

Instituto de Prevenção à Desnutrição e à Excepcionalidade



O conceito da Diferença Positiva
Programa de mães com crianças desnutridas
Guia para os agentes comunitários

Isabelle Michaud-Létourneau

Anne St-Jacques

Fortaleza, outubro de 2003

Índice

1. Introdução e o conceito da Diferença Positiva
2. Apresentação do guia
3. Explicação do conceito
4. As seis etapas (6D) da Diferença Positiva e aplicações concretas numa comunidade
 - 4.1 Definir
 - 4.2 Determinar
 - 4.3 Descobrir
 - 4.4 Desenvolver
 - 4.5 Discernir
 - 4.6 Difundir
5. Componentes do programa
6. O programa
 - 6.1 As palestras participativas
 - 6.2 As receitas
7. Os resultados
8. Bibliografia

Agradecimentos

A realização desse projeto não tivera sido possível sem a participação de muitas pessoas:

- Pessoal do IPREDE
- Comunidade Irmão Sol, Irmã Lua.
- Agentes comunitários de diferentes núcleos
- Estudantes da Universidade Estadual do Ceará (UECE)
- Professora de nutrição da UECE
- Universidade Laval, Quebec, Canadá.
- Família e amigos

Queremos agradecer seus esforços por nos ter ajudado, tanto no programa, como na redação deste guia, assim como no suporte para a realização de todas as etapas.

Introdução e conceito da Diferença Positiva

A desnutrição infantil é um problema encontrado principalmente nos países do terceiro mundo. As conseqüências desse mal são nefastas para as crianças e, portanto, para o futuro da sociedade. Mostra-se então uma grande necessidade de fornecer uma ajuda às famílias carentes. Além disso, é importante agir na base do problema e intervir diretamente na comunidade. Um trabalho em estreita colaboração seria a melhor maneira de compreender a problemática no conjunto. A Diferença Positiva (DP) é um conceito que adere a essa filosofia. Esse conceito se trata de um processo que se faz com a comunidade, com o objetivo de desenvolver um programa de dez dias com mães de crianças desnutridas. Esse programa consiste em palestras participativas e atividades práticas, tal como cozinha coletiva.

O conceito da Diferença Positiva: Em toda comunidade existe pessoas que têm costumes e comportamentos, pouco comuns, que lhes permitem evitar um problema existente entre seus vizinhos que têm acesso aos mesmos recursos. Esse conceito foi empregado com sucesso em muitos países como Senegal, Moçambique, Nigéria, Paquistão e outros (Sternin & Coll., 1998). Muitas características necessárias à utilização desse conceito parecem presentes na região do Ceará onde se encontra uma taxa de desnutrição infantil importante. A comunidade *Irmão Sol e Irmã Lua* foi escolhida por razões de facilidade de implementação de um projeto piloto devido a uma boa organização e a uma presença constante de pessoas com recursos. O projeto piloto baseado sobre a Diferença Positiva foi realizado nos meses de outubro e setembro 2003 e permitiu a realização desse guia.

Origem do conceito

O conceito de aprendizagem com as famílias positivas, ou seja, com famílias sem o problema espalhado numa comunidade, surgiu na literatura em meados dos anos 1960. Varias pesquisas foram feitas para achar soluções nas famílias positivas. O termo *Positive Deviance* em inglês foi utilizado primeiro por Gretchen Berggren (1) em meados dos anos 1980.

Em português, o termo que se aproxima mais seria *Diferença Positiva*. Seria o termo utilizado por estudantes canadenses para divulgação do conceito na cidade de Fortaleza. Uma consulta foi feita com Marian F. Zetlin, Ph.D, co-diretora do programa *Yoff Ecocomunidade* no Senegal. Essa professora realizou muito trabalho sobre esse conceito e concordou com esse termo.

Apresentação do guia

Esse documento constitui num guia para facilitar a implementação de um projeto similar em outros núcleos onde se encontra a desnutrição infantil. Nas primeiras paginas desse guia, as etapas da Diferença Positiva são expostas e se faz referência de forma concreta ao projeto na comunidade Irmão Sol, Irmã Lua para uma melhor compreensão. Essas etapas foram necessárias para criação de um programa que corresponda com as necessidades da comunidade. Não há necessidade de refazer todo o processo, pois, caso o programa explicado neste guia seja realizado em outras comunidades, perto de Fortaleza. Ambas possuem características parecidas e poderiam beneficiar do mesmo programa sem muitas adaptações. Isso permitiria economizar tempo, energia e dinheiro porque a falta de recursos é um obstáculo maior à implementação de projetos. Desta maneira, poderiam acontecer mais programas em diferentes comunidades. Por a mesma razão, a participação de estudantes universitários e de agentes comunitários, poderia ser um fator de economia de recursos.

Explicação do conceito

O conceito :

Existem em todas comunidades, pessoas que têm **costumes** e **comportamentos**, pouco comuns, que lhes permitem evitar um problema existente entre seus vizinhos que tem acesso aos **mesmos recursos**.

A Força do conceito consiste em achar soluções já existentes na comunidade aos problemas contemporâneos como, por exemplo, a desnutrição. Além disso, permitir a identificação imediata (sem prazo) das soluções dos problemas comunitários da própria comunidade.

A pergunta chave é a seguinte:

O que permite a alguns membros da comunidade (os Modelos Positivos MP, ou seja, as famílias sem desnutrição) de possuir/ter as melhores soluções ou a melhor maneira de prevenir o problema existente entre seus vizinhos que têm acesso aos mesmos recursos?

Embora a maioria dos problemas confrontados tenha causas subjacentes, complicadas, e interconectadas, o conceito DP nos permite agir HOJE, imediatamente. A presença dos MP demonstra que é possível achar HOJE mesmo soluções eficientes, bem ANTES que as causas sejam abordadas!

A Investigação sobre os Modelos Positivos MP:

A Investigação sobre os MP é o instrumento utilizado para a descoberta dos comportamentos e das estratégias não habituais utilizadas pelos MP.

Uma investigação permite descobrir o que os MP fazem de diferente em relação aos seus vizinhos. A investigação consiste em fazer observações durante algumas horas para olhar a preparação e o consumo de uma refeição nas famílias. Essas observações são feitas por estudantes e agentes comunitários. Antes de ir até as famílias, os observadores devem se reunir para identificar os pontos importantes para as observações (ver exemplo em Anexo 1). Além disso, os observadores podem fazer um questionário com as mães para ter mais informações sobre a situação geral da família e os hábitos alimentares (ver Anexo 2).

As famílias escolhidas para essas observações devem ser famílias do mesmo nível sócio-econômico. É importante escolher famílias positivas, ou seja, famílias que só têm crianças bem de saúde, sem desnutrição. Também, se deve escolher famílias fracas, ou seja, famílias com crianças desnutridas. Esses dois grupos de famílias permitem fazer comparações para achar as práticas positivas e as práticas fracas. Uma família positiva pode não ter só boa prática. É melhor que os observadores não saibam antes de ir até as famílias para fazer observações, ou seja, se elas são positivas ou fracas.

A investigação permite descobrir os comportamentos e as estratégias pouco comuns, mas eficientes, praticadas pelos Modelos Positivos. Com a investigação, também é possível estabelecer as normas de comportamentos relacionados ao problema que deve ser tratado.

Depois, uma análise dos resultados da investigação deve ser feita. As observações são selecionadas para identificar e escolher só os comportamentos acessíveis e que possam ser adotados por todos os indivíduos implicados. Os outros comportamentos não selecionados são «Verdadeiros, Mas Inúteis» ou «VMI». Por exemplo, se um pai recebe comida de graça porque trabalha num supermercado, esse fator pode indicar que não tem desnutrição em sua família. Esse comportamento é verdadeiro porque evita a desnutrição, mas é inútil porque as famílias com crianças desnutridas não podem aplicá-lo.

Programa

Depois, se elabora um programa baseado nos resultados da investigação que tem como objetivo a aquisição de novos comportamentos no grupo alvo. O conceito da Diferença Positiva enfatiza a prática

em vez do conhecimento. Por isso que no programa, as palestras devem ser participativas e que no momento de cozinhar, todas as mães devem participar.

As seis etapas (6D) da Diferença Positiva e aplicações concretas numa comunidade

1. Definir

- O problema, suas causas e os comportamentos normais da comunidade em questão.
Exemplo: 25% das crianças de 6 meses até 6 anos na comunidade Irmão Sol e Irmã Lua sofre de desnutrição.
- O objetivo geral do programa.
Exemplo: Uma redução a longo prazo da desnutrição das crianças nessa comunidade.

Processo de identificação das crianças desnutridas

Essa etapa é muito importante porque permite destacar a porcentagem de desnutrição no território delimitado. Pela mesma ocasião, as famílias com crianças desnutridas são identificadas e podem receber uma atenção particular para responder as suas necessidades. As crianças desnutridas moderadas e graves são encaminhadas para o IPREDE (Instituto de Prevenção à Desnutrição e a Excepcionalidade) ou para um hospital, porque precisam de um cuidado mais especializado. As crianças desnutridas leves devem estar incluídas no programa para impedir o aumento do quadro de desnutrição segundo a capacidade.

Indicadores utilizados

Os três indicadores utilizados para o diagnóstico da desnutrição são Peso/Altura, Peso/Idade e Altura/Idade. A utilização destes três necessita de pessoas capacitadas, como nutricionistas ou médicos. Por isso, a utilização do Peso/Altura se torna mais conveniente, assim sendo, os agentes comunitários podem pedir ajuda de estudantes de nutrição para a utilização do score DP de Peso/Altura utilizada pela OMS.

Tomada das medidas

Essa atividade deve ser o objeto duma grande minúcia, porque a escolha das famílias e do programa depende da precisão dos dados. É importante identificar todas as crianças desnutridas. Qualquer pessoa pode fazer esse tipo de medida, mas precisa de uma formação. Uma pessoa experientada pode dar essa formação certa. As informações para a tomada de medidas se acham no Anexo 3. Com todos os dados importantes sobre a família e a criança. A equipe utilizada para pesar e medir as crianças deve ser a mesma para garantir uma melhor precisão nos dados. Também, é mais desejável que o número de agentes que tomam as medidas seja limitado.

Apresentação da porcentagem de desnutrição à comunidade

Calcular a porcentagem de desnutrição na comunidade. Esse dado é importante para mostrar às pessoas a prevalência desse problema na comunidade, para que todas se sintam implicadas. Quando as mães trazem as crianças para pesar e medi-las, é importante convoca-las para uma reunião com toda a comunidade. O objetivo principal dessa reunião é o desenvolvimento de um sentimento de propriedade em um grupo que partilha um problema comum. Esse dado é exposto à comunidade por meio de uma peça de teatro que faz parte do programa. Os agentes comunitários atuam na peça de teatro simples que se acha no Anexo 4. Isso serve também para mostrar e identificar o programa com as mães das crianças desnutridas.

2. Determinar

- A presença na comunidade de indivíduos ou grupos que já têm adotado os comportamentos benéficos ou têm obtido os resultados desejados (identificação dos modelos positivos).

Exemplo: *Presença de crianças bem nutridas nas famílias pobres.*

Essa atividade não precisa ser feita para a implementação do programa, salvo se se sinta a necessidade.

3. Descobrir

- Os meios ou os comportamentos únicos, ou pouco comuns, utilizados pelos MP que lhes permitem evitar, superar, resolver ou prevenir o problema em comparação aos outros membros da comunidade.

Exemplos: **Práticas positivas** (ver o Anexo 5 para as práticas negativas)

- Aleitamento materno exclusivo até 6 meses e continuidade depois da introdução de outros alimentos
- Fruta todos os dias
- Não dar café à criança ou só pôr um pouco no leite
- Alimentos tapados para evitar as moscas
- Louça tapada para evitar o contato com as moscas
- Lavagem das mãos e dos utensílios domiciliares antes de comer
- Pai que brinca com a criança
- Remédios para vermes cada 6 meses

Essa atividade não precisa ser feita para a implementação do programa salvo se pressentir a necessidade.

4. Desenvolver

- Conceber e executar um programa que permita aos outros membros da comunidade conhecer e praticar os novos comportamentos utilizados com sucesso pelos MP (ênfase sobre a prática).

Exemplos:

Desenvolvimento de um programa de educação nutricional que permita às mães das crianças desnutridas praticar novos hábitos nutricionais, de estimulação da criança, de afeição, de higiene e de saúde num ambiente familiar.

Esse programa já foi concebido e foi testado na comunidade Irmão Sol, Irmã Lua. Todos os elementos se acham na próxima secção desse guia para uma futura implementação em outras comunidades.

5. Discernir

Ou avaliar a eficácia da intervenção por meio de um monitoramento e avaliação. Isto se pode fazer de diferentes maneiras.

- Primeiro, se deve fazer uma avaliação, meio-projeto com as mães para permitir melhorar antes do final do programa. Além disso, se deve realizar uma avaliação ao fim para conhecer os

comentários das mães e por a mesma oportunidade, avaliar sua aprendizagem. Essas avaliações se acham na parte do programa com as palestras.

- Segundo, se tem que avaliar as mudanças de comportamento ou a aquisição de novos comportamentos (medidas qualitativas) e os resultados obtidos (medidas quantitativas). Depois de só duas semanas, é difícil de obter resultados quantitativos válidos da eficácia do programa sobre a diminuição da desnutrição infantil nas famílias. Com efeito, a variação do peso antes e depois do programa pode ser devido a muitos fatores. Por exemplo, uma criança pôde perder peso por causa de perda de vermes resultando da administração de vermífugos. Também, as refeições enriquecidas servidas durante o programa poderão ser responsáveis por um ganho de peso nas crianças. Esses tipos de fatores não devem fazer parte da avaliação dos resultados do programa. O peso pode constituir num dado quantitativo válido, apenas se essa medida for efetuada após algum tempo. Esse prazo deve ser bastante longo para que as mudanças de comportamento das mães possam influenciar o estado nutricional das crianças. Ao mesmo tempo, uma medida de tamanho (altura) deveria ser feita para avaliar novamente o escore de DP.

O mais importante a longo prazo é a mudança do comportamento das mães. Além da avaliação do estado nutricional da criança, uma avaliação qualitativa, tal como visitas domiciliares das famílias, poderão ser feitas um mês depois do final do programa. O objetivo disso seria a observação da aquisição das práticas tratadas no programa.

No programa com a comunidade Irmão Sol e Irmã Lua, essa parte não foi realizada por falta de tempo. No entanto, se fez perguntas abertas para avaliar a aprendizagem das mães. Ao mesmo tempo, permitiu-se fazer uma boa revisão dos temas para elas.

6. Difundir

- O programa, baseado no conceito da Diferença Positiva, em larga escala, para que seja acessível a mais famílias com crianças desnutridas.

Exemplo: A redação desse guia foi feita por esse motivo. A partir de hoje, vocês são os próximos agentes de difusão desse projeto. Boa experiência!

Componentes do programa

Comunidade

A comunidade deve ter uma estrutura organizada, com um ou alguns líderes comunitários ativos. Será preciso delimitar um território acessível para pedestres e achar um lugar relativamente grande para acolher as pessoas do programa. Além disso, o problema da desnutrição poderá ser encontrado em várias famílias, e não só em casos isolados, para que a comunidade se sinta implicada. Seria de grande importância o apoio das pessoas, fazendo com que o combate à desnutrição seja um acontecimento da comunidade.

Líder comunitário

Precisa-se de uma pessoa que tenha autonomia na comunidade, que acredite no projeto, que seja influente e que possa facilmente mobilizar a comunidade. O líder comunitário deve ser engajado nas atividades da comunidade e conhecer bem essa comunidade e seus diferentes bairros. Ele deve permitir o contato com os profissionais e as pessoas dos organismos que fazem doações. Além disso, o líder comunitário deve ajudar no recrutamento das famílias e achar um lugar para realizar todas as atividades do projeto.

Agentes comunitários

Eles são as pessoas que devem fazer um seguimento de todas as atividades do programa, desde o começo até o final: tomar as medidas, informar a comunidade, fazer a peça de teatro popular, supervisionar as mães na cozinha, etc. O número de agentes comunitários pode ser variável, mas alguns devem participar na maioria das atividades para entender bem o funcionamento.

Recursos pessoais

O contato com um médico é importante durante uma etapa do programa; ele deve estar presente para administrar os vermífugos (remédios para os vermes). Se possível, fazer parceria com outro profissional que supostamente esteja ministrando a palestra, otimizando a mesma. Um profissional de nutrição poderá contribuir com informes sobre alimentação complementar, anemia e alimentos sem valor nutritivo. Atividades estas que estão presentes neste guia.

Estudantes também podem colaborar efetivamente em diversas atividades do projeto. Como por exemplo, pesar e medir as crianças na etapa do diagnóstico, mas, sobretudo, animar as palestras

participativas, substituindo os profissionais (salvo para a administração de remédios). Realizar e animar as palestras significa uma boa experiência de gestão de grupo e de dinamização para os estudantes que participam. Podendo ser estudantes de áreas variáveis como nutrição, medicina, enfermagem, assistência social, engenharia de alimentos e educação física. Tudo dependerá dos temas envolvidos nas palestras participativas.

Receitas

A preparação das receitas tem um caráter vital no programa e precisa de uma atenção especial. Os agentes comunitários devem desempenhar o papel de supervisionar as mães e ajudá-las quando for necessário. Cada mãe deve cozinhar uma vez, porque assim é uma oportunidade de praticar as boas práticas de higiene aplicadas no programa. As receitas realizadas podem variar, mas devem ter bom valor nutricional, serem acessíveis para as mães (ou segundo as doações) e serem aceitáveis culturalmente. Além disso, é importante assegurar que as crianças gostem porque o objetivo principal é que comam uma boa porção. É preferível que a preparação não necessite de instrumentos que as mães não tenham em casa. Para a hora do lanche, cada criança pode trazer seu próprio prato ou copo, evitando assim comprar para todos. A lavagem das mãos durante a preparação do lanche e antes de comer deve ser um comportamento sobre o qual os agentes comunitários devem insistir.

As receitas realizadas se acham na parte seguinte do guia. Como se trata de famílias carentes, muitas não tinham condições de comer três refeições em casa todos os dias. Por isso achamos que essas famílias não puderam contribuir com um pouco de dinheiro para comprar os alimentos das receitas. Nos outros países onde foi desenvolvido um programa baseado sobre o conceito da Diferença Positiva, as famílias tinham que dar uma contribuição em dinheiro ou em alimentos. O objetivo era sensibilizar as mães a investir na saúde da própria família. Era uma maneira de ajudar para a sustentabilidade dos comportamentos depois do fim de programa. Por falta de recurso, é certo que algumas famílias não vão poder comer todos os dias as receitas feitas no programa.

O programa

O programa contém duas partes principais, ou seja, a parte do preparo das receitas e a parte das palestras participativas.

Secção das receitas

As receitas utilizadas estão presentes nessa seção para dar uma idéia das quantidades para 25 pessoas. Muitas vezes, as crianças puderam comer mais de uma vez e as mães também tiveram uma porção. As receitas não são sempre muito precisas porque as mães já as conhecem e não tem costume de medir, além disso é importante para elas ter a responsabilidade da cozinha e poder tomar iniciativas. No entanto, é importante para os agentes comunitários se assegurar que os alimentos mais nutritivos como o leite, a carne, o feijão estão presentes em quantidades suficientes para que cada criança possa comer uma porção razoável.

Mingau

- 1200 ml de leite em pó
- 675 ml de massa
- 375 ml de açúcar
- 75 ml de óleo
- 3600 ml de água

Misturar todos os ingredientes salvo o óleo. Por no fogão, remexer e esquentar até que a consistência engrosse. Retirar do fogo e por o óleo.

Purê de abóbora

- 3 abóboras
- 1 caixa de leite em pó
- Óleo

Descascar as abóboras e cortar em pedaços pequenos. Cozinhar em pouca água até que amoleça. Colocar tudo no liquidificador, salvo o óleo. Por uma colher de chá de óleo em cada copo. A utilização do liquidificador é aconselhável durante o programa porque facilita o cozimento duma grande quantidade. No entanto não é necessária para as famílias.

Cuscuz com queijo coalho

- 1 kg de queijo coalho
- 3 sacos de cuscuz
- 1 caixa de leite em pó

Cortar o queijo em pedaço muito pequeno. Preparar a massa do cuscuz. Cozinhar tudo numa cuscuzeira. (Mostrar para as mães como fazer cuscuz sem cuscuzeira, ou seja, com vapor.) Colocar leite enriquecido com óleo (1 colher de chá por cada xícara de leite).

Vitamina de banana e mamão

- 2 caixas de leite em pó
- 2 mamões médios
- 11 bananas
- Óleo
- Água
- Açúcar

Descascar as bananas e os mamões. Cortar em pedaços pequenos. Misturar o leite em pó com água no liquidificador. Botar os outros ingredientes e misturar. Por uma colher de chá de óleo em cada copo.

Ovos e laranja

- 30 ovos cozidos na água
- 25 laranjas

Servir os ovos e terminar o lanche com as laranjas.

Fígado de frango com arroz

- 2 kg de fígado de frango
- 2 kg de arroz
- Óleo (quantidade para cozinhar o fígado e o arroz)
- Alho, 1 cebola, 2 pimentões, 1 tomate, coentro.
- Sal

Arroz:

Numa panela, colocar óleo, alho e sal. Cozinhar um pouco e depois colocar arroz. Botar água e ferver.

Fígado: Cozinhar a cebola e depois colocar o fígado na mesma panela. Passar no liquidificador as verduras e pô-las na panela com o fígado. Deixar cozinhar a fogo brando até que a carne seja cozida.

Farofa de banana com um copo de leite

- 2 kg de farinha
- ½ litro de óleo
- 25 bananas cortadas em pedaços pequenos
- Um pouco de sal

Baião de dois

- Feijão
- Arroz

Qualquer tipo de receita de baião e boa. Se for possível dar uma fruta depois.

Secção das palestras participativas

Palestra 1: O aleitamento materno

- A. As vantagens do aleitamento materno
- B. As dificuldades encontradas em relação ao aleitamento materno e supostas soluções
- C. O valor nutricional do lanche: mingau com óleo

A. As vantagens do aleitamento materno

Animador: Hoje, vamos falar do aleitamento materno porque é a prática que mais achamos nas famílias com crianças bem de saúde. Quer dizer que é uma prática muito importante para que as crianças não estejam desnutridas. A maioria das mães aqui não está amamentando, mas é muito importante falar de sua experiência. Talvez vocês vão ter outros filhos ou vocês poderão dar conselhos às vizinhas ou amigas.

Q: Vocês acham que é importante amamentar o recém-nascido? Por que?

R: Ouvir as repostas. Porque é bom para a saúde da criança...

Q: Vocês me podem dizer algumas vantagens de amamentar?

R: Ouvir as respostas.

1. Não custa nada: a família tem mais dinheiro para comprar outra comida porque o leite em pó é caro e também não está adaptado para o recém-nascido. Ele não pode digerir bem o leite de vaca.
2. E sempre a boa temperatura: não precisa esquentar, não tem que andar sempre com uma mamadeira.
3. Reduz a frequência de infecções que a criança pode ter, por exemplo, infecções como a diarreia e infecções respiratórias: o leite materno contém armas naturais para combater os micróbios.
4. Permite dar uma proteção contra as alergias.
5. Permite desenvolver melhor o cérebro: os cientistas têm provas de que as crianças que foram amamentadas são mais inteligentes. Quer dizer que vão aprender mais na escola. Não quer dizer que se você não pode amamentar, que sua criança não se torne inteligente, mas se você quer oferecer o melhor caminho, o aleitamento materno é importante.
6. O bebê crece mais rápido e tem menos riscos de se desnutrir: Pudemos olhar isso nas famílias positivas porque a mãe amamentava até 6 meses sem dar outra comida e seguia depois com a comida. Quer dizer que tem realmente um efeito importante e que é uma prática positiva aqui na comunidade. Permitem famílias com poucos recursos criarem crianças bem de saúde.

Q: Vocês acham que o leite materno é igual do primeiro dia até depois de 6 meses?

R: Ouvir as respostas

Animador: Depois de 1 mês, 2 meses, 3 meses... as necessidades das crianças mudam, então, é importante que o leite se adapte a isso. O próprio leite muda bastante ao longo de um dia. Por exemplo, quando a criança está crescendo muito rápido, o leite contém mais gordura. Quando faz muito calor, o leite contém mais água. Então, não precisamos dar água ao bebê, é a mãe que tem que beber água. Porque não é bom dar água? Porque é perigoso para as infecções e também porque se a criança tem o estômago cheio de água, não vai estar com fome para tomar mais leite.

Q : O que vocês fazem com o colostro, o primeiro leite?

R : Ouvir as respostas

Animador : O primeiro leite produzido é chamado de colostro e é o leite produzido nos primeiros dias após o parto, podendo haver início da produção dias antes. É de cor amarela e começa a ser formado desde o final da gravidez.

O colostro é muito importante para a criança e não deve ser desprezado, pois lhe confere proteção contra doenças. A sucção deve iniciar-se, sempre que possível, logo após o parto e mantida em livre demanda, portanto, o alojamento conjunto deve ser incentivado. Essas medidas favorecem o sucesso da amamentação e reduzem a possibilidade de o seio ficar muito cheio ou ingurgitado.

Q: Já temos falado das vantagens para as crianças, vocês me podem dizer quais são as vantagens do aleitamento materno para as mães?

R: Ouvir as repostas e acrescentar informações.

Animador:

1. Efeito contraceptivo: dar de mamar diminui a possibilidade de uma nova gravidez, mas não substitui outro meio de evitar filhos.
2. Reduz os riscos de câncer de mama e outras doenças.
3. Apego mais forte entre a criança e a mãe: os contatos mais frequentes com a mãe permitem à criança a se desenvolver melhor fisicamente e intelectualmente também.

B. As dificuldades encontradas em quanto ao aleitamento materno e soluções

Q: Deve ter algumas mães que tiveram problemas para amamentar suas crianças. Vamos partilhar essas dificuldades e tentar achar soluções. Tem uma mãe que teve problema e que quer falar primeiro?

R: Ouvir os problemas e tentar achar soluções que outras mães acharam aos mesmos problemas.

1. Volta ao trabalho: Ver as possibilidades com a mãe: a mãe pode extrair leite e refrigerar na sua geladeira ou na geladeira duma vizinha, ela pode trazer a criança com ela quando for possível, ela pode seguir amamentar a noite e dar leite de vaca durante o dia...

2. Dor no mamilo quando o bebê mama: Devido à pegada incorreta do bebê ao seio.

Pode:

- Dar problemas de alimentação para o bebe.
- Ter ingurgitamento na mama e fissura de mamilo.

(Desenhar em grande tamanho a imagem da pagina seguinte para mostrar as mães)

Pega correta

O bebê:

- Encosta o queixo no seio da mãe
- Tem a boca bem aberta.
- Vira o seu lábio inferior para fora.
- A auréola está mais visível acima da boca do que abaixo.

Pega incorreta

- Traz conseqüências indesejáveis para o bebê e a mãe.



3. Peito inchado, dolorido, vermelho e o leite não quer descer, às vezes até febre:

- **E bom de amamentar o bebê em livre demanda.**
- Sugerir de amamentar em várias posições.
- Consultar um agente de saúde.
- Sugerir a mãe de começar a amamentar pelo seio que não está afetado e mudar para o outro seio quando o reflexo de ejeção do leite esteja já funcionando.

4. "Eu tenho pouco leite"

Mesmo a maioria das mães que come pouco é capaz de produzir leite materno em quantidade suficiente para garantir o crescimento de seus bebês. É importante que a mãe saiba que a quantidade de leite que

os seios produzem é determinada pela quantidade que o bebe retira do seio e que esta quantidade aumenta quanto mais o bebe retira leite.

Dois sinais confiáveis para se fazer o diagnóstico de "pouco leite" :

A) Ganho de peso insuficiente

B) Emissão de urina em pequenas quantidades e concentradas

Animador : Falamos de alguns problemas, mas podem existir outros. O importante é que a mãe não fique só, que ela partilhe seus problemas com pessoas de sua confiança, para poder encontrar soluções. Antes de findar, será necessário falar de uma coisa. Muitas mulheres acham que com a amamentação, os seios vão cair depois? Vocês acham que é verdade?

R: Sim

Animador: Isso é realmente uma crença porque não é a realidade. Dar de mamar não deforma os seios. É a própria gravidez e não a amamentação que pode causar mudanças na forma dos seios. Tem muitas mães que amamentam 5-6-7... filhos sem que nunca os seios caíram.

C. O valor nutritivo do lanche: mingau com óleo

- Enriquecemos o mingau com uma colher de chá de óleo para cada criança para que tenha mais energia para as crianças desnutridas. Não muda o gosto e pode ajudar muito a criança.
- E importante não diluir demais o leite. Precisa colocar o dobro de leite em pó em comparação a massa.

Palestra 2: Os micróbios e os parasitas nos fazem mal (adoecem); a higiene nos protege

- A) Conhecer os micróbios e os parasitas
- B) Como a higiene nos protege
- C) A utilização de remédios para vermes
- D) O valor nutritivo do lanche: baião de dois

A) Conhecer os micróbios e os parasitas

Q: O que vocês repararam quanto à higiene desde o primeiro dia do programa? As mães que cozinham podem falar da parte da cozinha.

R: A limpeza de tudo com sabão, o enxágüe só com água de todos os utensílios de cozinha: tigela, colheres, copos e também dos alimentos e das mãos. Os lanches são preparados em um lugar limpo, bem varrido. Os alimentos estão protegidos contra as moscas e a poeira.

Q: Porque é importante prestar tanta atenção na limpeza?

R: Para nos proteger contra os micróbios e os parasitas.

Q: O que são os micróbios?

R: Os micróbios são os menores animais do mundo. Para vê-los são necessários microscópios (lentes especiais), pois eles são invisíveis a “olho nu”. Provocam diarreias, gripes e as crianças ficam doentes e desnutridas.

Q: Onde ficam?

R: Os micróbios ficam em todos os lugares: no ar, no chão, na água, ou até nos alimentos. Isto significa que eles estão na sua roupa, e em seu corpo. Assim, se você estiver doente, estará carregando bem mais micróbios do que o normal.

Q: O que os micróbios precisam para viver e crescer?

R: Alimentos: Como nós, os micróbios gostam e precisam de alimentos, especialmente carnes, peixes e leite.

Umidade, calor e tempo: por exemplo, é perigoso deixar leite na temperatura ambiente durante muitas horas porque os micróbios vão se multiplicar e podem adoecer as pessoas.

Q: O que são os parasitas?

R: Os parasitas são vermes intestinais, pulgas, pequenos animais que comem nosso sangue para crescer e viver. Os vermes intestinais são muito frequentes nas crianças. Em geral, põem ovos nos intestinos das pessoas e dos animais. Esses ovos podem ser encontrados em tudo que entra em contato com os excrementos de animais, por exemplo, debaixo das unhas das crianças.

Q: Como se proteger contra os micróbios e os parasitas? Vocês acham que apenas água mata os micróbios e os ovos dos parasitas?

R: Não

Q: Então o que os matam?

R: Sabão, água sanitária (ou QBOA). Também o calor da ebulição os mata.

B) Como a higiene nos protege?

Q: Como as crianças são recebidas aqui enquanto à limpeza?

R: As crianças brincam num lugar limpo.

Animador: No chão, tem areia, pó e sujeira. Os micróbios e os ovos vivem na sujeira, no lixo, nos banheiros e nos excrementos de animais. Se as crianças brincam na areia e colocam as mãos na boca, podem adoecer e ficar desnutridos. Também, se os brinquedos ficam na areia e depois as crianças os colocam na boca, elas podem se contaminar. Então, é necessário diminuir os contatos das crianças com o chão.

Q: O que vocês acham das chupetas (dos bicos)? Quem já utilizou e porque?

R: Ouvir as respostas

Q: Quem pode nos dizer as vantagens e as desvantagens disso?

R: Ouvir as respostas

Animador:

É importante saber que pode ser muito ruim para suas crianças, sobretudo se a criança utiliza chupeta durante muitos anos. Primeiro; quantas vezes vocês acham que caem no chão? Quando acontece, é possível lavar sempre com sabão para matar os micróbios? Não, então vocês podem adivinhar que as chupetas podem ser fontes importantes de micróbios e parasitas. E também, que pode ser perigoso para os bebês, que podem pegar doenças, pois são mais vulneráveis. É melhor não começar a dar chupeta...

mas o que podemos fazer com as crianças que utilizam há muito tempo? O que podemos fazer para que elas se desacostumem?

R: Existe alguma mãe que conseguiu tirar a chupeta de sua criança? Como fez? (Ouvir as respostas e tentar achar soluções).

Q: Suas crianças comem areia?

R: Ouvir as respostas

Q: O que fazer para que elas parem de comer areia?

R: Ouvir as respostas

Animador: É importante impedir que as crianças comam areia, argila, e quaisquer coisas que não sejam alimentos. Também, se as crianças comem com as mãos, sobretudo sem lavar as mãos, vão consumir micróbios que ficam nas mãos e debaixo das unhas. Além disso, é necessário lavar as mãos com sabão depois ter ido ao banheiro para matar os micróbios.

Q: Em que momentos vocês acham que é importante lavar as mãos?

R:

- Qualquer momento antes de comer
- Antes de preparar e servir alimentos para a família (sobretudo crianças porque são mais vulneráveis)
- Depois de ter ido ao banheiro o depois de ter trocado um calção de crianças
- Depois de ter brincado
- Após trabalhar com terra ou sujeira, lavar bem as mãos é de suma importância, porém, não se deve esquecer dos cuidados com as unhas. As unhas devem ser cortadas, jamais devem ser roídas, pois com esse mau hábito levamos sujeira à boca. As unhas, quando não são bem cuidadas, podem se transformar em perigosas fontes de contaminação. Unhas sujas podem conter micróbios e às vezes ovos de vermes intestinais.
- Depois de ter tocado um animal (É muito importante quando têm cão ou gato em casa porque esses animais podem trazer muitas doenças aos humanos).

Animador: As mãos estão cheias de micróbios porque fazemos tantas coisas com elas (com as mãos tocamos em tudo).

Q: Existe muitas casas sem água corrente. Vocês acham que é possível lavar bem as mãos e como fazer?

R: Ouvir as respostas

Animador: Onde não existe água corrente, devemos usar uma bacia, ensaboando as mãos mais de uma vez e evitando o contato com a água já utilizada.

Animador: Muitas famílias têm como hábito dar um banho na criança antes de comer. É uma prática boa. No entanto, o tempo de comer pode demorar um pouco e a criança brinca com qualquer coisa. Por isso, é importante lavar as mãos no momento antes de comer.

Q: Sabemos que as fezes de animais contêm muitos micróbios e parasitas, como evitar que as crianças toquem as fezes de animais?

R: Ouvir as respostas

Animador: Os animais devem ficar separados do lugar onde as crianças brincam.

Q: Vocês acham que a presença de moscas tem riscos para a saúde?

R: Ouvir as respostas

Animador: As moscas podem trazer muitas doenças. Essas pousam em qualquer objeto, tanto frutas como fezes, e podem deixar neles ovos de parasitas. No caso das pessoas ingerir os ovos e os micróbios, podem ficar muito doentes. Por isso tem que tapar o lixo, louça suja, etc, para evitar sua presença.

Q: O que pode acontecer quando uma criança tem vermes durante muito tempo?

R: Ouvir as respostas

Animador: A criança pode ficar com anemia ou desnutrida e isso afeta todo seu desenvolvimento.

C) A utilização dos remédios para vermes

Q: Vocês conhecem os remédios para vermes? Na sua opinião, quando se precisa dar esses remédios para as crianças?

Animador: apresentação do médico que vai explicar a posologia e alguns pontos que ele julgar importante.

D) O valor nutritivo do lanche: baião de dois

- É uma receita tradicional, muito boa para saúde.
- Não é caro.

Palestra 3: As novas profissões exigem novas competências: implicações para a educação e a alimentação das crianças.

- A) A preparação das crianças para as profissões modernas
- B) A preparação das crianças para a escola
- C) Uma alimentação mais rica para sair-se bem na escola
- D) O valor nutritivo do lanche: purê de abóbora

A) A preparação das crianças para as profissões modernas

Animador: Os pais são os primeiros educadores da sua criança. Os pais preparam a criança para seu futuro, mas o futuro das crianças evolui com a modernização e a tecnologia.

Q: No tempo de nossas bisavós, que tipo de trabalho os antepassados faziam?

R: Agricultura, criação, pesca, caça, colheita, artesanato tradicional.

Q: Vocês acham que as crianças que se tornaram agricultor ou criador, no passado, precisavam aprender as mesmas coisas que as crianças que moram nas cidades atualmente? Por exemplo, em dias atuais, se a criança se torna agricultor moderno, um comerciante, uma secretaria, um doutor ou um funcionário, vocês acham que deve aprender as mesmas coisas que no passado?

R: Não. No passado, a criança seguia os passos dos pais. Hoje, é diferente. Vocês sabem que o desemprego é muito grande e que a vida sem trabalho é muito difícil. Em nossos dias há a necessidade de mais competência para se encontrar um trabalho e poder sustentar a família.

Animador: Para ter essas competências, os pais têm que preparar as crianças muito cedo. A educação é então muito importante. Quando estão capacitadas, as crianças têm depois mais facilidade para atravessar as dificuldades da vida.

Q: No passado, quais eram as dificuldades que nossos antepassados deviam enfrentar?

R: Fome, seca, trabalhos duros para cultivar a terra, largas distâncias a percorrer a pé, para se procurar água, alimentos, etc.

Animador: As dificuldades eram muito grandes. Também, hoje, têm dificuldades muito grandes, mas são um pouco diferentes.

Q: Quais são as principais dificuldades em nossos dias?

R: Desemprego, falta de comida, pobreza,

Animador: Todos esses problemas resultam do desemprego das famílias. A ausência de diploma põe difícil o acesso a um trabalho. Por isso, os estudos são importantes para conquistar um bom trabalho e poder assim sustentar a família. Um vendedor, um vigilante, uma lavadora de roupa podem ganhar um salário, mas vocês sabem que o salário é para comprar comida para a família, mas as condições podem seguir difíceis. Quando as crianças começam a estudar cedo e prosseguem durante muitos anos, elas podem ter diplomas e encontrar a bons empregos. Isso faz com que o seu futuro fique melhor e que essas crianças possam ajudar seus familiares.

Q: Vocês querem partilhar alguns comentários?

Animador: Vamos fazer uma comparação para compreender melhor a importância da educação das crianças. Vamos olhar a resistência das casas no tempo: Imagem das duas casas (uma de palha e a outra, de materiais duros e sólidos).

Q: Vocês acham que utilizamos os mesmos materiais para construir a casa que tem a esquerda e a que tem a direita?

Q: Quais materiais são mais caros?

Q: Que casa é a mais sustentável?

Q: A pessoa nômade pode se servir duma casa em materiais duros? Não.

Animador:

Podemos facilmente comparar o crescimento da criança moderna à construção duma casa em materiais duros. Se a criança aprende muitas coisas, é como se fosse construindo uma casa em materiais duros. Se ela começa a aprender desde jovem, a fundação é mais sólida e tal como uma casa de materiais duros, se pode acrescentar outros andares. Essa criança vai ter facilidade de aprender mais e poderá enfrentar melhor as provas da vida.

Q: Como vocês acham essa comparação?

B) A preparação das crianças para a escola

Animador: A aprendizagem na escola é muito importante, mas antes, como os pais podem preparar as crianças? Como podem fazer para que não tenham muitas dificuldades de aprendizagem na escola?

R: Ouvir as respostas

Animador: As atividades em casa são muito importantes para preparar a criança. Não se precisa muito material para isso, se precisa, sobretudo imaginação e boa vontade. Tem sempre muitas coisas no ambiente.

Q: Vocês têm alguns exemplos de atividades para que as crianças aprendam?

R: Ouvir as respostas

Animador: O conhecimento de muitas palavras ajuda as crianças a aprender melhor na escola. Como vocês acham que os pais podem ajudar para que seus filhos conheçam mais palavras?

R: Ouvir as respostas

Habituar a criança reconhecer imagens e objetos que existem no ambiente. Podemos utilizar imagens que achamos nas revistas, jornais, frutas e verduras nas fotografias de supermercado...

Animador: Os pais não precisam saber ler e escrever para ajudar seus filhos a gostar de aprender. Todas as crianças estão curiosas. Quando elas falam, é necessário bem ouvir e sempre responder as suas perguntas com explicações simples e claras.

Trazer imagens e mostrar aos pais como fazer

C) Uma alimentação mais rica para sair-se bem na escola

Animador: A comparação entre as duas casas serve também para relacionar com a alimentação. Precisamos dar a criança alimentos mais ricos para construir seu cérebro e seu corpo tal como a fabricação da casa em materiais duros. Amanhã vamos falar mais sobre a alimentação da criança.

(Alem disso, é necessário alimentar ativamente as crianças pequenas que não comem muito quando estão sós. Precisa-se alimentar as crianças num lugar limpo e supervisiona-las para assegurar-se de que comem bastante a fim de satisfazer suas necessidades nutricionais.).

D) O valor nutritivo do lanche: purê de abóbora

- As crianças gostam e tem muitas vitaminas.
- Fácil de fazer e é acessível.
- Podendo se enriquecer com óleo e leite em pó.

Palestra 4: Alimentação complementar e equilibrada

- A) Características da alimentação complementar
- B) Alimentação equilibrada
- C) O valor nutritivo do lanche: cuscuz com queijo de coalho

A) Características da alimentação complementar

Q: A partir de que idade vocês acham que deveríamos introduzir alimentos para complementar o leite?

R: Ouvir as respostas

Animador: A partir de 6 meses de idade o leite apenas não supre mais todas as necessidades nutricionais do bebê. Por isso, a partir desta idade, ele deve passar a receber alimentos complementares, em adição ao leite materno. Os alimentos complementares crescerão em importância à medida que a criança cresce. No entanto, deve se lembrar que o leite materno continua sendo muito importante para a criança após os seis meses. Recomenda-se que seja dado à criança até dois anos ou mais.

No entanto, pode ser ruim dar outro tipo de alimento que não seja o leite antes de quatro meses, porque o corpo da criança não está bastante maduro para assimilar estes.

Q: Quais alimentos podem ser usados para a alimentação da criança pequena?

R: Ouvir as respostas

Animador: De modo geral, os alimentos utilizados pelos adultos da família podem ser combinados e modificados na consistência para oferecer à criança. É melhor que o bebê receba uma mistura de alimentos variados, preparada a partir dos alimentos consumidos pelos outros membros da família. Isto também economiza o trabalho e o tempo da mãe, além do combustível que é caro para muitas famílias.

Q: A que idade se pode servir ao bebê alimentos da mesma consistência dos adultos?

R: Ouvir as respostas

Animador: Aos 12 meses. Antes desta idade, alimentos devem ser amassados em pequenos pedaços. Além disso, não é recomendado dar alimentos líquidos como sopa antes de dois anos. Isso toma muito espaço no estômago deles. Já que crianças têm um estômago muito pequeno, elas precisam de alimentos densos em energia e vitaminas para que não se desnutram.

Q: Qual é a frequência adequada dos alimentos complementares?

R: Ouvir as respostas

Animador: A criança deve comer sempre que tiver fome e até ficar saciada. Isso significa que a frequência depende de seu apetite.

Q: Vocês acham que a criança que mama deve comer mais ou menos refeições do que a criança que não mama?

R: Ouvir as respostas

Animador: A criança que mama no peito a partir do sexto mês deve receber *três* refeições ao dia em adição ao leite materno. No entanto, a criança que não mama deve receber *cinco* refeições por dia desde o início da alimentação complementar.

A frequência e a quantidade são aumentadas gradualmente, de modo que a criança aos 12 meses de idade receba alimentos complementares cinco vezes ao dia (3 refeições e 2 lanches).

B) Alimentação equilibrada

Q: Vocês podem me dizer três grupos de alimentos que são importantes para a saúde?

R: Ouvir as respostas

Animador: Vamos classificar os alimentos segundo o papel deles. Primeiro, vem os *alimentos construtores* que são alimentos ricos em proteínas como carne, frango, peixe, ovos, leite, queijo. São aqueles que constroem o nosso corpo, fazendo ele crescer bem. Por isso que a criança precisa mais desses alimentos. Uma criança que come uma quantidade pequena desses alimentos vai estar com fraqueza, o crescimento dela vai diminuir, podendo apenas se mostrar inchada.

Segundo, tem os *alimentos energéticos*.

Q: Vocês podem me dizer alguns alimentos energéticos?

R: Ouvir as respostas

Animador: Os cereais, todos os tipos de massas (pão, milho, macaxeira, batata.), açúcar e gordura. São aqueles alimentos que fornecem energia para fazer qualquer atividade e fazer funcionar os órgãos. São como a gasolina que fornecem ao carro a força para andar. Se nós comemos pouco, vamos emagrecer e ficar com tontura e cansaço.

Um truque para aumentar a energia de uma refeição é a adição de 5 ml de óleo dentro dos alimentos.

Q: Que outros alimentos ainda não falamos?

R: Ouvir as respostas

Animador: Frutas, verduras e legumes. São os *alimentos protetores* porque são ricos em vitaminas e minerais. Esses alimentos fazem nosso corpo funcionar direito, dando resistência contra varias doenças e protegendo nossa saúde.

Se nós comemos pouco desses alimentos, podemos ficar com anemia, fraqueza, gripe, pneumonia, cegueira noturna, agressão. Muitas vezes, os *alimentos protetores* são deixados de lado ou representam uma parte muita pequena no prato das pessoas. Então, é importante acostumar a criança a comer verduras e frutas desde jovem.

D) O valor nutritivo do lanche: cuscuz com queijo coalho

- Cuscuz é um dos alimentos mais barato (mais barato do que o pão) e nutritivo. Existem diferentes maneiras de comê-lo.

Revisão e avaliação meio-projeto

Animador: Hoje, vocês vão falar um pouco mais do que de costume. Queremos ver o que vocês aprenderam esta semana, e se aprenderam alguma coisa nova. Além disso, queremos fazer uma avaliação para poder melhorar na semana seguinte. Isso é muito importante para nós.

Revisão

Dia 1: Aleitamento materno

1. Vocês podem nos dizer algumas vantagens do aleitamento materno?
2. Até que idade vocês acham que é importante amamentar?
3. Vocês têm perguntas ou comentários sobre esta palestra?

Dia 2: Higiene

1. O que vocês repararam quanto à higiene desde o primeiro dia do programa?
2. Vocês podem nos explicar a relação entre a higiene e a desnutrição?
3. Vocês aprenderam algo durante essa palestra? O que?
4. Quais são os obstáculos para uma boa higiene? Porque é difícil?

Dia 3: Importância da aprendizagem

1. Como os pais podem preparar a criança antes de iniciar a escola?
2. Vocês podem nos dar exemplos de como estimular as crianças?

Dia 4: Alimentação complementar e equilibrada

1. O que vocês acharam dessa palestra?
2. Gostaríamos que cada mãe falasse sobre algo que gostou e/ou aprendeu.
3. Em que idade é importante introduzir novos alimentos?
4. Em que idade podemos dar a criança os alimentos na mesma consistência que os dos adultos?

Avaliação

Animador:

1. Esta semana, qual é o tema de palestra que vocês gostaram mais? Qual foi o mais útil para vocês?
2. Tem outros temas que vocês gostariam muito de falar? Têm sugestões para a semana que vem?
3. A hora é apropriada para vocês, quais as suas preferências? E a duração?
4. O que vocês acharam das receitas até agora?
5. Têm sugestões para a semana próxima?
6. As mães que já cozinham têm comentários no que pode melhorar a cozinha? Vocês observaram que faltava algum material de cozinha para preparar os pratos? O lugar era apropriado para cozinhar?

Palestra 5: Doenças infantis

- A. A diarreia
- B. A febre
- C. A dengue
- D. O valor nutricional do lanche: vitamina de banana e mamão enriquecido com óleo

A. A diarreia

Animador: Hoje, vamos falar da diarreia, porque é uma doença muito comum nas crianças. As suas crianças já estiveram com diarreia?

Q: Gostaria saber o que vocês fazem quando estão com diarreia?

R: Ouvir as respostas e tentar ouvir todas as mães. (Depois, é importante tentar clarear as crenças quanto à diarreia; tentar entender porque algumas mães podem fazer coisas erradas que poderia prejudicar ao melhoramento da saúde da criança. Muitas mães vão falar do soro (SRO) que dão no posto de saúde, fazer uma demonstração da preparação dessa solução – utilização de água filtrada ou fervida, copos bem lavados com sabão...).

Q: Vocês acham que as mães que amamentam as crianças devem seguir o aleitamento materno ou não?

R: Ouvir as respostas

Animador: O leite materno é o alimento mais bem aceito pela criança doente. É importante para a mãe aumentar a frequência quando a criança esteja doente porque seu corpo tem necessidades maiores.

Q: Quantas vezes por dia as crianças devem comer normalmente, quando estão bem de saúde?

R: 3, 4, 5...

Animador: Achamos que nas famílias positivas, as crianças comiam 5 a 6 refeições por dia. Então, quando for possível, é preciso dar de comer muitas vezes por dia. Vocês lembram porque é importante que as crianças comam mais vezes por dia que os adultos?

R: É porque o estômago das crianças é pequeno e não pode caber quantidade grande de comida, como no dos adultos. Por isso, devem comer com mais frequência.

Q: Quando a criança está com diarreia, quantas refeições deve comer por dia? Tem que comer mais ou menos?

R: Ouvir as respostas (Muitas vezes os pais acham que devem dar apenas pouco ou nenhum alimento. Essa crença deve ser esclarecida).

Animador: Ela precisa comer e beber mais porque perde muito líquido e energia quando tem muitas fezes líquidas por dia (diarréia). Por isso, vocês deveriam aumentar uma refeição para essa criança. Pode guardar uma parte duma refeição para que ela tome durante o dia. Às vezes não vai estar com fome. Se for assim, você deve dar pelo menos muito líquido, até que possa comer mais. Pode-se administrar pequenas porções de comida com mais freqüência e ajuda-la a comer, mesmo se tem como costume de comer só. Podem oferecer os alimentos preferidos da criança que são acessíveis e que são bons para a saúde.

Q: O que vocês poderiam fazer para aumentar o conteúdo em energia da criança? Já falamos em outra palestra?

R: Pôr uma colher de sobremesa (para as crianças menores de 2 anos) e uma colher de sopa (para as crianças maiores de 2 anos) de óleo na refeição da criança.

Animador: Também, falamos que as necessidades da criança em líquido são maiores por perder líquido nas fezes. Por isso, a utilização do soro é muito importante.

Q: Vocês me podem dar exemplos de outros líquidos que podemos administrar quando a criança está com diarréia?

R: Leite materno em primeiro lugar quando a criança está amamentada e mais freqüente que de costume; sopas; água de arroz, água de coco, suco de fruta (goiaba, caju, acerola, manga, sapoti, laranja, etc), água filtrada ou fervida.

Q: Se vocês não têm o soro (SRO) do posto de saúde, sabem como fazer um em casa?

R: Um pouco de sal e um pouco de açúcar com água.

Animador: Muito bem! Vamos fazer um aqui para aprendermos as quantidades de cada ingrediente. Num litro de água, pôr 4 colheres rasas de sopa de açúcar e meia colher de sobremesa de sal. Se vocês têm dúvidas em quanto às quantidades dos ingredientes, é melhor pôr um pouco mais água. Muito açúcar pode piorar a diarréia e muito sal pode fazer mal a criança também.

Q: Que quantidade e durante quanto tempo vocês vão dar essa solução à criança?

R: Até que a criança não tenha mais diarréia.

Animador: Sim. Cada vez que a criança tem fezes líquidas, vocês têm que dar uma quantidade desta solução para substituir o líquido perdido. Se for possível ver que o estado geral da criança não melhora ou piora; febre persistente, sangue nas fezes, vômitos, olhos encovados (sinal de desidratação), levá-la ao posto de saúde o mais rápido possível.

B. A febre

Q: O que vocês fazem quando sua criança está com febre?

R: Ouvir as respostas

Animador: O repouso é muito importante. Vocês podem ministrar alguns banhos para refrigerar o corpo da criança. Precisam dar também muito líquido. Se for possível, dar uma refeição a mais do que o habitual, porque a febre aumenta as necessidades da criança. Supostamente, pode-se acrescentar óleo na comida, dando assim mais energia.

Q: As crianças doentes precisam mais de vitaminas, então é importante dar bons alimentos e evitar alimentos sem valor nutritivo. Vocês poderiam nos dizer o que são bons alimentos e quais destes poderiam dar e que estão disponíveis em casa.

R: Arroz, feijão, banana, leite...

C. A dengue

Se a dengue for um problema, o médico pode dar alguns conselhos para as mães.

D. O valor nutricional do lanche: vitamina de banana e mamão enriquecido com óleo

- As crianças gostam
- Pode-se fazer vitamina com qualquer fruta
- Pode-se enriquecer com óleo

Palestra 6: Os alimentos sem valor nutritivo

- A) Alimentos preferidos das crianças
- B) A composição dos alimentos sem valor nutritivo
- C) Equivalência nos preços de bons e maus alimentos para saúde
- D) O valor nutritivo do lanche: fígado de frango

A) Alimentos preferidos das crianças

Q: Quais são os alimentos preferidos das crianças?

R: xilito, pipoca, biscoito recheado, banana, pirulito, bombons, refrigerante...

Animador: Só uma fruta, uma banana. Os outros alimentos são alimentos que não são bons para a saúde.

Q: Por que as crianças gostam mais desses alimentos?

R: Porque criança gosta do que é doce e salgado. Também, não há muita abertura para gosto novo, pois seus gostos estão se formando.

Animador: Se as crianças gostam mais dos alimentos que falamos, vocês acham que é bom trocar o arroz ou uma banana por esses alimentos? Vocês acham que é saudável? Por que?

R: Não. Comer sempre estes alimentos pode prejudicar a criança, dificultando o seu crescimento e desenvolvimento.

Animador: Os alimentos muito salgados ou açucarados não ajudam no desenvolvimento da criança, pois não tem nada nutritivo. Se vocês oferecem isso para elas comerem, as crianças não vão ter vontade de comer a refeição depois, ou seja, os alimentos como o feijão e o arroz que são bons para a saúde.

B) A composição dos alimentos sem valor nutritivo

Animador: Podemos olhar mais um pouco o que tem dentro desses alimentos sem valor nutritivo.

Q: O que tem no refrigerante?

R: gás, açúcar, corante, água.

Q: O que o xilito tem?

R: muito sal, corante, gordura.

Q: O que o biscoito recheado tem?

R: açúcar, gordura, agente de conservação.

Animador: Não há nenhuma vitamina nos alimentos que falamos. Então, se dermos muito este tipo de alimento, isto pode acabar contribuindo para que a criança não tenha um bom crescimento. Mas vocês acham que é possível nunca comer esses alimentos? Vão agüentar?

R: Não.

Animador: Vocês têm que negociar? De vez em quando, vocês podem dar alguns alimentos não tão saudáveis, mas não deve ser sempre, não deve se tornar uma rotina, porque a criança não vai crescer e nem desenvolver bem.

Q: Quais são os alimentos saudáveis, ou seja, alimentos que dão energia e que ajudam no crescimento e desenvolvimento das crianças?

R: banana, maca, arroz, feijão, leite, milho...

Q: E o que vocês acham do café? As crianças gostam? É bom para as crianças?

Animador: O café não tem nada. Se a criança estiver nervosa, o café pode piorar. A mesma coisa se a criança não dorme bem, talvez seja por beber café muito tarde. É melhor não dar muito café às crianças. Se vocês não tiverem outra coisa, é melhor que nada, mas se vocês tiverem leite, vocês podem pôr só um pouco, ou seja, “pingar o café” para colorar e a criança sentir o gosto discreto deste.

Animador: Se olharmos alimentos como o caramelo e o biscoito recheado.

Q: O que tem dentro?

R: Puro açúcar.

Animador: O açúcar é muito ruim para os dentes. Se a criança está com dor de dentes ou está com sangue nas gengivas, tem que ir ao posto de saúde.

Q: As suas crianças escovam os dentes após as refeições ou antes de dormir?

R: Sim. Não.

Animador: Se não tiver pasta dental em casa, podem lavar os dentes apenas com a escova e água. Tem um bom efeito. É melhor do que não lavar.

C) Equivalência nos preços de bons e maus alimentos para saúde

Fazer uma comparação entre os preços e fazer uma boa divulgação das frutas e outros bons alimentos para mostrar. Com R\$ 1,00 (um real) pode-se comprar um pacote de biscoito recheado ou vários saquinhos de pipoca artificial ou xilitos (cheetos); só que com o mesmo valor pode-se comprar 2 Kg de frutas ou 2 Kg de verduras, e até mesmo 1 litro de leite, assim, o que seria melhor para se comprar?

D) O valor nutritivo do lanche: fígado de frango

- Porque é bom comer fígado de frango? (É uma fonte excelente de ferro e muitas vitaminas, e é mais barato do que a carne moída).

Palestra 7: Anemia e aprendizagem

- A) O que é anemia?
- B) As conseqüências da anemia sobre a aprendizagem
- C) Como evitar a anemia, as fontes de ferro.
- D) O valor nutritivo do lanche: o ovo e a laranja

A) O que é anemia?

Animador: Já temos falado sobre diferentes doenças infantis com o médico. Hoje, vamos falar de uma doença que encontramos em famílias tanto pobres como ricas. Vocês provavelmente já ouviram a palavra anemia.

Q: Gostaria de saber quem pode nos explicar o que é anemia?

R: Falta de ferro no sangue.

Animador: Sim, é uma falta de ferro no sangue e pode ter muitas causas.

1. Presença de vermes: eles comem o sangue e os alimentos no intestino das pessoas.
2. Perda relativamente grande de sangue: hemorragia e também as menstruações das mulheres. Por isso elas são mais susceptíveis a ter anemia.
3. Dieta: O que é importante comer para não ter anemia? Ferro! Vamos olhar as fontes de ferro um pouco mais tarde.

Q: Vocês já viram uma pessoa com anemia? Como é?

R: Cara pálida, pessoa sem energia, sempre cansada, perda de apetite. As crianças anêmicas muitas vezes querem ficar sempre com a mãe, choram, não querem brincar. Além disso, as pessoas com anemia podem ter vontade de comer pedra, argila, barro porque o corpo está precisando algo. É importante não comer isso, como falamos na palestra sobre a higiene.

Animador: Existe alguma mãe presente que identifique esses sintomas em suas crianças?

R: Ouvir as mães e aconselhar a consultar o posto de saúde, caso sintam necessidade.

B) As conseqüências da anemia sobre a aprendizagem

Animador: Falamos o que é anemia. Mas, quais são os prejuízos que uma criança anêmica por muito tempo pode ter ?

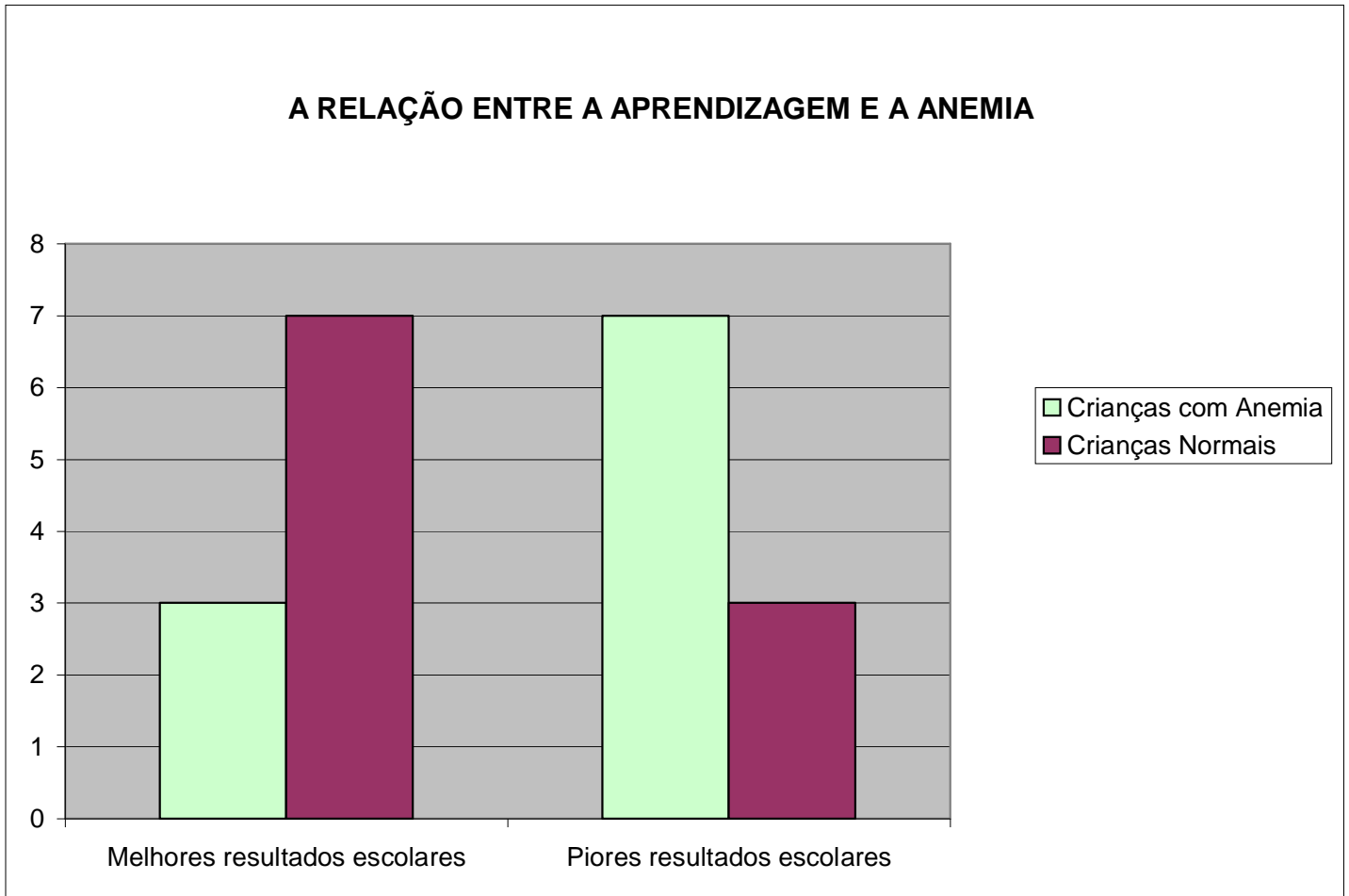
R: Ouvir as respostas

Animador:

1. Favorece as infecções: uma criança tem mais riscos de ficar doente.

2. Pode levar ao retardo no desenvolvimento do cérebro: reduz a inteligência da criança, podendo levar a problemas de aprendizagem na escola.

(Fazer o gráfico da relação entre a anemia e a aprendizagem em tamanho grande e explica-lo).



Animador: explicação do gráfico: Alguns cientistas se fizeram presentes em escolas, na classe perguntaram e ouviram as devidas respostas dos estudantes. Depois, fizeram exames de sangue para saber quem estava com anemia e quem estava bem de saúde. Dos estudantes que tinham os melhores resultados, 7 estavam bem de saúde e 3 com anemia. Depois, olharam os estudantes que tinham os piores resultados. Deles, 7 estavam com anemia e só 3 bem de saúde.

Q: O que quer dizer isso?

R: Fazer com que alguma mãe explique o que o animador explicou.

Animador: Isso quer dizer que se queremos que nossas crianças aprendam bem na escola, temos que fazer todo o possível para que elas não fiquem com anemia. A anemia faz com que a criança não possa aprender bem. Se não aprende bem, não vai estudar muito e será mais difícil achar um trabalho quando

estiver mais velha. Então, essa criança ficará sem emprego e não poderá ajudar os pais quando estiverem velhos. Também, não poderá ter boas condições de vida para sua família. Todo o futuro da criança pode ficar ruim se não fizermos algo contra a anemia. Então, vocês compreendem a importância de dar bons alimentos para suas crianças, evitando assim a anemia?

C) Como evitar a anemia? As fontes de ferro na alimentação.

Q: Em que alimentos se acham o ferro?

R: Ouvir as respostas e dizer para as mães se os alimentos que elas citaram são verdadeiras fontes de ferro ou não, já que existem muitas crenças. Por exemplo, muitas pessoas acham que a beterraba tem ferro, mas não é verdade.

Animador: Os alimentos que provêm dos animais contêm muito ferro: carne, órgãos (fígado), frango, peixe, salvo o leite. O leite é muito bom para saúde, mas não tem ferro.

Outros alimentos contêm ferro como: ovo, feijão, soja e vegetais verdes escuros (acelga, couve, brócolis, mostarda, almeirão). Mas tudo o que provem dos vegetais tem uma particularidade. É como se tivesse um cadeado para que o ferro não possa sair dos alimentos. Assim, o corpo não pode aproveitar todo o ferro. Precisa-se abrir o cadeado para deixar o ferro sair. A chave é a fruta porque contem vitaminas (sobretudo vitamina C). A vitamina C e o ferro são bons amigos. Por isso é sempre bom comer fruta depois das refeições, como sobremesa, para abrir os cadeados. Por exemplo, vocês podem dar um baião de dois como refeição e uma laranja para sobremesa. Pode ser também uma banana se for mais acessível. No Ceará temos a maior produção de caju do mundo, esse, além de outros nutrientes é muito rico em vitamina C. Não esqueçam! É muito importante comer frutas todos os dias ou sempre que possível.

Q: Vocês sabem se existem outras maneiras de evitar anemia? Já falamos muito disso desde o começo do programa.

R: Uma boa higiene para evitar os vermes

D) O valor nutritivo do lanche: o ovo e a laranja

Animador: O lanche de hoje é um ovo e uma laranja. Vocês acham que é bom para evitar a anemia? Por que?

R: A fruta ajuda o ferro do ovo a entrar no corpo.

Animador: O ovo é realmente um bom alimento para as crianças, mas é importante que elas comam a gema porque essa contém ferro. Também é um alimento que não custa muito.

Q: Vocês acham que deve ter um limite para o consumo dos ovos?

Animador: Para as crianças, não tem limite. A partir de um ano, vocês podem dar sem nenhum problema.

Palestra 8: Estimulação intelectual com materiais reciclados

- A) Brincar com qualquer coisa
- B) Atividade de fabricação de brinquedos feito com reciclagem
- C) O valor nutritivo do lanche: Farofa de banana com um copo de leite

A) Brincar com qualquer coisa

É importante ter pedido as mães antes desse dia para trazer objetos recicláveis, ou já reciclados que possuem em casa e que as crianças brincam. Como os brinquedos são caros e sabendo que as famílias tem poucos recursos, esta palestra tem o objetivo de mostrar as mães que não se precisa de muito dinheiro para a estimulação intelectual da criança.

Partilhar com as mães idéias sobre o que se pode fazer com os objetos.

Exemplos: ver em anexo 6.

Como os pais podem brincar com as crianças? Fazer demonstrações.

B) Atividade de fabricação

Essa atividade pode ser ministrada por uma pessoa que tenha conhecimento e que esteja acostumada a fazer um trabalho artístico para guiar as mães. Materiais de reciclagem devem ser disponibilizados para a fabricação dos brinquedos. No caso de não haver material o pessoal responsável pode convidar uma pessoa disponível na comunidade para fazer uma atividade que as mães gostariam. Pode ser a fabricação de outra coisa como por exemplo, artesanato, arte em “biscuit” ou papel machê, assim as mães podem trabalhar com as mãos. O objetivo principal seria mostrar que se pode fazer coisas bonitas sem muitos recursos. Na comunidade Irmão Sol e Irmã Lua, um curso de primeiros socorros foi oferecido para que as mães saibam o que fazer se a criança tiver uma obstrução das vias respiratórias por causa de comida ou pedaço de coisa. As mães aprenderam além desta especificidade, uma base genérica de primeiros socorros.

C) O valor nutritivo do lanche: Farofa de banana com um copo de leite

Essa receita é composta de dois ingredientes baratos : a farofa e a banana.

É uma maneira diferente de comer farofa. Vocês podem utilizar qualquer tipo de óleo ou gordura disponível em casa.

Revisão e avaliação final do programa

Revisão das palestras

Semana 1

Aleitamento materno:

1. Vocês nos podem dizer algumas vantagens de amamentar as crianças?

Higiene:

1. Porque é importante uma boa higiene ?
2. Vocês podem me dar exemplos concretos de como se ter uma boa higiene ?

Aprendizagem :

1. Quando é importante começar a estimular a criança ?
2. Como se pode estimular a criança ?

Alimentação complementar :

1. Quando deveríamos introduzir alimentos aos bebês?
2. Vocês têm que lembrar o que é mais importante para se ter uma alimentação equilibrada e variada. Uma alimentação variada permite reduzir os riscos de carência alimentar. Além disso, sempre que possível, é bom dar verduras e frutas as crianças porque são alimentos muito ricos em vitaminas.

Semana 2

Doenças da infância

1. Quando a criança se encontra com diarreia, o que vocês fazem? (para a prevenção da desidratação)
2. Quando a criança melhora e o apetite volta, tem que oferecer uma refeição mais rica, assim a criança se recupera mais rápido (Particularmente quando a criança teve febre).

Alimentos sem valor nutritivo

1. O que se pode comprar com 1 real que seja bom para a saúde ?

Anemia e aprendizagem

1. Vocês se lembram do que é a anemia?
2. Em que alimentos encontramos o ferro?
3. Porque é importante a prevenção da anemia? (diminuir os riscos da criança ficar doente, melhorar o desenvolvimento do cérebro e ajudar a ter melhores resultados na escola).

Revisão das receitas

Semana 1

Mingau enriquecido:

- Como enriquecemos o mingau para que tenha mais energia para as crianças desnutridas?
- É importante não diluir demais o leite. Precisa-se colocar o dobro de leite em pó em comparação a massa.

Baião de dois:

- É uma receita tradicional muito boa para saúde.
- Não é muito caro.

Purê de abóbora :

- As crianças gostam e tem muitas vitaminas.
- Fácil de fazer e é acessível.
- Podem enriquecer com óleo e leite em pó.

Cuscuz com queijo de coalho :

- Cuscuz é uns dos alimentos de fácil acesso pelo seu preço (mais barato que o pão) e é nutritivo. Existem diferentes maneiras de comê-lo.

Semana 2

Vitamina de mamão e banana :

- As crianças gostam
- Pode-se fazer vitaminas com qualquer fruta
- Pode-se enriquecer com óleo

Ovo e laranja

- Para a prevenção de que doença é bom comer uma fruta depois da refeição? (a anemia porque a vitamina C dentro das frutas ajuda ao corpo a absorção do ferro).

Fígado de frango:

- Porque é bom comer fígado de frango ? (É uma fonte excelente de ferro e muitas vitaminas, e é mais barato que a carne moída)

Farofa de banana:

- Esta receita é composta de dois ingredientes baratos : a farinha e a banana.
- É uma maneira diferente de comer farofa.

Avaliação geral do programa

1. O que vocês acharam das receitas?
2. Eram receitas que já tinham feito antes?
3. São alimentos acessíveis para vocês?
4. Vocês acham que vão cozinhar essas receitas em casa? Quais? Existem receitas que não vão fazer? Porque?
5. Vocês acham que as duas semanas do programa foram úteis para vocês? De que forma foram úteis?
6. Queremos que cada mãe nos diga qual palestra gostou mais.
7. Como vocês acham que vão fazer para ajudar outras mães da comunidade a melhorar a saúde de suas crianças? Vocês acham que vão partilhar o que aprenderam aqui com suas vizinhas, irmãs e amigas?

Anexo 1

Determinantes para os observadores

Condição da casa

- Aspecto físico da família
- Consumo de terra (areia) pelas crianças
- Presença de moscas
- Ambiente
- Água potável próximo (filtro, cagece, super zon)
- Limpeza da casa e do pátio
- Animais domésticos que vivem com a família
- Bens materiais (aparelhos elétricos, ventilador, telefone, refrigerador e fogão)
- Número de quartos na casa
- Chão da casa (fabricação, limpeza)
- Água corrente
- Utilização mista dos recipientes (ex.: utilizar o mesmo recipiente para cozinhar, para se lavar...)
- Gestão dos lixos
- Banheiro, toalete, ducha (estado do lugar)

Afeição com a criança

- Membros da família no mesmo local
- Sinais de profissão dos pais
- Relações pais - crianças e crianças - crianças
- Relação entre os pais
- A criança brinca com as outras crianças?
- Presença de vários adultos que cuidam da criança
- "Repreensão" feita à criança (causas)
- Nível da energia da criança

Saúde e cuidado

- Higiene corporal (homens, mulheres, crianças)
- Aparência do rosto da criança
- Limpeza das unhas
- Moscas
- Humor da mãe e da criança
- Borbulha e sarna sobre a boca e a pele (sinais de herpes)
- Aparência da pele, olhos, cabelo, massa muscular, infecções, nariz escorrendo (coriza)
- Cheiros
- Crianças ou pais que se coçam

Comida, cozinha, instrumentos, alimentação...

- O que as pessoas comem... enumerar?
- De que modo?
- Quem come o que?
- Supervisão da criança durante a refeição
- Quantidade de comida ingerida pela criança
- Limpeza do chão, da louça
- De que maneira a louça está lavada?
- Contaminação cruzada
- Geladeira
- Lugar de armazenamento da comida
- Frequência e tipo de bebida
- Equipamentos da cozinha
- Porções dos alimentos servidos
- Limpeza das mãos antes e depois da refeição, antes de cozinhar
- Onde ficam os restos da comida?
- Tempo entre o fim do preparo da refeição e o momento em que a mesma é servida à criança
- Nível de esperteza da criança durante a refeição, apetite
- A mãe insiste ou não para que a criança coma?
- Lanches durante o dia

Anexo 2

Questionário para as investigações nas famílias

Nome completo da mãe: _____

Nome completo do pai: _____

Nomes das crianças pesadas e medidas: 1 _____

2 _____ 3 _____

Pesos e medidas ao nascer? 1 _____

2 _____ 3 _____

I. Informações gerais

1. Residentes no domicílio: Total: _____
< 6 anos: _____
7-11 anos: _____
12-18 anos: _____
> 18 anos : _____
2. Quem trabalha para sustentar a família? _____
3. O que faz ? _____
4. Quanto dinheiro ganha a família por dia? _____
5. Quanto dinheiro vocês gastam em comida por dia? _____
6. O que vocês fazem para divertir-se ? _____

II. Hábitos alimentares (perguntas à mãe)

Aleitamento maternal

1. Você ainda amamenta sua criança ? _____
Se não : Que idade você desmamou? _____
Se sim : - quantas vezes por dia você amamenta ? _____
- quando você está ausente, como as pessoas da casa alimentam sua criança? _____
2. Com que idade você começou a introduzir outros alimentos, depois do leite materno?

3. Antes dessa idade, você já tinha dado outra coisa além do peito? (água, café, chá, água com açúcar, manteiga...) Que idade? _____
4. Quando a criança começa a comer outros alimentos, você continua a dar o peito?

Alimentação

5. Ontem, quantas vezes sua criança comeu? _____
6. Cada vez, que ele(s) comeu(eram) nos lanches e refeições? (quantidade)

7. É representativo do que come(m) normalmente? Se não, o que come(m) normalmente?

8. A criança bebe café? Com que idade começou a beber café? _____
9. Você já utilizou a multi mistura? _____ Ainda utiliza? _____
10. A criança come sarrabulho? Com que frequência? _____
11. Como são servidos os alimentos? () mamadeira () copo () prato
() colher () só no peito
12. Quem lhe(s) deu comida? _____
13. Come só ou com a família? _____
-
-

Crenças populares

14. Vocês conhecem crenças na comunidade sobre alguns alimentos? O que você acha destas crenças? _____

-

Saúde

15. Quando sua criança esteve doente a última vez? O que tinha? O que você fez?

16. O que você faz quando a criança se encontra com diarreia? _____

17. Você já foi ao curandeiro (rezador) ? Por qual motivo?

18. Sua criança é vacinada ? _____

19. Sua criança recebeu vitamina A ? _____

Cuidado e estimulação intelectual

20. Sua criança vai à escola? _____ Se não, porque?

21. Você tem ajuda para cuidar da criança? Quem? _____

22. Você tem tempo de fazer atividades com a sua criança? O que? _____

23. O que você faz quando a criança chora? Está com raiva? Não obedece?

24. A sua criança brinca com outras crianças? _____

25. A criança tem brinquedo? Livro? _____

26. Quando tempo você passa com sua criança durante o dia? _____

27. O que seu esposo faz para ajudar em casa? _____

28. O que você acha que sua criança precisa mais para se desenvolver bem?

Anexo 3

Tomadas das informações e medidas das famílias

Num arquivo da planilha eletrônica “EXCEL”, tem que se preencher as seguintes informações para cada família :

- Nome do pai
- Nome da mãe
- Número de crianças da mãe
- Idade da mãe
- Nome da criança (1)
- Sexo
- Nascimento (dias/mês/ano)
- Idade
- Peso (Kg)
- Altura (cm)
- Altura/Idade

Tomar as mesmas informações para cada criança.

Anexo 4

Peça de teatro

Cena 1: Um pai leva sua criança ao médico

Conversação:

Pai: saudações **Doutor:** acolhida

P: Doutor, esse menino tá doente, faz é dias , não come, vive chorando, não brinca, vive parado nos cantos. Também, eu me dei conta de que ele não é tão ativo como antes .

Dr: Você observou algo mais?

P: Sim, eu acho que ele ta emagrecendo, tem até umas manchas no rosto dele. Também, você pode olhar que ele tem uma mancha na cara. Não sei o que é.

Dr: Traga-o aqui, quero examiná-lo. Devo pesar e medi-lo (o médico se dá conta que a criança não tem músculos, que a criança tem um peso baixo demais para altura ...)

P: Ah ! Sim ! O que significa tudo isso ?

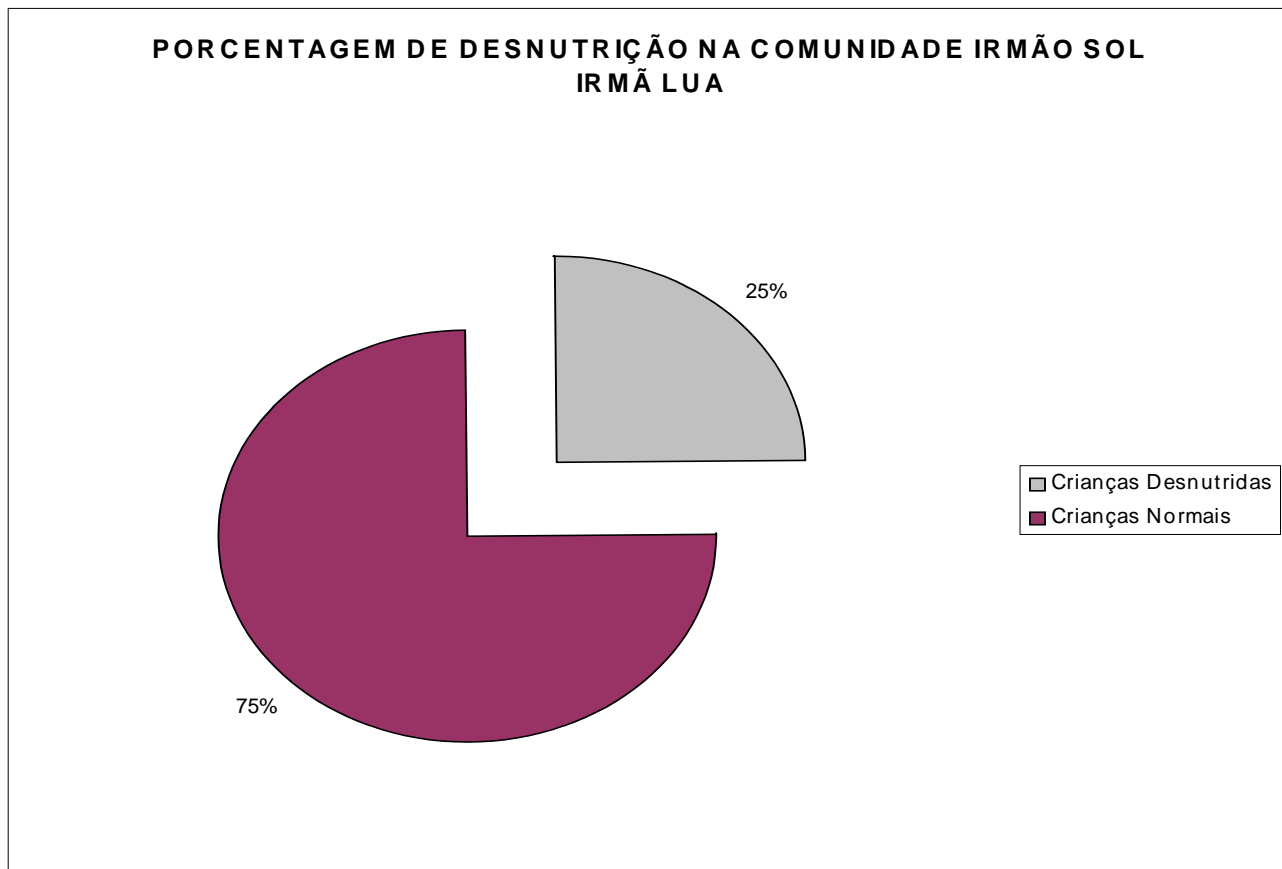
Dr: Significa que sua criança está desnutrida leve. Iguamente, deve ter vermes o que piora a desnutrição. Eu vou lhe receitar um remédio para verme que você deve lhe dar logo. Para a desnutrição, sua criança precisa de muito cuidado. Eu posso lhe colocar num programa que será feito na comunidade. É um projeto que já teve bons resultados em muitos países como Senegal, Nigéria, Vietnam e agora no Brasil, aqui no Ceará.

P: Ah ! Sim! Minha esposa me falou de um convite que já teve para uma reunião assim. Deve ser a mesma coisa.

Cena 2 : Apresentação dos resultados

Entrada das mulheres sobre a cena

Um agente comunitário apresenta à comunidade os resultados da tomada de peso e altura das crianças com o apoio de um gráfico.



Os resultados revelam que 25 % das crianças da comunidade são desnutridas e 75 % das crianças estão bem de saúde.

Depois, a mulher apresenta um cartaz que demonstra a relação entre a desnutrição e a aprendizagem. Este mostra que entre 10 crianças que têm bons resultados escolares, 7 estão bem de saúde e 3 estão desnutridos. Aliás, entre 10 crianças que têm os resultados mais fracos, 7 estão desnutridos e só 3 estão bem de saúde.

Ator comunitário (AC): O que vocês acham desses resultados?

Mulher 1: É um bom resultado para a comunidade porque antes tinha mais. Quer dizer que o núcleo e outras associações fazem um trabalho bom. Mas, ainda tem crianças desnutridas e é muito importante fazer algo para seu futuro. Elas estão crescendo e precisam comer bem para seu desenvolvimento.

Precisamos fazer algo porque essas crianças vão ter problemas de aprendizagem na escola e não poderão ter um bom emprego no futuro.

AC: Vocês acham que todas as crianças desnutridas são pobres e as bem de saúde são ricas?

Mulher 2: Talvez sim, pode ser porque têm mais recursos.

AC: Não! Porque nos 25 % das crianças desnutridas, achamos crianças de famílias pobres e também de famílias com mais recursos. E é a mesma coisa para os 75 % das crianças não desnutridas. Então, quer dizer que as crianças são de famílias pobres e de famílias com mais recursos.

Então quer dizer que não é só um problema de recurso.

AC: (Ele pergunta ao auditório (comunidade), a cena é terminada e a discussão se faz com os ouvintes no auditório) Então, eu quero lhes perguntar o que podemos fazer agora?

Resposta da comunidade: (É a resposta que queremos ouvir): Devemos tomar o exemplo das mães com crianças bem de saúde. Temos que ir em suas casas para que possamos observar suas práticas habituais com respeito a suas crianças.

1 mês depois

Cena 3: Um mês depois, as mães se encontram para trocar suas impressões sobre o programa.

Mulher 1: Temos aprendido muitas coisas quanto à higiene. Na cozinha, lavamos as mãos com sabão, os utensílios estavam cobertos com tecidos limpos para evitar a contaminação pelas moscas. Também, as frutas são limpas com água e sabão. Durante o programa, a acolhida foi perfeita, nos convidaram para um lugar limpo com as crianças e muitos brinquedos estavam disponíveis. Os pratos e as colheres com que comiam estavam limpos, enfim tudo estava muito limpo.

Mulher 2: Eu tenho 3 filhos que amamentei até mais de um ano sem dar outros alimentos. No programa, aprendi que a criança precisava de outros alimentos para crescer depois de 6 meses. Oferecer outros alimentos prepara a criança para comer os alimentos da família e continuar crescendo sem ficar desnutrida. Além disso, tinha remédio para vermes para meus filhos e aprendi boas receitas que necessitam de poucos recursos (baratas e simples) para prevenir a desnutrição.

Mulher 3: Quando fiquei grávida, (Esta mulher fala que antes tinha crenças quanto à comida que uma mulher grávida não podia comer. Como não conhecemos bem a cultura, vocês podem nos ajudar inventando um dialogo!!!) O programa me permitiu desmistificar estas crenças e agora conheço muito bem os alimentos que são bons para o feto, para que minha criança seja saudável quando nascer. Por

exemplo, quando for possível, é bom comer sarrabulho, miúdos de frangos uma vez por semana e não custa muito dinheiro.

Dois homens entram em cena falando juntos. Um parece ter um complexo de superioridade e não crêem nos assuntos das mães.

O homem: (Temos que achar as receitas nas famílias positivas para poder terminar de escrever esta parte da peça de teatro.)

Mulheres: As mulheres vão repetir rapidamente as coisas importantes do programa para que o homem se dê conta da importância de tudo isto.

O homem: Agora estou dando conta de que estava dormindo. Tudo o que ouvi me faz tomar sentido da importância desse programa e como vai ser bom não só para as crianças, mas para toda a família. Ainda não sabia que

Muito obrigado por seus conselhos

Então o animador explica que tal programa começará logo na comunidade para as crianças mais desnutridas. Pode ouvir alguns comentários e perguntas e agradecer calorosamente à comunidade.

Anexo 5

Práticas achadas na comunidade

Práticas positivas

- Aleitamento materno exclusivo até 6 meses e continuidade depois da introdução de outros alimentos
- Fruta todos os dias
- Não dar café a criança, ou só pôr um pouco no leite
- Alimentos tapados para evitar as moscas
- Louça tapada para evitar o contato com as moscas
- Lavagem das mãos e dos utensílios domésticos antes de comer
- Pai que brinca com a criança
- Remédios para vermes a cada 6 meses

Práticas negativas

- Chupeta na boca
- Criança com uma mamadeira
- Bombons, sobretudo antes das refeições
- Utilização mista dos recipientes (mesmo copo para beber e para dar o banho a uma criança)
- As mães e as crianças não lavam as mãos antes de comer. As vezes a criança brinca com as mãos sujas na comida.
- Crianças bebem café desde muito jovens

Anexo 6

Ver o apêndice 7 na página 60 da referência 8.

Bibliografia

1. Doré, N., Le Hénaff, D., Mieux vivre avec son enfant de la naissance à deux ans. Québec. Institut national de santé publique du Québec, 2001, 432p.
2. Fernandes, A.R., Nutrição - manual do Agente de transformação social. Teia de resgate a vida - IPREDE, 81p.
3. Ministère de la Santé, République du Sénégal, Mise en place et gestion des foyers d'apprentissage et de réhabilitation nutritionnelle basées sur la déviance positive - guide du facilitateur. Sénégal, mai 2003, 70p.
4. Monte, C., Muniz, H., Filho, S., Promoção da nutrição de crianças menores de 5 anos no dia-a-dia da comunidade. Vitória: Ed do Autor, 2001, 233p.
5. Société canadienne de pédiatrie, Les diététistes du Canada et Santé Canada. Nutrition du nourrisson en santé né à terme. Ministre de travaux publics et Services gouvernementaux du Canada, Ottawa, 1998, 55p.
6. Sternin, M., Sternin, J., Marsh, DR, Designing a Community-Based Nutrition Program Using the Hearth Model and the Positive Devianca Approach - A Field Guide. Westport: Save the Children and BASICS, December 1998, 85p.
7. UNICEF, OMS, UNESCO, FNUAP, PNUD, ONUSIDA, PMA, Banco Mundial, Para la vida. Nueva York, 2002, 155p.
8. Organização Mundial da Saúde (OMS), Organização Pan-american da Saúde (OPAS). Manejo da desnutrição grave : um manual para profissionais de saúde de nível superior (médicos, enfermeiros, nutricionistas e outros) e suas equipes auxiliares. Representação do Brasil, Brasília, 2000, 62p.