

Um estudo sobre o estado nutricional e marcadores alimentares de uma escola de Pelotas/RS

BIANCA LEOCÁDIO DUARTE¹
ALESSANDRA GASPAROTTO²

¹Universidade Federal de Pelotas 1 – byanca0529@gmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – sanagasparotto@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

A obesidade é definida pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como uma doença caracterizada pelo excesso de gordura corporal que traz prejuízos à saúde (ANJOS, 2006). É também reconhecida como um grave problema de saúde pública global, que possui múltiplos fatores como, genética, sedentarismo, alimentação inadequada e também fatores sociais, individuais, culturais, ambientais e coletivos entre outros, que estão envolvidos no desenvolvimento dessa doença que pode se dar a partir de um destes fatores ou pela associação de vários deles.

Entretanto, quando surge precocemente nos primeiros anos de vida, predispõe à sua presença em idades mais tardias e está associada a diferentes comorbidades (MIRANDA et al, 2011), como por exemplo o desenvolvimento de doenças de ordem metabólica que, nesse caso, podem aparecer de maneira precoce, ainda na infância (diabetes mellitus tipo II, dislipidemias, hipertensão e até mesmo alguns tipos de câncer).

Dados epidemiológicos têm demonstrado o aumento da obesidade e desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis na população mundial e esse dado tem se estendido para a infância. Segundo o Sistema Nacional de Vigilância Alimentar e Nutricional, com base nos dados de pessoas acompanhadas na Atenção Primária à Saúde, em meados de 2022 mais de 340 mil crianças de 5 a 10 anos foram diagnosticadas com obesidade. Segundo esses dados, a Região Sul possui 11,52% de crianças obesas nesta faixa etária. (BRASIL, 2022).

O presente estudo buscou avaliar a prevalência de obesidade e sobrepeso em crianças com idades de 5 a 6 anos de uma pré-escola da cidade de Pelotas, bem como coletar marcadores do consumo alimentar destas crianças.

A escola fica situada no Bairro Guabiroba, na cidade de Pelotas/RS.

Este projeto foi desenvolvido pela autora, Graduanda em Nutrição, como parte das atividades do Programa de Educação Tutorial Diversidade e Tolerância (PET DT), da Universidade Federal de Pelotas.

2. METODOLOGIA

A coleta dos dados foi realizada durante o desenvolvimento do projeto “Educação Alimentar e Nutricional, um ato de amor na primeira infância”, desenvolvido pelo Programa de Educação Tutorial Diversidade e Tolerância (PET DT) da Universidade Federal de Pelotas.

O projeto teve início no dia 23 de outubro de 2023 e terminou em 01 de dezembro de 2023.

O projeto baseou-se em levar ao conhecimento (sugiro: em ações de formação para ?) dos alunos da pré escola EMEI Mario Quintana, localizada no bairro Guabiroba, na cidade de Pelotas/ RS. Foram abordados temas relacionados a nutrição e alimentação saudável, o que foi possível através de encontros de 45 minutos, onde foram demonstrados produções audiovisuais sobre os assuntos a serem discutidos; e através de rodas de conversas e atividades esses temas foram explorados de maneira didática e criativa.

Após a aplicação do projeto em si, foram coletados os dados antropométricos dos alunos, a fim de avaliar suas condições nutricionais.

A aferição do peso foi feita utilizando balança digital (Tanita®) e registrada em kg e um estadiômetro portátil foi utilizado para verificação de estatura em metros. Após, foi realizado o cálculo do Índice de Massa Corpórea (NORMA TÉCNICA DO SISTEMA DE VIGILÂNCIA ALIMENTAR E NUTRICIONAL, 2011) e calculados os dados de IMC para idade (IMC/I). Estes dados foram processados utilizando o programa WHO Anthro Plus, desenvolvido pela Organização Mundial da Saúde (OMS, 2007) para aplicação das curvas de referência de crescimento para crianças de 5 a 19 anos.

Os critérios de inclusão foram estar regularmente matriculado no pré 2 da escola, ter entre 5 e 6 anos, e assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido para pais e/ou responsáveis. Os critérios de exclusão foram o não comparecimento a 80% dos encontros e não assinar os termos de consentimento.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A escola tinha 100 alunos matriculados divididos em 4 turmas, 2 pela manhã e 2 à tarde.

Houve a exclusão de 34, por falta de comparecimento, passando a contar com um número de 66 crianças, sendo 56,9% (37) do sexo feminino e 44% (29) masculino.

O gráfico 1 apresenta os dados sobre o estado nutricional das crianças participantes do estudo de acordo com o critério IMC/I. Foi possível observar que a maioria das crianças apresentavam Eutrofia (74%) e mais de 20% das crianças estavam acima do peso, se dividindo entre sobrepeso e obesidade.

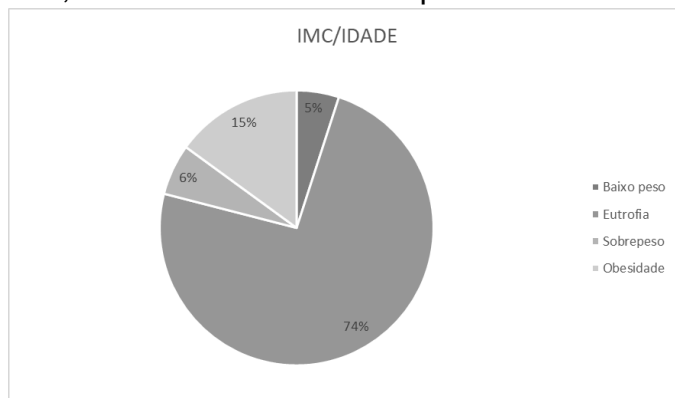


Gráfico 1 estado nutricional segundo IMC/IDADE

Quando separados por sexo, viu-se que 4,5% das meninas estavam com sobrepeso, e entre os meninos 1,5%.

Já em relação à obesidade, o estudo demonstrou que 9,2% das meninas estavam obesas e 6% dos meninos tinham obesidade.

O estudo “Fatores associados à obesidade em escolares”, foi feito no ano 2000 com escolares com idades entre 6 e 10 anos e obteve os seguintes dados: prevalência de sobrepeso e obesidade entre meninos foi de 21,1% e meninas 22,9% (BRASÍLIA, 2004).

Essa diferença pode estar associada a presença de um número maior de meninas do que meninos no estudo; afinal outros estudos demonstram esse percentual bem próximo quando se fala em diferença de sexo com o número de meninos obesos ligeiramente mais elevada do que as meninas.

O aumento na prevalência da obesidade na infância é preocupante devido ao risco maior dessas crianças tornarem-se adultos obesos, apresentando variadas condições mórbidas associadas. Pesquisas apontam um risco no mínimo duas vezes maior de obesidade na idade adulta para as crianças obesas em relação às não obesas. Cerca de um terço dos pré-escolares e metade dos escolares obesos tornam-se adultos obesos (DA SILVA, et al)

O questionário do SISVAN demonstrou que a alimentação das crianças está baseada em um alto consumo de alimentos ultraprocessados e um consumo abaixo do indicado de frutas, verduras e legumes pelo Guia alimentar para a população brasileira indica o consumo de 3 porções de verduras e legumes e 3 ou mais porções de frutas. (BRASIL , 2014)

Um imenso desafio para os educadores nutricionais é incentivar o contato das crianças com preparações feitas com a utilização de alimentos saudáveis; que deve ser composta por alimentos in natura de origem vegetal como frutas, legumes, verduras, cereais integrais e feijões (TORRES, et al).

O consumo de alimentos como frutas e verduras ficou abaixo dos 50% enquanto alimentos industrializados como bebidas açucaradas e salgadinhos chegaram a quase 60%.

Isso demonstra que há uma grande necessidade da execução de trabalhos com educação alimentar e nutricional (EAN), para que as crianças entendam sobre a importância da alimentação saudável em suas vidas e para que possam mudar hábitos não saudáveis ainda na infância, podendo ser levados para a vida adulta.

Compreende-se também que a educação nutricional é só uma parte de um conjunto de ações que precisam ser efetivadas para garantir às crianças e suas famílias uma alimentação menos calórica e mais nutritiva, como políticas públicas que incentivem a alimentação saudável, e renda para que essas pessoas possam fazer melhores escolhas, enfim um conjunto de ações para que se garanta uma melhor alimentação.

4. CONCLUSÕES

O projeto identificou que quase 20% das crianças estão com sobrepeso e obesidade, o que pode resultar no desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis de maneira precoce. Quando separadas por sexo nota-se que as meninas estão com os marcadores de sobrepeso e obesidade um pouco maior que os meninos, talvez essa diferença tenha sido por a amostra ter mais meninas do que meninos, afinal alguns estudos demonstram que esses dados se equiparam entre os sexos.

A alimentação das crianças demonstra um consumo menor do que o recomendado pelo Guia Alimentar da População Brasileira de frutas, verduras e

legumes e nesse sentido observa-se a necessidade de mais ações em EAN no ambiente escolar e na sociedade como um todo são importantes pois atuam na promoção de saúde e prevenção de doenças.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANJOS, LA. **Obesidade e saúde pública [online]**. Rio de Janeiro: Editora FIOCRUZ, 2006. Temas em saúde collection. 100 p. ISBN 978-85-7541-344-9. Available from SciELO Books

Disponível em:

https://www.ispsn.org/sites/default/files/documentos-virtuais/pdf/obesidade_e_sau_de_publica_-_luiz_antonio_dos_anjos.pdf

BRASIL. Sobrepeso e obesidade como problemas de saúde pública. Ministério da Saúde, 04 Set. 2024.

Acessado em 04 set. 2024. Online. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/eu-quero-ter-peso-saudavel/noticias/2022/sobrepeso-e-obesidade-como-problemas-de-saude-publica>

Disponível

em:

<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/publicacoes-para-promocao-a-saude/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf>. Acesso em: 7 out. 2024.

MIRANDA, J. M. Q.; ORNELAS, E. de M.; WICHI, R. B. Obesidade infantil e fatores de risco cardiovasculares. **ConScientiae Saúde**, [S. l.], v. 10, n. 1, p. 175–180, 2011. DOI: 10.5585/conssaude.v10i1.2491. Disponível em: <https://periodicos.uninove.br/saude/article/view/2491>. Acesso em: 8 set. 2024.

POR:, C.; No:, F. MARCADORES DE CONSUMO. Disponível em: <https://sisaps.saude.gov.br/sisvan/public/file/ficha_marcadores_alimentar.pdf>. Acesso em: 7 out. 2024.

TORRES, B. L. P. M.; PINTO, S. R. R.; SILVA, B. L. dos S.; SANTOS, M. das D. C. dos; MOURA, A. C. C.; LUZ, L. C. X.; MELO, M. T. S. M.; CARVALHO, C. M. R. G. de. Reflexões sobre fatores determinantes dos hábitos alimentares na infância / Reflections on determinants of eating habits in childhood. *Brazilian Journal of Development*, [S. l.], v. 6, n. 9, p. 66267–66277, 2020. DOI: 10.34117/bjdv6n9-164. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/16295>. Acesso em: 7 out. 2024.

GIUGLIANO, R.; CARNEIRO, E. C.. Fatores associados à obesidade em escolares. *Jornal de Pediatria*, v. 80, n. 1, p. 17–22, jan. 2004.