

ALIMENTAÇÃO: DIRETRIZES TÉCNICAS X HÁBITOS CULTURAIS

Anna Flavia Santos Araújo

CEDUC

Introdução

Uma reflexão dos profissionais do CEDUC desde a experiência vivida com a abertura da unidade na Bahia foi saber que o que é culturalmente oferecido e aceito para uma criança de uma determinada região, pode não ser oferecido e aceito pelas crianças de outra.

A alimentação é uma das necessidades básicas do homem, e foi por meio da busca por aplacar essa necessidade, que os homens se organizaram criando, assim, no contexto da cultura, seus rituais de alimentação. Muito mais que se alimentar para se nutrir, o homem tem a necessidade de se relacionar com outros homens.

Sabendo que a adoção e permanência de certos hábitos alimentares são culturais, aprendidos e transmitidos na família e nas comunidades e que a criança, mesmo envolvida no berço cultural familiar, ela ainda é criança, se houver uma forma de trabalhá-la que vise construir um hábito alimentar não limitado e abrangente, ela corresponderá.

Objetivo

Nosso objetivo é garantir uma alimentação balanceada, sem perder de vista os costumes e hábitos desse lugar. Assim fizemos um acordo com as famílias de viverem nossa proposta de alimentação, para isso abrimos mão de algumas coisas e outras conseguimos seguir não perdendo de vista a cultura.

Metodologia

Como instituição é fundamental acolher as famílias que ingressam na creche, entender o que pensam, como agem e quais são suas questões a respeito da maternidade e do próprio uso da creche. É exatamente aí que nos percebemos desafiados, pois embora tenhamos chegado à Bahia com certa convicção a respeito das recomendações e indicações técnicas para uma alimentação equilibrada, nos deparamos com famílias que desejam alimentos modificados pelas farinhas.

Resultados

O que estamos constatando desde nossa chegada à Bahia é que com frequência as crianças que ingressam na creche por volta de seus cinco ou seis meses de idade já são desmamados e, ainda, apresentam um determinado padrão alimentar circunscrito em poucos elementos. A maioria delas já não está no aleitamento exclusivo e possui uma ingestão regular de leites engrossados com diversos tipos de farináceos, assim como papas de frutas e salgadas seguindo padrões de engrossamento.

Na Bahia, o hábito de oferecer o leite com engrossante, o chamado “gagau” (abreviação em linguagem de bebê dita pelo adulto da palavra mingau) é muito presente, pois há a certeza das

mães de que o leite engrossado é o que realmente nutre seus filhos. É o que faz bem! É o que deixa forte e com saúde. Assim como os leites puros, também as sopas (papas salgadas) de legumes, grãos e carnes sem o acompanhamento do engrossante são alimentos “fracos”, sem o poder da boa nutrição, aos olhos das famílias baianas.

Em primeiro lugar convidamos as mães a experimentarem viver nossa proposta alimentar para depois de alguns dias avaliarem como suas crianças comeram, quais os efeitos desta alimentação na vida delas e ainda se poderiam se adaptar à nossa forma de pensar e fazer alimentação. Vivemos nossa proposta de alimentação, sem o uso de engrossantes.

Com a alimentação sólida o acordo foi possível. Com o leite, abrimos mão dele puro, e oferecemos duas vezes na semana, ele com uma farinha, e nos outros dias, engrossados com frutas. Após alguns dias de operação (aproximadamente de 30 a 40 dias), as mães começaram a retornar em seus pediatras e, portanto, tiveram a surpresa de que seus bebês haviam ganhado peso e estavam muito bem.

Desta forma os bebês da Bahia têm na creche uma alimentação sem farinhas e engrossantes, as crianças comem grande variedade de legumes, verduras, frutas, sucos, assim como, ingerem gorduras, carboidratos e proteínas em quantidade equilibrada.

O que temos por ora concluído, é que diretrizes técnicas e hábitos culturais podem coexistir, mas precisam de ponderação e um olhar cuidadoso de quem cuida. Cuidar das relações e alimentar o debate são ações imprescindíveis. Não fechar as portas e não se negar a pensar em mudanças são posturas muito desejadas para profissionais que fazem estas leituras.

Palavras chaves: Alimentação; cultura; hábitos alimentares; creche; criança.

