

# RECEITAS

COM PEPTAMEN<sup>®</sup>  
JUNIOR



A NUTRIÇÃO QUE  
**COMPLETA**

 **Nestlé**<sup>®</sup>  
HealthScience

# ÍNDICE

## Doces

- ▶ TAPIOCA COM RECHEIO DE CREME DE MORANGO.....3
- ▶ TACINHA DE CREME DE CHOCOLATE COM FRUTAS.....4
- ▶ COCADA CREMOSA.....5
- ▶ GELATINA DE ABACAXI COM CREME.....6
- ▶ GELADINHO CREMOSO DE CHOCOLATE .....7
- ▶ SMOOTHIE DE MORANGO E BANANA .....8
- ▶ LIMONADA SUÍÇA COM HORTELÃ.....9
- ▶ RASPADINHA DE MARACUJÁ ..... 10

## Salgados

- ▶ CALDINHO DE FEIJÃO..... 11
- ▶ PURÊ DE MANDIOQUINHA..... 12
- ▶ ABOBRINHA RECHADA COM CARNE MOÍDA..... 13
- ▶ MACARRÃO COM MOLHO DE QUEIJO..... 14
- ▶ TORTA SALGADA COM RECHEIO DE FRANGO CREMOSO..... 15



# TAPIOCA COM RECHEIO DE CREME DE MORANGO



Rendimento:  
1 porção (200 g cada)



Tempo de preparo:  
5 minutos



Tempo total de preparo:  
10 minutos

DOCE

## INGREDIENTES

### Recheio

- ▶ 7 medidas de **PEPTAMEN® Junior** (55 g)
- ▶ 1 colher (sopa) de mel (22 g)
- ▶ 6 morangos (72 g)
- ▶ 2 colheres (sopa) de água (30 ml)

### Tapioca

- ▶ 4 colheres (sopa) de goma de tapioca hidratada (48 g)

## MODO DE PREPARO

### Recheio

1. Em um liquidificador adicione o **PEPTAMEN® Junior**, o mel, os morangos e a água.

Bata até obter uma mistura homogênea. Reserve.

### Tapioca

2. Aqueça uma frigideira antiaderente, peneire a goma de tapioca sobre a frigideira, cobrindo todos os espaços, formando uma camada uniforme semelhante a uma panqueca.

Espere a massa ficar unida e vire-a, deixando secar rapidamente do outro lado.

3. Recheie com o creme de morango, sirva a seguir.

### Dica:

Adicione morangos picados junto ao creme ao montar a tapioca.

## INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Quantidade por 300g		
	Quantidade por porção	% VD(*)
Valor Energético (kcal)	471	24
Carboidratos (g)	87	29
Proteínas (g)	8,3	11
Gorduras Totais (g)	10	18
Gorduras Saturadas (g)	5,5	25
Gorduras Trans (g)	0	**
Fibra Alimentar (g)	1,2	5
Sódio (mg)	183	7

\*% Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 Kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

# TACINHA DE CREME DE CHOCOLATE COM FRUTAS



Rendimento:  
1 porção (180 g)



Tempo de preparo:  
5 minutos



Tempo total de preparo:  
10 minutos

DOCE

## INGREDIENTES

- ▶ meia banana congelada (36,5 g)
- ▶ 2 colheres (sopa) de água (30 ml)
- ▶ 7 medidas de **PEPTAMEN® Junior** (55 g)
- ▶ 1 colher (sopa) de mel (22 g)
- ▶ meia colher (sopa) de Chocolate em pó NESTLÉ® DOIS FRADES® (5 g)
- ▶ 1 colher (chá) de amido de milho (8 g)
- ▶ 5 uvas picadas (30 g)
- ▶ 4 morangos picados (48 g)

## MODO DE PREPARO

**1.** Em um liquidificador adicione a banana congelada, a água, o **PEPTAMEN® Junior**, o mel, o Chocolate em pó e o amido de milho e bata até obter uma mistura homogênea.

**2.** Despeje a mistura em uma taça e sirva com as frutas.

## INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Quantidade por 280g		
	Quantidade por porção	% VD(*)
Valor Energético (kcal)	453	23
Carboidratos (g)	79	26
Proteínas (g)	9,4	13
Gorduras Totais (g)	11	19
Gorduras Saturadas (g)	5,7	26
Gorduras Trans (g)	0	**
Fibra Alimentar (g)	2,8	11
Sódio (mg)	186	7

\*% Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 Kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.



# COCADA CREMOSA



Rendimento:  
1 porção (90 g)



Tempo de preparo:  
5 minutos



Tempo total de preparo:  
10 minutos

DOCE

## INGREDIENTES

- ▶ 2 colheres (sopa) de leite de coco (30 ml)
- ▶ 2 colheres (sopa) de coco fresco ralado (12 g)
- ▶ 7 medidas de **PEPTAMEN® Junior** (55 g)

## MODO DE PREPARO

1. Em uma panela adicione o leite de coco e o coco ralado. Leve ao fogo médio mexendo sempre, por cerca de 5 minutos ou até obter uma mistura cremosa.
2. Retire do fogo adicione o **PEPTAMEN® Junior** e mexa bem. Sirva a seguir.

### Dica:

Se desejar, bata a mistura em um liquidificador até obter um creme homogêneo.

## INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Quantidade por 200g		
	Quantidade por porção	% VD(*)
Valor Energético (kcal)	362	18
Carboidratos (g)	37	12
Proteínas (g)	8,4	11
Gorduras Totais (g)	20	37
Gorduras Saturadas (g)	17	77
Gorduras Trans (g)	0	**
Fibra Alimentar (g)	0,9	3
Sódio (mg)	197	8

\*% Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 Kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.



# GELATINA DE ABACAXI COM CREME



Rendimento:  
1 porção (265 g)



Tempo de preparo:  
15 minutos



Tempo total de preparo:  
6 horas e 15 minutos

DOCE

## INGREDIENTES

- ▶ gelatina sabor abacaxi (40 a 50g)
- ▶ meia xícara (chá) de abacaxi em cubos cozido (100 g)
- ▶ 1 colher (chá) de gelatina sem sabor (4 g)
- ▶ 7 medidas de **PEPTAMEN® Junior** (55 g)
- ▶ 1 colher (chá) de amido de milho (8 g)
- ▶ Água para preparo das gelatinas (quantidade de acordo com as embalagens).

## MODO DE PREPARO

1. Prepare a gelatina de abacaxi dissolvendo em 80 ml de água fervente. Adicione mais 80 ml de água fria. Adicione o abacaxi em cubos e leve para gelar por cerca de 3 horas, reserve.
2. Prepare a gelatina sem sabor de acordo com o modo de preparo da embalagem. Adicione o **PEPTAMEN® Junior**, o amido e a água e mexa bem até obter uma mistura homogênea.

### Dica:

Se desejar uma receita mais rápida, misture a gelatina sem sabor, o **PEPTAMEN® Junior**, o amido de milho e meia xícara (chá) de água em um liquidificador até obter uma mistura homogênea. Despeje o abacaxi picado na mistura e leve para gelar.

## INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Quantidade por 200g		
	Quantidade por porção	% VD(*)
Valor Energético (kcal)	526	26
Carboidratos (g)	93	31
Proteínas (g)	16	21
Gorduras Totais (g)	10	2,5
Gorduras Saturadas (g)	5,5	2,5
Gorduras Trans (g)	0	**
Fibra Alimentar (g)	1,1	5
Sódio (mg)	282	11

\*% Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 Kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.







GELADINHO

# CREMOSO DE CHOCOLATE



Rendimento:  
1 porção (160 g)



Tempo de preparo:  
5 minutos



Tempo total de preparo:  
5 minutos

DOCE

## INGREDIENTES

- ▶ 1 colher (sopa) de Chocolate em Pó
- ▶ NESTLÉ® DOIS FRADES® (10 g)
- ▶ 7 medidas de PEPTAMEN® Junior (55 g)
- ▶ meia xícara (chá) de água (120 ml)
- ▶ 1 colher (sopa) de mel (22 g)

## MODO DE PREPARO

1. Em um liquidificador, bata todos os ingredientes até obter uma mistura homogênea.
2. Despeje a mistura em um saquinho plástico próprio para geladinho e leve ao congelador por cerca de 4 horas. Sirva.

## INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Quantidade por 160g		
	Quantidade por porção	% VD(*)
Valor Energético (kcal)	371	19
Carboidratos (g)	59	20
Proteínas (g)	8,9	12
Gorduras Totais (g)	11	19
Gorduras Saturadas (g)	5,9	27
Gorduras Trans (g)	0	**
Fibra Alimentar (g)	1,8	7
Sódio (mg)	183	7

\*% Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 Kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.



# SMOOTHIE DE MORANGO E BANANA

 **Rendimento:**  
1 porção (250 ml)

 **Tempo de preparo:**  
5 minutos

 **Tempo total de preparo:**  
5 minutos

**DOCE**

## INGREDIENTES

- ▶ 7 medidas de **PEPTAMEN® Junior** (55 g)
- ▶ meia xícara (chá) de água (120 ml)
- ▶ 5 morangos congelados (60 g)
- ▶ 1 banana congelada (73 g)

## MODO DE PREPARO

**1.** Em um liquidificador bata os ingredientes até obter uma mistura homogênea. Sirva a seguir.

## INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Quantidade por 250g		
	Quantidade por porção	% VDI(*)
Valor Energético (kcal)	351	18
Carboidratos (g)	56	19
Proteínas (g)	9,3	12
Gorduras Totais (g)	10	18
Gorduras Saturadas (g)	5,5	25
Gorduras Trans (g)	0	**
Fibra Alimentar (g)	2,5	10
Sódio (mg)	182	7

\*% Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 Kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.





# LIMONADA SUÍÇA COM HORTELÃ



Rendimento:  
1 porção (200ml)



Tempo de preparo:  
5 minutos



Tempo total de preparo:  
5 minutos

DOCE

## INGREDIENTES

- ▶ suco de 1 limão (50 ml)
- ▶ 7 medidas de **PEPTAMEN® Junior** (55 g)
- ▶ 1 colher (sopa) de mel (22 g)
- ▶ 4 cubos de gelo (100 g)
- ▶ 3 folhas de hortelã (1,2 g)

## MODO DE PREPARO

1. Em um liquidificador, bata todos os ingredientes até obter uma mistura homogênea. Sirva a seguir.

## INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Quantidade por 200ml		
	Quantidade por porção	% VD(*)
Valor Energético (kcal)	335	17
Carboidratos (g)	57	19
Proteínas (g)	8	11
Gorduras Totais (g)	10	18
Gorduras Saturadas (g)	5,5	25
Gorduras Trans (g)	0	**
Fibra Alimentar (g)	0,1	0
Sódio (mg)	183	7

\*% Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 Kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.



# RASPADINHA DE MARACUJÁ



Rendimento:  
1 porção (250 g)



Tempo de preparo:  
5 minutos



Tempo total de preparo:  
5 minutos

DOCE

## INGREDIENTES

- ▶ 10 cubos de gelo (250 g)
- ▶ 1 polpa de maracujá sem sementes (53 g)
- ▶ 7 medidas de **PEPTAMEN® Junior** (55 g)
- ▶ 2 colheres (sopa) de mel (44 g)
- ▶ meia xícara (chá) de água (120 ml)
- ▶ 1 colher (chá) de amido de milho (8 g)

## MODO DE PREPARO

1. Em um liquidificador triture as pedras de gelo.
2. Em um copo, adicione o gelo triturado. Reserve.
3. Em um liquidificador adicione o maracujá, o **PEPTAMEN® Junior**, o mel, a água e o amido de milho e bata por cerca de 2 minutos. Despeje a mistura no copo com o gelo reservado. Sirva a seguir.

## INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Quantidade por 250g		
	Quantidade por porção	% VD(*)
Valor Energético (kcal)	459	23
Carboidratos (g)	84	28
Proteínas (g)	8,2	11
Gorduras Totais (g)	10	18
Gorduras Saturadas (g)	5,5	25
Gorduras Trans (g)	0	**
Fibra Alimentar (g)	0,3	1
Sódio (mg)	189	7

\*% Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 Kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.







# CALDINHO DE FEIJÃO



Rendimento:  
1 porção (300 g)



Tempo de preparo:  
5 minutos



Tempo total de preparo:  
10 minutos

**SALGADO**

## INGREDIENTES

- ▶ 1 colher (chá) de azeite (4 g)
- ▶ 1 colher (sopa) de cebola picada (12 g)
- ▶ 1 dente de alho pequeno espremido (2 g)
- ▶ 1 xícara (chá) de feijão cozido (caldo e grãos) (200 g)
- ▶ meia colher (chá) de sal (2,5 g)
- ▶ meia xícara (chá) de água (120 ml)
- ▶ 7 medidas de **PEPTAMEN® Junior** (55 g)
- ▶ cebolinha verde picada para decorar (1 g)

## MODO DE PREPARO

1. Em uma panela, aqueça o azeite e refogue a cebola e o alho. Adicione o feijão e o sal, mexa bem.
2. Em um liquidificador adicione o feijão refogado, e o **PEPTAMEN® Junior**, bata até obter uma mistura homogênea.
3. Decore com a cebolinha verde. Sirva a seguir.

## INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Quantidade por 300g		
	Quantidade por porção	% VD(*)
Valor Energético (kcal)	459	23
Carboidratos (g)	63	21
Proteínas (g)	18	23
Gorduras Totais (g)	15	27
Gorduras Saturadas (g)	6,3	29
Gorduras Trans (g)	0	**
Fibra Alimentar (g)	17,4	70
Sódio (mg)	1184	49

\*% Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 Kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.



# PURÊ DE MANDIOQUINHA



Rendimento:  
1 porção (250 g)



Tempo de preparo:  
10 minutos



Tempo total de preparo:  
15 minutos

**SALGADO**

## INGREDIENTES

- ▶ 1 xícara (chá) de mandioquinha cozida (200 g)
- ▶ meia colher (sopa) de margarina sem lactose (7 g)
- ▶ 1 colher (sopa) de cebola (6 g)
- ▶ 1 dente de alho espremido (3 g)
- ▶ meia xícara (chá) de água (120 ml)
- ▶ 1 pitada de sal (1 g)
- ▶ 7 medidas de **PEPTAMEN® Junior** (55 g)
- ▶ 1 colher (sopa) de salsa picada (3 g)

## INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Quantidade por 250g		
	Quantidade por porção	% VD[*]
Valor Energético (kcal)	452	23
Carboidratos (g)	74	25
Proteínas (g)	9,8	13
Gorduras Totais (g)	13	23
Gorduras Saturadas (g)	6,1	28
Gorduras Trans (g)	0	**
Fibra Alimentar (g)	3,8	15
Sódio (mg)	634	26

\*% Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 Kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

## MODO DE PREPARO

1. Esprema a mandioquinha com auxílio de um espremedor.
2. Em uma panela aqueça a manteiga e doure a cebola e o alho.
3. Acrescente a mandioquinha espremida, a água e o sal, misture bem.
4. Com o fogo desligado, adicione o **PEPTAMEN® Junior**, a salsa e misture bem. Sirva a seguir.





# ABOBRINHA RECHEADA COM CARNE MOÍDA



Rendimento:  
1 porção (180 g)



Tempo de preparo:  
5 minutos



Tempo total de preparo:  
20 minutos

**SALGADO**

## INGREDIENTES

- ▶ meia abobrinha (100 g)
- ▶ 1 colher (chá) de azeite (4 g)
- ▶ 1 colher (sopa) de cebola (6 g)
- ▶ 1 dente de alho espremido (3 g)
- ▶ 50 g de carne moída
- ▶ 2 colheres (sopa) de molho de tomate (30 g)
- ▶ 1 pitada de sal (1 g)
- ▶ 1 pitada de orégano (1 g)
- ▶ 7 medidas de **PEPTAMEN® Junior** (55 g)
- ▶ 2 colheres (sopa) de água (30 ml)

## INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Quantidade por 200g		
	Quantidade por porção	% VD(*)
Valor Energético (kcal)	438	22
Carboidratos (g)	41	14
Proteínas (g)	28	37
Gorduras Totais (g)	18	33
Gorduras Saturadas (g)	7,8	35
Gorduras Trans (g)	0	**
Fibra Alimentar (g)	2,8	11
Sódio (mg)	738	30

\*% Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 Kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

## MODO DE PREPARO

1. Corte a abobrinha ao meio e retire a polpa com auxílio de uma colher e reserve.
2. Em uma panela adicione água suficiente para cobrir a abobrinha e cozinhe por cerca de 10 minutos. Reserve aquecido.
3. Em uma panela aqueça o azeite e refogue a cebola e o alho. Acrescente a carne moída, a polpa da abobrinha reservada, o sal e o orégano e refogue por cerca de 10 minutos.
4. Adicione o molho de tomate, misture bem e retire do fogo.
5. Em um recipiente dissolva o **PEPTAMEN® Junior** na água.
6. Junte com a carne moída e mexa bem. Recheie a abobrinha reservada e sirva a seguir.



MACARRÃO COM

# MOLHO DE QUEIJO



Rendimento:  
1 porção (250 g)



Tempo de preparo:  
5 minutos



Tempo total de preparo:  
15 minutos

**SALGADO**

## INGREDIENTES

- ▶ meia colher (sopa) de margarina sem lactose (7 g)
- ▶ 1 dente de alho espremido (3 g)
- ▶ 1 colher (sopa) de farinha de trigo (11 g)
- ▶ meia xícara (chá) de Leite Líquido NINHO® Zero Lactose (100 ml)
- ▶ 2 colheres (sopa) de queijo muçarela sem lactose ralado (28 g)
- ▶ 1 pitada de sal (1 g)
- ▶ 1 pitada de noz moscada (1 g)
- ▶ 7 medidas de **PEPTAMEN<sup>z</sup> Junior** (55 g)
- ▶ 1 colher (chá) de amido de milho (8 g)
- ▶ 1 xícara (chá) de macarrão cozido (120 g)
- ▶ 1 colher (chá) de salsinha picada (1 g)

## INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Quantidade por 250g		
	Quantidade por porção	% VD(*)
Valor Energético (kcal)	719	36
Carboidratos (g)	102	34
Proteínas (g)	26	35
Gorduras Totais (g)	23	43
Gorduras Saturadas (g)	11	50
Gorduras Trans (g)	0	**
Fibra Alimentar (g)	1,8	7
Sódio (mg)	833	34

\*% Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 Kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

## MODO DE PREPARO

- 1.** Em uma panela aqueça a margarina e refogue o alho. Adicione a farinha de trigo e deixe dourar, mexendo sempre.
- 2.** Quando adquirir a consistência de massa, coloque o Leite NINHO aos poucos, misturando vigorosamente para não formar grumos.
- 3.** Adicione a muçarela, o sal e a noz moscada, mexa bem por cerca de 5 minutos até o molho engrossar.
- 4.** Retire do fogo, adicione o **PEPTAMEN<sup>z</sup> Junior** e o amido de milho e misture bem. Despeje o molho por cima do macarrão, salpique a salsinha. Sirva a seguir.



# TORTA SALGADA COM RECHEIO DE FRANGO CREMOSO



Rendimento:  
1 porção (250 g)



Tempo de preparo:  
5 minutos



Tempo total de preparo:  
15 minutos

**SALGADO**

## INGREDIENTES

### Recheio

- ▶ 1 colher (sopa) de azeite (12 g)
- ▶ 1 colher (sopa) de cebola picada (12 g)
- ▶ 1 dente de alho espremido (3 g)
- ▶ 50 g de frango cozido desfiado
- ▶ 2 colheres (sopa) de queijo muçarela sem lactose ralado (28 g)
- ▶ 2 colheres (sopa) de tomate picado e sem semente (26 g)
- ▶ 1 pitada de sal (1 g)
- ▶ meia colher (sopa) de salsinha (1,5 g)
- ▶ 7 medidas de **PEPTAMEN® Junior** (55 g)
- ▶ 3 colheres (sopa) de água (45 ml)

### Massa

- ▶ 5 unidades de biscoito TOSTINES® Água (30 g)
- ▶ 1 colher (sopa) de margarina sem lactose derretida (14 g)

### Massa

4. Em um liquidificador triture o biscoito até obter uma farofa.
5. Coloque o biscoito triturado em uma forma individual (7 cm de diâmetro) e adicione a margarina.
6. Com as pontas dos dedos, misture bem até que a margarina incorpore na bolacha e vire uma massa.
7. Preencha o fundo e as laterais da forma de forma uniforme, asse em forno médio (180°C) por cerca de 5 minutos.
8. Retire do forno, adicione o recheio e sirva a seguir.

## MODO DE PREPARO

### Recheio

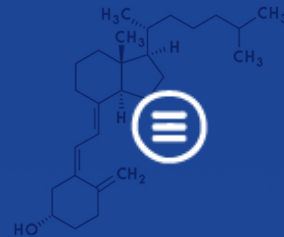
1. Em uma panela aqueça o azeite e refogue a cebola e o alho.
2. Acrescente o frango, o queijo, o tomate e o sal e cozinhe por cerca de 5 minutos.
3. Em um recipiente adicione o **PEPTAMEN® Junior** e a água, mexa bem e misture ao frango. Reserve.

## INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Quantidade por 200g		
	Quantidade por porção	% VD(*)
Valor Energético (kcal)	741	37
Carboidratos (g)	58	15
Proteínas (g)	35	47
Gorduras Totais (g)	41	74
Gorduras Saturadas (g)	14	61
Gorduras Trans (g)	0	**
Fibra Alimentar (g)	2	8
Sódio (mg)	989	41

\*% Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 Kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

# NUTRIÇÃO QUE COMPLETA COM CONFIANÇA



NÃO CONTÉM GLÚTEN

**Peptamen® Júnior** é uma fórmula pediátrica para nutrição enteral e oral, e tem sua indicação de uso sob orientação do profissional de saúde para crianças de 1 a 10 anos de idade, com necessidades nutricionais especiais.

- ▶ Sem lactose
- ▶ Sabor baunilha
- ▶ 100% proteína do soro do leite hidrolisada
- ▶ 64% de TCM\*



Nutrição  
até **Você**

Nestlé, sempre  
o melhor cuidado

Onde comprar:

[www.nutricaoatevoce.com.br](http://www.nutricaoatevoce.com.br)

\* triglicerídeos de cadeia média do total de lipídeos

MATERIAL TÉCNICO-CIENTÍFICO DESTINADO EXCLUSIVAMENTE AOS PROFISSIONAIS DE SAÚDE. PROIBIDA A DISTRIBUIÇÃO A OUTROS PÚBLICOS E A REPRODUÇÃO TOTAL OU PARCIAL.

O leite materno deve ser sempre a primeira opção para a alimentação do lactente. Quando não for possível a manutenção do aleitamento materno, as fórmulas infantis são os substitutos mais adequados para o primeiro ano de vida, conforme orientação do médico ou nutricionista.

Referência: SBP. Manual de Alimentação da infância à adolescência. Departamento de Nutrologia, 4 ed. Rio de Janeiro, RJ: SBP;2018.

NOTA IMPORTANTE: A nutrição ideal para mães e bebês durante os primeiros 1.000 dias de vida é fundamental para a saúde ao longo da vida. Acreditamos que o aleitamento materno é a melhor opção para o lactente proporcionando benefícios nutricionais, de proteção contra doenças e afetivos, demonstrando sua superioridade quando comparado aos seus substitutos. É fundamental que a gestante e a nutriz tenham uma alimentação equilibrada e saudável durante a gestação e amamentação, para apoiar uma gravidez saudável e preparar e manter a lactação. A amamentação é recomendada de forma exclusiva até o 6º mês de vida e sua manutenção é indicada até os 2 anos de idade ou mais. O uso desnecessário de mamadeiras, bicos e chupetas, bem como a introdução desnecessária ou inadequada de alimentos artificiais e de demais alimentos e bebidas, devem ser desencorajados, pois podem prejudicar o aleitamento materno e a saúde do lactente, além de dificultar o retorno à amamentação. Caso a mãe opte por não amamentar e decida utilizar outros alimentos ou substitutos do leite materno, ela deve receber orientações sobre as instruções de preparo dos produtos. Fórmulas infantis para necessidades dietoterápicas específicas devem ser utilizadas sob supervisão médica, após a consideração de todas as opções de alimentação, incluindo a amamentação. Seu uso continuado deve ser avaliado caso-a-caso considerando o progresso do bebê. É importante garantir a adequada higienização e esterilização de mamadeiras e utensílios, e o uso de água previamente fervida para evitar prejuízos à saúde do bebê. A mãe deve estar ciente das implicações econômicas e sociais do não aleitamento ao seio. O leite materno não é somente o melhor, mas também o mais econômico alimento para o bebê, e o uso de seus substitutos aumenta significativamente os custos no orçamento familiar. É importante que a família tenha uma alimentação equilibrada e que, no momento da introdução de alimentos complementares, respeitem-se os hábitos educativos e culturais para a realização de escolhas alimentares saudáveis. Como bebês crescem em ritmos diferentes, os profissionais de saúde devem orientar pais e responsáveis sobre o momento apropriado para iniciar a alimentação complementar.

Em conformidade com a Lei 11.265/06 e regulamentações subsequentes; e com o Código Internacional de Comercialização dos Substitutos do Leite Materno da OMS (Resolução WHA 34:22, maio de 1981).



Fotografias: Sheila Oliveira

Para mais informações, acesse: [www.nestlehealthscience.com.br](http://www.nestlehealthscience.com.br)  
Serviço de atendimento ao profissional de saúde: 0800-7702461



A nutrição  
nos conecta.

