eu já compro porque::: eu sei que ele gosta e também pra/ poder MANTER ele... porque::: não sei como ele não foi pro hospital ainda... acho que é por causa do “Danone®”... ontem mesmo::: o pai dele trouxe os “Danone®”... trouxe água de coco pra/ não desidratar... então ele toma essas coisas... eu compro essas coisas no lugar da comida... porque ele não gosta de experimentar NÃO... (4 anos parcial – M 12)

Aqui vemos claramente a preocupação da mãe 12 com a saúde de seu filho (...não sei como ele não foi pro hospital ainda... acho que é por causa do “Danone®”...). Assim, vemos que essas mães, diante das recusas, terminam por compensar com outros alimentos que nada têm a ver com a necessidade nutricional de seus filhos, mas fazem com que estes se sintam saciados.

Segundo Abreu e Fisberg ⁽²¹⁾, a estratégia de oferecer substitutos de baixo valor nutritivo prejudica o hábito alimentar da criança, além de fazer com que a criança associe as suas recusas ao substituto alimentar que deseja. Além disso, conforme citado anteriormente, a utilização exagerada desses alimentos pobres em vitaminas e minerais tende a gerar estados carenciais, com impacto possível para o crescimento e desenvolvimento ^(4,67).

4.4 Alimentação da criança na instituição de educação infantil

A alimentação da criança na IEI é relatada por vinte das vinte e uma mães participantes do estudo, porém vemos que a instituição não possui estratégias padronizadas com o objetivo de informar aos pais sobre a alimentação neste local, exceto um vídeo onde são apresentadas no início do ano letivo as atividades realizadas na instituição, incluindo a alimentação. Assim, as mães compõem a informação por fragmentos, através dos comportamentos observados nos filhos, das informações relatadas pelos filhos e das informações obtidas da instituição. Porém, vemos que, de fato, as mães relatam que desconhecem o que realmente acontece na IEI nos momentos de alimentação.

...eu não tenho o cardápio pra acompanhar... pra saber o que ele tá/ comendo... o que ele não tá/... mas pelo que ele ((filho)) me conta e pelo vídeo que vi...(6 anos integral – M 02)

...é que:....eu não tenho acompanhado direito... assim... o dia-a-dia dela lá... (4 anos integral – M 05)

...eu não sei:.... até agora eu não recebi nenhum cardápio da escola... eles não falaram o que eles dão na escola... eu sei por ELE ((filho))... às vezes eu pergunto... “filho, o que você comeu hoje?”... ele me fala... eu QUERIA saber... sabe:.... eu queria saber o que a escola:.... se a escola costuma dar frutas... tem hábito de dar frutas... eu queria saber se a escola... é:.... eu queria saber a ALIMENTAÇÃO da escola... (...) ...a mãe não fica sabendo a alimentação... eu não sei quando ele comeu... se ele está falando a verdade... se ele se alimentou... eu queria saber... eu queria que a escola tivesse:.... me desse:....tivesse um meio de eu ficar sabendo... (4 anos parcial – M 06)

...eu não sei como é lá na escola né?/... você não sabe se come um pão inteiro ou não... não sei... porque ele fala que COME... -- as mães falaram na reunião:.... porque a gente não tá/ lá pra/ ver né?/...-- que nem... ele fala... “*eu tomei suco... com pão*”... mas será que comeu o pão INTEIRO?... né?/... será que tomou o copo de suco INTEIRO?... a gente não TÁ VENDENDO né?/... (...) ...a única dúvida que eu tenho é essa... porque você não tá/ lá pra/ ver... isso aí ela não fala na reunião... se a criança come bem:.... aceita bem o lanche... o suco:.... o meu filho fala né?/... as mães perguntavam no dia da reunião... elas têm um certo receio... eu percebi... eu não tenho muito porque eu vejo que tá/ BEM né?/... ele não tem problema de saúde... se ele fosse uma criança que não come... que tá/ doente por causa disso...(3 anos parcial – M 08)

...é que a gente não sabe como ele senta lá pra comer... como eles:.... -- porque uma época a gente podia ir lá... ficar um dia dando uma olhada como é que funciona... hoje em dia parece que não sei... não tem esta liberdade de ir lá --... então eu não sei como é servido o lanche dele... ele vem... conta que vão sentando... comem lanche... depois escovam os dentes... lavam a mão... (6 anos parcial – M 07)

...eu sei através da minha filha... porque todo dia eu pergunto... “filha... o que você comeu?”... e ela fala pra/ mim... (...) ...eles não colocam:.... eu acho que eles poderiam colocar o cardápio... (5 anos parcial – M 10)

...em casa eu tô vendo né?/... eu SEI o que ele come... eu FAÇO ele comer... na escola não:.... na escola... se não comer... NÃO COMEU... elas vão jogar fora né?/... elas não vão forçar a criança a comer... eu acho que não... (4 anos parcial – M 12)

...aqui EU SEI o que eu tô/ dando pra/ ela e lá eu não sei o que eles tão dando né?/... (6 anos parcial – M 14)

...eu não sei:.... porque eu não vejo ele comer lá... eu NÃO vejo... (5 anos integral – M 15)

ah:.... eu não sei o que ele come lá:.... não sei o que é servido... eu pergunto... “Igor o que você fez hoje?”... “*eu lanchei:.... eu fui no PARQUINHO*”... então eu falo... “mas o que você comeu?”... “*comi*

PÃO"... ele só fala que comeu pão... TODO DIA ele só fala que comeu pão:... então eu não sei se é verdade... se é pão que ele comeu:... se é suco ou outra coisa... eu não sei:... ele não sabe me dizer... então a alimentação que ele tem feito lá eu não sei... (3 anos parcial – M 16)

...eu não tenho muito contato com o pessoal aqui da escola... então eu não posso te falar o que eu não vejo... (6 anos parcial – M 17)

...na escolinha ele deve se alimentar direitinho por causa das outras crianças que deve comer... porque eles mesmos se servem... e o que ele se serve ele come tudo... mas os legumes eu acho que ele não deve tá/ comendo ((risos))...

Pesquisadora: Como você fica sabendo?

Entrevistada: Eu não fico sabendo... (5 anos integral – M 18)

...na escola ela toma só lanche... eles não oferecem outra coisa... então é o pão com não-sei-o-quê e o pão com o não-sei-o-que-lá... (3 anos parcial – M 20)

...o irmão dela fala que ela come muito pouco... (4 anos integral – M 21)

...ela conta:... porque eu pergunto pra/ ela... ela fala... "hoje foi suco e pão com margarina" --porque ela gosta de pão com margarina...-- (...) ... então eu costumo perguntar o que ela comeu...

Pesquisadora: Então você fica sabendo pela sua filha?

Entrevistada: É:... pela minha filha... (4 anos parcial – M 11)

Assim, vemos que, apesar do programa de incentivo ao consumo dos diferentes alimentos, a ausência de estratégias padronizadas de informação aos pais leva ao desconhecimento, à coleta de informações por fragmentos e até a uma imagem errônea dos momentos de alimentação na instituição, como veremos a seguir.

4.4.1 Comportamentos observados nos filhos

- Mudança do comportamento durante as refeições**

Dez das 21 mães supõem o que acontece na IEI nos momentos de alimentação através da mudança do comportamento alimentar de seus filhos e do comportamento à mesa durante as refeições.

...no primeiro ano que ele veio... ele queria fazer tudo sozinho... não sei se é porque eles ensinaram... aí tinha que pôr toalhinha... e tal:.... então eu achei que foi o ensinamento deles... (...) ...ele se comporta mais na mesa... sei lá:.... senta... come DIREITO... não derruba nada... antes ele jogava no chão... esparramava na mesa... (6 anos parcial – M 07)

...ele tem comido fruta... acho que lá eles oferecem fruta na sobremesa... ou no lanchinho... (6 anos integral – M 02)

...ele não comia fruta... não adiantava insistir... a única fruta que ele comia era banana... e as outras veio com o tempo devido à escola... entendeu?/... (...) ...eles trabalham muito com isso... com alimentação... (5 anos integral – M 01)

...ela gosta de verduras... FRUTAS... coisas assim que a instituição até incentiva mais ela tá/ comendo... porque ela vê as outras crianças... e aí pegou mais o hábito de tá/ se alimentando através de frutas e legumes que a instituição oferece... (6 anos integral – M 03)

...ele aprendeu muito a comer verdura aqui na escola... porque geralmente em casa ele não comia... não comia SALADA... e hoje ele já come... (6 anos integral – M 04)

...então eu acho que ela vê a molecadinha... experimenta isso:.... experimenta aquilo:.... então ela acabou com MAIS variedades AINDA... (...) ...ela ficava mais maleável pra/ aceitar novas opções... tô/ oferecendo e ela tá/ aceitando... eu falo... “ah::: ...experimenta:::” ...e ela ficou MAIS MALEÁVEL... (4 anos integral – M 05)

...lá na escola ela está envolvida com outras crianças... então ela aprendeu a comer sozinha e está até mais INDEPENDENTE... (4 anos parcial – M 11)

...lá na escola é eles mesmos que colocam a comida deles... então:.... em casa agora ela mesma quer colocar a comida dela... (4 anos integral – M 13)

... ele aprendeu a comer salada.... tomate:.... alface e cebola na escola... antes ele não gostava (5 anos integral – M 15)

...tem coisas que ela não comia em casa e que ela começou a comer aqui na escola... então:.... pão ela não gostava.... agora ela já gosta... arroz-doce... pão com salsicha... tudo isso ela não gostava de comer em casa... depois que ela veio pra/ escola... ela começou a comer essas coisas... suco de laranja ela também não tomava... agora:.... se desse um copo de refrigerante ela tomava... (...) ...eu acho também que de tanto ela ver os outros comendo... AJUDA NÉ?/... em casa ela é sozinha:.... porque é só eu e ela... (6 anos parcial – M 17)

Desse modo, notamos que essas mães coletam as informações através da mudança no comportamento alimentar e no comportamento à mesa de seus filhos, imaginando assim como é realizada a alimentação na instituição. Assim, percebemos que essas mães vêem a alimentação na instituição como um momento de aprendizado e incentivo ao consumo dos diferentes alimentos (M 01, M 02, M 03, M 04 e M 15), um momento de interação social entre as crianças, onde há a influência e o estímulo mútuos (M 03, M 05, M 11 e M 17), um momento onde a criança aprende a servir-se (M 07, M 11 e M 13) e onde são ensinados os comportamentos que esta deve ter à mesa (M 07).

- **Estado em que a criança encontra-se no retorno ao domicílio**

Doze das 21 mães supõem o que acontece na IEI nos momentos de alimentação através do estado em que a criança se encontra no retorno ao domicílio, sendo que dessas doze mães onze relataram que seus filhos retornavam com fome ao domicílio, e destas apenas uma não teceu comentários sobre o assunto. Quatro atribuíram a fome às atividades realizadas na IEI e as demais demonstraram desconfiança quanto à aceitação alimentar da criança e até mesmo à quantidade de alimentos oferecidos na IEI.

...ele chega com fome... (5 anos integral – M 15)

...ele chega DESESPERADO de fome... ele chega com fome... porque pula muito também... (3 anos parcial – M 08)

...ela brinca... e quando chega em casa ela tá/ MUITO esfomeada... (3 anos parcial – M 20)

...lá ele disse que lanchava... assim:::... mas chegava em casa MORRENDO de fome... não sei se lá ele queimava energia:::... (6 anos parcial – M 07)

...às vezes ela chega com fome... mas ela tá/ correndo o tempo todo... ela tá/ gastando energia... então eu vejo que... se ela não tivesse se alimentado bem ela tava fraquinha... (4 anos integral – M 05)

Aqui vemos que as mães atribuem às atividades físicas o fato de a criança chegar com fome ao domicílio, sendo que a maioria delas (M 05, M 08, M 20) não demonstra desconfianças em relação à instituição. Porém, vemos que uma delas demonstra dúvidas sobre o assunto (M 07). Além disso, percebemos claramente a preocupação da mãe 05 ao avaliar as possíveis atividades realizadas na instituição, a alimentação realizada e o estado geral de sua filha.

Em contrapartida, há as que desconfiam abertamente da aceitação alimentar da criança na instituição e até da quantidade de alimentos oferecidos.

...ela chega em casa MORRENDO de fome... ela chega querendo comida... querendo comer alguma coisa... às vezes come "Sucrilhos ®"... come um "Danone ®"... come PÃO:... então por isso que eu falo que acho que ela não come bem lá... (5 anos parcial – M 09)

...ele chega FAMINTO... ele chega caçando o que comer... ele fala... "*mamãe eu quero meu leitinho*"... (...) ...eu acho que ele não come lá na escola... é alguma coisa que serve lá... ou ele começa a brincar e não come:... aí ele chega DEVORANDO TUDO... (3 anos parcial – M 16)

...eles chegam VARADOS de fome... parece que não almoçou e nem tomou café da tarde lá... entendeu?... então eu acho que deixa a desejar... (5 anos parcial – M 10)

...quando ele chega da escola a primeira coisa que ele faz é pedir leite... aí eu sei que ele não comeu... (4 anos parcial – M 12)

...ela chega com uma fome TÃO GRANDE em casa... e eu acho também que o lanche é POUCO... eles não dão comida à vontade... e em casa não é assim né?/... em casa ela come À VONTADE... não tem essas coisas... e sabe:... ela chega com uma fome TÃO GRANDE:... QUE SÓ VENDENDO... (6 anos parcial – M 17)

...mas depois que ela voltou das férias eu tô/ vendo diferença... ela chegava em casa CHEIA DE FOME... mexia na geladeira... e eu falava... "Kelly... tu não comeu na escola NÃO?"... "*ai mãe:... eu comi*"... aí eu falava... "comeu BASTANTE?"... -- mas de vez em quando ela mente --... "comi TUDO"... (4 anos integral – M 21)

Percebemos aqui que as mães, ao coletarem as informações tendo por base o estado em que as crianças retornam ao domicílio,

terminam por “criar” a imagem de que a criança não se alimenta adequadamente na instituição (M 09, M 10, M 12, M 16 e M 21) e até mesmo de que esta não possui alimentos em quantidade suficiente para atender a todas as crianças (M 17). Outro fato interessante é que, entre essas crianças que apresentaram fome no retorno ao domicílio, oito a freqüentam em período parcial (8 de um total de 11 matriculadas no período parcial); em contrapartida, do período integral, apenas três mães relataram tal fato (3 de um total de 10 crianças matriculadas no período integral), o que nos leva a crer que este fato talvez ocorra mais entre as crianças de período parcial.

Além disso, vemos que entre as seis mães que desconfiam abertamente da instituição, cinco são do período parcial e apenas uma do integral, o que também nos leva a supor que esta desconfiança predomine entre as mães que têm filhos matriculados no período parcial.

Abaixo, uma das mães de período parcial relatou que sabia o motivo pelo qual a criança retornava com fome ao domicílio.

...como a escola é pertinho eles acabam de comer entre meio-dia e meia... e meio-dia e quarenta e cinco... então eu levo eles quase em cima da hora... porque é perto né?... e o lanche é dado umas quatorze horas... então o intervalo é muito pequeno... (...) ...eu até achava que o lanche era dezesseis horas:... mas depois eu descobri que era às quatorze horas... (5 anos parcial – M 10)

Aqui vemos que essa criança almoça às 12h45, o horário de entrada na IEI é às 13 h, e o lanche é servido às 14 horas. Assim, vemos que, devido à proximidade dos horários, essa criança aproveita muito pouco o lanche e, em contrapartida, permanece até as 17 h sem refeição, o que a faz chegar com fome em casa.

Apenas esta, das oito mães de período parcial, relatou em algum momento da entrevista estar informada sobre o horário de lanche na IEI. Assim, percebemos que a falta de informação, aliada à falta de comunicação

entre a instituição e as mães, gera uma imagem errônea sobre a alimentação na IEI, o que pode criar até mesmo futuros conflitos entre as mães e a instituição. Em contrapartida, vemos que este fato ocorreu apenas com uma pequena parte das crianças matriculadas em período integral, o que nos leva a supor que o horário, tanto quanto as atividades físicas realizadas na IEI, influencia no fato de a criança chegar com fome ao domicílio. Assim, percebemos que os horários das refeições e dos lanches em casa e na instituição não são elaborados de forma a favorecer a criança, sendo que esta acaba arcando com o dever de lidar sozinha com os horários destes dois ambientes, o que a faz ingerir os alimentos em horários muito próximos ou recusar o lanche seguinte, ficando, neste último caso, com um grande intervalo de tempo sem alimentação.

Quanto às crianças de período integral, vemos que a maioria delas não relatou que a criança retorna com fome ao domicílio, sendo que uma delas inclusive citou:

...eu acho que na escola ele deve se alimentar MELHOR do que em casa... eu acho:.... porque eu pego ele às dez pras/ cinco e ele não tá/ com fome... ele vai jantar lá pras/ seis e meia... sete horas da noite... então eu acho que ele se alimenta melhor na escolinha... (5 anos integral – M 18)

As crianças em período integral têm intervalos preestabelecidos para as refeições e lanches, de forma a não haver horários próximos ou intervalos longos, sendo a entrada às 7h30, o lanche da manhã às 9h30, o almoço às 11h30 e o lanche da tarde às 15h30, sendo que era este o último grupo a receber o lanche da tarde. Assim, vemos que as crianças de período integral são beneficiadas quanto aos horários das refeições, de forma a ser este provavelmente o motivo pelo qual a maioria das crianças não retorna com fome ao domicílio.

4.4.2 Informações relatadas pelos filhos

Onze das 21 mães supõem o que acontece na IEI nos momentos de alimentação através das informações que recebem de seus filhos.

...eu não tenho o cardápio pra acompanhar... pra saber o que ele tá/ comendo... o que ele não tá/... mas pelo que ele ((filho)) me conta e pelo vídeo que vi... e:::... EU SEI que é assim mesmo... né?/... (6 anos integral – M 02)

...eles não falaram o que eles dão na escola... eu sei por ELE ((filho))... às vezes eu pergunto... “filho o que você comeu hoje?”... ele me fala... (4 anos parcial – M 06)

...a única dúvida que eu tenho é essa... porque você não tá/ lá pra/ ver... isso aí ela não fala na reunião... se a criança come bem:::... aceita bem o lanche... o suco:::... o meu filho fala né?/... (3 anos parcial – M 08)

...então eu não sei como é servido o lanche dele... ele vem... conta que vão sentando... comem lanche... depois escovam os dentes... lavam a mão... (6 anos parcial – M 07)

...eu sei através da minha filha... porque todo dia eu pergunto... “filha... o que você comeu?”... e ela fala pra/ mim... (5 anos parcial – M 10)

...ela conta:::... porque eu pergunto pra/ ela... ela fala... “hoje foi suco e pão com margarina” --porque ela gosta de pão com margarina...-- (...) ... então eu costumo perguntar o que ela comeu...

Pesquisadora: Então você fica sabendo pela sua filha?

Entrevistada: É:::... pela minha filha... (4 anos parcial – M 11)

Ah:::... eu não sei o que ele come lá:::... não sei o que é servido... eu pergunto... “Igor o que você fez hoje?”... “*eu lanchei::: eu fui no PARQUINHO*”... então eu falo... “mas o quê você comeu?”... “*comi PÃO*”... ele só fala que comeu pão... TODO DIA ele só fala que comeu pão:::... então eu não sei se é verdade... se é pão que ele comeu:::... se é suco ou outra coisa... eu não sei:::... ele não sabe me dizer... então a alimentação que ele tem feito lá eu não sei... (3 anos parcial – M 16)

...meu filho também fala que eles que se servem... eles que põem a comida:::... eles que fazem o pratinho deles... tudo orientados pela professora... então creio eu que seja assim né?/... (5 anos integral – M 19)

...como só dão o café... o suco e o pão né?/... então:::... quando dão fruta é maçã ou banana... ela deve comer assim:::... a METADE do pão:::... o suco ela deve tomar... mas o PÃOZINHO:::... quando tem

“Sucrilhos ®” ela fala que não come... ela põe só um pouquinho:... come só um pouquinho...

Pesquisadora: E como você fica sabendo?

Entrevistada: Por meio DELA ((filha))... então:... a escola não fala... (5 anos parcial – M 09)

...como ela é maiorzinha... eu pergunto pra/ ela... (6 anos parcial – M 17)

Uma das mães relatou ser informada pelo irmão da criança, que também frequenta a instituição.

...o irmão dela fala que ela come muito pouco... (4 anos integral – M 21)

Percebemos aqui que essas mães coletam as informações através das informações obtidas com os próprios filhos, imaginando assim como é realizada a alimentação na instituição. Assim, percebemos que essas mães vêem a alimentação como um momento onde a criança aprende a servir-se (M 19), além de construir uma imagem acerca da rotina na IEI (M 07), da quantidade de alimentos consumidos (M 08, M 09 e M 17) e do cardápio (M 02, M 06, M 09, M 10, M 11), porém vemos aqui que essas informações podem estar na dependência do desenvolvimento cognitivo e da linguagem da criança (M 16).

4.4.3 Informações da instituição

Seis das 21 mães relatam ter recebido informações acerca da alimentação dos seus filhos na IEI, porém vemos que essa informação restringiu-se a uma apresentação em fita de vídeo, feita a todas as mães no início do ano letivo, em que mostrava o momento das refeições e dos lanches, assim como das demais atividades realizadas na instituição.

Porque a professora já conversou com a gente em relação a isso..... já mostrou vídeo né?/... eles mostram:.....eles mostram a fita deles COMENDO... deles DORMINDO...né?/... como é período integral... então eles querem mostrar para a gente que eles estão sendo bem tratados aqui... né?/... e é muito gostoso isso... e no vídeo... aqui... pelo que mostrou no vídeo... eu acredito que seja... a criança não tem aquela OBRIGAÇÃO de comer aquilo... ela se serve do que ela GOSTA de comer... ela vai lá e se serve... só que é aquele negócio de mãe... a professora diz... “ai... experimenta aquilo ali... você não comeu”... e a criança... “ai...eu não gosto”... aí ela fala... “tá/ bom... mas põe só um pouquinho”... “mas eu não gosto”.... então ela fala... “mas põe um pouquinho”... entendeu?... então fica aquela insistência... a criança coloca... come... e gosta... (5 anos integral – M 01)

...então quando ele vai almoçar... -- eu presenciei num vídeo que eles filmaram na hora do almoço -- ... ele come LEGAL... e ele mesmo se serve... então ele coloca o arroz... o feijão... a mistura*... a saladinha... (6 anos integral – M 02)

...a gente assistiu fita de vídeo... a professora... ela... não que ela forçava:..... mas ela falava... “ô:.... esqueceu de experimentar a carne... ô fulana:.... experimenta a carne... beltrano experimenta um pouquinho de feijão”... então eu achei legal... porque tipo assim:.... ela nunca forçou... mas ela fazia com que a criançadinha experimentasse... né?/... eu cheguei a ver prato na fita de vídeo e falei... “NOSSA...come DESSE JEITO?”... e ela mesma que se serve lá... e eu achei muito legal isso... eles mesmos que se servem:.... e conforme eu olhava eu falei... “NOSSA... esse prato não faz em casa”... às vezes pode até repetir... talvez eu não tenha tido noção... mas:.... os pratos são SARADOS... né?/... (4 anos integral – M 05)

...teve uma reunião lá na escola que elas filmaram uns meninos comendo... ai que graça:.... é divertido:.... precisa de ver... colocando leite no copo... fazendo lanchinho... tão bonitinho... (3 anos parcial – M 08)

...a professora dele quando tem reunião... ela mostra o vídeo... e no vídeo eles filmam as crianças almoçando:.... uma mesa bem grande com as comidas tudo em cima... então:.... eu vejo que a alimentação lá é boa... é correta:.... tem salada... tem verdura:.... o suco depois... gelatina depois:.... primeiro é a comida com as verduras... (5 anos integral – M 18)

...lá na pré-escola eu não sei ainda:.... porque eu ainda não fui na reunião... quem ia era a pessoa que trabalhava pra/ mim... eu vou ir agora na próxima reunião... mas segundo passaram pra/ mim:.... -- porque ela viu o vídeo deles se alimentando --... e meu filho também fala que eles que se servem... eles que põem a comida:.... eles que fazem o pratinho deles... tudo orientados pela professora... então creio eu que seja assim né?/... (5 anos integral – M 19)

* Mistura: termo utilizado para expressar a adição de alimentos como carnes e refogados no cardápio.

Assim, vemos que essas mães, quando falam acerca da alimentação na instituição, referem-se à fita de vídeo assistida. Aqui, percebemos que essas mães vêem a alimentação como um momento onde a criança aprende a servir-se (M 01, M 02, M 05, M 08 e M 19) e um momento de aprendizado e incentivo ao consumo dos diferentes alimentos (M 01, M 05, M 19), sendo o incentivo comparado às atitudes maternas em casa (M 01). Além disso, têm uma imagem positiva acerca da rotina (M 18) e dos alimentos oferecidos na instituição (M 02, M 18).

Percebemos que o vídeo pode realmente ser um recurso prático e de fácil utilização, além de ser um importante recurso, uma vez que o impacto positivo deste mostrou-se de forma clara nas falas das mães. Apesar disso, vemos que este recurso isolado não trouxe resultados, uma vez que apenas seis das mães entrevistadas relataram ser esta a principal fonte de informações a respeito da alimentação da criança dentro da IEI.

Além disso, há ainda duas situações em que a iniciativa de conversar sobre a alimentação partiu das próprias mães.

...como ela fica o dia todo na escola... eu sempre que posso vou buscar ela e então pergunto pra/ professora dela como ela tá/ se alimentando... a professora fala que ela tá/ se alimentando BEM... (4 anos integral – M 13)

...eu perguntava... “e a Kelly?... dá trabalho pra/ comer?”... e ela falava... (4 anos integral – M 21)

As demais mães participantes do estudo também não citaram o fato de terem tomado tal iniciativa em nenhum momento da entrevista, sendo que uma destas inclusive citou:

...eu sei pelo que a minha filha fala... eu não tenho muito contato com o pessoal aqui da escola... então eu não posso te falar o que eu não vejo... (6 anos parcial – M 17)

Desse modo, vemos que pelo fato de a instituição não possuir estratégias padronizadas com o objetivo de informar aos pais sobre a

alimentação neste local, exceto o vídeo, algumas mães passam a tomar a iniciativa de perguntar sobre a alimentação de seus filhos na IEI (M 13 e M 21). Porém, aqui vemos que apenas duas mães tomaram tal iniciativa, e outra citou que, além de não saber como eram realizados os lanches na IEI, a sua comunicação com a instituição era insuficiente (M 17).

4.5 Influência da Instituição de Educação Infantil no hábito alimentar das crianças

Apesar de a maioria das mães relatar que não tinha conhecimento de como era realizada a alimentação na instituição, quinze das 21 mães entrevistadas relataram que perceberam mudanças para melhor em seus filhos após estes freqüentarem a IEI. As mudanças citadas foram: mudanças na aceitação alimentar, autonomia para servir-se à mesa e mudança nos horários das refeições.

4.5.1 Mudança na aceitação alimentar

Onze das quinze mães perceberam mudanças no comportamento alimentar de seus filhos depois que estes passaram a freqüentar a IEI, sendo que nove destas são do período integral.

...pra/ mim fazer ele comer era ele sentado na mesa e eu do lado BERRANDO... GRITANDO::... empurrando a comida e ele pondo pra/ fora... e agora NÃO... depois que ele tá/ fazendo refeição lá na escola::... ele já chega... toma o banho::... senta na mesa e já janta... então eu não tenho mais dificuldade... às vezes ele fala que não quer alguma coisa... mas ele tá/ se alimentando BEM MELHOR agora... porque ele não comia de jeito NENHUM alguns legumes... batata... mandioca e carne em peça... ele não comia DE JEITO NENHUM... nem que FORÇASSE... se

tivesse cebola ou tomate na comida tinha que tirar TUDO... agora eu não tiro nada... então melhorou MUITO...(5 anos integral – M 19)

...a professora oferece de tudo pra/ criança... então:... depois que ela entrou pra/ escola... ela começou a comer MAIS AINDA de tudo...

Pesquisadora: Você quer dizer de variedade... é isso?

Entrevistada: ISSO... de variedades...(4 anos integral – M 13)

...lá assim:... lá é MAIS FÁCIL porque eles tão/ assim... entre os colegas... se um não quer... o outro mostra pro outro... “*olha vamos comer*”... né?/... assim:... é coisas que ela sempre fala... porque ela fala... “*ai mãe... hoje tinha OVO... eu NÃO QUERIA COMER... mas a minha amiga comeu... aí a gente comeu junto*”... então fica BEM MAIS FÁCIL desta forma... por exemplo... legumes ela comia mas não tanta variedade... hoje ela come... (6 anos integral – M 03)

Eu acho que ela vê a molecadinha... experimenta isso:...experimenta aquilo:... então ela acabou com MAIS variedades AINDA... (...) ...ela ficava mais maleável pra/ aceitar novas opções... tô/ oferecendo e ela tá/ aceitando... eu falo... “ah:: ...experimenta::”...e ela ficou MAIS MALEÁVEL... .(...)... eu acho que influenciou bastante... assim... ver os coleguinhos comendo de tudo... que nem... a gente assistiu fita de vídeo... a professora... ela... não que ela forçava:... mas ela falava... “ô:... esqueceu de experimentar a carne... ô fulana:... experimenta a carne... beltrano experimenta um pouquinho de feijão”... então eu achei legal... porque tipo assim:... ela nunca forçou... mas ela fazia com que a criançadinha experimentasse... né?/... (4 anos integral – M 05)

...eu acho que no meio de todas essas crianças ele termina comendo coisas que ele não era de comer antes... então eu acho que a escolinha tá/ influenciando MUITO o hábito dele... (5 anos integral – M 18)

...eu senti uma mudança assim:...no começo... é:... você começa a perceber... porque pô/... meu filho não comia isso... ele tá/ comendo... que LEGAL... mas às vezes você não associa né?/... a escola à alimentação... depois de um tempo... você vai vendo o vídeo... aí você sabe né?/... foi aí ((apontando para a IEI)) que ele começou a comer legal... né?/... (...) ... ela vai lá e se serve... só que é aquele negócio de mãe... a professora diz... “ai... experimenta aquilo ali... você não comeu”... e a criança... “ai...eu não gosto”... aí ela fala... “tá/ bom... mas põe só um pouquinho”... “mas eu não gosto”... então ela fala... “mas põe um pouquinho”... entendeu?... (5 anos integral – M 01)

... ele aprendeu muito a comer verdura aqui na escola... porque geralmente em casa ele não comia... não comia SALADA... e hoje ele já come... verduras... arroz... feijão... (6 anos integral – M 04)

...ele aprendeu a comer salada... tomate:... alface e cebola na escola... antes ele não gostava (5 anos integral – M 15)

...ele tem comido fruta... acho que lá eles oferecem fruta na sobremesa... ou no lanchinho... eu não sei... mas AJUDA SIM VIU?...

acho que ajudou ele escolher também os alimentos que ele quer... ele sabe que a saladinha é importante... que o legume é importante... a carniinha... não é só o arroz e o feijão... ele acabou comendo de tudo... (6 anos integral – M 02)

Assim, vemos que, das dez mães com crianças matriculadas no período integral, nove notaram mudanças positivas no comportamento alimentar de seus filhos. Essas mudanças foram: as crianças tornaram-se mais “maleáveis” para experimentar alimentos novos (M 03 e M 05) e ainda começaram a consumir os alimentos antes recusados, fato este relatado por todas as mães. Além disso, vemos que as mães atribuíram causas para a mudança do comportamento alimentar: o ambiente social da IEI (M 03, M 05 e M 18), que compreende: o incentivo à ingestão dos alimentos (M 01, M 05 e M 13), assim como aprendizado sobre a importância dos diferentes grupos de alimentos (M 02), além da oferta dos diferentes alimentos, fato este relatado por todas as mães.

Vemos aqui que, ao apresentar um ambiente de incentivo, oferta e aprendizado quanto à importância dos diferentes alimentos, a instituição incentiva a criança a provar e incorporar em sua alimentação os alimentos antes recusados. Assim, a IEI apresenta-se como ambiente social artificial, ou seja, com os conhecimentos científicos adquiridos, criam-se estratégias em seu ambiente, tendo como objetivo final a aceitação dos diferentes tipos de alimentos pelas crianças, o que difere do ambiente familiar, que se apresenta como ambiente social natural, onde não encontramos estratégias específicas com este fim. Assim, vemos que as IEIs podem ajudar na aquisição de bons hábitos alimentares, como também podem estender seus conhecimentos e estratégias às famílias, auxiliando os pais nesta tarefa dentro do domicílio.

Quanto às crianças de período parcial, apenas duas de um total de onze perceberam mudanças no comportamento alimentar de suas filhas, sendo que as mudanças foram quanto à aceitação de alimentos antes recusados. Essas duas mães também atribuíram causas para a mudança do

comportamento alimentar de suas filhas, sendo estas: atividades físicas realizadas na instituição e, assim como no período integral, o ambiente social da IEI.

...ela gasta energia... porque ela brinca... ela fala e conversa:... ela é muito ATIVA... então ela passou a se alimentar muito bem...(3 anos parcial – M 20)

...tem coisas que ela não comia em casa e que ela começou a comer aqui na escola... então:... pão ela não gostava... agora ela já gosta... arroz doce... pão com salsicha... tudo isso ela não gostava de comer em casa... depois que ela veio pra/ escola... ela começou a comer essas coisas... suco de laranja ela também não tomava... agora:... se desse um copo de refrigerante ela tomava... (...) ...eu acho também que de tanto ela ver os outros comendo... AJUDA NÉ?... em casa ela é sozinha:... porque é só eu e ela... (6 anos parcial – M 17)

Aqui percebemos que, ao contrário do período integral, a percepção de mudança no comportamento alimentar das crianças pelas mães foi bem menor. Uma hipótese levantada é que talvez, pelo fato de o tempo de permanência dessas crianças ser menor do que das crianças de período integral, este não permita mudanças efetivas no comportamento alimentar das crianças. Outra hipótese levantada é quanto às refeições realizadas na instituição, onde as crianças de período integral realizam uma refeição e dois lanches e as de período parcial apenas um lanche, não realizando, portanto, nenhuma refeição principal durante o período de permanência.

4.5.2 Autonomia para servir-se à mesa

Quatro das quinze mães perceberam mudanças quanto à autonomia da criança para servir-se à mesa. Essa mudança foi percebida por essas quatro mães depois que seus filhos passaram a freqüentar a IEI.

Eu acho que começou depois da escola mesmo... porque ela começou a comer sozinha... antes era eu que dava:... vamos supor... a sopa eu é que dava na boca dela... então eu limitava ela... eu colocava arroz ... o feijão... e achava que ela não gostava do alface e do tomate...

então eu não dava:... hoje NÃO... ela senta na mesa e tudo que tem ela quer saber o que é... ela quer experimentar... (5 anos parcial – M 10)

...porque a minha filha... como eu sempre trabalhei fora e tinha alguém aqui em casa pra/ cuidar dela... então eu acostumei a pessoa a dar na boca dela... então a pré-escola ajudou bastante porque ela por ser filha única:... lá na escola ela está envolvida com outras crianças... então ela aprendeu a comer sozinha e está até mais INDEPENDENTE... tá/ sendo um SUCESSO pra/ mim:... ela tá/ bem mais independente... COMO EU GOSTEI... (4 anos parcial – M 11)

...lá na escola é eles mesmos que colocam a comida deles... então:... em casa agora ela mesma quer colocar a comida dela... (...) ...ela quer pôr no prato dela... e ela não gosta de pôr pra/ depois jogar... na escola também é assim... porque a professora comentou... “põe o tanto que você acha que você vai comer... se você quiser mais depois você repete”... e o hábito dela tá/ sendo assim também em casa... (4 anos integral – M 13)

...ela botou o banquinho... pegou a cumбуquinha dela e começou a botar comida:... (...) ... porque na escola é eles que botam a comida... não é a professora que bota... aí o Wander virou e falou assim... “mãe... ela come isso aí”... eu achei que aquilo ali não é o suficiente pra/ ela... aí eu deixei ela botar do jeito dela... aí depois ela foi lá e repetiu de novo... (4 anos integral – M 21)

As mudanças percebidas foram uma maior autonomia para servir-se à mesa, além do fato de a criança procurar informar-se a respeito dos alimentos novos no cardápio e ter a iniciativa de experimentá-los (M 10). Acessoriamente, vemos que uma das mães relatou que a autonomia da criança se estendeu além dos momentos de alimentação.

De acordo com o preconizado pelo Referencial Curricular para a Educação Infantil ⁽³⁶⁾, nesta instituição a criança é vista como sujeito ativo, construtora de seu conhecimento e que interage em seu meio físico e social, o que contribuiu para a sua autonomia também no ambiente familiar. Além disso, nesta instituição é utilizado o sistema *self-service*, que também contribui para o desenvolvimento de atitudes como iniciativa e autonomia ⁽⁹¹⁾. Vale destacar aqui que utilizamos a palavra autonomia e não independência, uma vez que o significado da primeira é “a faculdade de governar por si mesmo”, diferentemente da palavra independência, que é “o que está livre de qualquer dependência”.

Além das mudanças percebidas, vemos que as mães também atribuíram causas para a maior autonomia das crianças durante as refeições: o fato de a criança servir-se à mesa na IEI (*sistema self-service*), fato este relatado por todas as mães, o que corrobora o exposto acima, e o aprendizado quanto à adequação da sensação de fome e quantidade de alimentos colocados no prato (M 13, M 21).

Segundo Holland ⁽⁹¹⁾, o aprendizado da saciedade é um exercício de autonomia, devendo esta ser aprendida desde cedo. Mais importante do que “limpar o prato”, o que normalmente vemos os adultos solicitando às crianças, é o aprendizado dos sinais fisiológicos de fome e saciedade, fatores determinantes de quanto a criança deve comer e, conseqüentemente, quanto colocar em seu prato. Segundo Mogharreban e Nahikian-Nelms ⁽⁹²⁾, as crianças aprendem a se auto-regular quando sentem apoio para responder a seus próprios sinais de saciedade.

Há ainda uma mãe que relatou mudanças no comportamento da criança à mesa.

...ele se comporta mais na mesa... sei lá:.... senta... come DIREITO... não derruba nada... antes ele jogava no chão... esparramava na mesa... (...) ...e até na reunião a gente discutiu... a gente disse assim:.... que ele tem que passar o pão... eu disse não:.... lá em casa... eu é que:.... -- não sei se é:.... não quero ver bagunça... sei lá... ou vai bagunçar ou não vai --... eu nunca deixo... (6 anos parcial – M 07)

A mudança aqui relatada é quanto a uma maior destreza da criança para servir-se à mesa, sendo a causa o fato de a criança servir-se à mesa na IEI (*sistema self-service*). Assim, vemos que a IEI, ao instituir o sistema *self-service*, não só auxilia uma maior autonomia das crianças ao servirem-se à mesa, mas também uma maior destreza das crianças em realizar tal tarefa.

4.5.3 Mudanças nos horários das refeições

Duas das quinze mães perceberam mudanças nos horários de refeições. Essas mudanças foram percebidas pelas mães depois que seus filhos passaram a freqüentar a IEI.

...e AJUDA MUITO ele... quando ele está em casa ele sente falta daquele horário da comida entendeu?... então eu acho que quando ele está em casa... ele vai procurar comida NAQUELE horário...(6 anos integral – M 04)

...eu acho que ajudou mais SIM... (...) ...porque:... eu acho que influenciou no horário de alimentação dela... (4 anos integral – M 13)

Assim, percebemos que essas crianças passaram a alimentar-se em horários regulares, devido aos horários preestabelecidos dos lanches e da refeição na IEI.

4.6 Expectativas das mães referentes à alimentação

As mães, no decorrer da entrevista, relataram suas expectativas em relação à alimentação da criança em casa e na IEI.

4.6.1 Expectativas das mães referentes à alimentação em casa

Nove das 21 mães entrevistadas relataram ter algum tipo de expectativa em relação à alimentação da criança em casa. As expectativas citadas foram: mudança no hábito alimentar e na quantidade de alimentos ingeridos.

- **Qualidade de alimentos ingeridos**

Das oito mães que relataram algum tipo de expectativa em casa, sete afirmaram ter expectativas quanto à qualidade dos alimentos ingeridos por seus filhos.

...que me dê menos trabalho pra/ comer os legumezinhos que eu gosto de fazer ((risos))... eu tô/ fazendo e ele já vai olhando e dizendo... “isso daí EU NÃO GOSTO”... aí eu digo... “você NEM COMEU”... (5 anos integral – M 19)

...eu espero que:..... não precise tá/ fazendo as ((risos))... brincadeiras que a gente faz né?/... pra/ ele comer:..... que a gente coloque no prato e ele coma de TUDO... variedade e :..... quantidade né?/... uma comida balanceada de legumes... verduras... (3 anos parcial – M 16)

...eu espero que eu possa botar a comida na mesa e ela comer SOZINHA... sem eu precisar bater nela ou botar ela de castigo... de livre e espontânea vontade... que ela falasse assim... “MÃE:..... EU QUERO COMIDA”... fazer igual o Wander fala... “MÃE:..... EU QUERO COMIDA”... aí eu vou lá e boto a comida e ele senta na mesa e come... (4 anos integral – M 21)

...ah:..... eu queria que ela comesse tudo que eu fizesse ((risos))... eu queria... mas ela:..... ela é DIFÍCIL... (5 anos parcial – M 09)

...eu queria que ele gostasse de verdura:..... gostasse de salada... de brócolis... de agrião:..... eu queria que ele gostasse de tudo isso... mas é DIFÍCIL ((risos))... difícil MESMO ((risos))...

Pesquisadora: Você tem mais alguma expectativa?

Entrevistada: Não:..... é só isso mesmo... legumes e verduras:..... queria muito que ele comesse numa boa... sem tá/ machucando ((risos))... (5 anos integral – M 18)

...a expectativa é que ele comece a comer BEM... (4 anos parcial – M 12)

Pesquisadora: Você já falou qual sua expectativa em relação à instituição... e em casa?

Entrevistada: Ah:..... em casa:..... em casa a gente faz de tudo pra/ ele comer... né?/...

Pesquisadora: O que é esse tudo que você faz?... você pode me explicar?

Entrevistada: Mamãe BRIGA ((dirigindo-se ao filho))... mamãe CONVERSA... mamãe fica NERVOSA... mamãe ichi:..... o que a mamãe não faz né/ Paulo?... (4 anos parcial – M 06)

Aqui percebemos que as expectativas são quanto à qualidade dos alimentos ingeridos, porém vemos também expectativas quanto à quantidade de alimentos ingeridos (M 12, M 16). Além disso, é interessante observarmos que essas mães têm o desejo de que seus filhos mudem “por

si mesmos” o comportamento alimentar. Porém, isso não significa que as mães não tentaram de algum modo modificar o comportamento alimentar de seus filhos. Conforme visto anteriormente, todas essas mães utilizaram pelo menos dois tipos de estratégia, sendo que a mãe 18 utilizou cinco tipos diferentes de estratégias (barganha, persuasão, castigo, coação, além de misturar os alimentos). Assim, entendemos que as mães, com o desejo de mudar o hábito alimentar de seus filhos, utilizam-se dos recursos disponíveis, que aprenderam muitas vezes com familiares e amigos. Porém, vemos que esses recursos (estratégias) não trouxeram resultados positivos, pois além de ainda terem expectativas de mudança do hábito alimentar, algumas delas acabam cedendo e oferecendo freqüentemente os alimentos preferidos de seus filhos (M 06, M 16), além de a mãe 12 relatar que troca as refeições pelos alimentos de baixo valor nutritivo.

Por outro lado, se aqui vemos apenas sete das 21 mães com expectativas de mudança no hábito alimentar de seus filhos, existem doze que utilizam estratégias para estimular o consumo de alimentos novos ou recusados por seus filhos, o que nos leva a considerar que talvez as expectativas existem, porém não foram relatadas.

- **Quantidade de alimentos ingeridos**

Além da expectativa quanto à mudança no hábito alimentar, existem ainda duas mães que têm expectativas acerca da quantidade de alimentos ingeridos.

...olha::... a gente como mãe sempre tem aquela ansiedade de querer ver a criança comer MUITO MAIS... (4 anos parcial – M 11)

...minha expectativa é::... que ela coma UM POUCO MAIS do que ela já come...não só quando ela ESTÁ A FIM... mas assim... que ela tivesse uma certa REGULARIDADE... (6 anos integral – M 06)

Assim como descrito acima, aqui vemos que apenas duas das 21 mães entrevistadas relataram ter expectativas quanto ao aumento dos alimentos ingeridos, porém doze dessas 21 mães relataram utilizar algum tipo de estratégia para aumentar a quantidade dos alimentos ingeridos. Isso mais uma vez nos leva a supor que, assim como as duas mães citadas acima, essas doze também tenham expectativas quanto ao aumento dos alimentos ingeridos por seus filhos.

Um fato interessante é que essas duas mães não estão incluídas entre as que utilizaram estratégias, talvez pelo fato de serem educadoras e estarem, portanto, cientes dos prejuízos que as estratégias (negativas) podem trazer, porém o fato de ser educadora não alterou a ansiedade delas em relação à quantidade de alimentos consumidos por suas filhas.

4.6.2 Expectativas das mães referentes à alimentação na IEI

Oito das 21 mães entrevistadas relatam ter algum tipo de expectativa em relação à alimentação da criança na IEI. As expectativas citadas foram: alimentação mais nutritiva, informação aos pais quanto ao cardápio, retorno aos pais da ingesta alimentar da criança na IEI, mudança no horário do lanche, mudança no comportamento alimentar da criança. Além disso, cinco mães esperam que a alimentação na IEI continue como está atualmente.

- **Alimentação mais nutritiva**

Quatro das oito mães que relataram ter algum tipo de expectativa em relação à instituição esperam que a alimentação da criança na IEI seja mais nutritiva.

...eu espero que seja a melhor possível né?/... eu queria que eles mudassem muita coisa... em termos de conservantes né?/... eu queria uma alimentação mais natural... mas fazer O QUÊ né?/... É PREFEITURA NÉ?/... (6 anos parcial – M 14)

...poderia ter uma alimentação mais rica... (...) ...um suco ou um leite e uma fruta... (5 anos parcial – M 10)

...eu gostaria que a escola desse mais frutas... suco:::... não suco:::... esses sucos ARTIFICIAIS... mas suco MESMO... da própria fruta... (4 anos parcial – M 06)

...eu acho que eles devem fazer uma coisa mais balanceada né?/... uma coisa:::... pra/ enriquecer o hábito deles né?/... o hábito alimentar deles né?/... come só pão com manteiga... isso daí não vai ajudar em nada eles... (5 anos parcial – M 09)

Aqui vemos que as mães esperam que a alimentação da criança na IEI seja mais nutritiva e não contenha conservantes, em especial o suco, uma vez que na instituição eram usados os concentrados em frascos.

É interessante notar a expectativa da mãe nove, que gostaria que o lanche oferecido na instituição auxiliasse na mudança do comportamento alimentar de sua filha. Vale ressaltar, que além das estratégias utilizadas por esta mãe para aumentar a quantidade e qualidade dos alimentos ingeridos por sua filha (castigo e coação), esta aparece no início da entrevista justificando-se devido ao comportamento alimentar inadequado de sua filha.

Outro fato interessante, é que essas quatro mães tinham seus filhos matriculados no período parcial, diferentemente das mães do integral, que não apresentaram queixas, assim como também não apresentaram expectativas em relação à mudança da alimentação realizada na IEI. Levando-se em conta que os lanches consumidos pelas crianças em período parcial eram os mesmos consumidos pelas de período integral, sugerimos que talvez esta diferença se dê pelo fato de as crianças de período integral almoçarem na instituição e a maioria de suas mães observar mudanças positivas em seus hábitos alimentares.

Sabendo que a IEI pode influenciar no consumo alimentar da criança ⁽⁹¹⁾, é importante que essas instituições revejam seus cardápios, principalmente quanto aos alimentos oferecidos nos lanches, de forma a incentivar também as crianças de período parcial a consumir alimentos recusados.

- **Informação aos pais quanto ao cardápio e ingesta da criança na IEI**

Seis das oito mães relatam aqui ter algum tipo de expectativa em relação à instituição, sendo que, dessas seis, três esperam que a IEI informe aos pais o cardápio e três esperam que a IEI informe a ingesta da criança durante o período de permanência neste local.

...eles não colocam:::... eu acho que eles poderiam colocar o cardápio... (5 anos parcial – M 10)

...até agora eu não recebi nenhum cardápio da escola... eles não falaram o que eles dão na escola... eu sei por ELE ((filho))... às vezes eu pergunto... “filho o que você comeu hoje?”... ele me fala... eu QUERIA saber... (4 anos parcial – M 06)

...se eles tivessem passando o cardápio pra/ gente saber...(3 anos parcial – M 16)

Conforme visto anteriormente, as mães informam-se sobre o cardápio com os próprios filhos, não havendo estratégias específicas de informação aos pais por parte da instituição. Em nossa experiência, vemos que este fato pode levar a conclusões errôneas sobre a alimentação na instituição e até mesmo a conflitos com a IEI. Uma maneira simples de informação aos pais seria fixando o cardápio na própria instituição ou distribuindo-o nas reuniões de pais.

Além disso, ainda há três mães que esperam receber informações acerca da ingesta de seus filhos na IEI.

...se tivesse um acompanhamento da alimentação da criança:.... talvez até por SEMANA... chegasse assim... no dia que ele não quisesse comer na escola eles passassem pra/ mim... através de bilhete... através de alguma coisa... (3 anos parcial – M 16)

...eu queria que a escola... a escola:.... a própria instituição... ela falasse o que a criança tá/ comendo... (4 anos parcial – M 06)

...as professoras... não sei né?/... na reunião devia falar né?/... quem não come pão... não gosta:.... ou fica brincando e não liga... (3 anos parcial – M 08)

Aqui vemos que as mães não somente se preocupam com a alimentação da criança na instituição, como visto anteriormente, mas também têm expectativas em receber informações sobre a ingesta de seus filhos na IEI.

Em relação ao horário do lanche, apenas uma mãe relatou que gostaria que este não fosse próximo ao horário do almoço.

...e que fosse um pouco mais tarde... entendeu?... porque eles chegam VARADOS de fome... parece que não almoçou e nem tomou café da tarde lá... entendeu?... então eu acho que deixa a desejar... (...)... um pouco mais tarde... pra/ que a digestão do almoço fizesse efeito e depois que eles brincassem... eles tomassem o café e recolocassem as energias... né?/ (5 anos parcial – M 10)

Como já citado anteriormente, apenas esta das 21 mães entrevistadas citou em algum momento da entrevista ter conhecimento do horário do lanche na IEI, provável razão pela qual apenas esta mãe aparece aqui com expectativas em relação à mudança no horário do lanche. Assim, vemos que isso se torna um ciclo vicioso: a falta de comunicação, aliada à falta de estratégias padronizadas de informação aos pais, faz com que eles não tenham expectativas, uma vez que não conhecem o que realmente acontece na IEI. A instituição, por sua vez, não vê razões para a mudança, uma vez que desconhece os horários da criança em sua casa. Assim, os horários dos lanches na IEI e das refeições em casa não são elaborados de

forma a favorecer a criança, devendo esta lidar sozinha com os horários destes dois ambientes.

- **Mudança no comportamento alimentar da criança**

Duas das oito mães que relataram ter algum tipo de expectativa em relação à instituição esperam que esta influencie positivamente no comportamento alimentar da criança. Além disso, uma mãe tem expectativa que a instituição a auxilie em suas dificuldades em lidar com a alimentação de sua filha.

...eu espero que ele vendo as crianças comer as coisas boas:... frutas... verduras... que ele tente experimentar... a minha expectativa é ESSA... que ele coma as coisas que tem que comer... que ele melhore na alimentação porque:... ele é um bezerrinho... adora leite... entendeu?... então a minha expectativa é que ele comece a se alimentar MELHOR... (4 anos parcial – M 12)

...eu gostaria que a escola... (...)... ensinasse a criança a comer legumes... eu gostaria que falasse mais sobre alimentação... (4 anos parcial – M 06)

Essas duas mães, citadas anteriormente, apresentam problemas com a qualidade dos alimentos ingeridos por seus filhos e, neste momento, aparecem aqui com expectativas acerca da mudança do hábito alimentar destes.

Segundo Ubeda ⁽²⁷⁾, a pré-escola enquanto instituição educacional e social deve contribuir para que as crianças atinjam melhores níveis de saúde, capazes de lhes proporcionar uma vida saudável. Assim, consideramos os momentos de alimentação nas IEIs como atividades de grande valor para o aprendizado infantil, pois é neste meio social que a criança vai moldar suas preferências alimentares e sua capacidade de ingestão ⁽⁹¹⁾. Porém, as atividades realizadas na IEI, se isoladas, não trazem resultados positivos, uma vez que a criança, principalmente do período

parcial, realiza suas refeições em casa, devendo portanto haver um trabalho conjunto entre estes dois ambientes.

Além disso, há ainda uma mãe que, ao contrário das citadas acima que esperam a intervenção da IEI no hábito alimentar da criança, espera que a instituição a auxilie em suas dificuldades em lidar com a alimentação de sua filha em casa.

...eu acho que era bom tá/ fazendo assim::... um trabalho com as mães... de tá/ ensinado as mães ao que dar à criança nessa idade::... nessa idade de crescimento... principalmente pra/ criança que dá trabalho pra/ se alimentar... uma maneira de tá/ se disfarçando a verdura... ou de tá/ aproveitando algumas coisas que a gente joga fora... porque isso daí::... pra/ te falar a verdade... eu sou TOTALMENTE ignorante::... eu gostaria muito de aprender... (3 anos parcial – M 20)

Aqui vemos que essa mãe vai além da intervenção isolada da IEI na alimentação de sua filha e espera que a instituição tenha estratégias padronizadas a fim de orientar as mães acerca da alimentação de seus filhos em casa.

Vale ressaltar que as três mães citadas aqui são do período parcial, o que nos leva a considerar que talvez as mães deste período vivenciem maiores problemas com a alimentação de seus filhos em casa.

- **Alimentação na IEI continue como está atualmente**

Cinco mães relataram que esperam que a alimentação na IEI continue como está atualmente.

...que ele continue comendo do jeito que ele tá/... a pessoa que trabalhava aqui disse que viu um vídeo dele comendo lá que era uma BELEZA... (5 anos integral – M 19)

...não::...eu não tenho assim...pra/ mim do jeito que tá/... tá/ BOM... eu não vejo assim::... se mudar talvez não fique tão bom... pra/ MIM::... eu não vejo problema nenhum... (...) ...pra/ mim tá/ ótimo

assim... talvez se melhorar... no MEU CASO... -- as outras mães talvez esperem... né?/...-- mas no meu caso se melhorar talvez estrague... (4 anos integral – M 05)

...eu espero que ela continue assim... do jeito que tá/ mesmo... às vezes ela fala pra/ mim que não quer leite... mas ela fala que tomou leite na escola... porque eu pergunto como foi o dia dela na escola... o que ela comeu:... eu acho isso importante:... você tá/ sabendo como foi o dia de sua filha na escola... e ela fala pra/ mim... então eu espero que continue assim... do jeito que tá/ mesmo...(4 anos integral – M 13)

...eu acho que tem que ser do jeito que é... né?/... do jeito que tá/ BOM... (5 anos integral – M 15)

...a minha expectativa é que continue assim... eu acho que assim tá/ bom... o sistema self-service é bom... a minha filha de 11 anos estudou nessa EMEI 3 anos... ela também aprendeu a se alimentar direito... até hoje ela se alimenta direitinho... e ele também... ele se serve... daquilo que ele gosta... ele acaba experimentando os outros alimentos que não são oferecidos habitualmente pra/ ele... então a expectativa é que continue assim... porque eu acho que assim tá/ bom... (6 anos integral – M 02)

Aqui observamos que essas cinco mães que desejam que a alimentação na IEI continue como está atualmente são do período integral.

Como já visto anteriormente, a maior parte das mães de período integral relatou mudanças positivas no hábito alimentar de seus filhos, o que aconteceu com uma minoria das de período parcial. Assim, diante destes resultados, podemos perceber por que essas mães estão satisfeitas com a alimentação na IEI.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Neste estudo percebemos a importância que a alimentação das crianças assume para as mães, uma vez que estas ora atribuem valor ora justificam-se diante da adequação ou inadequação da ingestão de seus filhos. Além disso, estas mostraram-se preocupadas com a alimentação e com suas consequências para a saúde de seus filhos.

Percebemos que esta preocupação tem procedência, uma vez que os alimentos mais recusados pelas crianças, segundo suas mães, foram os legumes, as verduras e as frutas, enquanto os alimentos de maior preferência foram os doces, as massas e o arroz. Além disso, em nosso estudo vimos também que as mães tentam “contornar” o problema da ingestão de alimentos de baixo valor nutritivo estabelecendo horários para sua ingestão ou atrasando o horário das refeições, porém vimos que estas ações nem sempre tiveram sucesso, acarretando em alguns casos a troca das refeições por esses alimentos.

Sabemos que um dos fatores de grande impacto sobre as preferências alimentares é a propaganda, particularmente a transmitida pela televisão ⁽⁵²⁾. Além disso, existem outros fatores que influenciam na alimentação dos pré-escolares, segundo suas mães: o ambiente familiar, a IEI e a etapa do desenvolvimento infantil, sendo este último o grande causador das dificuldades maternas devido ao seu desconhecimento acerca das mudanças no comportamento alimentar próprias da fase pré-escolar.

Assim, vemos que diante dos fatos acima citados, e das preocupações das mães, estas terminam por utilizar os recursos disponíveis que aprenderam em seu cotidiano, os quais chamamos de estratégias. Neste estudo foram citados oito tipos diferentes de estratégias: barganha, castigo, coação, persuasão, “camuflar” ou misturar os alimentos recusados

com os aceitos, as brincadeiras, a conversa e oferecer os alimentos preferidos das crianças.

Das 21 mães participantes do estudo, dezesseis relataram utilizar pelo menos um tipo de estratégia durante as refeições em casa. Das estratégias utilizadas, apenas duas promovem o bom comportamento alimentar: as brincadeiras, para que de forma lúdica a criança seja estimulada a provar o alimento, e a conversa. Em contrapartida, todas as demais estratégias utilizadas são desnecessárias, além de prejudiciais, uma vez que podem influenciar o comportamento alimentar da criança, induzindo ao erro alimentar e até a obesidade ⁽²⁸⁻³¹⁾. O comportamento alimentar inadequado, por sua vez, pode ocasionar a falta de nutrientes básicos para suprir as necessidades de crescimento, desenvolvimento e prevenção de riscos de doenças.

Visto que as IEIs concentram um grande número de crianças, de educadores e, indiretamente, de pais, constituem-se espaços adequados para capacitação de adultos acerca dos aspectos relativos à alimentação, como também para a promoção da saúde das crianças.

Assim, é importante que o enfermeiro seja inserido nestas instituições e realize um plano global de cuidados iniciando pela prevenção, especialmente no cuidado alimentar, foco deste trabalho, pois é nos primeiros anos da infância que o comportamento alimentar se estabelece para a vida adulta ⁽⁷⁻⁹⁾.

Na IEI estudada, além do sistema *self-service*, eram realizadas atividades com o objetivo de estimular a ingestão dos diferentes grupos de alimentos, sendo que 15 mães das 21 investigadas, ou seja, um número importante, perceberam mudanças em seus filhos após estes freqüentarem a IEI: mudança nos horários das refeições, autonomia para servir-se à mesa e mudanças na aceitação alimentar. Tais mudanças foram particularmente observadas no caso das crianças que freqüentavam a IEI em período

integral. Isto nos chama a atenção, pois a IEI em estudo, apesar de ter pontos de qualidade (programa de educação para alimentação), não é o que poderíamos chamar de uma instituição modelar, que esgote os recursos educativos, porém, mesmo assim, as crianças em período integral tiveram melhoras importantes em termos de aceitação alimentar. Portanto, é muito razoável supor que se a instituição tivesse um programa melhor, tal como preconizado pelo Referencial Curricular, por exemplo, os resultados seriam ainda melhores.

Em contrapartida, a maioria das mães de período parcial não percebeu mudanças no hábito alimentar de seus filhos.

Ora, considerando que as crianças de período integral permanecem a maior parte do dia na IEI e, além disso, realizam a refeição principal (almoço) neste local, é de esperar que essas crianças tenham maiores chances de adquirir bons hábitos alimentares. Porém, para que as atividades realizadas na instituição tragam resultados positivos também para as crianças em período parcial, é necessário que as atividades atinjam as famílias, pois são nestes locais que as crianças deste estudo permanecem a maior parte do dia.

A IEI pesquisada, apesar de ter um programa de alimentação, não possuía estratégias padronizadas com o objetivo de informar aos pais sobre a alimentação neste local, exceto um vídeo onde eram apresentadas no início do ano letivo as atividades realizadas na instituição, incluindo a alimentação. Assim, a maioria das mães compunha as informações por fragmentos, sendo que a maior parte delas relatou desconhecer o que realmente acontece na IEI nos momentos de alimentação.

Segundo o Referencial Curricular Nacional para a Educação Infantil ⁽³⁶⁾, a alimentação nas IEIs envolve parceria com os familiares. Assim, a alimentação da criança não deve ser trabalhada apenas dentro da IEI. Deve haver um trabalho conjunto entre as instituições e as famílias.

Existindo o trabalho conjunto, certamente reduzir-se-á as preocupações e as dificuldades, reduzindo também as atitudes errôneas no âmbito domiciliar, além de favorecer a construção de hábitos alimentares saudáveis nos pré-escolares.

A falta de estratégias padronizadas, aliada à falta de comunicação entre a IEI e as mães, gerou desconfianças quanto à aceitação alimentar da criança na IEI e até mesmo quanto à quantidade de alimentos oferecidos na instituição. Além disso, a falta de comunicação pode prejudicar os horários de alimentação da criança, sendo que esta acaba arcando sozinha com o dever de lidar com os horários destes dois ambientes.

Assim, para que haja maior comunicação entre as famílias e a IEI, esta deve abrir seu espaço à comunidade e iniciar o diálogo. Além disso, deve amparar as mães em suas dúvidas e preocupações, trocando experiências e elaborando conjuntamente com as famílias estratégias para lidar com as dificuldades.

Também é necessário que as IEIs tenham programas de promoção da alimentação adequados, de forma a promover não só a capacitação dos educadores, mas também das mães e das crianças. Neste sentido, entendemos que a IEI deve ser um centro de promoção do desenvolvimento humano, desenvolvendo ao máximo as habilidades dos educadores, crianças e familiares.

Finalmente, propomos que as instituições de educação infantil brasileiras implementem seus programas de saúde, especialmente os de cuidado alimentar, foco deste trabalho, e que tal implementação se dê com o auxílio dos profissionais de enfermagem.

6 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. World Health Organization (OMS). Constitution of the world health organization [online]. New York; 1946. Disponível em: http://policy.who.int/cgi-bin/om_isapi.dll?hitsperheading=on&infobase=basicdoc&jump=Constitution&softpage=Document42#JUMPDEST_Constitution (10 jul. 2005).
2. Brasil. Lei n. 8.080, de 19 de setembro de 1990. Dispõe sobre as condições para a promoção, proteção e recuperação da saúde, a organização e o funcionamento dos serviços correspondentes e dá outras providências [online]. Brasília; 1990. Disponível em: <http://www.soleis.adv.br/leiorganicaadasaude.htm> (5 mar. 2005).
3. General Assembly United Nations. Declaration of the Rights of the Child. Resolution of 20 November 1959. [online]. Geneva; 1959. Disponível em : <http://www.unhchr.ch/html/menu3/b/25.htm> (10 jul. 2005).
4. Angelis RC. Fome oculta: bases fisiológicas para reduzir seu risco através de alimentação saudável. São Paulo: Atheneu; 2000.
5. World Health Organization (WHO). FAO Expert Consultation: 2003. Diet, nutrition and prevention of chronic diseases. [online]. Geneva; 2003. Disponível em: http://www.who.int/nut/documents/trs_916.pdf (10 jun. 2004)
6. Organizacion Panamericana de la Salud (OPAS). Alimentacion infantil: bases fisiológicas. Guatemala: OMS/INCAP; 1990.
7. Stein ML. Desenvolvimento do comportamento alimentar infantil. *Pediatrics* 2000; 76(3):229-37.
8. Gaglianone CP. Alimentação no segundo ano de vida, pré-escolar e escolar. In: Lopez FA, Brasil ALD. Nutrição e dietética em clínica pediátrica. São Paulo: Atheneu; 2003. p. 61-72.
9. Fisberg M, Vítolo MR. Educação nutricional e recomendações nutricionais do pré-escolar e do escolar. In: Conceição JAN. Saúde escolar: a criança, a vida e a escola. São Paulo: Sarvier; 1994. p. 55-61.
10. Cardozo AL, Lopez LA, Taddei JAAC, coordenador. Tópicos atuais em nutrição pediátrica. São Paulo: Atheneu/Sociedade de Pediatria de São Paulo; 2004
11. Sawaya AL, Solymos GMB. Vencendo a desnutrição na família e na comunidade. São Paulo: Salus Paulista; 2002.

12. Angelis RC. Riscos e prevenção na obesidade. São Paulo: Atheneu; 2003.
13. Oliveira SL, Fisberg M. Obesidade na infância – uma verdadeira epidemia. *Arq Bras Endocrinol Metab* 2003; 47(2):107-8.
14. Haslam D. My child won't eat!. *Practitioner* 1994; 238(1544):770-5
15. Marcondes E. Meu filho não come. São Paulo: Almed; 1987.
16. Marin V, Castillo CD. El niño que no quiere comer. *Rev Chil Pediatr* 2000; 71(2):139-4.
17. Troster EJ. A saúde de nossos filhos. São Paulo: Publifolha; 2002. Meu filho não come; p. 459-62.
18. Madeira IR, Aquino LA. Problemas de abordagem difícil: “não come” e “não dorme”. *J Pediatr (Rio de Janeiro)* 2003; 79(Supl 1):S43-S54.
19. Bresolin AMB, Sucupira ACSL, Barrera SM, Pereira RM, Abreu MRM, Gutierrez PL. Recusa alimentar: abordagem ambulatorial. *Pediatrics* 1987; 9: 99-102.
20. Kachani AT, Abreu CLM, Lisboa SBH, Fisberg M. Seletividade alimentar da criança. *Pediatrics* 2005; 27(1):48-60.
21. Abreu CLM, Fisberg M. A inapetência na infância. Recusa alimentar: o que fazer com a criança que não come? *Alimentação na Infância* 2003; 2:1-8.
22. Lacerda EMA, Accioly E. Alimentação do pré-escolar e escolar. In: Accioly E, Saunders C, Lacerda EMA. *Nutrição em obstetrícia e pediatria*. Rio de Janeiro: Cultura Médica; 2002. p. 369-82.
23. Bee H. A criança em desenvolvimento. Porto Alegre: Artmed; 2003. O desenvolvimento dos relacionamentos sociais; p. 348-76.
24. Rezende MA, Fogliano RRF. Aleitamento natural e alimentação da criança. In: Chaud MN, Peterlini MAS, Harada MJCS, Pereira SR. *O cotidiano da prática de enfermagem pediátrica*. São Paulo: Atheneu; 1999. p. 25-39.
25. Vitolo MR. Nutrição da gestação à adolescência. Rio de Janeiro: Reichmann & Affonso; 2003. Práticas alimentares na infância; p. 128-72.
26. Erikson EH. Infância e sociedade. 2^a ed. Rio de Janeiro: Zahar; 1971. Oito idades do homem; p. 227-48.
27. Ubeda EML. A educação para a saúde na escola: um estudo de algumas práticas de saúde desenvolvidas na pré-escola. [dissertação]. Ribeirão Preto (SP): Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto/USP; 1986.

28. Birch LL, McPhee L, Shoba BC, Steinberg L, Krehbiel R. Clean up your plate: effects of child feedings practices on the conditioning of meal size. *Learn Motiv* 1987; 18(3):301-17.
29. Klesges RC, Coates TJ, Brown G, Sturgeon-Tillisch J, Moldenhauer-Klesges LM et al. Parental influences on children's eating behavior and relative weight. *J Appl Behav Anal* 1983; 16(4):371-8.
30. Birch LL, Zimmerman SI, Hind H. The influence of social-affective context on the formation of children's food preferences. *Child Dev* 1980; 51(3):856-61.
31. Birch LL, Marlin DW, Rotter J. Eating as the "means" activity in a contingency: effects on young children's food preference. *Child Dev* 1984; 55(2):432-9.
32. Kennedy CM. Childhood Nutrition. *Annu Rev Nurs Res* 1998; 16:3-38.
33. Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira. Resultados do censo da educação infantil 2004. [online]. Brasília; 2004. Disponível em : <http://www.inep.gov.br/download/censo/2004/Internet2004.zip> (20 out. 2004)
34. Rezende MA, Fujimori E. Promoção do aleitamento materno e alimentação da criança. In: Ministério da Saúde. Instituto para o Desenvolvimento da Saúde. Programa Saúde da Família. Manual de enfermagem. Brasília (DF): Dreamaker; 2001. p. 88-94.
35. Paula EMAT, Oliveira ZMR. "Comida diversão e arte": o coletivo infantil no almoço na creche. In: Oliveira ZMR, organizador. A criança e seu desenvolvimento: perspectivas para se discutir a educação infantil. São Paulo: Cortez; 1997. p. 85-104.
36. Ministério da Educação e do Desporto. Secretaria de Educação Fundamental. Referencial curricular nacional para a educação infantil. Brasília: MEC; 1998. 3v.
37. Minayo MCSM. O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde. São Paulo: HUCITEC-ABRASCO; 1999.
38. Berquó ES, Souza JMP, Gotlieb SLD. Bioestatística. 2ª ed. São Paulo: EPU; 2002. Amostragem; p. 133-45.
39. Maldonado MTP. Comunicação entre pais e filhos: a linguagem do sentir. Petrópolis: Vozes; 1990.

40. Koch IV. A inter-ação pela linguagem: repensando a língua portuguesa. 5ª ed. São Paulo: Contexto; 2000. Linguagem e interação face a face; p. 73-4.
41. Bardin LD. Análise de conteúdo. Lisboa : Edições 70; 1977. Organização da análise; p. 95-102.
42. Jodelet D. La representación social: fenómenos, concepto y teoría. In: Moscovici S. Psicología social II (Pensamiento y vida social y problemas sociales). Barcelona: Paidós; 1988. p. 469-94.
43. Rozemberg B. Representação Social de eventos somáticos ligados à esquistossomose. Cad Saúde Pública 1994; 10(1):30-46.
44. Bourdieu P. Compreender. In: Bourdieu P, coordenador. A miséria do mundo. Petrópolis: Vozes; 1997. p. 693-713.
45. Huse DM, Lucas AR. Dietary patterns in anorexia nervosa. Am J Clin Nutr 1984; 40(2):251-4.
46. Birch LL, Jonhson SL, Andresen G, Peters JC, Schulte MC. The variability of young children's energy intake. New Engl J Med 1991; 324(4):232-5.
47. Wong DL. Enfermagem pediátrica: elementos essenciais à intervenção efetiva. 5ª ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan; 1999. Promoção da saúde do pré-escolar e da família; p. 342-54.
48. Falcão AA, Ornellas LH, Perim MLF. Alimentar a criança, o desafio do dia-a-dia. São Paulo: Atheneu; 1996. Alimentação do pré-escolar; p. 51-64.
49. Ctenas MLB, Vitolo MR. Crescendo com saúde. São Paulo: Ed. C2; 1999. Falta de apetite; p.152-73.
50. Loreto ODMD. Aspectos psicológicos da alimentação. In: Lopez FA, Brasil ALD. Nutrição e dietética em clínica pediátrica. São Paulo: Atheneu; 2003. p. 85-94.
51. Taras HL, Sallis JF, Patterson TL, Nader, PR, Nelson JA. Television's influence on children's diet and physical activity. J Dev Behav Pediatr 1989; 10(4):176-80.
52. Borzekowski DL, Robinson TN. The 30-second effect: an experiment revealing the impact of television commercials on food preferences of preschoolers. J Am Diet Assoc 2001; 101(1):42-6.
53. Almeida SS, Nascimento PCBD, Quaioti TCB. Quantidade e qualidade de produtos alimentícios anunciados na televisão brasileira. Rev Saúde Pública 2002; 36(3):353-5.

54. Da privação ao excesso de comida. [Entrevista a Carlos Augusto Monteiro]. Pesquisa Fapesp 2005; (111):12-7.
55. Birch LL. Psychological influences on the childhood diet. J Nutr 1998; 128(2):S407 -10.
56. Macedo CAP, Bello KL, Palha LAG. A criança que não come: guia de tratamento e prevenção. São Paulo: Atheneu; 2002.
57. Hursti UK. Factors influencing children's food choice. Ann Med 1999; 31(Suppl1):26-32.
58. Rozin P. Development in the food domain. Dev Psychol 1990; 26(4):555-62.
59. Birch LL, Deyshee M. Caloric compensation and sensory specific satiety: evidence for self-regulation and food intake by young children. Appetite 1986; 7:323-31.
60. Farrell L. Bringing chopstiks to China. Young Children 2004; 59(5):70-5.
61. Mainardi APR, Oliveira MDM, Finger AT, Pinto AS, Leonardelli D, Rodrigues F. Influência dos comerciais da televisão nos hábitos dietéticos. Ver Fac Odontol Univ Passo Fundo 1998; 3(1):35-40.
62. Ness AR, Powles JW. Fruit and vegetables: cardiovascular disease. International. J Epidemiol 1997; 26(1):1-13.
63. Fornés NS, Martins IS, Hernan M. Food frequency consumption and lipoproteins serum levels in the population of urban area, Brazil. Rev Saúde Pública 2000; 34(4):380-87.
64. Gambardella AMD, Frutuoso MFP, Franchi C. Prática alimentar de adolescentes. Rev Nutrição 1999; 12(1):55-63.
65. Fisberg M, Bandeira CRS, Bonilha EA. Hábitos alimentares na adolescência. Pediatr Mod 2000; 36(11):724-34.
66. Philippi ST, Colucci ACA, Cruz ATR. Alimentação saudável da infância e adolescência. In: Silva MV, Pipitone MAP, Sturion GL. Curso de atualização em alimentos e nutrição para professores da rede pública de ensino. Piracicaba: ESALQ/USP, 2000. p. 46-60.
67. Philippi ST, Cruz ATR, Colucci ACA. Pirâmide alimentar para crianças de 2 a 3 anos. Rev Nutrição 2003; 16(1):5-19.
68. Birch LL. Development of food preferences. Annu Rev Nutr 1999; 19:41-62.

69. Gomide PIC. Crianças e adolescentes em frente à TV: o que e quanto assistem de televisão. *Psicol Argum* 2002; 19(30):17-28.
70. Strasburger VC. Children, adolescents, and television. *Pediatr Rev* 1992; 13(3):144-51.
71. Fundação Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Pesquisa de orçamentos familiares: 2002/2003. Análise da disponibilidade domiciliar de alimentos e do estado nutricional no Brasil. [online]. Rio de Janeiro; 2003. Disponível em: <<http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/popula-cao/condicaodevida/pof/2002analise/tab02e.pdf>> (10 jul. 2005).
72. Fundação Instituto de Geografia e Estatística. Participação relativa de alimentos e grupos de alimentos no total de calorias determinado pela aquisição alimentar domiciliar, por unidades da Federação período: 2002/2003. [online]. Rio de Janeiro; 2003. Disponível em: <http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/condicaodevida/pof/2002analise/tab01d.pdf> (10 jul. 2005).
73. Fernandes BS, Fernandes MTB, Bismarck-Nasr EM, Albuquerque MP. Abordagem clínica e preventiva. São Paulo: Salus Paulista; 2002. Educação alimentar: um desafio frente aos novos hábitos alimentares, o respeito às diversas culturas; v. 1, p. 82-4.
74. Strauss RS, Knight J. Influence of the home environment on the development of obesity in children. *Pediatrics* 1999; 103(6):e85.
75. Engstrom EM, Anjos LA. Relação entre o estado nutricional materno e sobrepeso nas crianças brasileiras. *Rev Saúde Pública* 1996; 30(3):233-9.
76. Organização Panamericana da Saúde (OPAS). Doenças crônico-degenerativas e obesidade: estratégia mundial sobre alimentação saudável, atividade física e saúde. [online]. Brasília; 2003. Disponível em: http://www.opas.org.br/sistema/arquivos/d_cronic.pdf (10 jul. 2005).
77. Aquino RC. Alimentos industrializados na dieta das crianças no município de São Paulo. [dissertação]. São Paulo (SP): Faculdade de Saúde Pública da USP; 1999.
78. Tomita NE, Nadanovsky P, Vieira ALF, Lopes ES. Preferências por alimentos doces e cárie dentária em pré-escolares. *Rev Saúde Pública* 1999, 33(6):542-6.
79. Jamel HA, Sheiham A, Cowell CR, Watt RG. Taste preference for sweetness in urban and rural population in Iraq. *J Dent Res* 1996; 75:1879-84.
80. Birch LL. Development of food acceptance patterns. *Develop Psychol* 1990; 26(4):515-9.

81. Wright BP. Development of food choice during infancy. *Proc Nutr Soc* 1991; 50(1):107-13.
82. Piotto DC, Ferreira MV, Pantoni RV. "Comer, comer...comer, comer...é o melhor para poder crescer...". In: Rosseti-Ferreira MC, Mello AM, Vitoria T, Gosuen A, Chaguri AC. *Os fazeres da educação infantil*. São Paulo: Cortez; 1998. p. 120-8.
83. Stanek K, Abbott D, Cramer S. Diet quality and the eating environment of preschool children. *J Am Diet Assoc* 1990; 90(11): 1582-4.
84. Birch LL, Birch D, Marlim D, Kramer L. Effects of instrumental eating on children's food preferences. *Appetite* 1982; 3: 125-34.
85. Birch LL, Fischer JA. Appetite and eating behavior in children. *Pediatr Clin North Am* 1995; 42(4):931-53.
86. Marcondes E. Anorexia in: Brezolin AMB, Colli AS, Marcondes E, Moysés MAA, Dias MHP, editores. *Pediatria em consultório*. São Paulo: Sarvier; 1985. p.123-37.
87. Birch LL. Children's preferences for high-fat foods. *Nutr Rev* 1992; 50(9):249-55.
88. Birch LL. Os padrões de aceitação do alimento pelas crianças. *Anais Nestlé* 1999; (57):12-20.
89. Coelho HDS. Análise dos limiares de detecção dos gostos básicos em crianças. [dissertação]. São Paulo (SP): Faculdade de Saúde Pública da USP; 2002.
90. Amaral MFM, Morelli V, Pantono RV, Rosseti-Ferreira MC. Alimentação de bebês e crianças pequenas em contextos coletivos: mediadores, interações e programações em educação infantil. *Rev Bras Cresc Desenv Hum* 1996; 6(1/2):19-33.
91. Holland CV. A creche e seu papel na formação de práticas alimentares. [dissertação]. São Paulo (SP): Faculdade de Saúde Pública da USP; 1999.
92. Mogharreban C, Nahikian-Nelms M. Autonomy at mealtime: building healthy food preferences and eating behaviors in young children. *Early Childhood Educ J* 1996; 24:29-32.

ANEXOS

Anexo 1

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Título do estudo: Percepções maternas sobre a alimentação de pré-escolares que freqüentam instituição de educação infantil

Pesquisador responsável: Silvia Sanches Marins – Coren 68661.

Sou aluna do Mestrado da Escola de Enfermagem da Universidade da São Paulo. Estou desenvolvendo um estudo que tem por objetivo conhecer o que os pais pensam sobre a alimentação de seus filhos que freqüentam Instituições de Educação Infantil. Minha orientadora é a Prof^a Dr^a Magda Andrade Rezende, docente do Programa de Pós Graduação dessa escola.

Estou entrevistando os pais que têm filhos matriculados em Instituições de Educação Infantil. Assim, gostaria de contar com a sua participação nas entrevistas, o que possibilitará dar seqüência ao desenvolvimento desta investigação.

Sua participação será muito importante para a realização deste projeto. Não será divulgado o seu nome ou qualquer outro dado que possa fazer sua identificação. A qualquer momento da realização da pesquisa, caso não seja de seu interesse a continuidade na participação, haverá possibilidade de retirar este consentimento e isso não trará nenhum prejuízo ao Sr(a) ou a seus filhos.

Caso haja sua permissão em participar do estudo, a entrevista será feita utilizando-se um gravador. Qualquer dúvida a respeito deste estudo, estou a disposição para orientá-la.

Declaro que, após ter recebido todas as informações e esclarecido as dúvidas, aceito participar deste estudo, permito a gravação

do meu depoimento e autorizo a utilização dos dados que fornecerei para a realização da pesquisa.

Nome do participante

Silvia Sanches Marins
Telefone para contato: 4178-8267
R: Clóvis Bevilaqua n.62, Jordanópolis
São Bernardo do Campo

Participante

Magda Andrade Rezende
Telefone para contato: 3066-7602
Av. Dr Enéas de Carvalho Aguiar n.419
Cerqueira César – São Paulo.

Anexo 2

São Paulo, 1 de Junho de 2004.

Il.mo Sr Antonio Carlos Micchi
Diretor da EMEI Padre Manoel da Nóbrega

Prezado Sr

Venho por meio desta solicitar autorização para realizar a pesquisa intitulada "Alimentação de crianças de 3 a 6 anos que freqüentam creches e pré-escolas segundo seus pais" nesta instituição de acordo com o projeto em anexo. O objetivo da pesquisa é: conhecer as percepções de pais sobre a alimentação de seus filhos de três a seis anos que freqüentam Instituições de Educação Infantil. As informações serão coletadas por meio de entrevistas com o uso de gravador, sendo mantido o anonimato dos informantes.

Aproveito a oportunidade para esclarecer tratar-se de uma pesquisa para Dissertação de Mestrado do Programa de Pós Graduação em Enfermagem da Escola de Enfermagem da USP. Estou sendo orientada pela Prof^a Dr^a Magda Andrade Rezende, docente do referido Programa.

Atenciosamente,

Pesquisadora: Silvia Sanches Marins - Coren : 68661

Tel: 4178-8267 / 9354-9866

Email: silviasm@usp.br

R: Clóvis Bevilacqua n. 62, Jordanópolis - São Bernardo

Telefone do Comitê de Ética da Escola de Enfermagem
da Universidade de São Paulo : 30667548

Eu ANTONIO CARLOS MICCHI concordo que a
pesquisa seja realizada nesta Instituição.

ANTONIO CARLOS MICCHI
DIRETOR DE ESCOLA
R.G. 3.535.469 - REG. MEC 10.940

Anexo 3

Roteiro da entrevista

- O que a Sr^a acha da alimentação de seu filho?
- A Sr^a tem alguma preocupação em relação à alimentação de seu filho? Qual?
- Quais são as dificuldades em relação à alimentação de seu filho?
- Quais são as facilidades em relação à alimentação de seu filho?
- Até que ponto a Sr^a acha que a instituição influenciou no hábito alimentar de seu filho?
- Como a criança come em casa? E na instituição? O que a Sr^a vê de diferente entre os dois locais?
- Qual a expectativa do Sr(a) em relação a alimentação de seu filho na IEI? e em casa?