

CONSUMO DE DOCES, REFRIGERANTES E SUCOS ARTIFICIAIS EM CRIANÇAS MENORES DE DOIS ANOS DE IDADE

RENATA DE LIMA CONTREIRA¹; OTÁVIO AUGUSTO MOURA FERNANDES²;
ANGÉLICA OZORIO LINHARES³; ELMA IZZE DA SILVA MAGALHÃES⁴

¹*Universidade Federal de Pelotas – renatacontreira@yahoo.com.br*

²*Universidade Federal de Pelotas – otavioaugustomofe@gmail.com*

³*Universidade Federal de Pelotas – angelicaozorio@gmail.com*

⁴*Universidade Federal de Pelotas – elma_izze@hotmail.com*

1. INTRODUÇÃO

O leite materno é o melhor alimento para o ser humano nos primeiros meses de vida, pois oferece toda a nutrição necessária nesse período, além de conferir uma maior imunidade e refletir positivamente no desenvolvimento cognitivo e emocional da criança (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2015).

A partir do sexto mês de vida, o leite materno não é suficiente para suprir as necessidades nutricionais do indivíduo, sendo necessária a introdução gradual de alimentos complementares, juntamente com o leite materno, para suprir as necessidades totais da criança (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2010).

A alimentação complementar adequada é tão importante quanto o aleitamento materno, contudo, estudos tem mostrado que esta tem sido introduzida de maneira muito precoce e inadequada, sendo que cada vez mais cedo as crianças tem sido expostas ao consumo de alimentos industrializados, tais como doces e outros alimentos ricos em açúcar (CORRÊA *et al.*, 2009; CAETANO *et al.*, 2012), os quais deveriam ser evitados devido ao risco de desenvolvimento de cáries, excesso de peso e outras doenças crônicas no futuro (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2010).

Nesse contexto, o objetivo principal deste trabalho foi avaliar a prevalência de consumo de doces, refrigerantes e sucos artificiais em crianças brasileiras menores de dois anos.

2. METODOLOGIA

Trata-se de um estudo transversal descritivo, com base em dados secundários da Pesquisa Nacional de Saúde (PNS). No presente estudo, foram incluídos no estudo indivíduos menores de dois anos residentes em domicílios particulares do Brasil, cujas mães/responsáveis foram entrevistadas na PNS em 2013.

O consumo alimentar foi mensurado por um questionário sobre a ingestão de alimentos/grupos de alimentos no dia anterior.

Os dados foram analisados utilizando o software Stata 14.0, sendo as variáveis descritas através de frequências absolutas e relativas.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram avaliadas 5.458 crianças, das quais 49,9% eram do sexo feminino, 50,1% tinham idade inferior a 12 meses, e a maior parte (51,2%) era de cor da pele parda.

Em relação a amamentação, 56% das crianças avaliadas ainda estavam amamentando, sendo a prevalência de aleitamento materno entre as crianças até 11 meses e de 12 a 23 meses igual a 71,6% e 39,5%, respectivamente.

A Figura 1 mostra as prevalências de consumo de alimentos ricos em açúcar nas crianças brasileiras menores de dois anos em 2013.

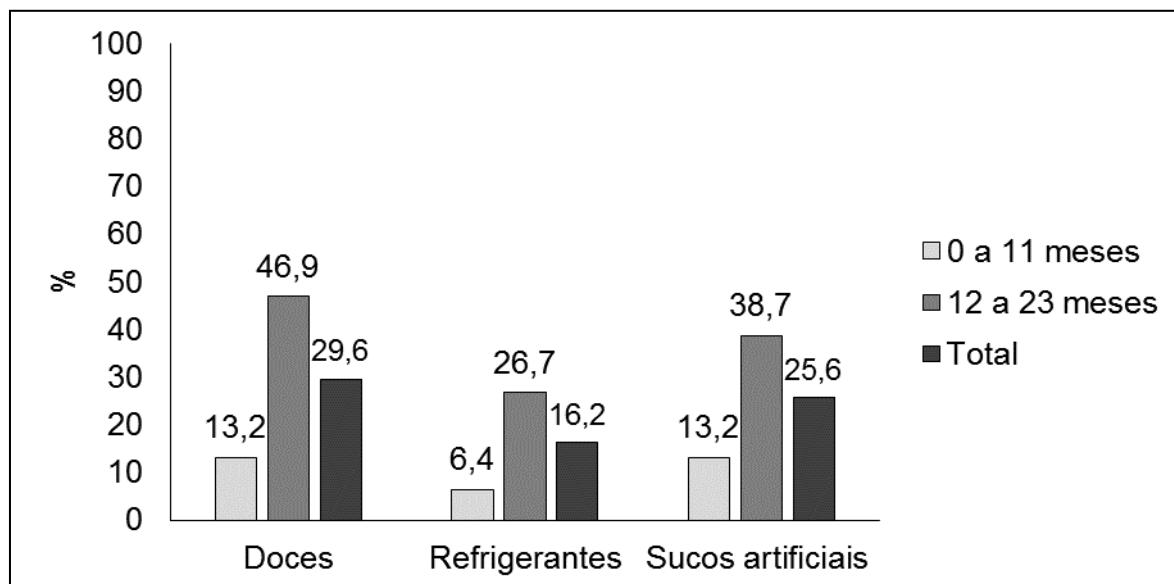


Figura 1. Consumo de doces, refrigerantes e sucos artificiais em crianças menores de dois anos. Pesquisa Nacional de Saúde. Brasil, 2013.

Na amostra total, observou-se uma frequência elevada de consumo destes alimentos, sendo que o consumo de doces e sucos artificiais foi verificado em mais de um quarto das crianças estudadas. Outros estudos realizados a nível local tem mostrado prevalências ainda mais preocupantes, sendo verificado o consumo de doces, refrigerantes e sucos artificiais em mais da metade das crianças menores de dois anos (CORRÊA *et al.*, 2009; TOLONI *et al.*, 2011).

Considerando-se a faixa etária, o consumo de doces, refrigerantes e sucos artificiais foi maior nos indivíduos entre 12 e 23 meses. No entanto, a frequência do consumo de alimentos ricos em açúcar entre as crianças menores de um ano, não deve ser negligenciada, uma vez que, segundo a recomendação do Guia alimentar para crianças menores de dois anos (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2010), estes alimentos não devem ser oferecidos a criança nos primeiros anos de vida.

É importante destacar, que o ser humano já nasce com preferência ao sabor doce, portanto, oferecer alimentos ricos em açúcar pode fazer com que a criança perca o interesse pelos cereais, verduras e legumes, os quais são fontes de nutrientes importantes para o seu crescimento e desenvolvimento (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2015). Além disso, a oferta de doces e bebidas artificiais açucaradas são prejudiciais à saúde, sendo que o consumo precoce destes está associado a um risco aumentado de excesso de peso e cárries (SOUZA FILHO; CARVALHO; MARTINS, 2010; LOPES; PRADO; COLOMBO, 2010).

Diante disso, ressalta-se a importância de políticas públicas e ações de educação alimentar e nutricional para as mães e cuidadores de crianças menores de dois anos, visando a conscientização sobre os riscos do consumo de alimentos ricos em açúcar nos primeiros anos de vida, promoção de uma alimentação saudável, e prevenção de agravos associados a uma nutrição inadequada.

4. CONCLUSÕES

A prevalência de consumo de doces, refrigerantes e sucos artificiais em crianças brasileiras menores de dois anos é elevada e preocupante, devido aos riscos associados a ingestão precoce destes alimentos. Desta forma, torna-se importante que sejam implementadas ações de promoção e prevenção à saúde, afim de orientar as mães e cuidadores e alertá-los sobre os prejuízos de uma alimentação inadequada na infância.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

MINISTÉRIO DA SAÚDE. *Cadernos de Atenção Básica, nº 23. Aleitamento Materno e Alimentação Complementar.* 2^a edição. 2^a ed. – Brasília : Ministério da Saúde, 2015.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. *Dez passos para uma alimentação saudável: guia alimentar para crianças menores de dois anos.* 2^a ed. – Brasília : Ministério da Saúde, 2010.

CORRÊA, E. N.; CORSO, A. C. T.; MOREIRA, E. A. M.; KAZAPI, I. A. M. Alimentação complementar e características maternas de crianças menores de dois anos de idade em Florianópolis (SC) Catarina, Brazil. *Revista Paulista de Pediatria*, v. 27, n. 3, p. 258-264, 2009.

CAETANO, M. C.; ORTIZ, T. T. O.; SILVA, S. G. L.; SOUZA, F. I. S.; SARNI, R. O. S. Alimentação complementar: práticas inadequadas em lactentes. *Revista de la Sociedad Boliviana de Pediatría*, v. 51, n. 2, p. 141-148, 2012.

TOLONI, M. H. A.; LONGO-SILVA, G.; GOULART, R. M. M.; TADDEI, J. A. A. C. Introdução de alimentos industrializados e de alimentos de uso tradicional na dieta de crianças de creches públicas no município de São Paulo. *Revista de Nutrição*, v. 24, n. 6, p. 61-70, 2011.

SOUZA FILHO, M. D.; CARVALHO, G. D. F.; MARTINS, M. C. C. Consumo de alimentos ricos em açúcar e cárie dentária em pré-escolares. *Arquivos em Odontologia*, v. 46, n. 3, p. 152-159, 2010.

LOPES, P. C. S.; PRADO, S. R. L. A.; COLOMBO, P. Fatores de risco associados à obesidade e sobrepeso em crianças em idade escolar. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 63, n. 1, p. 73-78, 2010.