



PASTORAL DA CRIANÇA

Para que todas as crianças tenham vida e a tenham em abundância (Jo 10,10)

Entrevista Paula Pizzatto – Segurança Alimentar

Segurança alimentar é quando existe o acesso e o consumo de alimentos saudáveis, nutritivos e de qualidade. Para uma criança, ter uma alimentação segura e de qualidade significa um bom crescimento, bom estado nutricional e desenvolvimento adequado. Quando ela não tem essa qualidade na sua alimentação, pode acabar desenvolvendo problemas de saúde e desnutrição. Para falar sobre isso, convidamos a Paula Pizzatto, Nutricionista da Coordenação Nacional da Pastoral da Criança.



Paula, você poderia explicar o que significa segurança alimentar?

Segurança alimentar existe quando todas as pessoas, de maneira permanente, tem acesso físico e econômico a uma alimentação nutritiva, com qualidade e quantidade suficiente para garantir uma vida saudável.

E o que é insegurança alimentar, Paula?

A insegurança alimentar ocorre quando o direito a uma alimentação adequada em quantidade e qualidade de forma regular é desrespeitado, ou seja, quando há uma falta de acesso e disponibilidade de alimentos. Se uma família não tem acesso regular e permanente à alimentação, tanto em quantidade quanto em qualidade, ela está em situação de insegurança alimentar. Por exemplo: um morador de rua quando revira o lixo vai achar um alimento, mas esse alimento muitas vezes não vai ter qualidade nenhuma, então este indivíduo está em um estado de insegurança alimentar.

Paula, o que a insegurança alimentar pode provocar para as crianças?

As crianças são as mais prejudicadas no caso da insegurança alimentar. Por exemplo, quando a criança está com baixo rendimento, se distrai facilmente, se ausenta muito da escola, dorme durante as aulas, mostra pouco interesse sobre o que está sendo discutido, são alguns sinais de falta de vitaminas, minerais, que vem de uma alimentação saudável. O baixo peso também é uma das consequências, elas não evoluem na estatura, tem uma situação de desnutrição, se essa situação de alimentação inadequada com falta de qualidade e nutrientes é contínua, a criança provavelmente desenvolve uma desnutrição crônica, então nós precisamos lutar para que as crianças tenham uma alimentação adequada e possam se desenvolver com saúde. A má nutrição compromete o desenvolvimento integral das crianças.

Paula, o que pode ser feito para mudar essa situação?

Embora a situação de insegurança alimentar no Brasil tenha diminuído com o auxílio de Programas Federais, a falta de qualidade do alimento ainda é um grande problema e também gera muita preocupação. Para mudar essa situação, é fundamental promover uma agricultura local, agricultura familiar, com diversidade, que seja sustentável, respeitando o território, as regiões e os hábitos de vida das comunidades. Precisamos de políticas públicas mais efetivas que de fato garantam que a segurança alimentar seja mais completa, visando também a educação nutricional, maior possibilidade para produção de alimentos regionais e de baixo custo.

Paula, você teria alguma outra orientação sobre esse tema tão importante?

Vencer a insegurança alimentar vai além de mudar as políticas públicas, é preciso somar esforços também com a família e com a comunidade. A família deve ser orientada sobre a importância de cultivar uma horta caseira, se unirem no plantio e na compra de alimentos mais saudáveis, alimentos de época e que são de baixo custo. As comunidades podem formar cooperativas que compram alimentos direto do Produtor, a um custo mais acessível, e colaborando assim para superar as dificuldades de acesso aos alimentos pelas famílias. As escolas também podem se beneficiar do plantio de hortas comunitárias e de alternativas que ajudem a garantir uma boa alimentação das crianças.

Entrevistado(a): Irmã Veneranda da Silva Alencar
Coordenadora Nacional da Pastoral da Criança

Irmã Veneranda, como o bebê começa a se relacionar com a mãe?

Desde o ventre materno, a ligação mãe e filho já é intensa. Quando nasce, o bebê se relaciona com a mãe de várias maneiras, o primeiro encontro do bebê se dá com as mãos da mãe, mãos que tocam, que lavam, que acariciam, que seguram o bebê no colo, o segundo momento é através do rosto da mãe, o sorriso dela, o terceiro é através do seio no momento da amamentação, o bebê se nutre do leite e da palavra carinhosa de sua mãe. O quarto tipo de relacionamento é através da presença da mãe, é como se a mãe dissesse para o bebê, eis-me aqui, e por último vem também a ausência da mãe, porque ela tem que ir trabalhar e não pode ficar o tempo todo com o bebê, e o bebê aprende que existem também momentos de ausência da mãe, assim ele vai crescendo em estatura, sabedoria e graça.

Entrevistado(a): Sheila Rafaela dos Santos Souza
Coordenadora Diocesana da Pastoral da Criança de Rondonópolis, Mato Grosso

Sheila, que orientações vocês dão às famílias sobre a alimentação na infância?

Nós promovemos uma alimentação saudável. Nos primeiros seis meses de vida da criança, estimular o aleitamento materno exclusivo é suficiente para manter a criança be. A partir dos 6 meses, iniciamos alimentação complementar saudável, frutas, legumes, verduras, carnes, arroz, feijão, uma comida forte, uma comida que já sustenta o bebê. Inicialmente amassado, raspado e depois a fruta integral. Conforme a criança, vai desenvolvendo, vai criando mais habilidade, ela pode comer a comida da família, sempre privilegiando os alimentos regionais, as comidas frescas, as frutas da estação, e evitando as comidas industrializadas.

Esta entrevista é parte do Programa de Rádio Viva a Vida da Pastoral da Criança.
Programa de Rádio 1415 - 12/11/2018 – Segurança Alimentar