

RELATO DE EXPERIÊNCIA: INTRODUÇÃO ALIMENTAR NO PRIMEIRO ANO DE VIDA

Amanda Aleksandra Rodrigues Texeira¹, Emanuelle Marieta Santos Xavier¹, Emily Rafaela Neves Lopes¹, Fábio Victor Facela Junior¹, Isabella Batista Vieira².

¹Estudantes de Enfermagem do Centro Universitário do Norte de Minas, Montes Claros-MG.

²Professora do Centro Universitário do Norte de Minas, Montes Claros-MG.

Objetivo: relatar a experiência da elaboração de um recurso educacional do tipo cartilha para cuidadores de criança sobre introdução alimentar no primeiro ano de vida. **Materiais e Métodos:** trata-se de um relato de experiência vivenciado pelos discentes de graduação em enfermagem de uma instituição de ensino superior de Montes Claros-MG, durante a realização das práticas do Programa de Integração de Serviço e Ensino em Comunidade. A atividade foi realizada no período de setembro e outubro de 2021 em uma Estratégia e Saúde da Família da referida cidade. Para a elaboração da cartilha, subdividiu-se em três etapas: a escolha do tema; montagem e definição do design; e impressão. **Resultados:** após o levantamento do tema, a cartilha foi desenvolvida com orientações sobre a saúde bucal da criança, a importância do aleitamento materno exclusivo durante os primeiros seis meses, e a introdução alimentar com alimentos naturais, de forma gradativa sem conservantes, sem adição de açúcares para evitar a obesidade infantil e outros agravos. O instrumento metodológico utilizado trata-se de uma ferramenta educacional para promover a saúde, por contribuir com a segurança alimentar, auxiliando os cuidadores sobre a alimentação saudável da criança de acordo com sua faixa etária, e iniciação da higiene bucal. **Conclusão:** os acadêmicos confirmaram a importância desse tipo de instrumento para contribuir com o crescimento e desenvolvimento adequado das crianças, como forma a prevenir deficiências nutricionais e evitar a obesidade infantil.

Palavras-chave: Introdução alimentar. Aleitamento materno. Saúde da criança.