

**CONSUMO ALIMENTAR E PREVALÊNCIA DE SOBREPESO/OBESIDADE
 EM PRÉ-ESCOLARES DE UMA ESCOLA INFANTIL PÚBLICA**

Camila Dias Bertuol¹ Antonio Coppi Navarro²

RESUMO

Objetivo: Verificar o estado nutricional e o consumo alimentar de alguns produtos industrializados, precursores da obesidade nos pré-escolares de uma escola infantil pública no município de Salvador do Sul-RS. **Materiais e métodos:** Foi realizada, primeiramente, uma entrevista com os pais sobre a frequência de consumo das crianças de alguns alimentos industrializados e após foram coletados peso e estatura dos pré-escolares de 2 a 5 anos (n=66). **Resultados:** Verificou-se maior consumo de achocolatado (24,6% consomem 1 vez ao dia) e açúcar (20% consomem 1 vez ao dia). Quanto à avaliação nutricional, apenas 16,9% apresentou peso elevado para idade; 13,8% das crianças foram diagnosticadas com obesidade e 24,6% com sobrepeso, segundo o IMC/Idade. E 15,3% apresentaram peso elevado para a estatura. **Discussão:** Apesar da maioria das crianças avaliadas serem classificadas como eutróficas, há uma grande preocupação com os hábitos alimentares, especialmente quanto às escolhas dos alimentos consumidos. Nota-se um grande consumo de açúcar e achocolatado diariamente, e chocolates semanalmente, evidenciando o consumo de doces e guloseimas cada vez mais cedo pelas crianças. **Conclusão:** Os pré-escolares, em sua maioria, encontram-se adequados perante os dados antropométricos, mas quanto à alimentação possuem consumo elevado de açúcar e achocolatado e menor frequência de consumo de salgadinho, bolo e chocolate. É preciso conscientizar mais pais e crianças para que suas escolhas alimentares possam refletir mais saúde e desenvolvimento da criança.

Palavras-chave: Obesidade. Pré-escolares. Alimentação. Nutrição.

1-Programa de Pós-Graduação Lato Sensu em Obesidade e Emagrecimento, Brasil.
 2-Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício, Brasil.

ABSTRACT

Food consumption and prevalence of overweight/ obesity in children of a public school

Aim: To assess the nutritional status and dietary intake of some industrial products, precursors of obesity among children in a public school child in the city of Salvador do Sul-RS. **Methods:** We performed an interview with the parents about the frequency of consumption of some foods by the children. After that it was collected the weight and height of the children 2-5 years (n = 66). **Results:** A higher chocolate consumption (24.6% consume 1 per day) and sugar (20% consume 1 time a day). As for nutritional assessment, only 16.9% had high weight-for-age, 13.8% of children were diagnosed with obesity and overweight cm 24.6%, according to BMI / Age. And 15.3% had high weight for height. **Discussion:** Although most of the children are classified as eutrophic, there is great concern about eating habits, especially regarding the choices of food consumed. Note that a high consumption of sugar and chocolate daily, weekly and chocolates, showing the consumption of sweets and treats at an earlier age for children. **Conclusion:** preschool, mostly are appropriate before anthropometric data, but as food have high consumption of sugar and chocolate and less frequent consumption of chips, and chocolate cake. It needed to educate more parents and children to their food choices and this may reflect in more health to the children.

Key words: Obesity. Preschoolers. Food. Nutrition

E-mail: nutricionistacdb@gmail.com
 Rua das Rosas 108 - Centro.
 São Pedro da Serra - Rio Grande do Sul.
 CEP: 95758-000.

INTRODUÇÃO

A obesidade vem se tornando uma epidemia mundial, alavancada pela evolução da tecnologia que trouxe consigo a praticidade e ao mesmo tempo efeitos desagradáveis à saúde.

Na infância, o manejo pode ser ainda mais difícil do que na fase adulta, pois está relacionado a mudanças de hábitos e disponibilidade dos pais, além de uma falta de entendimento da criança quanto aos danos da obesidade (Mello e Colaboradores, 2004).

Porém, cabe aos pais, primeiramente, a função de educadores, incentivando aos bons hábitos alimentares através do exemplo.

Para Pontes e Colaboradores (2009), a formação dos hábitos alimentares se processa gradualmente, principalmente durante a primeira infância, de forma que quaisquer inadequações devem ser retificadas no tempo apropriado sob orientação correta.

Fica claro que a alteração dos padrões alimentares, como a diminuição na ingestão de frutas e verduras e o aumento no consumo de guloseimas (bolachas recheadas, salgadinhos, doces) e de refrigerantes tem contribuído para o aumento da adiposidade nessa faixa etária (Bernardi e Colaboradores, 2010). Por isso a importância da educação nutricional da criança, como prevenção da obesidade.

Um estudo realizado por Moreira e Colaboradores (2012), mostrou uma elevada prevalência de excesso de peso em menores de 5 anos associada à obesidade central na mãe e ao aleitamento materno não exclusivo por um período inferior a 6 meses.

Outro cuidado importante destaca-se no controle do peso e crescimento da criança, que demonstra visualmente o estado nutricional em que a mesma se encontra. Dessa forma, a avaliação nutricional detecta riscos de obesidade, sobrepeso e desnutrição nessa população, podendo ser um fator protetor de consequências da obesidade na fase adulta.

Aquino e Philippi (2002), avaliando o consumo de produtos industrializados por pré-escolares, encontraram consumo de

açúcar maior entre as crianças de menor renda, enquanto achocolatados, chocolates, iogurte, leite em pó modificado e refrigerante foram mais consumidos por crianças de maior renda familiar *per capita*.

Com isso, este estudo tem por objetivo verificar o consumo alimentar das crianças quanto a alimentos industrializados, precursores da obesidade e da mesma forma avaliar o estado nutricional das mesmas, através da coleta de peso e altura.

MATERIAIS E MÉTODOS

Os métodos usados para esta pesquisa dividem-se em duas etapas. A primeira através de uma entrevista, conforme, Figura 1 com os pais das crianças que se encontram entre 2 e 5 anos de idade.

Na segunda parte da coleta de dados, serão coletados peso e altura das crianças, através de balança digital de bioimpedância e estadiômetro de parede. Após a coleta será classificado peso/idade, comprimento/idade e peso/comprimento e IMC/idade segundo OMS 2006.

Os dados serão apresentados aos pais com objetivo de conscientizar sobre a importância de bons hábitos alimentares e da relação da ingestão de alimentos industrializados no crescimento e desenvolvimento da criança.

A estatística utilizada no presente estudo é a descritiva, como a frequência absoluta e a frequência relativa.

RESULTADOS

Foram avaliadas 66 crianças pré-escolares de 2 a 5 anos de uma escola pública no município de Salvador do Sul (RS). Porém 1 criança foi excluída da amostra por não estar frequentando mais a escola para coleta de dados.

As crianças tinham em média 3 anos de idade. A média de peso foi de 18,4 Kg e da altura 1,03 m. Os valores de peso e altura variaram de 11,9 Kg a 34,3 Kg e de 0,86 m a 1,26 m, respectivamente.

Os resultados referentes ao questionário de consumo alimentar encontram-se nos gráficos 1, 2, 3, 4 e 5.

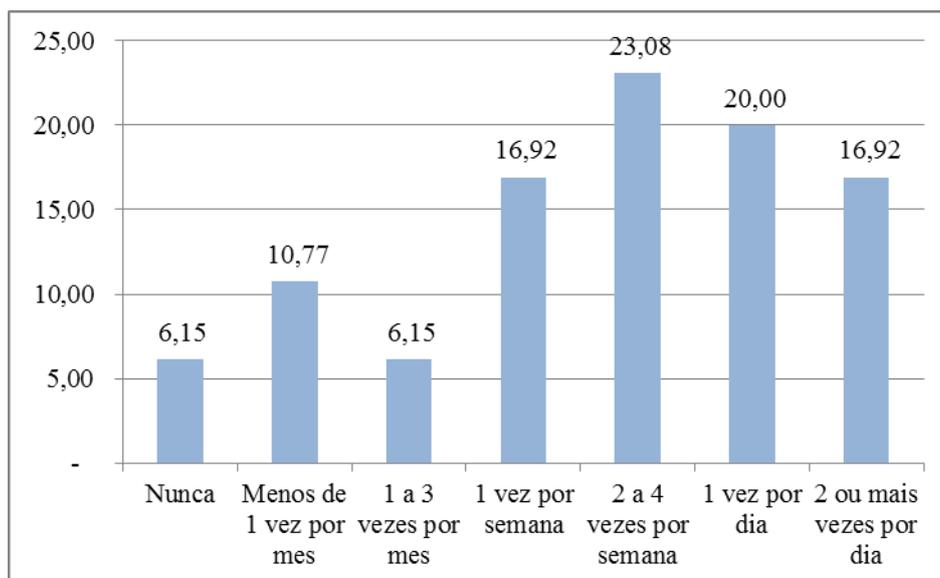


Gráfico 1 - Percentual de consumo de açúcar (1/2 colher de sobremesa) pelos pré-escolares, nos últimos 6 meses.

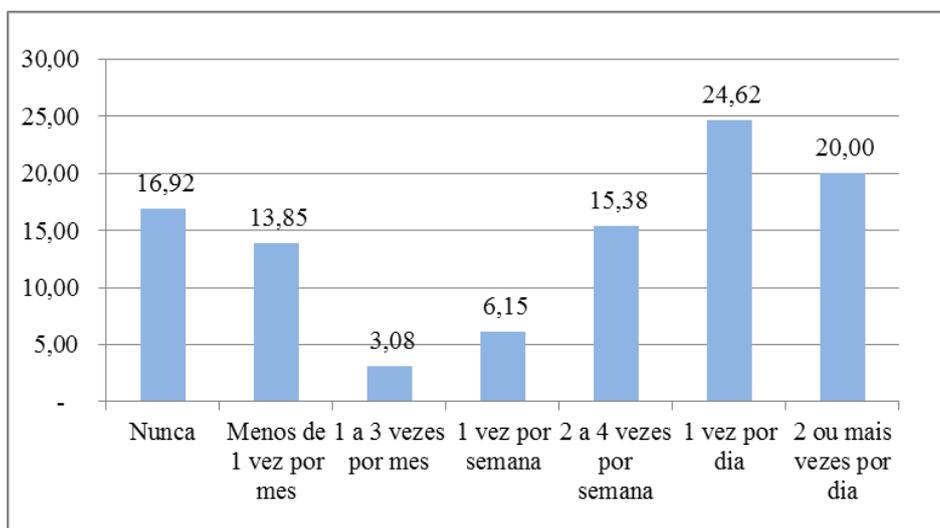


Gráfico 2 - Percentual de consumo de achocolatado (1/2 colher de sobremesa) pelos pré-escolares, nos últimos 6 meses.

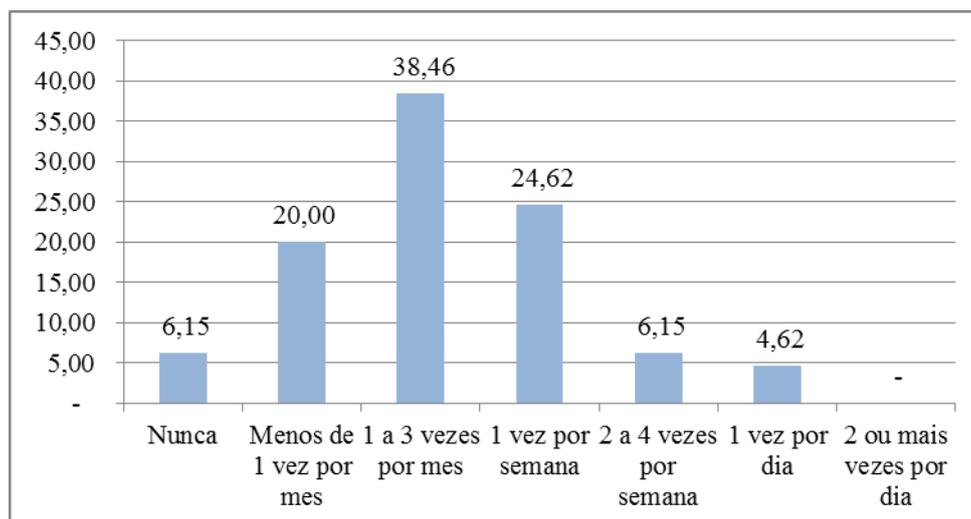


Gráfico 3 - Percentual de consumo de bolo comum/chocolate (1fatia) pelos pré-escolares, nos últimos 6 meses.

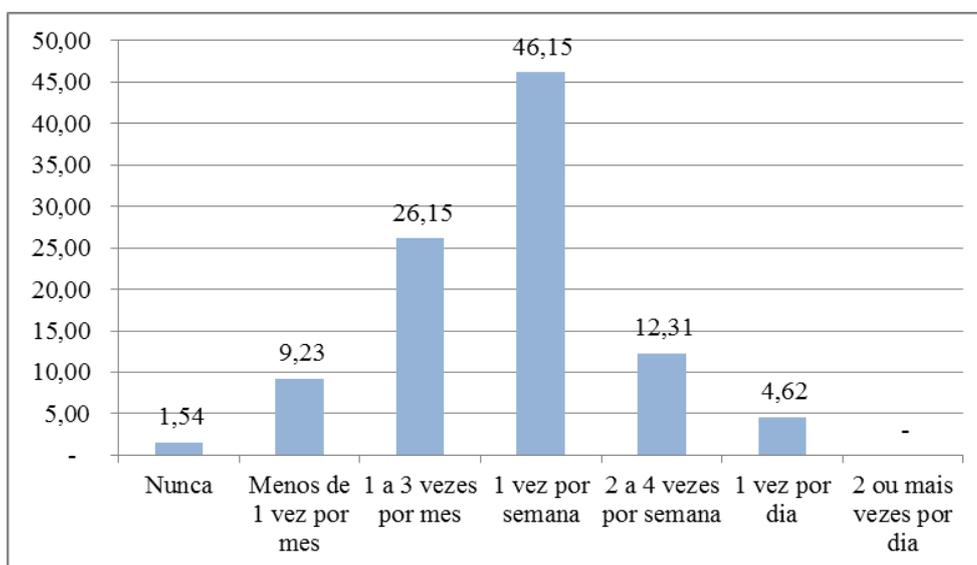


Gráfico 4 - Percentual de consumo de chocolate e bombom (1 unidade) pelos pré-escolares, nos últimos 6 meses.

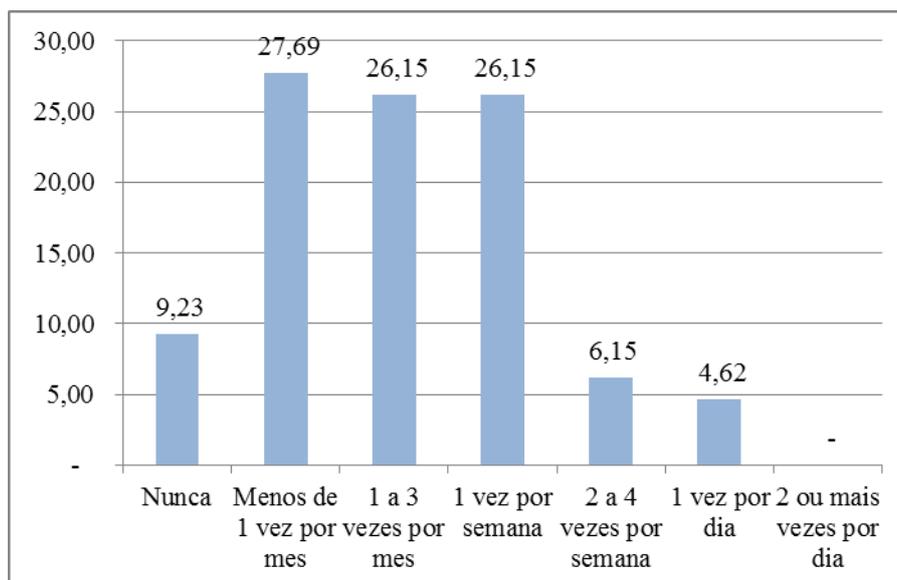


Gráfico 5 - Percentual de consumo de salgadinho e batata chips (1 pacote pequeno) pelos pré-escolares, nos últimos 6 meses.

Já na avaliação nutricional das crianças através de peso e altura, foram encontrados resultados conforme Gráfico 6, 7 e 8 abaixo.

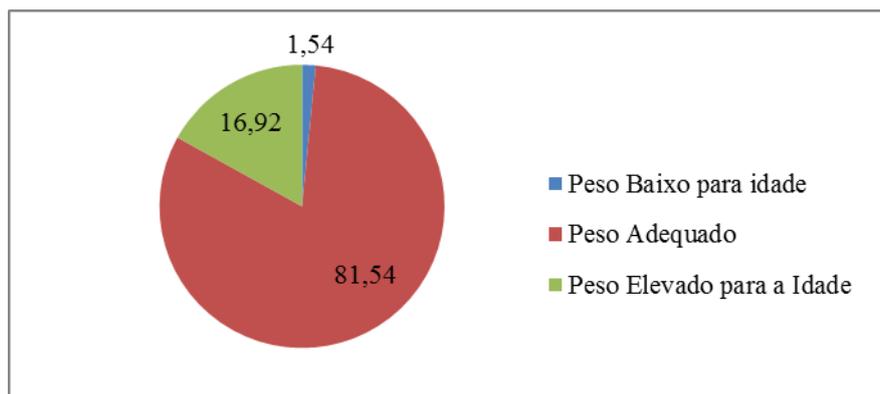


Gráfico 6 - Percentuais encontrados, segundo a avaliação de Peso/Idade da OMS, 2006.

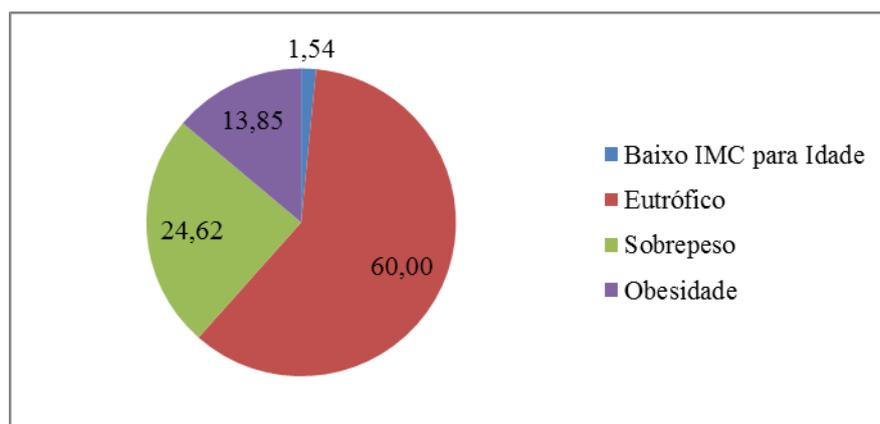


Gráfico 7 - Percentuais encontrados, segundo a avaliação de IMC/Idade da OMS, 2006.

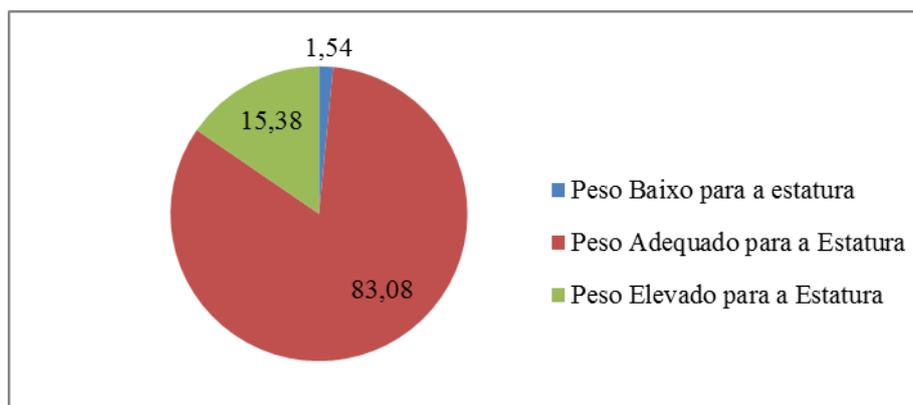


Gráfico 8 - Percentuais encontrados, segundo a avaliação de Peso/Estatura da OMS, 2006.

Quanto à avaliação de Estatura/Idade, não foram encontradas nenhuma criança com baixa estatura para a idade, todas se encontram com estatura adequada para a idade.

DISCUSSÃO

A obesidade infantil vem sendo um assunto preocupante na nossa sociedade, visto que os números vêm crescendo cada vez mais entre pré-escolares e escolares.

Estudos realizados no Brasil avaliam que fatores podem estar associados com o surgimento da obesidade e sobrepeso em pré-escolares.

Este estudo apresentou resultados semelhantes a outros realizados com pré-escolares no Brasil, em que a eutrofia predomina, mas há risco de maior desenvolvimento de sobrepeso e obesidade em curto prazo.

Fernandes e colaboradores 2006 em seu estudo com 347 crianças de 3 a 7 anos no município de Mogi-Guaçu-SP, verificaram que 18,7% apresentavam sobrepeso e 7,4% obesidade.

Ainda na região sudeste, avaliando o estado nutricional de crianças menores de 5 anos residentes de cinco municípios, Saldiva e Colaboradores (2004), encontraram 6,6% das crianças com obesidade e a prevalência aumentando de acordo com a maior renda per capita.

E na região metropolitana de São Paulo, Nascimento e Colaboradores (2011), realizando um estudo com pré-escolares de 2 a 6 anos de idade, constataram sobrepeso ou obesidade em 21,9% das que estudavam

em escola privada e em 24,6% das que estudavam escola filantrópica.

Já na região nordeste, mais precisamente no município de João Câmara-RN, um estudo realizado por Saldiva e Colaboradores (2010) com 189 crianças menores de 5 anos, o excesso de peso encontrado foi de 14%. Outro estudo realizado em Natal-RN, com 3721 crianças de 2 a 6 anos, Barreto e Colaboradores (2007), verificaram alta prevalência de excesso de peso (26,7%).

Na mesma região, em Recife – PE, Silva e Colaboradores (2005), avaliando o estado nutricional de acordo com a renda das famílias de 1616 crianças e adolescentes de 2 a 19 anos, encontraram 22,2% dos pré-escolares com sobrepeso e 13,8% com obesidade.

Ferreira e Luciano (2010), avaliando os extremos antropométricos de crianças menores de 5 anos em municípios do estado de Alagoas, encontraram 9,7% delas com sobrepeso.

Já na região sul do Brasil, Drachler e Colaboradores (2003), estudando os fatores e risco para sobrepeso em crianças de 12 a 59 meses da cidade de Porto Alegre-RS, encontraram 6,5% com excesso de peso.

Outro estudo, realizado nos estados do Rio Grande do Sul e Santa Catarina, Schuch e Colaboradores (2013) com crianças de 4 a 6 anos em escolas públicas, encontraram no Rio Grande do Sul 14,4% das crianças com excesso de peso e 7,5% em Santa Catarina.

Quanto à alimentação dos pré-escolares, os fatores mais determinantes para a manifestação da obesidade e

sobrepeso são peso ao nascer, idade materna, escolaridade materna, pré-natal, tipo de amamentação, entre outros, (Jesus, e colaboradores 2010). Por outro lado, a associação entre o tempo em frente à televisão e a ocorrência da obesidade aparece em 60% de 73 artigos pesquisados por Rossi e colaboradores, 2010.

Martino e colaboradores (2010), realizando uma análise antropométrica em dietética com crianças de 18 a 82 meses de Alfenas - MG encontraram ingestão inadequada de micronutrientes, baixo consumo de cálcio e ingestão de ferro abaixo da EAR. Na avaliação antropométrica, destacou-se a baixa estatura (20,5%).

Outro estudo realizado por Tavares e Colaboradores (2012), no município de Manaus-AM, com pré-escolares de 24 a 72 meses verificaram que o consumo de energia e de sódio foi elevado e o ingestão de cálcio insuficiente.

A fim de caracterizar o padrão alimentar de crianças menores de 5 anos em uma região do estado de Pernambuco, Júnior e Osório (2005), encontraram dentre os alimentos mais consumidos pelas crianças: leite, açúcar, gordura, arroz, feijão e carne, sendo que a maioria apresentou alto consumo de açúcar e gordura e reduzida ingestão de frutas e verduras.

Outro fator de extrema importância para o desenvolvimento da obesidade em pré-escolares é a falta de atividades físicas. Em dias atuais, com o crescimento dos meios de tecnologia, as crianças vêm sendo influenciadas a usar brinquedos e acessórios que inutilizam atividade de movimento.

Barros e Colaboradores (2012), investigando o nível de atividade física de pré-escolares de Olinda-PE constataram que 65,3% das crianças foram classificadas como expostas a baixo nível de atividade física.

Costa e Colaboradores (2012), estudando o consumo de frutas e verduras adequado em escolares, contataram que apenas 2,7% das crianças consumiam 5 ou mais porções ao dia e que 26,6% não consumiam se quer uma porção ao dia.

CONCLUSÃO

Diante dos diversos estudos pesquisados, é possível constatar que a obesidade e o sobrepeso estão iniciando cada vez mais precocemente.

Dentre os fatores mais relevantes para o surgimento, se deve a alimentação rica em gordura saturada, açúcar e sódio e a baixa ingestão de frutas e legumes.

A introdução de alimentos adequados a cada fase de vida da criança se deve aos pais. E estes têm muita influência sobre os hábitos alimentares que os filhos desenvolverão.

Por outro lado, as crianças passam praticamente o dia todo em escolas infantis, as quais devem zelar pela boa alimentação das crianças.

REFERENCIAS

- 1-Aquino, R.C.; Philippi, S.C. Consumo infantil de alimentos industrializados e renda per familiar na cidade de São Paulo. Revista de Saúde Pública. Vol. 6. Núm. 36. p. 655-60. 2002.
- 2-Barreto, A.C.N.G.; Brasil, L.M.P.; Maranhão, H. Sobrepeso: uma nova realidade no estado nutricional de pré-escolares de Natal-RN. Revista Associação Médica Brasileira. Vol. 4. Núm. 53. p. 311-6. 2007.
- 3-Barros, S.S.H.; Lopes, A.S.; Barros, M.V.G. Prevalência de baixo nível de atividade física em crianças de pré-escolares. Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano. Vol. 4. Núm. 14. p. 390-400. 2012.
- 4-Bernardi, J. R.; Cezaro, C. D.; Fisberg, R. M.; Fisberg, M.; Vitolo, M. R. Estimativa do consumo de energia e de macronutrientes no domicílio e na escola em pré-escolares. Jornal de Pediatria, Vol. 86, Núm. 1, p. 60. 2010.
- 5-Costa, L.C.F.; Vasconcelos, F.A.G.; Corso, A.C.T. Fatores associados ao consumo adequado de frutas e hortaliças em escolares de Santa Catarina, Brasil. Caderno de Saúde Pública. Vol. 6. Núm. 28. p. 1133-1142. 2012.

6-Drachler, M.L.; Macluf, S.P.Z.; Leite, J.C.C; Aerts, D.R.G.C.; Giugliani, E.R.J.; Horta, B.L. Fatores de risco para sobrepeso em criança no sul do país. Caderno de Saúde Pública. Vol. 4. Núm. 19. p. 1073-1081. 2003.

7-Fernandes, I. T.; Gallo, P. R.; Advíncula, A. O. Avaliação antropométrica de pré-escolares do município de Mogi-Guaçu, São Paulo: subsidio para politicas publicas de saúde. Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil. Vol. 6. Núm. 2. p. 217-222.

8-Ferreira, H. S.; Luciano, S.C.M. Prevalência de extremos antropométricos em crianças do estado de Alagoas. Revista de Saúde Pública. Vol. 2. Núm. 44. p. 377-80.

9-Jesus, G.M.; Vieira, G.O.; Vieira, T.O.; Martins, C. C.; Mendes, C.M.C.; Castelão, E. S. Fatores determinantes do sobrepeso em crianças menores de 4 anos de idade. Jornal de Pediatria. Vol. 86. Núm. 4. 2010.

10-Júnior, G.F.; Osório, M.M. Padrão alimentar de crianças menores de cinco anos. Revista Nutrição. Vol. 6. Núm. 18. p. 793-802. 2005.

11-Martino, H.S.P.; Ferreira, A.C.; Pereira, C.N.A.; Silva, R.R. Avaliação antropométrica e análise dietética de pré-escolares em centros educacionais municipais no sul de Minas Gerais. Ciência & Saúde Coletiva. Vol. 2. Núm. 15. p. 551-558. 2010.

12-Mello, E. D.; Luft V. C.; Meyer F. Obesidade infantil: como podemos ser eficazes? Jornal de Pediatria. Vol. 80. Núm. 3, p. 173. 2004.

13-Moreira, M.A.; Cabral, P.C.; Ferreira, H.S.; Lira, P.I.C. Excesso de peso e fatores associados em crianças da região nordeste do Brasil. Jornal de Pediatria, Vol. 4. Núm. 88. p. 347-352. 2012.

14-Nascimento, V.G.; Schoeps, D.O.; Souza, S.B.; Souza, J.M.P.; Leone, C. Risco de sobrepeso e excesso de peso em crianças pré-escolas privadas e filantrópicas. Revista da Associação Médica Brasileira. Vol. 6. Núm. 57. p. 657-661. 2011.

15-Pontes, T. E.; Costa, T. E.; Marum, A. B. R. F.; Brasil, A. L. D.; Taddei, J. A. A. C. Orientação nutricional de crianças e adolescentes e os novos padrões de consumo: propaganda, embalagens e rótulos. Revista Paulista de Pediatria. Vol. 27. Núm. 1. p. 100. 2009.

16-Rossi, C.A.; Albernaz, D.O.; Vasconcelos, F.A.G.; Assis, M.A.A.; Di Pietro, P.F. Influência da televisão no consumo alimentar e na obesidade de crianças e adolescentes: uma revisão sistemática. Revista de Nutrição, Vol.23. Núm. 4. p. 607-620. 2010.

17-Saldiva, S. R. D. M.; Silva, L. F. R.; Saldiva, P. H. N. Avaliação antropométrica e consumo alimentar em crianças menores de cinco anos residentes em um município semiárido nordestino com cobertura parcial do programa bolsa família. Revista de Nutrição. Vol. 23. Núm. 6. p. 221-229. 2010.

18-Schuch, I.; Castro, T.G.; Vasconcelos, F.A.G.; Dutra, C.L.C.; Goldani, M.Z. Excesso de peso em crianças de pré-escolas: prevalência e fatores associados. Jornal de Pediatria. Vol. 2. Núm. 89. p. 179-188. 2013.

19-Silva, G.A.P.; Balaban, G.; Motta, M.E.F.A. Prevalência de sobrepeso e obesidade em crianças e adolescentes de diferentes condições econômicas. Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil. Vol. 5. Núm. 1. p. 53-29. 2005.

20-Tavares, B.M.; Veiga, G.V.D.; Yuyama, L.K.O.; Bueno, M.P.; Fisberg, R.G.; Fisberg, M. Estado nutricional e consumo de energia e micronutrientes de pré-escolares que frequentam creches no município de Manaus, Amazonas: existe diferença entre creches públicas e privadas? Revista Paulista de Pediatria. Vol. 1. Núm. 30. p. 42-50. 2012.

Recebido para publicação em 16/10/2013
 Aceito em 28/07/2015