

ASPECTOS NUTRICIONAIS EM CRIANÇAS DE 6 Á 13 ANOS DE IDADE

ANDRESSA VALADARES TABELIÃO¹; JOÃO VIANEI FERNANDES²; GABRIELE KRÜGER²; THAIS BURLANI NEVES²; RAFAEL BARBOSA²; FELIPE FOSSATI REICHERT³

¹Universidade Federal de Pelotas – dessavaladares@hotmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – joaovianeifm@gmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – gabrieleeekruger@hotmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – thaisburlani@hotmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – rbarbosavolei11@gmail.com

³Universidade Federal de Pelotas – ffreichert@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

As práticas alimentares inadequadas devem ser investigadas precocemente para que possamos estimular o interesse nas crianças e seus familiares em implantar programas reeducação alimentar (CARVALHO *et al*, 2001). O Brasil está passando por uma situação conhecida como transição nutricional, que é caracterizada pela inversão distribuição dos problemas nutricionais da população, sendo assim, uma passagem de desnutrição para a obesidade. Nos países em desenvolvimento, devido a industrialização a população está consumindo mais gorduras, doces e bebidas em excesso, diminuindo o consumo de outros alimentos mais saudáveis, como verduras, frutas e legumes. (NASSER, 2006).

Atualmente há inúmeros estudos que trazem evidências concretas que os hábitos alimentares adquiridos na infância influenciam os mesmos na adolescência e consequentemente melhorando a saúde desses indivíduos. A partir dessas constatações fica evidente a importância do conhecimento dos padrões alimentares para avaliar a necessidade de intervenções precoces durante a infância, no intuito de promover uma melhor qualidade de vida durante a adolescência e fase adulta. (SOUZA *et al*, 2013).

Novos avanços requererão respostas mais resolutivas ao complexo processo de transição nutricional, atacando os determinantes dos agravos associados às carências e excessos alimentares. Para isso novas demandas da população brasileira. (FONSECA, 2014). Com isso o objetivo do presente estudo é descrever os aspectos nutricionais de crianças dos seis aos treze anos de idade na cidade de Pelotas/RS.

2. METODOLOGIA

Foi desenvolvido um estudo transversal em 2012, em crianças de 6 a 13 anos de idade, residentes em moradias sorteadas por amostragem em múltiplos estágios da zona urbana da cidade de Pelotas/RS.

A amostragem foi em múltiplos estágios. Primeiramente, selecionaram-se os setores censitários, de forma estratificada pela renda média do chefe da família. A seguir, selecionaram-se as casas em cada setor (por amostragem sistemática) e finalmente, nas casas selecionadas, todas as crianças em idade elegível foram convidadas para participar do estudo.

Para avaliar o consumo alimentar dessas crianças, foi aplicado o questionário SISVAN (Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional). Este instrumento tem

objetivo principal retratar a frequência da ingestão habitual de alimentos e bebidas e é utilizado também para classificar e estabelecer um diagnóstico nutricional.

A coleta de dados foi estrategicamente organizada em duas etapas: A primeira etapa foi organizada com o objetivo de realizar o contato por telefone como o maior número de responsáveis pelas crianças da amostra para informar a pesquisa e agendar a primeira visita. Já a segunda parte, foi organizada por conta dos participantes que não foram encontrados através do contato do telefone.

3. RESULTADOS E DISCUSSÕES

Participou do estudo um total de 159 crianças, sendo 84 do sexo masculino (52,8%) e 75 do sexo feminino (47,2%). A idade variou dos 6 aos 13 anos. A média do IMC das crianças estudadas foi de 18,9 (DP= 4).

Tabela1. Descrição do consumo de alimentos diário dividido por idades.

Variável	Média	DP*	p
Saladas			
6 a 9 anos	1,9	2,5	0,2
10 a 13 anos	1,4	2,0	
Total	1,6	2,3	
Legumes			
6 a 9 anos	1,5	2,1	0,1
10 a 13 anos	1,1	1,5	
Total	1,3	1,8	
Frutas			
6 a 9 anos	3,7	2,5	0,003
10 a 13 anos	2,5	2,2	
Total	3,0	2,4	
Feijão			
6 a 9 anos	5,2	2,5	0,08
10 a 13 anos	4,5	2,6	
Total	4,8	2,6	
Leite			
6 a 9 anos	4,5	2,7	0.054
10 a 13 anos	3,6	3,0	
Total	4,0	2,9	
Fritas			
6 a 9 anos	1,4	1,7	0,65
10 a 13 anos	1,3	1,8	
Total	1,3	1,8	
Hambúrguer			
6 a 9 anos	1,9	2,3	0,3
10 a 13 anos	1,6	2,0	
Total	1,7	2,1	
Biscoito Salgado			
6 a 9 anos	2,7	2,6	0,47
10 a 13 anos	2,4	2,6	
Total	2,5	2,6	
Biscoito Doce			
6 a 9 anos	3	2,7	0,47
10 a 13 anos	2,7	2,6	
Total	2,8	2,7	
Refrigerante			
6 a 9 anos	3,3	2,5	0,65
10 a 13 anos	3,1	2,3	
Total	3,2	2,4	

DP- Desvio Padrão

Não houve diferença significativa ($p < 0,05$) entre os hábitos alimentares das crianças de 6 a 9 anos com alimentação um pouco mais saudável que as de 10 a 13 anos. A modificação do padrão alimentar e o hábito de omitir refeições, especialmente o jejum, juntamente com o consumo de refeições rápidas, fazem parte do estilo de vida dos adolescentes, sendo considerados comportamentos importantes que podem contribuir para o desenvolvimento da obesidade (SUPPL, 1991). Crianças de 6 a 9 anos, consomem diariamente uma quantidade significativa de legumes, frutas, feijão e leite do que as crianças de idade entre 10 a 13 anos.

A alimentação desde os primeiros anos de vida é de fundamental importância para um hábito alimentar mais adequado, os pré-escolares merecem uma atenção especial, já que uma alimentação não adequada pode colocar em risco o crescimento e o desenvolvimento das crianças (SUPPL 2000).

4. CONCLUSÕES

De acordo com esses resultados, foi entendido que as crianças de 6 a 9 anos têm uma alimentação um pouco mais regrada, pois consomem mais os alimentos saudáveis citados na tabela, que as crianças de 10 a 13 anos. O IMC das crianças estudadas, comprova que as crianças que não consomem esses alimentos têm muito mais chance de apresentar obesidade e de ter problemas infectológicos do que as crianças que consomem diariamente esses alimentos.

Seria muito importante se mais estudos como esse, fossem feitos para conscientizar a população sobre a importância de obter hábitos alimentares mais saudáveis.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CARVALHO, C.M.R.G.; *et al.* Consumo alimentar de adolescentes matriculados em um colégio particular de Teresina, Piauí, Brasil. **Rev. Nutr.**, Campinas, vol.14, n.2, pp85-93, 2001.

FONSECA, V.M. Aspectos da situação nutricional brasileira. [Editorial]. **Ciênc. Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 19, n. 5, p. 1328-1329, 2014.

NASSER, L. A. importância da nutrição, da infância à adolescência. In: FAGIOLI, D.; NASSER, L. A. **Educação nutricional na infância e na adolescência**. São Paulo: ECN, 2006. p. 31-40.

Souza, R.L.V.; *et al.* Padrões alimentares e fatores associados entre crianças de um a seis anos de um município do Sul do Brasil. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, 29 (12):2416-2426, 2013.

TOJO, R. *et al.* **Nutrición en el adolescente**. Factores de riesgo biopsicosociales. An. Españoles Pediatr., 35(Supl.46): 74-83, 1991.

Monteiro CA, Conde WL. Tendência secular da desnutrição e da obesidade na infância na cidade de São Paulo (1974-1996). **Rev Saúde Pública** 2000; 34(6 Supl):52-61.