PAE - DF
Programa de Alimentação Escolar

SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERAL
SUBSECRETARIA DE APOIO AS POLÍTICAS EDUCACIONAIS
DIRETORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

GDF
É tempo de ação.

BOLETIM ALIMENTAÇÃO

Amamentação e Alimentação nos primeiros anos de vida

15° EDIÇÃO

EQUIPE DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL DIAE/SUAPE/SEDF
Natália Fernandes - Estagiária de Nutrição, UnB
CONTATO: diae.suape@se.df.gov.br @alimentatacaoescolardf

IMPORTÂNCIA DA AMAMENTAÇÃO E ALIMENTAÇÃO NOS PRIMEIROS ANOS DE VIDA

Os dois primeiros anos de vida da criança é um período essencial para o crescimento e desenvolvimento infantil, tanto para a saúde nessa fase quanto nas subsequentes. Compreende ainda uma fase que demanda atenção quanto aos hábitos alimentares estabelecidos, pois poderão ser base para a vida toda.

O leite materno é o primeiro alimento com o qual a criança tem contato, sendo ele um **alimento único e completo, que atende a todas as necessidades do bebê nos primeiros meses de vida, além de promover benefícios para a saúde que vão além da infância**. A alimentação adequada e saudável deve ser estimulada desde o nascimento, com o **aleitamento materno exclusivo** até os seis meses de vida, de acordo com a recomendação da Organização Mundial da Saúde (OMS) e do Ministério da Saúde.

A introdução de alimentos na dieta da criança após os seis meses de idade deve complementar as inúmeras qualidades e funções do leite materno, que deve ser mantido preferencialmente até os dois anos de vida ou mais. Além de suprir as necessidades nutricionais, a partir dos seis meses a introdução da alimentação complementar aproxima a criança aos hábitos alimentares do ambiente de convívio onde ela está inserida. Sendo assim, pais, familiares, educadores, profissionais de saúde e todos que convivem com a criança são importantes exemplos nesta fase da vida.

EQUIPE DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL DIAE/SUAPE/SEDF
Natália Fernandes - Estagiária de Nutrição, UnB
CONTATO: diae.suape@se.df.gov.br **@alimentatacaoescolardf**

ALEITAMENTO MATERNO E ALIMENTAÇÃO COMPLEMENTAR NO CONTEXTO DO PNAE

Durante esse período, **as escolas e as creches têm papel fundamental como ambientes promotores da amamentação e de uma alimentação adequada e saudável**, sendo responsáveis por incentivar a continuidade do aleitamento materno e de tomar as decisões sobre alimentação, desempenhando papel crítico na formação da preferência alimentar em crianças.

Para isso, segundo a **Nota Técnica nº 3049124/2022 do FNDE**, alguns pré-requisitos são importantes para que este espaço possa contribuir efetivamente para a continuidade do aleitamento materno, tais como:

- Promover acesso livre à mãe as unidades;
- Dispor de uma estrutura mínima recomendada para recepção e armazenamento do leite materno;
- Dispor de um ambiente adequado para que as mães possam amamentar, sendo esse ambiente acolhedor, tranquilo, com assentos confortáveis e propícios para a atividade, além de pia, para lavagem das mãos e um bebedouro ou filtro para fazer ingestão de água.

EQUIPE DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL DIAE/SUAPE/SEDF
Natália Fernandes - Estagiária de Nutrição, UnB
CONTATO: diae.suape@se.df.gov.br @alimentatacaoescolardf

ALEITAMENTO MATERNO E ALIMENTAÇÃO COMPLEMENTAR NO CONTEXTO DO PNAE

No âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), além das abordagens educativas, é estabelecido que a promoção de uma alimentação adequada e saudável exige que as creches e escolas se tornem um ambiente que:

- Garanta o acesso a uma alimentação baseada em alimentos frescos e *in natura* ou minimamente processados, como arroz, feijão, carnes, hortaliças e frutas;
- Contemple a presença dos diversos grupos de alimentos e que seja variada e oferecida de forma atrativa e saborosa;
- Proteja as crianças da exposição a produtos ultraprocessados, como biscoitos, salgadinhos, refrigerantes, sorvetes, balas e guloseimas etc;
- Promova a autonomia por meio das práticas alimentares;
- Valorize a cultura alimentar das famílias e da região.

No mês de agosto, é realizada a campanha conhecida como **"Agosto Dourado"**, **que simboliza a luta pelo incentivo à amamentação**. Esse termo surgiu devido o leite materno estar relacionado ao melhor padrão de qualidade, representando a importância e o valor do leite materno para o crescimento saudável da criança. Além disso, esse é um período com importante significado, por ser dedicado à intensificação das ações de promoção, proteção e apoio ao aleitamento materno.

EQUIPE DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL DIAE/SUAPE/SEDF
Natália Fernandes - Estagiária de Nutrição, UnB
CONTATO: diae.suape@se.df.gov.br @alimentatacaoescolardf