



PERGUNTAS E DÚVIDAS FREQUENTES SOBRE O VITAFERRO

GUIA PROFISSIONAL.

Design e Maquetagem: EME - Marketing & Eventos



Cuide da saúde do seu filho, dê-lhe VITAFERRO!

Ficha Técnica:

Adaptado por:
Alzerina Monteiro
Dulcineia Trigueiros
Irina Spencer
Nívia Vieira
Tereza Morais

Entidade promotora:
Ministério da saúde e da Segurança Social
Programa Nacional de Nutrição

Entidade Financiadora:
UNICEF

Design e maquetagem:
EME - Marketing & Eventos

Tiragem:
5000

O QUE É O VITAFERRO?

O VITAFERRO é uma mistura de vitaminas e minerais, que adicionado a comida da criança, fornece a quantidade de nutrientes que seu filho precisa para crescer forte e saudável.

Deve ser colocado e misturado a comida, obrigatoriamente no momento em que a criança for comer. É embalado numa pequena saqueta de 1g que contém 15 vitaminas e minerais que as crianças necessitam na primeira infância. É muito importante na prevenção da anemia.



QUAIS SÃO OS BENEFÍCIOS DO VITAFERRO?

Resposta: Junto com uma efetiva assistência à criança, associado aos cuidados apropriados de saúde e de nutrição, o Vitaferro pode ajudar no seguinte:

- Prevenir a anemia por falta de ferro
- Prevenir a falta de outros micronutrientes;
- Melhorar o sistema imunitário da criança;
- Melhorar o apetite da criança;
- Melhorar a energia da criança;
- Melhorar a capacidade de aprendizagem e desenvolvimento da criança.



PARA AS CRIANÇAS QUE RECEBEM DOSES ELEVADAS DE VITAMINA A (DUAS VEZES POR ANO) HÁ ALGUMA PREOCUPAÇÃO RELACIONADA COM A TOXICIDADE DA VITAMINA A, VISTO QUE IRÃO CONSUMIR O VITAFERRO QUE TAMBÉM CONTÉM VITAMINA A?

Resposta: Não há risco de toxicidade, mesmo que associada a doses altas de suplementos de vitamina A. A dose de vitamina A no Vitaferro é concebida de forma a completar o consumo diário recomendado, tendo em conta outro tipo de consumo adicional, tais como no leite materno e na alimentação complementar. Como tal, a utilização do Vitaferro como um "fortificante" complementa programas de toma de vitamina A. Quando a OMS iniciou a suplementação de vitamina A, não foi estipulado que as crianças que tomassem vitamina A, não deveriam consumir alimentos ricos nesse mesmo nutriente. De facto, foi recomendada uma dieta apropriada para a idade que contivesse todos os micronutrientes, incluindo a vitamina A.

O VITAFERRO PODE SER FORNECIDO DE FORMA SEGURA PARA CRIANÇAS NÃO ANÊMICOS, SEM PRODUZIR QUALQUER TOXICIDADE?

Resposta: A quantidade de micronutrientes nos pacotes de Vitaferro é alta, o suficiente para atender às necessidades de crianças com deficiências de micronutrientes, mas não elevada o suficiente para aqueles que têm estado normal de micronutrientes. A segurança do Vitaferro foi demonstrada, mesmo em crianças pequenas sem deficiências de micronutrientes.

O VITAFERRO É RECOMENDADO PARA SER USADO EM CRIANÇAS PEQUENAS. NO ENTANTO, PODE SER USADO EM CRIANÇAS MAIS VELHAS, ADOLESCENTES, ADULTOS E MULHERES GRÁVIDAS?

Resposta: O Vitaferro pode ser usado com segurança em todas as outras faixas etárias, tais como crianças com idade superior a 59 meses, adolescentes e mulheres grávidas, sem qualquer risco de toxicidade. No entanto, foi desenvolvido especialmente para crianças menores que 5 anos, pois existem opções limitadas para o tratamento e prevenção de deficiências de micronutrientes nessa faixa etária e as quantidades de micronutrientes presentes no Vitaferro, são baseadas nas recomendações para crianças menores que 5 anos. A razão pela qual o Vitaferro não deve ser compartilhado com todos os outros membros da família é porque a criança na família beneficiada pelo tratamento deve receber todos os benefícios decorrentes do consumo do Vitaferro e ainda o Vitaferro não produz benefício/efeito em maiores de 5 anos, sendo que as quantidades de micronutrientes contidas no Vitaferro são insuficientes acima desta faixa etária.



O VITAFERRO É APRESENTADO COMO UM "FORTIFICANTE" QUE NÃO MUDA O SABOR OU A COR DO ALIMENTO AO QUAL ELE É ADICIONADO. NO ENTANTO, ALGUNS PAIS NOTARAM ALTERAÇÕES NO SABOR E NA COR DO ALIMENTO. ISTO PODE SER EXPLICADO?

Resposta: De forma a "mascarar" o sabor metálico do ferro nos pacotes de Vitaferro, este micronutriente é revestido ou encapsulado com uma camada fina de um lípido. A temperatura de fusão do lípido é em torno de 60°C. Se o Vitaferro for adicionado a um alimento com uma temperatura superior a 60°C, o revestimento lipídico em torno do ferro irá fundir e o alimento será exposto ao ferro. Isto resulta na indesejável alteração de cor, sabor e odor da refeição. Isto explica-se pois o ferro é reativo quimicamente, de cor escura, e com um sabor metálico forte. Para evitar alterações no sabor e na cor do alimento ao qual é adicionado o Vitaferro, recomenda-se que só seja misturado após o respetivo prato ter arrefecido a uma temperatura abaixo dos 60°C.



QUAL A RAZÃO DE MUITAS CRIANÇAS, QUANDO INICIAM O USO DE VITAFERRO, FICAREM COM DIARREIAS LEVES OU COM PRISÃO DE VENTRE?

Resposta: A consistência das fezes não muda na maioria dos bebês e crianças que recebem Vitaferro. No entanto, a cor das fezes muda para uma cor escura em todas as crianças que recebam Vitaferro numa base regular. O próprio ferro é de cor escura. Quando algumas quantidades não são absorvidas, o ferro é excretado nas fezes, o que resulta numa mudança de cor. Algumas crianças muito jovens, que não tenham sido previamente expostas a todos os alimentos complementares que contêm micronutrientes (ou seja, que são alimentados exclusivamente com leite materno) podem desenvolver fezes moles ou mesmo diarreia leve.

A diarreia leve/comum (caracteriza-se normalmente por provocar apenas fezes soltas e aguadas) não leva à desidratação, mas é uma preocupação válida para os pais e prestadores de cuidados de saúde. Ela dura cerca de uma semana e, geralmente, em seguida, não se repete. De acordo com a experiência de alguns cuidadores a diarreia leve desaparece rapidamente nestes lactentes jovens, que estão em transição da amamentação para a alimentação complementar, se for usado o seguinte esquema: 1/3, 1/2, 1 pacote de Vitaferro.

Fezes moles podem ser causadas por uma alteração na flora intestinal (microorganismos) associadas à introdução de ferro na dieta ou, possivelmente, devido ao impacto da vitamina C no peristaltismo intestinal em lactentes, que previamente receberam apenas quantidades mínimas de vitamina C nas suas dietas (presente no leite materno). Os efeitos secundários de fezes soltas só foram observados em crianças na transição da amamentação exclusiva para a alimentação complementar. Podem, eventualmente, estar relacionados com a mudança de hábitos alimentares devido à introdução de novos alimentos complementares.

A prisão de ventre está raramente associada ao uso de Vitaferro.

QUAIS SÃO OS RISCOS DE TOXICIDADE AGUDA DE FERRO ORIGINADA POR UMA OVERDOSE ACIDENTAL?

Resposta: Os sintomas de toxicidade aguda de ferro ocorrem entre 20 a 60 mg de ferro por kg de peso corporal. Uma criança precisaria consumir muitos pacotes de Vitaferro (cerca de 20 por dia) para atingir os níveis de toxicidade. Embalagens de dose única, o mau gosto do pó e distribuição de uma oferta limitada de Vitaferro são impedimentos para uma sobredosagem acidental.

O VITAFERRO PODE SER MISTURADO NO LEITE MATERNO OU EM BEBIDAS COMO LEITE, SUMO OU CHÁ?

Resposta: Se o Vitaferro for misturado em líquidos, os micronutrientes vão flutuar no topo dos líquidos e tendem também a ficar colados no lado do copo. Como consequência alguns serão perdidos no processo. Portanto, é recomendável a não dissolução do Vitaferro em líquidos.

UMA CRIANÇA ESTÁ EM TRATAMENTO TERAPÊUTICO COM SUPLEMENTO DE FERRO, DEVE SUSPENDER A FORTIFICAÇÃO COM O VITAFERRO?

Resposta: As crianças que possuem diagnóstico de anemia (hemoglobina abaixo de 11 mg/dL) devem continuar com o tratamento conforme critério médico e não devem receber as saquetas de micronutrientes em pó. As crianças que recebem o sulfato ferroso de forma preventiva (conforme o protocolo de suplementação de Ferro), deverão suspender a administração do sulfato ferroso e iniciar o recebimento da fortificação com Micronutriente em pó.



UMA CRIANÇA QUE APRESENTAR UMA GASTROENTERITE AGUDA, DEVE SUSPENDER O VITAFERRO

Resposta: Caso as crianças apresentem quadros de diarreia, sugere-se a não interrupção da fortificação e proceder com a continuidade na alimentação adequada, aumento na ingestão de líquidos e leite materno (se ainda estiver a amamentar). As saquetas só deverão ser suspensas caso apresente indícios de efeito colateral e/ou reação alérgica.

UMA CRIANÇA QUE APRESENTA ACUMULO DE FERRO DEVE OU NÃO SER FORTIFICADA COM O VITAFERRO? QUEM DECIDE O QUE FAZER?

Resposta: No caso de crianças com doença falciforme, talassemia, hemocromatose ou demais doenças hematológicas, elas somente deverão receber os fortificantes de MNP's com indicação médica. Pois, a maioria dessas crianças poderão se beneficiar da fortificação, porém, aquelas que realizam transfusão sanguínea frequente, poderão apresentar acúmulo de ferro e a fortificação seria prejudicial. Todos os casos deverão ser avaliados individualmente e essa informação também consta no termo de consentimento que os pais deverão preencher para autorizar a administração para as crianças nos jardins-de-infância.

UMA CRIANÇA QUE FOR INTERNADA COM UMA PATOLOGIA, DEVE SUSPENDER A FORTIFICAÇÃO COM VITAFERRO

Resposta: Caso a criança não apresente nenhuma patologia com contra-indicação do ferro, a fortificação não deve ser suspensa.



Ministério da Saúde e
da Segurança Social



