

DIFICULDADES ALIMENTARES



São as dificuldades para consumir uma quantidade e variedade suficiente de alimentos para o crescimento e manter um bom estado nutricional.

Prevalencia

Ao redor de 20 a 30% das crianças menores de 5 anos podem ter algum problema relacionado a alimentação.

Já em crianças com algum problema de desenvolvimento ou antecedentes familiares, o risco pode chegar a 80%.

Pode estar associado a:



Doenças



Má nutrição
(desnutrição|obesidade)



Problemas
psicossociais



Ser de causa
desconhecida

RECOMENDAÇÕES:



Evitar o uso prolongado de dispositivos eletrônicos



Não forçar a alimentação



Limitar a duração máxima das refeições a 20-30 minutos



Servir porções adequadas a faixa de idade
(teu nutricionista ou nutrólogo pode ajudar a identificá-las)

QUANDO IR A UM ESPECIALISTA

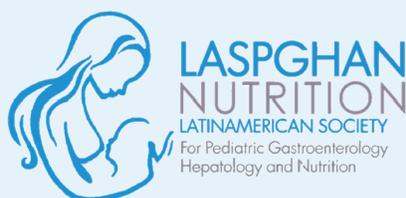
1. Se a ingestão diminuiu muito nas últimas duas semanas, sem que isto tenha sido acompanhado de doenças
2. Se há alguma incapacidade para se alimentar
3. Se houve comprometimento de peso e altura (vista por profissional de saúde)
4. Se há a ocorrência de algum destes sinais de alarme:



- Náusea antes de comer
- Dor ao ingerir ou engolir
- Diarreia ou vômitos
- Choro excessivo ao comer
- Você está tendo de forçar a alimentação.

Infográfico de livre distribuição respeitada a não modificação e citação da fonte

Publique esta mensagem em suas redes sociais com os hashtags #LASPGHAN e #nutricaoLASPGHAN



Este infográfico foi realizado em colaboração com a força tarefa de Dificuldades Alimentares.