



Programa de Suplementação Nutricional para Crianças em Angola

A desnutrição é um desafio significativo em Angola, impactando o desenvolvimento e bem-estar das crianças. Este programa aborda deficiências nutricionais comuns em crianças de 5 a 12 anos, visando melhorar a saúde e o desenvolvimento.

S by Sergio Martins

Programa de Suplementação de Micronutrientes Essenciais

Ferro e Ácido Fólico

Combate a anemia, essencial para a formação de células sanguíneas. Dose semanal: 30 mg de ferro elementar + 400 mcg de ácido fólico.

Vitamina A

Promove a visão e a saúde imunológica. Dose: 200.000 UI duas vezes por ano.

Zinco

Fortalece o sistema imunológico, reduzindo o risco de infecções como diarreia. Dose: 10 mg por dia.



Vitamin B Complex

Programa de Suplementação de Complexo de Vitaminas B

1 Desenvolvimento Neurológico

As vitaminas B são essenciais para o crescimento e desenvolvimento do cérebro, impactando a aprendizagem e a memória.

2 Energia e Metabolismo

O complexo de vitaminas B é crucial para o metabolismo de energia, garantindo que o corpo converta os alimentos em energia.

3 Saúde Geral

Contribui para a saúde geral das crianças, ajudando a fortalecer o sistema imunológico e a prevenir doenças.



Programa de Suplementação de Multivitaminas e Minerais

Prevenção de Deficiências Múltiplas

Um multivitamínico abrangente cobre várias deficiências nutricionais comuns.

Saúde Geral e Bem-Estar

Promove o crescimento e desenvolvimento saudável, além de fortalecer o sistema imunológico.

Nutrientes Essenciais

Contém vitaminas A, C, D, E, K, complexo B, ácido fólico, zinco, ferro e cálcio.

Dose Diária Recomendada

Uma dose diária de 1 comprimido ou goma mastigável fornece 50-100% da IDR para cada nutriente.

Programa de Suplementação de Vitamina D e Cálcio

Prevenção de Problemas Ósseos

1

A vitamina D e o cálcio são essenciais para o crescimento e desenvolvimento dos ossos. A deficiência pode levar a problemas como raquitismo e osteoporose.

Absorção de Cálcio

2

A vitamina D facilita a absorção do cálcio pelo corpo, garantindo que os ossos recebam os nutrientes necessários para crescerem fortes.

Desenvolvimento Ósseo e Dental

3

A vitamina D e o cálcio contribuem para a formação de ossos e dentes saudáveis, prevenindo problemas de saúde dentária e fragilidade óssea.

Programa de Suplementação de Ômega-3

250-500 mg

Desenvolvimento Cognitivo

Os ácidos gordos ômega-3, DHA e EPA, são essenciais para o desenvolvimento do cérebro e funções cognitivas.





Implementação do Programa

1 — Avaliação da Dieta Local

Analisar a disponibilidade alimentar e identificar lacunas nutricionais.

2 — Ajustar Dosagens

Adaptar as doses de suplementos com base na análise da dieta local.

3 — Campanhas Educativas

Implementar campanhas de educação nutricional para pais e cuidadores.

4 — Promover Alimentos Locais

Incentivar o consumo de alimentos locais ricos em nutrientes essenciais.

Monitorização, Avaliação e Parcerias



Monitorização da Eficácia

Avaliar o impacto do programa e ajustar as doses e a cobertura conforme necessário.



Parcerias Estratégicas

Colaborar com organizações como UNICEF, OMS e ONGs locais para distribuição e financiamento.



Adaptação e Otimização

Adaptar o programa com base nas realidades locais e nos resultados de testes de campo e avaliações nutricionais.

