

**CENTRO ESTADUAL DE EDUCAÇÃO TECNOLÓGICA PAULA
SOUZA**

ETEC MANDAQUI

Curso Técnico de Nutrição e Dietética

Lilian Ribeiro Ramos*

Luisa Oliveira Azevedo**

Maria Eduarda Barreto Amorim***

Mariana Ramos Santiago dos Santos****

**QUALIDADE NUTRICIONAL DA ALIMENTAÇÃO DE CRIANÇAS EM
ABRIGO**

São Paulo

2024

Lilian Ribeiro Ramos
Luisa Oliveira Azevedo
Maria Eduarda Barreto Amorim
Mariana Ramos Santiago dos Santos

**QUALIDADE NUTRICIONAL DA ALIMENTAÇÃO DE CRIANÇAS EM
ABRIGO**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso Técnico em Nutrição e Dietética da Etec Mandaqui orientado pela Professora Sandra Firmino da Silva como requisito parcial para obtenção do título de técnico em nutrição.

São Paulo

2024

Sumário

Resumo	4
Abstract	5
Introdução	6
Justificativa	11
Objetivos	11
Métodos	12
Resultados	12
Conclusão	13
Referências	15

Resumo

A pesquisa busca avaliar a qualidade nutricional dos cardápios oferecidos em abrigos, com o objetivo de identificar se os nutrientes essenciais para o desenvolvimento de crianças estão sendo fornecidos de acordo com as recomendações do Ministério da Saúde. Com isso serão utilizados métodos de pesquisa observacional transversal, incluindo questionários para os funcionários da instituição. Os resultados mostram que os cardápios ofertados não são totalmente adequados, com falta de variedade nos grupos alimentares. A dependência de doações e a falta de controle a respeito do que as crianças consomem dificultam o estabelecimento de melhorias no cardápio. Por fim, o estudo destaca a importância de fornecer uma alimentação adequada e variada para as crianças abrigadas, visando promover seu desenvolvimento saudável. Apesar das limitações encontradas na pesquisa, como a falta de autorização para a interação direta com as crianças, o trabalho ressalta a necessidade de melhorias nos cardápios dos abrigos para garantir o bem-estar e o desenvolvimento integral de crianças acolhidas.

Este trabalho também aborda a importância dos abrigos na proteção de crianças e adolescentes em situação de vulnerabilidade, destacando o papel do ECA- Estatuto da Criança e do Adolescente na garantia de seus direitos. Considera-se a nutrição como um aspecto crucial da saúde das crianças, examinando as características fisiológicas do desenvolvimento infantil e as necessidades nutricionais específicas desta faixa etária.

Palavras-chave: abrigos; alimentação nos abrigos; cardápio; desnutrição infantil; aceitabilidade.

Abstract

The research seeks to evaluate the nutritional quality of the menus offered in shelters, with the objective of identifying whether the essential nutrients for the development of children are being provided in accordance with the recommendations of the Ministry of Health. With this, cross-sectional observational research methods will be used, including questionnaires for the institution's employees. The results show that the menus offered are not totally adequate, with a lack of variety in the food groups. The dependence on donations and the lack of control over what children consume make it difficult to make improvements to the menu. Finally, the study highlights the importance of providing adequate and varied food for sheltered children, in order to promote their healthy development. Despite the limitations found in the research, such as the lack of authorization for direct interaction with children, The study highlights the need for improvements in the children's menus of shelters in the protection of children and adolescents in situations of vulnerability, highlighting the role of the ECA - Statute of the Child and Adolescent in guaranteeing their rights. Nutrition is considered as a crucial aspect of children's health, examining the physiological characteristics of child development and the specific nutritional needs of this age group.

Introdução

Abrigos são instituições que acolhem crianças e adolescentes por ordem judicial, vítimas de violação de direitos, abandono, negligência, violência ou pela incapacidade de cuidado e proteção por parte da família. (Brasil, 2019). O Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA) é uma lei federal, promulgada no dia 13 de Julho de 1990, onde determina as crianças e os adolescentes como seres de direitos, que necessitam de proteção integral e prioritária por parte da Família, Estado e Sociedade. (Brasil, 2021).

A criação do Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA) ocorreu na década de 1990 após a aprovação da Convenção Universal dos Direitos da Criança de 1989, substituindo assim o antigo Código De Menores. Sua importância foi um marco, pois pela primeira vez as crianças e os adolescentes começaram a ser tratados como indivíduos e não mais como objetos de direito. (Pontes, 2015).

Os abrigos, no século XIX chamados de asilos, tinham a ideia de recolher os meninos que vagavam pelas ruas, segundo um decreto imperial de 1854. Contudo, em 1871 foi criado o asilo de meninos abandonados. As meninas abandonadas eram acolhidas na Santa Casa desde 1740. No final do século XIX havia trinta asilos de órfãos. Por iniciativa privada e com auxílio financeiro público, os asilos foram expandidos, após o rompimento das relações da igreja com o estado. Atualmente, 68,3% dos abrigos não são governamentais e 67,2% deles possuem grande influência religiosa. Abrigos sem origem governamental possuem recursos próprios ou de doações de pessoas físicas ou empresariais. Um terço dos recursos dessas instituições é de subsídio público. (Berger; Gracino, 2005).

Atualmente, a negligência é um dos motivos que mais fazem as crianças e adolescentes serem direcionados para as instituições de acolhimento. Dentro desse tema há situações como falta de alimentação adequada, violação física, falta de tratamento de saúde, falta de moradia, etc. Segundo os dados feitos pelo Diagnóstico Nacional da Primeira Infância, produzida pelo CNJ com o Programa Nacional das Nações Unidas (PNUD), mostra-se que negligência corresponde cerca de 30% dos motivos pelo qual crianças e adolescentes vão para os abrigos, 15% corresponde a conflitos no ambiente familiar e 8% corresponde a problemas com o uso de drogas

por parte dos integrantes das famílias. Apenas 0,4% corresponde a orfandade. (Camimura, 2022).

Pelo fato dessas instituições terem como política receber doações, elas podem conviver com a incerteza de receber ou não a quantidade adequada para alimentar as crianças abrigadas.

O estudo das características fisiológicas da criança desempenha um papel importante no entendimento do crescimento e desenvolvimento na primeira fase da vida. Durante a infância, o corpo passa por um processo constante de transformações físicas, cruciais para estabelecer uma base sólida para a saúde e o bem-estar ao longo da vida. (Brasil, 2002).

Desde o nascimento até a adolescência, as crianças passam um aumento expressivo na estatura, peso e tamanho do crânio que são influenciados por fatores genéticos e ambientais como nutrição adequada. Além do crescimento físico, o desenvolvimento dos sistemas orgânicos é fundamental para o funcionamento adequado do corpo infantil. Com ganho próximo ao estirão da adolescência. (Brasil, 2012).

Os sistemas respiratório, circulatório, digestivo e nervoso passam por aprimoramentos à medida que a criança cresce, estabelecendo funções vitais como respiração, circulação sanguínea, digestão e coordenação motora. A maturação óssea e muscular também possuem certo destaque, pois é primordial para suportar atividades diárias e promover mobilidade e capacidade física. (Brasil, 2002).

O sistema nervoso influencia habilidades motoras, cognitivas e emocionais, delineando o desenvolvimento cognitivo e emocional da criança. Mudanças hormonais ajustam crescimento, metabolismo e desenvolvimento sexual influenciando o crescimento ósseo, desenvolvimento dos órgãos reprodutivos e mudanças físicas que são adjuntas à puberdade. (Brasil, 2002).

No ambiente familiar e escolar, a criança está em constante adaptação aos diferentes mundos que a cercam. Compreender essas características do desenvolvimento psicológico na infância permite oferecer suporte adequado para promover um crescimento saudável e equilibrado das crianças nesse período crucial de suas vidas. (Pessoa, 2013).

Uma alimentação saudável é aquela que atende as necessidades nutricionais do organismo, onde a deficiência ou excesso de micro ou macronutrientes podem acarretar problemas sérios de saúde (Almeida,2022). De acordo com o Guia Alimentar para a População Brasileira, produzido pelo Ministério da Saúde, é importante a preferência por alimentos in natura ou minimamente processados ao invés de alimentos ultraprocessados. Esses alimentos devem ser predominantemente de origem vegetal e compor a base da alimentação. (Brasil, 2022).

Na infância é importante o consumo de energia, pois ajuda no processo de crescimento, onde a quantidade de energia que uma criança deve consumir por quilo é maior do que um adulto precisaria. (Krause; Mahan; Escott-STUMP, 2005; Vitolo, 2008 apud. Fontes; Mello; Sampaio, 2012 p.31).

As fontes de energia devem estar equilibradas entre carboidratos e lipídios, para assim, evitar desenvolvimento de cetose e hipoglicemia e prevenir deficiência de ácido linoleico.

Proteínas: Os requerimentos de proteína por quilograma de peso são maiores para as crianças, necessitando também de maior proporção de aminoácidos essenciais. Para garantir a quantidade necessária de aminoácidos essenciais, a proporção de proteína de alto valor biológico deve ser de dois terços do total recomendado.

Cálcio: O cálcio é extremamente importante, pois os ossos e os dentes estão se formando. Alimentos que contribuem para a ingestão de cálcio são: vegetais de folhas verdes, leguminosas, tofu, ovos, nozes, entre outros. No escolar, consomem maior quantidade de alimentos, o que facilita a obtenção de cálcio de outras fontes alimentares.

Ferro: O ferro é uma das maiores preocupações durante a infância, pois a anemia nesse período prejudica o crescimento e o desenvolvimento normais. A absorção de ferro dos alimentos depende de vários fatores, como o estado nutricional de ferro do indivíduo (quando a uma deficiência, a absorção é maior); o tipo de ferro: ferro heme (carnes, peixes, frango) e o ferro não-heme (leite, ovo, vegetais, grãos).

Vitamina A: Há evidências de que a vitamina A reduz a gravidade das doenças e a mortalidade em crianças, por conta do seu importante papel no sistema imunológico. Crianças com deficiência de vitamina A são mais suscetíveis a infecções.

É importante considerar que a alimentação é fundamental para prevenir as deficiências nutricionais, mas, quando as mesmas se fazem presentes, a alimentação por si só não é capaz de restaurar os depósitos em curto prazo. Nesse caso, são necessários suplementos nutricionais, o que pode ser feito por meio de medicamentos ou alimentos fortificados. (Vitolo. M. R., 2008).

Estimativa da necessidade energética (EER)

3 a 13.99 anos	Sexo masculino	Sedentário	$EER = -447.51 + (3.68 \times idade) + (13.01 \times altura) + (13.15 \times peso) + 20/15/25b$
		Pouco ativo	$EER = 19.12 + (3.68 \times idade) + (8.62 \times altura) + (20.28 \times peso) + 20/15/25$
		Ativo	$EER = -388.19 + (3.68 \times idade) + (12.66 \times altura) + (20.46 \times peso) + 20/15/25$
		Muito ativo	$EER = -671.75 + (3.68 \times idade) + (15.38 \times altura) + (23.25 \times peso) + 20/15/25$
	Sexo feminino	Sedentário	$EER = 55.59 - (22.25 \times idade) + (8.43 \times altura) + (17.07 \times peso) + 15/30c$
		Pouco ativo	$EER = -297.54 - (22.25 \times idade) + (12.77 \times altura) + (14.73 \times peso) + 15/30$
		Ativo	$EER = -189.55 - (22.25 \times idade) + (11.74 \times altura) + (18.34 \times peso) + 15/30$
		Muito ativo	$EER = -709.59 - (22.25 \times idade) + (18.22 \times altura) + (14.25 \times peso) + 15/30$

Custo energético de crescimento para sexo feminino: 4 a 8 anos: 15 kcal/d;

9 a 13 anos: 30 kcal/d.

Para sexo masculino: 4 a 8 anos: 15 kcal/d;

9 a 13 anos: 25 kcal/d.

Distribuição dos macronutrientes: carboidrato 45 a 65% da energia, proteína 10 a 30% da energia, lipídeo 25 a 35% da energia.

Fibras, recomenda-se: Sexo masculino: 9 a 13 anos: 31 g/dia 14 a 18 anos: 38 g/dia

Sexo feminino: 26 g/dia

Cálcio 1300mg/dia

Ferro 9 a 13 anos: 8 mg/dia

Zinco 9 a 13 anos: 8 mg/dia

Vitamina A 9 a 13 anos: 600 mcg/dia

(Dietary Reference Intakes, 2023)

No caso de crianças que apresentam baixo peso e /ou retardo de crescimento, a quantidade de energia, ou seja a quantidade de macronutrientes que precisa ser consumida é o dobro da necessária para uma criança com desenvolvimento estabilizado. (Krause; Mahan; Escott-STUMP, 2005; Vitolo, 2008 apud Fontes; Mello; Sampaio, 2012.) Portanto, a preferência por alimentos in natura e minimamente processados é essencial para que essa criança cresça sadia. Uma má alimentação desde o período inicial de crescimento está associada a doenças crônicas como: obesidade, diabetes, doenças cardíacas, osteoporose e hipertensão arterial na vida adulta. (Hinnig, Bergamaschi; 2013.) No período da idade escolar entre 7 a 10 anos é uma fase de atividade física, ganho mais acentuado de peso próximo ao estirão da adolescência, crescimento constante e intensa atividade física. Nesta fase é também visto e observado independência da criança ao começar a desenvolver novos laços sociais com adultos e também com outras pessoas que compartilham a mesma faixa etária. Essas transformações com a educação são importantes e determinantes para a realização de novos hábitos e aprendizagem em todas as áreas. A família e a escola possuem uma grande importância na manutenção da saúde física e psíquica da criança. (Sociedade Brasileira de Pediatria; Departamento Científico de Nutrologia, 2018 p.61).

Uma alimentação saudável durante a infância estimula o crescimento congruente para a idade e o desenvolvimento intelectual, como também previne doenças relacionadas com uma inadequada alimentação. (Mesquita, 2022). A desnutrição e a

baixa estatura se mostram maiores em crianças menores de 5 anos no momento da admissão em abrigos que o encontrado em crianças da mesma faixa etária, e estão abaixo dos valores recomendados por organizações internacionais. (Silveira et al., 2016). Com isso, o intuito deste trabalho é avaliar a qualidade nutricional do cardápio ofertado em um abrigo.

Justificativa

O tema foi escolhido por intermédio de alguns problemas na alimentação em crianças de abrigos, como: o risco nutricional que pode acontecer em crianças devido ingestão insuficiente nutrientes, a importância de uma boa alimentação rica em alimentos nutritivos que impactam a saúde de uma criança que vive em orfanato contribuindo para o seu desenvolvimento e a importância de se ter uma dieta balanceada, evitando sobrepeso e o baixo peso. A desnutrição infantil tem se encontrado em um cenário consideravelmente grave, em 2022 foram apontadas 2.754 internações de bebês menores de um ano que possuíam desnutrição, sequelas de desnutrição e deficiências nutricionais, onde o Distrito Federal foi o segundo estado da região Centro-Oeste que mais apresentou casos de crianças desnutridas. (Brasil,2023). Em 2021 foram reportadas 2.979 hospitalizações por desnutrição, sendo o ano com maior número de crianças que apresentaram este mesmo diagnóstico. (Brasil,2023). Esse tema é importante para o Técnico de Nutrição e Dietética pois como a desnutrição infantil é uma realidade na vida de muitas crianças, essa situação pode - se ter um conhecimento referente às necessidades nutricionais das crianças e aplicar, avaliando as qualidades nutricionais e observando se as crianças se alimentam corretamente.

Objetivos gerais

Avaliar a qualidade nutricional do cardápio da alimentação oferecida às crianças no período escolar que vivem em um abrigo.

Objetivos específicos

Identificar se os nutrientes necessários para o desenvolvimento nutricional infantil estão adequados e ofertados de acordo com recomendações do Ministério da Saúde.

Identificar por meio de questionários se há aceitabilidade entre as crianças em relação a alimentação oferecida.

Métodos

Pesquisa de campo observacional transversal do tipo qualitativo, onde será feito um primeiro contato com a instituição via telefone ou e-mail apresentando a pesquisa e convidando-a para participar. Para o abrigo que aceitar, será aplicado um questionário para avaliar a qualidade nutricional dos cardápios nessas instituições, assim como questionário de aceitabilidade, que os funcionários responderão.

Resultados

No dia da visita foi nos apresentado a instituição - Casa do pequeno cidadão, através da coordenadora local. No decorrer da visita nós conhecemos a história do abrigo, políticas e estrutura presentes. Em relação ao ambiente interno tivemos acesso ao piso inferior onde ficava a recepção, para receber as pessoas, sala de reunião, área de lazer para as crianças praticar brincadeiras, refeitório para o consumo das refeições e cozinha. Na cozinha houve um acesso mais superficial onde encontramos o cardápio ali ofertado.

No segundo andar foi apresentado os quartos e banheiros dos abrigados e outras salas como enfermaria, e no terceiro andar foi acessado salas onde os funcionários trabalhavam e administravam o abrigo. Foi apresentado algumas salas, como sala de Contabilidade, RH, Administração, etc.

Sobre os resultados encontrados no cardápio, foi observado a ausência dos Per Capitas no cardápio, portanto não foi possível realizar os cálculos para fazer a avaliação quantitativa. Com isso perdemos dados importantes para o desenvolvimento do trabalho, onde poderíamos avaliar a quantidade ofertada às

crianças e se era o necessário e apropriado para elas se desenvolverem adequadamente.

O cardápio segue as recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira quando oferece uma alimentação onde contém alimentos In Natura e Minimamente Processados em grande parte de sua composição e quando oferece um alimento de cada grupo alimentar, porém se contravém quando repete a mesma refeição do almoço e do jantar visto que é importante variar os alimentos dentro de um mesmo grupo alimentar para implicar maior diversidade no aporte de nutrientes.

Algumas preparações não foram especificadas pela nutricionista no cardápio como Salada, Suco de fruta e Ceia, com isso não foi possível realizar o cálculo para realizar avaliação quantitativa.

De acordo com a coordenadora local as crianças possuíam uma grande aceitabilidade nos pratos oferecidos como salada de alface e tomate, frango, carne moída, arroz e feijão. Eram bem receptivos com frutas, porém em contrapartida tinham uma certa aversão a peixes. Apesar dessas informações serem transmitidas, não foi possível confirmar se realmente havia essa aceitabilidade por parte das crianças, pois o teste que seria aplicado para obter estas informações não foi realizado, visto que por ordens judiciais não poderíamos ter acesso aos abrigados.

Conclusão

A partir dos resultados dessa pesquisa, concluímos que a instituição atende parcialmente às recomendações do Guia Alimentar Para a População Brasileira e Ministério da Saúde para uma alimentação e cardápios adequados, visto que há preocupação da equipe com a alimentação saudável das crianças e com a oferta de todos os grupos alimentares, alimentos in natura e minimamente processados. Porém, nota-se dificuldade em manter a variedade alimentar, pois o local é abastecido por doações, gerando instabilidade no que será arrecadado e não sendo possível prever totalmente o cardápio semanal, pois não havia per capita e especificação dos alimentos (como: suco de fruta, bolacha).

Portanto, com os resultados obtidos a partir da visita, obtivemos com certeza, que as crianças gostam e aprovam a comida ofertada (segundo os funcionários da instituição), com isso, optamos por não utilizar como referência um de nossos objetivos específicos em relação à aceitabilidade das crianças ao alimento, como não tivemos acesso direto a elas, por necessidade de autorização da vara da infância, optamos por analisar os grupos alimentares do cardápio, que como dito anteriormente estão conforme a recomendação para um público escolar infantil.

Sendo assim, atingimos o objetivo de saber que as crianças estão sendo tratadas da maneira que deveriam e com a alimentação adequada para seu desenvolvimento pessoal. Onde elas estão em bons cuidados, com profissionais responsáveis que se importam com o melhor desempenho da criança, priorizando a infância em primeira instância, seu ensino adequado com apoio necessário para estimulação de estudo, e assim ofertando alimentação saudável e consumo consciente onde as crianças têm oportunidade de autonomia e segurança.

Referências

ALMEIDA, Maria do Rosário Gomes de. **O Impacto da Alimentação na Saúde dos Adolescentes**. 2022. 38p. Trabalho de Conclusão de Curso Graduação em Nutrição- Faculdade Pitágoras, Betim, 2022.

BERGER, M. V. B.; GRACINO, E. R. Aspectos históricos e educacionais dos abrigos de crianças e adolescentes: A formação do educador e o acompanhamento dos abrigados. Campinas: **Revista HISTEDBR** On-line, nº 18, junho de 2005, p. 170-185. Disponível em: https://www.fe.unicamp.br/pf-fe/publicacao/5324/art17_18.pdf
Acesso: 24/05/2024.

BRASIL .Ministério da Saúde. Alimentação Adequada e Saudável faz bem pra você, para sociedade e pro planeta. **Ministério da Saúde**. Brasília: Ministério da Saúde, 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/eu-quer-me-alimentar-melhor/noticias/2022/alimentacao-adequada-e-saudavel-faz-bem-pra-voce-pra-sociedade-e-pro-planeta>. Acesso: 24/05/2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas de Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Saúde da criança: acompanhamento do crescimento e desenvolvimento infantil** / Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas de Saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 2002.

BRASIL .Ministério dos Direitos Humanos e da Cidadania. O Estatuto da Criança e do Adolescente-ECA. **Ministério dos Direitos Humanos e Cidadania**. Brasília: Ministério dos Direitos Humanos e Cidadania, 2021. Disponível em : <https://www.gov.br/mdh/pt-br/navegue-por-temas/crianca-e-adolescente/publicacoes/o-estatuto-da-crianca-e-do-adolescente>
Acesso: 24/05/2024.

BRASIL. Ministério Da Saúde (DF, Brasil). Ministério da saúde. **Saúde da criança: Crescimento e desenvolvimento**. 33. ed. Distrito Federal: Editora MS, 2012. 274 p. v. 1. ISBN 9788533419704.

BRASIL . Ministério da Saúde. Distrito Federal foi o segundo estado do centro-oeste que mais registrou internações por desnutrição infantil em 2022. **Ministério da saúde**. Brasília: Ministério da Saúde , 17 fev. 2023 Disponível em: [noticias-para-os-estados/distrito-federal/2023/fevereiro/distrito-federal-foi-o-segundo-estado-do-centro-oeste-que-mais-registrou-internacoes-por-desnutricao-infantil-em-2022](https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/noticias/2023/fevereiro/distrito-federal-foi-o-segundo-estado-do-centro-oeste-que-mais-registrou-internacoes-por-desnutricao-infantil-em-2022).
Acesso em: 07/12/2023

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento e Assistência Social, Família e Combate à Fome. Serviços de Acolhimento para Crianças, Adolescentes e Jovens. **Ministério do Desenvolvimento e Assistência Social, Família e Combate à Fome**. Brasília: Ministério do Desenvolvimento e Assistência Social, Família e Combate à Fome, 2019. Disponível em : <https://www.gov.br/mds/pt-br/acoes-e-programas/suas/idades-de-atendimento/servicos-de-acolhimento-para-criancas-adolescentes-e-jovens> Acesso: 24/05/2024.

Camimura, L. Motivos do acolhimento de crianças e adolescentes refletem problemas sociais. **Conselho Nacional de Justiça**, 2022. Disponível em: [:https://www.cnj.jus.br/motivos-do-acolhimento-de-criancas-e-adolescentes-refletem-problemas-sociais](https://www.cnj.jus.br/motivos-do-acolhimento-de-criancas-e-adolescentes-refletem-problemas-sociais) Acesso: 07/12/2023.

Hinnig, P. F.; Bergamaschi, D. P. Itens alimentares no consumo alimentar de crianças de 7 a 10 anos. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, [S.L.], v. 15, n. 2, p. 324-334, jun. 2012.

Manual de avaliação nutricional e necessidade energética de crianças e adolescentes : uma aplicação prática / Gardênia Abreu Vieira Fontes; Adriana Lima Mello; Lilian Ramos Sampaio.(org.). - Salvador : EDUFBA, 2012.

MESQUITA, Luísa Francisco Trindade. **A importância da Formação de Hábitos Alimentares Saudáveis na Primeira Infância: os pais como agentes promotores de saúde**. 2022. Trabalho de Conclusão de Curso. Centro Universitário Presidente Antônio Carlos-UNIPAC. Juiz de Fora, 2022.

National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine. 2023. Dietary reference intakes for energy. Washington, DC: The National Academies Press. Disponível em: <https://doi.org/10.17226/26818>. Acesso em: 24/05/2024.

PESSOA, S. C. As características psicológicas das crianças, 2013 Disponível em: <https://tudobemserdiferente.wordpress.com/2013/09/02/as-caracteristicas-psicologicas-das-criancas/>. Acesso: 24/05/2024

PONTES, Jaqueline Aparecida Zubari. **Estatuto da Criança e do Adolescente Infrator**. 2015. Trabalho de Conclusão de Curso. Fundação Educacional do Município de Assis-FEMA. Assis, 2015.

Silveira, A. C. et al.,. Condição nutricional de crianças admitidas em uma instituição de acolhimento. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, Belo Horizonte. vol. 29, n.1, p.1-10, 2016.

Sociedade Brasileira de Pediatria – Departamento de Nutrologia. **Manual de Alimentação**: orientações para alimentação do lactente ao adolescente, na escola, na gestante, na prevenção de doenças e segurança alimentar / Sociedade Brasileira

de Pediatria. Departamento Científico de Nutrologia. – 4ª. ed. São Paulo: SBP, 2018. 172 p.

Vitolo.M.R. **Nutrição:** da Gestação ao Envelhecimento. 5.ed. Rio de Janeiro: Rubio, 2008.