

CONSUMO ALIMENTAR E ESTADO NUTRICIONAL DE CRIANÇAS RESIDENTES EM UM ABRIGO INSTITUCIONAL, PELOTAS/RS

EDIANA V. N. KARNOPP¹; JANAÍNA SANTOS MOTTA²

¹Universidade Federal de Pelotas – edikarnopp@gmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – jsantos.epi@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

Ocorreram mudanças no cenário da evolução nutricional da população brasileira, definindo um processo chamado de transição nutricional, isto é, ao mesmo tempo em que declina a ocorrência da desnutrição em crianças e adultos em ritmo bem acelerado, aumenta a prevalência de sobrepeso e obesidade (Ministério da Saúde, 2006), a qual se tornou um grave problema de saúde pública mundial (OLIVEIRA; FISBERG, 2003).

O excesso de peso na infância é um fator de risco para a obesidade na vida adulta, como também, é um importante percussor de doenças, como hipertensão arterial sistêmica, doenças cardiovasculares, diabetes, dislipidemias e distúrbios alimentares (ALVES, 2003; MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2006).

Alguns comportamentos contribuem para o desenvolvimento da obesidade, como o hábito de omitir refeições, principalmente o desjejum, associado a várias mudanças de hábitos alimentares, como o uso de alimentos industrializados, os quais contem alto valor energético e são ricos em gordura saturada, sódio e colesterol (BRASIL, 2006; ESCRAVIÃO, et.al., 2000). Deste modo, a obesidade é resultante principalmente, da ingestão de uma dieta rica em gorduras e açúcares, sendo caracterizada como o acúmulo anormal ou excessivo de gordura corporal. (MONTEIRO; CONDE, 2000).

Mediante aos fatos, o presente estudo tem como objetivo identificar o consumo alimentar de meninas residentes em um abrigo institucional, na cidade de Pelotas/RS, antes e depois da intervenção de educação nutricional.

2. METODOLOGIA

Trata-se de um trabalho de caráter investigativo, com a proposta de uma intervenção de educação nutricional com as crianças residentes em um abrigo público na cidade de Pelotas/RS, que atende meninas de 7 a 12 anos de idade. A escolha dessa instituição foi por conveniência, pois foi realizado um trabalho de avaliação nutricional no mês de março de 2012, pela Secretaria Municipal de Cidadania e Assistência Social de Pelotas, identificando elevado percentual de sobrepeso. Ao total, existem no município sete abrigos infantis e cinco de adultos.

Para a realização do trabalho foi obtido o Consentimento por escrito da Secretaria Municipal de Cidadania e Assistência Social de Pelotas, a qual é responsável pela manutenção da instituição.

Para caracterizar o consumo alimentar das meninas, optou-se pelo uso do questionário sugerido pelo Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN) que identifica os chamados “marcadores do consumo alimentar”, esse instrumento não mede a dieta em termos de calorias, macro e micronutrientes, apenas identifica algumas características tanto positivas como negativas da alimentação (BRASIL, 2010). O questionário foi aplicado em dois momentos,

antes e depois das atividades de educação nutricional, com o objetivo de avaliar possíveis mudanças.

Quadro 1: Descrição das intervenções de educação nutricional, realizada em um abrigo na cidade de Pelotas/RS. 2012.

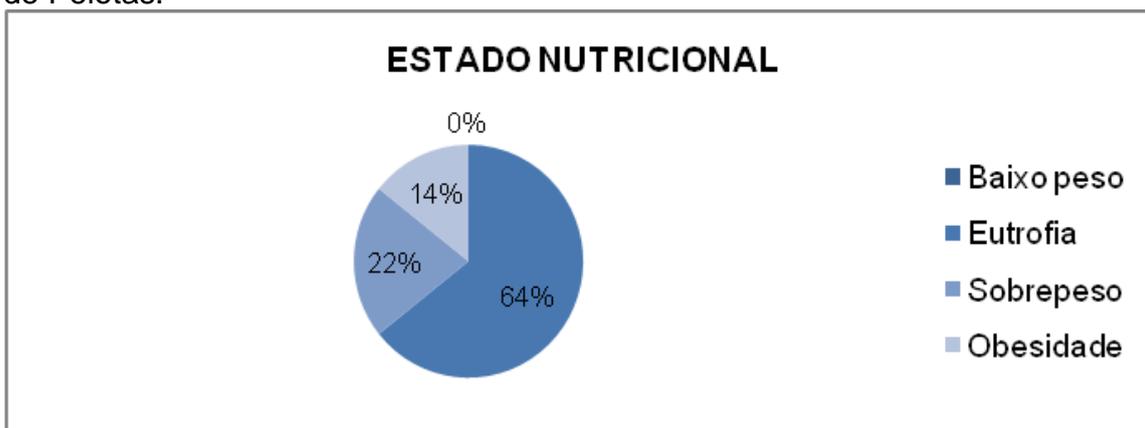
| | TEMA | ASSUNTO |
|----------------|--|---|
| 1º Intervenção | Doenças e Alimentação saudável | Obesidade, Hipertensão Arterial Sistêmica, Diabetes Mellitus |
| 2º Intervenção | Introduzir e explicar os conceitos da Pirâmide dos Alimentos | A importância de realizar todas as refeições. Incentivar o consumo dos alimentos naturais e saudáveis, como frutas e hortaliças. |
| 3º Intervenção | Lanche saudável | Proporcionar à criança a oportunidade de confeccionar seu próprio lanche. |

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Das 22 crianças residentes no abrigo, foram obtidas informações do consumo alimentar de 17 meninas, sendo que a maioria (41%) tem 10 anos de idade.

Em relação ao estado nutricional, observou-se que cinco meninas estão com excesso de peso, destas, duas são obesas (Figura 1). De acordo com os dados da última Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF), 33,5% das crianças com idade entre cinco a nove anos tem excesso de peso e destas, 14,3% encontram-se obesas (POF 2008-9). É importante mencionar que as crianças obesas podem apresentar menor sociabilidade, menor rendimento escolar, baixa auto-estima, além de distúrbios de humor e sono (BURROWS, 2000).

Figura 1: Estado Nutricional das meninas residentes em um abrigo na cidade de Pelotas.



Na primeira avaliação do consumo alimentar chama atenção o baixo consumo de frituras e de hambúrguer e embutidos, que não é consumido, respectivamente, por mais de 80% e 70% das meninas entrevistadas. Ainda, observou-se que nenhuma das crianças ingere refrigerante diariamente. Por outro lado, notou-se elevado consumo diário de Biscoitos doces ou recheados, balas e chocolates (em barra ou bombom). Como também, apresentaram um consumo diário de feijão e razoável ingestão de salada crua (alface, tomate, repolho,

cenoura, etc) e de legumes e verduras cozidos (couve, abóbora, chuchu, couve-flor, etc).

Após as atividades de educação nutricional, foram observados resultados positivo quanto ao consumo diário de frutas e de leite ou iogurte, os quais tiveram, respectivamente, um aumento de 10 e 15 pontos percentuais. Também se notou uma redução no consumo diário de bolachas salgadas ou salgadinhos de pacote para uma frequência de três dias na semana e a assiduidade diária de bolachas doces, balas, chocolates ou doces em geral, reduziram para uma ingestão de dois dias na semana. No entanto, o consumo de frituras em geral, de hambúrguer e embutidos, salada crua e de legumes e verduras cozidos, se mantiveram.

O presente estudo teve algumas limitações, entre elas a incerteza quanto as respostas sobre o consumo alimentar, a troca de funcionários, o que provocou alterações na rotina da casa e por serem crianças residentes em abrigo, não é possível afirmar que as mudanças que ocorreram foram, em virtude de não quererem consumir ou porque não tiveram acesso a esses alimentos.

Por outro lado, os resultados do estudo foram positivos, visto que houve interação das crianças com a estagiária, participação e interesse durante as atividades de educação nutricional.

É importante mencionar, que a atividade de educação nutricional em crianças, para a promoção a saúde e a alimentação saudável são imprescindíveis (MARIN, 2009). Já elas precisam ser constantemente estimuladas ao consumo, pois na maioria das vezes, há a oferta de alimentos, porem não a ingestão (Sociedade Brasileira de Pediatria, 2008).

4. CONCLUSÕES

Apesar do curto período de tempo se observou interesse das meninas durante as conversas, como também uma interação com as atividades desenvolvidas. Além disso, algumas mudanças positivas no consumo alimentar. Mediante a isso, reforça-se a idéia de haver um trabalho constante dentro dos abrigos, orientando não apenas as crianças, mas também as cozinheiras, os educadores e a coordenadora, sobre a necessidade de ter uma alimentação saudável e equilibrada, principalmente na fase escolar.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALVES, CRL; VIANA, MRA. Saúde da família: cuidando de crianças e adolescentes. Belo Horizonte: COOPMED; 2003.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Guia alimentar para a população brasileira: promovendo a alimentação saudável / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Coordenação-Geral da Política de Alimentação e Nutrição. Brasília: Ministério da Saúde, 2006.

BRASIL. Ministério da Saúde. ENPACS: Estratégia Nacional Para Alimentação Complementar Saudável: Caderno Do Tutor / Ministério da Saúde, Rede Internacional em Defesa do Direito de Alimentar – IBFAN Brasil. – Brasília : Ministério da Saúde, 2010.

BURROWS, R. Obesidad infantil y juvenil: consecuencias sobre la salud y la calidad de vida futura. REV. Chil Nutr 2000;

ESCRAVIÃO, MAMS; OLIVEIRA, FLC; TADDEI, JAAC; LOPEZ, FA. Obesidade exógena na infância e na adolescência. *J Pediatr* 2000; 76:305-10.

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE. Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF) 2008-2009: Antropometria e Estado Nutricional de Crianças, Adolescentes e Adultos no Brasil. Rio de Janeiro. 2011.

MARIN, Tatiana; BERTON, Priscila; SANTOS, Larissa Kelen Rossi do Espírito. Educação Nutricional e Alimentar por uma correta formação dos hábitos alimentares. *Revista F@pciência*, Apucarana-PR, ISSN 1984-2333, v.3, n. 7, p. 72 – 78, 2009.

Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Obesidade. Série A. Normas e Manuais Técnicos. Cadernos de Atenção Básica, n. 12. Brasília: Ministério da Saúde, 2006.

MONTEIRO C. A.; CONDE W. L. Tendência secular da desnutrição e da obesidade na infância na cidade de São Paulo. *Rev. Saúde Pública*. V. 34, n. p. 52-61, São Paulo, 2000.

OLIVEIRA, C. L.; FISBERG, M. Obesidade na infância e adolescência: uma verdadeira epidemia. *Arq. Bras. Endocrinol. Metab.* v. 47, n.2, São Paulo, Abr. 2003.

Silva ACQ. Adolescente: necessidades dietéticas e perigos para cardiopatias. *Nutrição em Pauta*. 2000;43:52-6.

SLATER, Betzabeth; PHILIPPI, Sonia Tucunduva; MARCHIONI, Dirce M. L.; FISBERG, Regina Mara. Validação de Questionários de Freqüência Alimentar - QFA: considerações metodológicas. *Rev. Bras. Epidemiol.* Vol. 6, Nº 3, 2003.

Sociedade Brasileira de Pediatria. Manual de orientação para a alimentação do lactente, do pré-escolar, do escolar, do adolescente e na escola / Sociedade Brasileira de Pediatria. Departamento de Nutrologia. – 2. ed. - São Paulo: SBP, 2008.