



CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA – UnICEUB
FACULDADE DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO E SAÚDE
CURSO DE NUTRIÇÃO

**PERCEPÇÃO DE PAIS E MÃES SERVIDORES DE UM ÓRGÃO
PÚBLICO NO DISTRITO FEDERAL EM RELAÇÃO À INSERÇÃO DE
ALIMENTOS REGIONAIS DO CERRADO NA ALIMENTAÇÃO
COMPLEMENTAR**

Marcella Gomes Ferreira da Silva
Orientadora: Profª Maria Cláudia Silva

Brasília, 2016

RESUMO

Os primeiros meses de vida de uma criança são essenciais para seu amadurecimento e crescimento e o aleitamento materno exclusivo tem grande importância nessa fase, com indicação até 6 meses de vida. Após esse período, o bebê necessita de uma complementação com novos alimentos, a fim de suprir suas carências nutricionais. A partir disso, o uso de alimentos regionais na Alimentação Complementar pode auxiliar a suprir essas carências, uma vez que são fontes de vitaminas e minerais. Este é um estudo intervencional com aplicação de questionário com perguntas abertas e fechadas, com o objetivo de analisar a percepção de pais e mães de crianças de 5 a 14 meses em relação à Alimentação Complementar e alimentos regionais do Cerrado em um berçário em Brasília e incentivar o maior consumo desses alimentos, por meio de material educativo “Alimentos Regionais do Cerrado: sua introdução na Alimentação Complementar”. A percepção dos entrevistados em relação aos alimentos regionais é limitada, 85,71% (n=12) sabiam o que eram alimentos regionais, mas 64,28% (n=9) conheciam algum alimento regional do Cerrado. De todos os resultados encontrados, o mais preocupante foi a porcentagem de pais que nunca introduziram algum alimento regional do Cerrado na alimentação de seus filhos: 92,86% (n=13), sendo relatado que o grande entrave para essa ausência seria o desconhecimento e a falta de incentivo ao consumo desses produtos. Há a necessidade de um resgate, valorização e incentivo à cultura alimentar brasileira e o nutricionista tem um papel fundamental para a disseminação dos grandes benefícios que o consumo desses alimentos trariam, não só para quem os consome, mas para toda a rede de pequenos agricultores que participam de seu cultivo.

Palavras-Chave: Alimentação Complementar; Alimentos Regionais do Cerrado, Identidade Alimentar.

1. INTRODUÇÃO E JUSTIFICATIVA

Os primeiros meses de vida são essenciais para o crescimento e amadurecimento de uma criança. O leite materno, a partir do sexto mês de vida, não é mais suficiente para suprir todas as suas necessidades nutricionais. Desse momento em diante, é primordial a complementação com novos alimentos, de forma correta e respeitando sempre a natureza da criança (MAIS et al., 2014; DIAS 2010).

Alimentação Complementar é compreendida como a alimentação oferecida com o objetivo de complementar o aleitamento materno exclusivo, aproximando cada vez mais a criança dos hábitos alimentares rotineiros da família (MARTINS, 2012a; BRASIL, 2009).

É de grande importância que, no período de introdução de novos alimentos, seja respeitada a identidade e a cultura da região, garantindo a segurança alimentar e nutricional por meio do consumo de alimentos regionais. Tal identidade é bastante discutida por SANTOS (2005), uma vez que os hábitos e práticas alimentares de um grupo social de uma determinada região faz com que os indivíduos, muitas vezes, sintam-se incluídos num contexto sociocultural. A comida teria o papel de destacar identidades e, conforme o contexto em que se insere, podem ser nacionais, regionais, locais, familiares ou pessoais.

Um dos grandes desafios em relação à Alimentação Complementar é a carência nutricional, ocasionada por diversos fatores que influenciam de modo direto essa nova fase da vida da criança, como a qualidade e quantidade oferecida, o ambiente em que as refeições serão realizadas, além da forma como será conduzida essa etapa (GARCIA, 2011).

A partir disso, o consumo de alimentos regionais pode ser uma saída para suprir tais necessidades, por serem de alto valor nutritivo e, além disso, influenciarem diretamente nos quadros de desnutrição infantil e outras doenças. Algumas comparações tornam nítida a importância nutricional desses alimentos: a serralha, que possui maior quantidade de ferro que a couve, a cagaita que possui mais vitamina C que a laranja, e a macaúba, que possui maior quantidade de cálcio que o leite. Conhece-los é de fundamental importância para a prevenção de inúmeras deficiências e reversão de quadros clínicos, além de contribuir para o resgate da cultura local (MARTINS et al., 2009; BRASIL, 2002a).

Os alimentos regionais são mais acessíveis, por serem utilizados recursos locais para seu cultivo, geram renda e sustento para alimentação das próprias famílias agrícolas, além de possuírem baixo custo. Ademais, poderão auxiliar na segurança alimentar e nutricional de comunidades que dependem desse tipo de plantação, incluindo-os em um grande contexto social (BRASIL, 2002a).

Outro ponto de destaque é a preocupação com a prevenção da anemia ferropriva quando a Alimentação Complementar é iniciada. De acordo com a Cartilha de Alimentos Regionais Brasileiros, desenvolvida pelo Ministério da Saúde, há inúmeros alimentos regionais do Cerrado que suprem adequadamente as necessidades diárias de ferro, como o Araticum, Beldroega, Dente-de-Leão, Guariroba, Jenipapo, Mangaba e Serralha. Diante disso, é possível perceber a relevância da inclusão dessas iguarias na alimentação da criança desde o primeiro momento (BRASIL, 2002a, GARCIA, 2011).

Conforme o Guia Alimentar para Crianças menores de 2 anos, do Ministério da Saúde, um dos motivos pelo qual os pais e responsáveis não introduzem os alimentos regionais a partir dos primeiros anos de vida da criança, é devido a crenças e tabus, gerados muitas vezes pela própria família (BRASIL, 2002b).

Outro obstáculo encontrado em relação aos alimentos regionais é que, muitas vezes, são desconhecidos pela maior parte da população, bem como são desvalorizados culturalmente e pouco introduzidos na alimentação como fonte de nutrientes. Para solucionar esse problema, a explanação e divulgação de receitas inovadoras utilizando esses alimentos, expondo seus valores nutricionais, seria uma forma acessível de torná-los conhecidos e consumidos pela sociedade (MARTINS et al., 2009).

O estudo surgiu a partir da necessidade de evidenciar e divulgar os alimentos que fazem parte da cultura do país, especificamente da região do Cerrado Brasileiro, assim como a percepção que os pais e mães têm em relação a esses produtos e sua influência na qualidade alimentar das crianças. A ligação entre a Alimentação Complementar e a utilização desses alimentos gera dúvidas entre eles, já que a falta de conhecimento, informação e acessibilidade são empecilhos para o consumo frequente (MARTINS et al., 2012b).

2. OBJETIVOS

2.1. Objetivo geral

Analisar a percepção de pais e mães servidores de crianças de 5 a 14 meses em relação à Alimentação Complementar e alimentos regionais do Cerrado em um órgão público no Distrito Federal.

2.2. Objetivos específicos

- Analisar se os alimentos regionais do Cerrado fazem parte da cultura alimentar dos entrevistados.
- Investigar as possíveis causas da falta de incentivo ao consumo desses alimentos e sua acessibilidade.
- Descrever quais os alimentos regionais mais conhecidos e aceitos.
- Construir um material educativo sobre Alimentos Regionais do Cerrado e sua introdução na Alimentação Complementar, para ser entregue aos entrevistados.
- Incentivar o maior consumo dos alimentos regionais do Cerrado.

3. METODOLOGIA

3.1 Sujeitos da Pesquisa

O presente estudo foi realizado com 11 mães e 3 pais de bebês entre 5 e 14 meses em um berçário de um órgão público no Distrito Federal.

3.2. Critérios de Inclusão

Mães e pais servidores do órgão, com filhos matriculados no berçário do local e que tenham de 5 a 14 meses de vida e que aceitem participar e assinem o Termo de Compromisso Livre e Esclarecido (TCLE) (apêndice I).

3.3. Critérios de Exclusão

Mães e pais não servidores do órgão, ou que não aceitem participar da pesquisa ou não assinem o Termo de Compromisso Livre e Esclarecido (TCLE), ou crianças fora da faixa etária de 5 a 14 meses ou que não estejam fazendo o uso do berçário do Tribunal.

3.4. Critérios de suspensão do projeto

Caso haja desistência dos participantes ou até mesmo da pesquisadora ou caso o órgão público não permita a aplicação do questionário, a pesquisa poderá ser suspensa momentaneamente.

3.5. Desenho do estudo

Trata-se de um estudo intervencional.

3.6. Metodologia

O trabalho foi realizado em todas as suas etapas (seleção e coleta de dados) no berçário de um órgão público no Distrito Federal, no período do mês de outubro de 2016. Os sujeitos da pesquisa assinaram o Termo de Compromisso Livre e Esclarecido (apêndice I). Para a coleta de dados, foi utilizado um questionário (apêndice II) com 11 perguntas fechadas e abertas referentes à Alimentação Complementar e alimentos regionais do Cerrado, a fim de analisar principalmente o conhecimento dos pais e mães sobre esses alimentos, além da frequência do consumo dos mesmos. Após a entrevista, foi entregue aos participantes um material educativo (apêndice III) desenvolvido pela pesquisadora: “Alimentos regionais do Cerrado: sua introdução na Alimentação Complementar”, com orientações e receitas incluindo os alimentos regionais do Cerrado, com enfoque na alimentação das crianças. Posteriormente, houve uma nova conversa com os participantes sobre as receitas propostas na cartilha e, caso algum dos entrevistados tivesse testado em casa, que relatasse como foi a aceitação e a opinião dos familiares. (OFUGI, 2015)

4. RESULTADOS

A maioria dos entrevistados e seus cônjuges nasceram em Brasília: 57,14% (16), como apresentado na Tabela 1.

Tabela 1 – Cidades de nascimento dos pais participantes da pesquisa e seus cônjuges.

Cidades	Resultados	
	N	%
Brasília	16	57.14
Minas Gerais	7	25
Rio de Janeiro	2	7.14
Paraná	3	10.71

Como mostra a tabela 2, a maioria das famílias (39,28%) dos entrevistados e seus cônjuges são do Nordeste.

Tabela 2 – Naturalidade das famílias dos entrevistados e seus cônjuges.

Cidades	Resultados	
	N	%
Nordeste	11	39,28
Minas Gerais	5	17,85
Brasília	5	17,85
São Paulo	2	7,14
Rio de Janeiro	2	7,14
Goiás	2	7,14
Paraná	1	3,57

Como exposto na Tabela 3, 85,71% (12) dos entrevistados tinham o mínimo de conhecimento sobre o conceito de alimentos regionais.

Tabela 3 – Conhecimento dos participantes da pesquisa sobre o que são os alimentos regionais.

Resposta	Resultados	
	N	%
Sim	12	85.71
Não	2	14.28

De acordo com o apresentado na Tabela 4, 35,71% (5) dos participantes não conheciam nenhum alimento do Cerrado ou confundiram-se em relação a esses alimentos.

Tabela 4 - Avaliação se os pais conhecem algum alimento do Cerrado.

Resposta	Resultados	
	N	%
Sim	9	64.28
Não	5	35.71

Dentre os alimentos regionais do Cerrado que os 9 participantes relataram ter conhecimento, os mais conhecidos foram Pequi (9) e Guariroba (7). (Tabela 5)

Tabela 5 – Relação dos alimentos conhecidos pelos participantes da pesquisa.

Alimentos	Resultados	
	N	%
Pequi	9	100
Guariroba	7	77.7
Baru	4	44.4
Jenipapo	3	33.3
Araticum	2	22.2
Cagaita	2	22.2
Jatobá	2	22.2
Cajuzinho do Cerrado	1	11.1
Pera do Cerrado	1	11.1
Serralha	1	11.1

A Tabela 6 apresenta o percentual de participantes que demonstraram interesse em conhecer melhor os alimentos regionais do Cerrado, incluindo seus benefícios para a saúde: 85,71% (12).

Tabela 6 – Resultados sobre o interesse em conhecer os alimentos do Cerrado.

Resposta	Resultados	
	N	%
Sim	12	85.71
Não	2	14.28

Como proposto na Tabela 7, apenas 7,14% (1) dos entrevistados relatou já ter oferecido algum alimento regional do Cerrado na alimentação de seu filho. A Pera do Cerrado foi o único fruto já introduzido.

Tabela 7 - Quantidade de pais que incluem na alimentação de seus filhos alimentos regionais do Cerrado.

Resposta	Valores	
	N	%
Sim	1	7.14
Não	13	92.85

A respeito do acesso aos alimentos regionais do Cerrado, 71,42% (10) dos entrevistados opinaram ser de difícil acesso, enquanto 28,57% (4) avaliaram ter facilidades em obter tais alimentos. (Tabela 8)

Tabela 8– Opinião dos pais sobre o acesso aos alimentos regionais e quais alimentos.

Respostas	Resultados	
	N	%
Fácil acesso	4	28.57
Difícil acesso	10	71.42

Dentre os alimentos regionais considerados fáceis de se obter, o Pequi foi, mais uma vez, unanimidade entre os entrevistados, como mostra a Tabela 9.

Tabela 9 – Alimentos que os pais consideram de fácil acesso.

Alimentos	Resultados	
	N	%
Guariroba	1	25
Jatobá	1	25
Pequi	4	100

De acordo com a Tabela 10, 78,57% (11) dos participantes desconheciam o custo dos alimentos regionais do Cerrado, 14,28% (2) relataram achar os produtos mais caros e 7,14% (1) opinaram serem preços justos.

Tabela 10 – Opinião sobre os preços dos produtos entre os entrevistados.

Resposta	Valores	
	N	%
Mais caros	2	14.28
Preços justos	1	7.14
Desconhecem	11	78.57

Como proposto na Tabela 11, 85,71% (12) dos entrevistados não tinham nenhum conhecimento sobre os benefícios para a saúde dos alimentos regionais do Cerrado e 14,28% (2) relataram ter pouco conhecimento.

Tabela 11 – Conhecimentos sobre os benefícios para a saúde por meio dos frutos do Cerrado.

Resposta	Valores	
	N	%
Nenhum conhecimento	12	85,71
Pouco conhecimento	2	14.28

De acordo com a Tabela 12, 78,58% (11) dos participantes opinaram não haver divulgação sobre os alimentos.

Tabela 12 – Opinião dos entrevistados sobre a divulgação dos alimentos regionais.

Resposta	Valores	
	N	%
Nenhuma divulgação	11	78.58
Pouca divulgação	3	21.42

Um dado inesperado surgiu após a pesquisa, como mostra a Tabela 13: 21,42% (3) dos participantes testaram em casa alguma das receitas propostas pela cartilha “Alimentos Regionais do Cerrado: sua introdução na Alimentação Complementar”, manifestando surpresa com os novos sabores e boa aceitabilidade por parte de toda a família.

Tabela 13 – Quantidade de entrevistados que testaram em casa alguma das receitas propostas pela cartilha.

Respostas	Resultados	
	N	%
Sim	3	21,42
Não	11	78,58

5. DISCUSSÃO

Atualmente, a discussão sobre a inserção de alimentos regionais na dieta da população vem crescendo com, por exemplo, a prática do “Slow Food”, que defende a união entre a ética e o prazer da alimentação, dando enfoque à preservação do meio ambiente e da cozinha típica regional, expressando a importância da produção agrícola para manter o equilíbrio de respeito e troca com o ecossistema. (Slow Food Brasil, 2007)

De acordo com o Marco de Referência de EAN, Educação Alimentar e Nutricional é *“um campo de conhecimento e de prática contínua e permanente, transdisciplinar, intersetorial e multiprofissional que visa promover a prática autônoma e voluntária de hábitos alimentares saudáveis”*. Sendo assim, as atividades de EAN permitem que grupos e indivíduos façam escolhas alimentares mais conscientes, tanto em relação à qualidade dos alimentos, quanto em melhores alternativas para o meio ambiente e, com isso, o empoderamento se faz possível. (BRASIL, 2012c).

Conforme MELLO (2007), na infância os hábitos alimentares formam-se sobre influência de fatores ambientais e fisiológicos. Além disso, o exemplo dado pelos pais e suas atitudes em relação à alimentação de seus filhos são importantes para a criação desses costumes. Conforme um dos princípios estruturantes para as ações de EAN, para haver a Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) é essencial que a cultura alimentar local seja valorizada, respeitando suas particularidades regionais e as legitimidades dos saberes oriundos da cultura, religião e ciência. (BRASIL, 2012c)

Assim como em um estudo feito por MARTINS (2009), em que foi realizado um estudo exploratório qualitativo, com 13 mães sendo entrevistadas e, logo depois, participaram de uma roda de conversa sobre o assunto, o desconhecimento é um dos principais fatores pelos quais os pais não introduzem os alimentos regionais na alimentação de seus filhos, o que reforça o resultado desta pesquisa em que 92,86% não fizeram essa introdução. Além disso, muitos entrevistados relataram ter certo receio de oferecê-los, pela crença formada de que são alimentos fortes e que poderiam fazer mal aos seus filhos.

Interessante ressaltar que 64,28% dos entrevistados participantes deste trabalho conheciam pelo menos um alimento regional do Cerrado e, ao questionar

seus interesses em conhecê-los melhor, 85,71% das pessoas demonstraram curiosidade. Ou seja, parte daqueles que não os conheciam, apresentaram-se dispostos a explorar os benefícios que estes alimentos podem proporcionar, tanto para sua saúde, quanto para a de sua família.

Quanto à divulgação desses produtos, 78,57% dos entrevistados opinaram não haver, ressaltando que esse fator seria importante para o maior consumo desses alimentos. É de grande relevância que os profissionais de saúde incentivem a inclusão dos alimentos regionais nas preparações do dia a dia, destacando seus inúmeros benefícios quanto aos nutrientes, e vantagens em relação ao menor custo e estímulo à agricultura familiar.

Ao contrário do que 14,28% os entrevistados opinaram, os valores dos alimentos regionais do Cerrado não são elevados. Em relação à economia com o consumo desses alimentos, de acordo com a Central do Cerrado, 100g de polpa de Cagaita tem o custo de R\$ 1,00, enquanto que 100g de polpa de manga, custa R\$ 1,69, segundo o Pão de Açúcar. Outro exemplo nítido dessa diferença são os preços de 50g de Castanha de Baru, que custa R\$ 3,00 e a 50g de Castanha de Caju, que tem o valor de R\$ 5,29.

Os alimentos regionais do Cerrado mais conhecidos pelos participantes da pesquisa possuem propriedades benéficas para a saúde como um todo. A seguir, alguns dos principais fatores nutricionais a respeito dos mesmos:

Pequi: A polpa de pequi contém de 70,9 mg/100g a 105 mg/100g de vitamina C, valores acima dos da laranja, da goiaba, da banana-d'água e da maçã argentina, sendo o valor máximo superior ao suco de limão.

Araticum: O araticum pode ser considerado boa fonte de lipídios (1,6g/100g) e de fibras (3,8g/100g). Possui 50 mg/100g de vitamina A, valor acima do leite, cenoura e abóbora.

Baru: A amêndoa do Baru é rica em cálcio, fósforo e manganês, e boa fonte proteica (5,6g/100g) e de fibras (29,5g/100g).

Jenipapo: Boa fonte de cálcio (40mg/100g), fósforo (58mg/100g) e vitamina C (33mg/100g).

Guariroba: Apresenta mais ferro (3,2 mg) que alimentos como alguns peixes – a pescada, por exemplo, contém 1,06 mg; e a sardinha, 1,3 mg. A associação da vitamina C com o ferro é extremamente benéfica, já que a presença de vitamina C melhora a absorção do ferro. (BRASIL, 2002a; TACO, 2011)

Um estudo realizado por estudantes da Universidade de Brasília, comparou o teor de compostos bioativos e atividade antioxidante de doze frutos nativos do Cerrado com a maçã vermelha, que é considerada um superalimento. Por fim, chegou-se à conclusão de que os alimentos típicos têm um poder antioxidante superior ao da maçã, e que o consumo frequente desses produtos poderia prevenir o desenvolvimento de doenças crônicas e o envelhecimento prematuro das células. (SIQUEIRA, 2013)

Esperava-se que os pesquisados que nasceram em Brasília consumissem os alimentos regionais do Cerrado. Porém, na presente pesquisa, apenas um participante relatou já ter introduzido Pera do Cerrado na alimentação da criança, contradizendo o esperado, pois o entrevistado nasceu em Maringá e sua família tem naturalidade cearense. Um dos motivos que representam esse resultado encontrado, é pelo fato de Brasília ser uma cidade relativamente nova e com um alto nível de miscigenação, já que a cidade nasceu e cresceu com a vinda de pessoas de todas as partes do país, formando um caldeirão de diferentes culturas e costumes. O dado que interferiu diretamente no conhecimento e consumo desses alimentos foi a origem das famílias dos entrevistados e seus cônjuges, já que 39,28% vieram do Nordeste.

É nítido que há uma carência de informações sobre os alimentos regionais para a população. Há a necessidade de um resgate, valorização e incentivo à cultura alimentar brasileira. Além disso, os alimentos regionais percorrem caminhos mais curtos, diminuindo o tempo de transporte até o consumidor final, beneficiando também o meio ambiente e, economicamente, ótimo para a geração de trabalho e renda. (BRASIL, 2015)

Um grande inesperado ocorreu durante a pesquisa: 21,42% dos entrevistados testaram as receitas apresentadas no livreto “Alimentos regionais do Cerrado: sua introdução na Alimentação Complementar” e manifestaram surpresa com os novos sabores descobertos e relataram que seus filhos aceitaram bem as novas preparações. Este dado mostra que, de fato, o estímulo ao consumo desses alimentos pode ser feito, com sucesso, por meio de materiais educativos.

6. CONCLUSÃO

É evidente que a falta de incentivo e conhecimento sobre os alimentos regionais do Cerrado influencia diretamente sobre o consumo desses produtos pela população da região. Dessa forma, cabe aos profissionais estimular sua utilização em preparações para toda a família. Há a necessidade também de informar sobre os inúmeros benefícios, tanto nutricionais, quanto para os pequenos produtores desses alimentos, a fim de impulsionar o mercado da produção agrícola familiar e beneficiar a economia local.

Como sugestão, é importante que o nutricionista exerça um papel na valorização dos alimentos regionais, de forma a contribuir para a melhoria da alimentação da população, para a preservação e recuperação da cultura alimentar do Cerrado. Algumas formas de incentivar esse consumo, sereia incluindo os alimentos regionais nos cardápios das Unidades de Alimentação e Nutrição e desenvolvendo materiais educativos, como o livreto “Alimentos Regionais do Cerrado: sua introdução na Alimentação Complementar. Valorizar os alimentos da nossa região é reafirmar nossa história!

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Alimentos regionais brasileiros. Brasília: Ministério da Saúde, 2015. Disponível em: <http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/livro_alimentos_regionais_brasileiros.pdf>. Acesso em: 29 set 2015.

BRASIL. Ministério da Saúde. Alimentos regionais brasileiros. Brasília: Ministério da Saúde, 2002a. Disponível em: http://189.28.128.100/nutricao/docs/geral/alimentos_regionais_brasileiros.pdf. Acesso em: 17 ago 2015.

BRASIL. Ministério da Saúde. Guia Alimentar para crianças menores de 2 anos. Brasília: Ministério da Saúde, 2002b. Disponível em: <<http://189.28.128.100/nutricao/docs/geral/guiaio.pdf>>. Acesso em: 18 ago 2015.

BRASIL. Ministério da Saúde. Saúde da criança: nutrição infantil: aleitamento materno e alimentação complementar. Brasília: Ministério da Saúde, 2009 (Caderno de Atenção Básica, n. 23). Disponível em: <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude_crianca_nutricao_aleitamento_alimentacao.pdf>. Acesso em: 17 ago 2015.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as políticas públicas. Brasília: Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, 2012c.

BRASIL, Slow Food. 2007. Disponível em: <http://www.slowfoodbrasil.com/slowfood/missao>. Acesso em: 09 dez 2016

DIAS, Mara Cláudia Azevedo Pinto. *Recomendações para alimentação complementar de crianças menores de dois anos*. Rev. Nutr. [online], Campinas, v.23, n.3, p. 475-486, 2010. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-52732010000300015>. Acesso em: 21 ago 2015.

GARCIA, Mariana Tarricone; GRANADO, Fernanda Serra; CARDOSO, Marly Augusto. *Alimentação complementar e estado nutricional de crianças menores de dois anos atendidas no Programa Saúde da Família em Acrelândia, Acre, Amazônia Ocidental Brasileira*. Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, v. 27, n. 2, p. 305-316, 2011. Disponível em: <http://www.scielosp.org/pdf/csp/v27n2/12.pdf>. Acesso em: 28 out 2015.

MAIS, Lais Amaral et al. *Diagnóstico das práticas de alimentação complementar para o matriciamento das ações na Atenção Básica*. Ciênc. saúde coletiva [online], Rio de Janeiro, v.19, n.1, p. 93-104, 2014. Disponível em: <http://www.scielosp.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232014000100093>. Acesso em: 20 ago 2015.

MARTINS, Mariana Cavalcante et al. *Estratégia educativa com enfoque nos hábitos alimentares de crianças: alimentos regionais*. Cogitare enferm. [online], Curitiba, v.14, n.3, p. 463-469, 2009. Disponível em: <http://www.revenf.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-85362009000300008&lng=es&nrm=iso&tlng=pt>. Acesso em: 20 ago 2015.

MARTINS, Mariana Cavalcante et al. *Intervenção educativa utilizando álbum seriado sobre alimentos regionais: relato de experiência*. Rev. Rene [online], Nordeste, v. 13, n. 4, p. 948-57, 2012b. Disponível em: <http://www.revistarene.ufc.br/revista/index.php/revista/article/view/1087>. Acesso em: 01 set 2015.

MARTINS, Mariana Cavalcante et al. *Segurança alimentar e uso de alimentos regionais: validação de um álbum seriado*. Rev. esc. enferm. USP [online], São Paulo, v.46, n.6, p. 1354-1361, 2012a. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/S0080-62342012000600011>. http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&nrm=iso&lng=pt&tlng=pt&pid=S0080-62342012000600011>. Acesso em: 23 ago 2015.

MARTINS, Ana Maria Thomaz Maya. *De onde vem nossa comida?* Universidade de Brasília, 2014. Disponível em: <http://bdm.unb.br/bitstream/10483/10802/6/2014_AnaMariaThomazMayaMartins.pdf>. Acesso em: 13 dez 2016

MELLO, J. N. V.; EUCLYDES, M. P. A Formação Dos Hábitos Alimentares Na Infância: Uma Revisão de Alguns Aspectos Abortados na Literatura nos Últimos Dez Anos. *Revista APS*, Juiz de Fora – MG, v. 10, n. 1, p. 56-65, 2007. Disponível em: < <http://www.ufjf.br/nates/files/2009/12/Hinfancia.pdf>>. Acesso em: 30 set 2015.

OFUGI, Evelyne. *Alegria na Cozinha*. Ed Senac São Paulo. 2015.

Pesquisa de preços: www.pãodeaacucar.com e www.centraldocerrado.org.br. Acesso em: 27 nov 2016.

SANTOS, Carlos Roberto Antunes. A alimentação e seu lugar na História: Os tempos da memória gustativa. *História, Questões e Debates*, Curitiba, n. 42, p. 11-31, 2005. Disponível em: <http://ojs.c3sl.ufpr.br/ojs/index.php/historia/article/view/4643/3797>. Acesso em: 28 out 2015.

SIQUEIRA, E. M. A., et al. Brazilian Savanna Fruits Contain Higher Bioactive Compounds Content and Higher Antioxidant Activity Relative to the Conventional Red Delicious Apple. *Journal Plos One*, 2013. Disponível em: < <http://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0072826#references>>. Acesso em: 14 dez 2016.

SOUZA, Sônia Buongermino de; SZARFARC, Sophia Cornbluth e SOUZA, José Maria Pacheco de. *Prática alimentar no primeiro ano de vida, em crianças atendidas*

em centros de saúde escola do município de São Paulo. Rev. Nutr. [online], Campinas, v.12, n.2, p. 167-174, 1999. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rn/v12n2/v12n2a06.pdf>>. Acesso em: 21 ago 2015.

TACO, Tabela Brasileira de Composição de Alimentos. 4ª ed. Campinas: 2011.

Disponível em:

http://www.unicamp.br/nepa/taco/contar/taco_4_edicao_ampliada_e_revisada.pdf?arquivo=taco_4_versao_ampliada_e_revisada.pdf. Acesso em: 13 dez 2016.

APÊNDICE I – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Percepção de pais e mães em relação à Alimentação Complementar e Alimentos Regionais do Cerrado

Uniceub

Marcella Gomes Ferreira da Silva

Você está sendo convidado (a) a participar do projeto de pesquisa acima citado. O documento abaixo contém todas as informações necessárias sobre a pesquisa que estamos fazendo. Sua colaboração neste estudo será de muita importância para nós, mas se desistir a qualquer momento, isso não causará nenhum prejuízo.

O nome deste documento que você está lendo é Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Antes de decidir se deseja participar (de livre e espontânea vontade) você deverá ler e compreender todo o conteúdo. Ao final, caso decida participar, você será solicitado a assiná-lo e receberá uma cópia do mesmo.

Antes de assinar faça perguntas sobre tudo o que não tiver entendido bem. A equipe deste estudo responderá às suas perguntas a qualquer momento (antes, durante e após o estudo).

Natureza e objetivos do estudo

- O objetivo específico deste estudo é analisar a percepção das de pais e mães em relação à Alimentação Complementar e alimentos regionais do Cerrado.
- Você está sendo convidado a participar exatamente por estar dentro dos critérios de inclusão dos participantes.

Procedimentos do estudo

- Sua participação consiste em responder um questionário.
- O procedimento é simples e rápido.
- Não haverá nenhuma outra forma de envolvimento ou comprometimento neste estudo.
- A pesquisa será realizada no berçário de um tribunal de Brasília-DF.
- Você ganhará uma cartilha sobre Alimentação Complementar e Alimentos Regionais do Cerrado, com receitas e orientações.

Riscos e benefícios

- Este estudo possui baixo risco para o participante.
- Medidas preventivas durante a entrevista serão tomadas para minimizar qualquer risco ou incômodo.
- Caso esse procedimento possa gerar algum tipo de constrangimento, você não precisa realizá-lo.
- Sua participação poderá ajudar no maior conhecimento sobre a introdução de alimentos regionais do Cerrado na alimentação do(a) seu(sua) filho(a).

Participação, recusa e direito de se retirar do estudo

- Sua participação é voluntária. Você não terá nenhum prejuízo se não quiser participar.

- Você poderá se retirar desta pesquisa a qualquer momento, bastando para isso entrar em contato com um dos pesquisadores responsáveis.
- Conforme previsto pelas normas brasileiras de pesquisa com a participação de seres humanos você não receberá nenhum tipo de compensação financeira pela sua participação neste estudo.

Confidencialidade

- Seus dados serão manuseados somente pelos pesquisadores e não será permitido o acesso a outras pessoas.
- O material com as suas informações ficará guardado sob a responsabilidade de Marcella Gomes Ferreira da Silva com a garantia de manutenção do sigilo e confidencialidade. Os dados e instrumentos utilizados ficarão arquivados com o(a) pesquisador(a) responsável por um período de 5 anos, e após esse tempo serão destruídos.
- Os resultados deste trabalho poderão ser apresentados em encontros ou revistas científicas, entretanto, ele mostrará apenas os resultados obtidos como um todo, sem revelar seu nome, instituição a qual pertence ou qualquer informação que esteja relacionada com sua privacidade.

Se houver alguma consideração ou dúvida referente aos aspectos éticos da pesquisa, entre em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário de Brasília – CEP/UniCEUB, que aprovou esta pesquisa, pelo telefone 3966.1511 ou pelo e-mail cep.uniceub@uniceub.br. Também entre em contato para informar ocorrências irregulares ou danosas durante a sua participação no estudo.

Eu, _____ RG _____, após receber uma explicação completa dos objetivos do estudo e dos procedimentos envolvidos concordo voluntariamente em fazer parte deste estudo.

Este Termo de Consentimento encontra-se impresso em duas vias, sendo que uma cópia será arquivada pelo pesquisador responsável, e a outra será fornecida ao senhor(a).

Brasília, ____ de _____ de ____

Participante

Maria Cláudia da Silva - 39661472

Marcella Gomes Ferreira da Silva – (61) 8141-1250

Endereço do responsável pela pesquisa:

Instituição: Uniceub

Endereço: SEPN 707/907

Bairro: Asa Norte

CEP: 70790-075

Cidade: Brasília-DF

Telefones p/contato: (61) 3966-1200

APÊNDICE II – FORMULÁRIO PARA COLETA DE DADOS

Naturalidade do entrevistado e cônjuge:	Naturalidade da família dos pais da criança:
---	--

	SIM	NÃO	JUSTIFICATIVA
1) Com quantos meses seu (sua) filho (a) iniciou a Alimentação Complementar?			
2) Você sabe o que são alimentos regionais?			
3) Na Alimentação Complementar do seu (sua) filho (a) existem alimentos regionais do Cerrado?			
4) Você conhece os alimentos regionais do Cerrado? Quais?			
5) Se não conhece, há interesse em conhecê-los?			
6) Você acha que esses alimentos são de fácil acessibilidade?			
7) Você tem conhecimento dos benefícios que esses alimentos podem trazer se consumidos com frequência?			
8) O que você acha sobre os preços desses produtos?			
9) Você acha que existe divulgação sobre esses alimentos?			
10) Você oferece esses alimentos para o seu filho (a):			
a) Abacaxi-do-Cerrado			
b) Araticum			
c) Cagaita			
d) Guariroba			
e) Jabuticaba			
f) Jatobá			
g) Jenipapo			

h) Macaúba			
i) Marmelada-Olho-de-Boi			
j) Murici			
k) Pequi			
l) Pera-do-Cerrado			
m) Dente de Leão			
n) Serralha			