



**UNIVERSIDADE DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO**  
**UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS**  
**Especialização em Saúde da Família**



Marselle Giullianna Soares Ribeiro

**COMPORTAMENTO ALIMENTAR DE CRIANÇAS EM IDADE  
PRÉ-ESCOLAR E ESCOLAR NA COMUNIDADE DE POÇO  
GORDO EM CAMPOS DOS GOYTACAZES - RJ: O DESAFIO DE  
EVITAR O SURGIMENTO DE DOENÇAS CRÔNICAS NA FASE  
ADULTA.**

Campos dos Goytacazes-RJ

2016

Marselle Giullianna Soares Ribeiro

**COMPORTAMENTO ALIMENTAR DE CRIANÇAS EM IDADE  
PRÉ-ESCOLAR E ESCOLAR NA COMUNIDADE DE POÇO  
GORDO EM CAMPOS DOS GOYTACAZES - RJ: O DESAFIO DE  
EVITAR O SURGIMENTO DE DOENÇAS CRÔNICAS NA FASE  
ADULTA.**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado, como requisito parcial para obtenção do título de especialista em Saúde da Família, a Universidade Aberta do SUS.

Orientadora: Carolina Lopes de Lima Reigada

Campos dos Goytacazes-RJ

2016

## RESUMO

No Brasil, nos últimos anos, há aumento da prevalência de sobrepeso e obesidade em adultos devido à má alimentação na infância e adolescência. Os hábitos alimentares do indivíduo são adquiridos durante a primeira infância, nessa fase, maus hábitos levam a problemas de saúde futuros, como doenças cardiovasculares, diabetes mellitus, dentre outros. O ideal é manter uma variedade de alimentos à mão e permitir que o apetite de uma criança seja um bom guia da qualidade e quantidade de comida que ela deve ingerir. Todavia, isso somente funciona se os pais ou responsáveis limitarem o acesso das crianças a alimentos não-nutritivos. O ganho excessivo de peso é um dos problemas de saúde mais sérios da infância e da adolescência, crescendo acentuadamente e ocasionando agravantes físicos e psicossociais em uma futura população obesa e doente. A proposta de investigar a população infantil, em idade pré-escolar e escolar mostra a preocupação da realidade da saúde dessas crianças no que diz respeito aos maus hábitos alimentares e a futuros problemas, alertando para prevenção através de uma reeducação alimentar e ausência do sedentarismo, visto que estes dois fatores são fundamentais na contradição a uma vida saudável.

Descritores: Comportamento Alimentar; Criança; Doenças Crônicas; Estratégia Saúde da Família.

## SUMÁRIO

1. <b>INTRODUÇÃO</b> .....	3
1.1 Situação Problema.....	4
1.2 Justificativa .....	4
1.3 Objetivos .....	4
Objetivo Geral.....	4
Objetivo Específico.....	4
2. <b>REVISÃO DE LITERATURA</b> .....	5
3. <b>METODOLOGIA</b> .....	6
3.1 Desenho da Operação.....	6
3.2 Público-alvo.....	6
3.3 Parcerias Estabelecidas .....	6
3.4 Recursos Necessários .....	6
3.5 Orçamento .....	7
3.6 Cronograma de Execução.....	7
3.7 Resultados Esperados .....	7
3.8 Avaliação .....	8
4. <b>CONCLUSÃO</b> .....	9
<b>REFERÊNCIAS</b> .....	10

## 1. INTRODUÇÃO

Esse estudo teve por base a população abrangida pela Unidade Básica de Saúde da Família Poço Gordo, no município de Campos dos Goytacazes, local com prevalência de doenças crônicas na idade adulta e com população infantil de risco, uma vez que possuem maus hábitos alimentares e sedentarismo.

As crianças são indivíduos vulneráveis, tendo em vista o crescimento rápido e a imaturidade fisiológica e imunológica, segundo D.B. Lima, et al (2011). De acordo com Toloni (2005), a alimentação está intimamente associada à saúde, nutrição, crescimento e desenvolvimento infantil. Castro (2011) afirmou que as evidências indicam que o meio ambiente, permeado pelas condições materiais de vida e pelo acesso aos serviços de saúde e educação, determina padrões característicos de saúde e doença na criança. Variáveis como renda familiar, escolaridade, entre outras, estão condicionadas, em última instância, à forma de inserção das famílias no processo de produção, refletindo na aquisição de alimentos. Paradoxalmente, a possibilidade da aquisição de alimentação hiperenergética, com consumo excessivo de açúcares simples, gorduras animais, ácidos graxos saturados, gordura *trans*, sódio e redução dos carboidratos complexos e fibras, associados ao sedentarismo, são fatores responsáveis pelo surgimento precoce das Doenças Crônicas Não-Transmissíveis (DCNT).

É na infância que os hábitos alimentares são formados e, irá depender do tipo de alimento que é oferecido à criança, assim como da qualidade da alimentação dos pais, sendo que as preferências e os hábitos alimentares podem influenciar em seu estado nutricional e possíveis consequências em sua vida adulta. Avaliar a qualidade e a quantidade de alimentos habitualmente consumidos pelas crianças em idade pré-escolar assim como os alimentos oferecidos pelos seus pais são fatores importantes na prevenção de obesidade infantil e de outras doenças, como as cardiovasculares e o diabetes, na vida adulta.

O crescimento das tendências de sobrepeso e obesidade infantil resulta, principalmente, de forças socioambientais que influenciam os comportamentos alimentares e de prática de atividade física, porém não estão sob o controle das crianças individualmente (ONIS, 2015).

## **1.1 Situação-problema**

Modificar o hábito alimentar de crianças e conscientizar tanto adultos quanto crianças da importância dessa mudança e adoção de novos hábitos e suas consequências na qualidade de vida.

## **1.2 Justificativa**

No que se refere à alimentação infantil, uma das considerações é a prevenção de doenças crônicas, como as cardiovasculares, neoplasias e até mesmo doenças mentais. Doenças essas que podem ter suas causas originadas em um comportamento alimentar obtido na infância e o diagnóstico somente ser feito na fase adulta. A preocupação não se resume apenas na qualidade da alimentação durante a infância, mas também na aquisição dos maus hábitos alimentares que irão se perpetuar por toda a vida.

## **1.3 Objetivos**

### *- Objetivo geral*

Conscientizar as famílias, principalmente os pais, quanto à necessidade da adoção de uma alimentação saudável, assim como as crianças quanto às consequências desse hábito na qualidade da saúde na vida adulta.

### *- Objetivos específicos*

Trazer resultados positivos na vida adulta não só dessas pessoas mas também de gerações futuras, faz com que o profissional de saúde invista na conscientização das famílias e das crianças acerca de hábitos nutricionais. Desse modo, a atenção básica estará atuando na forma ideal do processo saúde-doença, intervindo na base e impedindo que as doenças surjam.

## 2. REVISÃO DE LITERATURA

As crianças são indivíduos vulneráveis, tendo em vista o crescimento rápido e a imaturidade fisiológica e imunológica, segundo D.B. Lima, et al (2011). De acordo com Toloni (2005), a alimentação está intimamente associada à saúde, nutrição, crescimento e desenvolvimento infantil. O crescimento das tendências de sobrepeso e obesidade infantil resulta, principalmente, de forças socioambientais que influenciam os comportamentos alimentares e de prática de atividade física, porém não estão sob o controle das crianças individualmente (ONIS, 2015). Cabe-nos evidenciar, nesse trabalho, a transmissão social como a informação que a criança recebe de outras pessoas (PIAGET apud BEE, 2011). Alguns autores entendem que, o aumento do peso corporal pode advir de fatores hereditários e comportamentais (MIRANDA, 2015). Quando os contextos sociais são positivos, a preferência da criança pelo alimento oferecido nessa ocasião torna-se reforçada. Ao passo que, os contextos sociais negativos acabam por diminuir a aceitação ou aumentar a rejeição de alguns alimentos pela criança (BIRCH e FISHER apud JORGE, 2011). Segundo Bee (2011), uma pequena porcentagem dos bebês acima do peso irá se tornar um adulto obeso, ao passo que metade das crianças acima do peso no ensino fundamental continuará acima do peso na fase adulta. A abordagem precoce do sobrepeso infantil pode impactar diretamente na futura saúde física, social e emocional do indivíduo (ROSSETI, 2009).

### **3. METODOLOGIA**

#### **3.1 Público-alvo**

Inicialmente, membros da família estudada. Após, estender os conceitos para toda a população suscetível, ou seja, famílias que já existam doenças crônicas relacionadas aos maus hábitos alimentares.

#### **3.2 Desenho da operação**

Inicialmente, foram realizadas consultas individualizadas para cada membro da família estudada, momento em que os exames foram solicitados e orientações dadas acerca da existência de doenças crônicas importantes no progenitor da família. Com os resultados dos exames laboratoriais em mãos, tiveram novas consultas para avaliação dos mesmos e começaram a ser traçadas novas condutas e orientações. Também foi realizada uma palestra com todos os membros dessa família, incluindo o casal progenitor, suas filhas, genros e netos, abordando o assunto de modo que todos entendessem, desde o mais idoso (menor nível cultural) até às crianças que, de modo lúdico, foi demonstrada a importância do controle de hábitos alimentares.

#### **3.3 Parcerias Estabelecidas**

Todos os membros da equipe estavam engajados nesse caso, em especial, além da atenção para com todas as outras pessoas que se dirigem ao posto diariamente para aferição dos níveis glicêmicos e pressão arterial. Ademais, os pacientes tiveram a orientação de procurar o serviço de nutrição da rede hospitalar municipal para maiores orientações.

#### **3.4 Recursos Necessários**

Foram utilizados prontuários médicos para coleta dos dados iniciais. Em relação à palestra sobre o assunto, além da exposição oral, foram utilizados folders preparados pela própria equipe, com dicas de alimentação para hipertensos e diabéticos.

### 3.5 Orçamento

As despesas realizadas foram somente com a impressão dos folders distribuídos na palestra e também aproveitados para serem dispensados aos demais usuários do serviço. Gastos: R\$120,00 (cento e vinte reais).

### 3.6 Cronograma de execução

			2015					2016
	JUN	JUL	AGO	SET	OUT	NOV	DEZ	JAN
Levantamento dos dados em prontuários								
Consultas individualizadas								
Exposição oral do tema								
Levantamento bibliográfico								
Redação do PI – versão preliminar								
Redação do PI – versão final								

### 3.7 Resultados esperados

Diante do trabalho realizado, espera-se que as diretrizes tenham impacto não só nas gerações atuais como nas gerações futuras, evitando o surgimento de doenças crônicas. Em relação à família estudada, pode-se perceber que os membros de meia idade, a saber, as filhas do casal e mães das crianças, foram as pessoas que demonstraram maior entendimento dos riscos e mais interesse em mudar os hábitos alimentares e possível início da prática de atividade física regular. São essas pessoas que irão auxiliar na mudança de realidade do processo saúde-doença daquela família, tomando por base o diabetes e demais doenças cardiovasculares já existentes no progenitor.

### **3.8 Avaliação**

Já foram realizadas consultas com os membros da família estudada, análise dos exames laboratoriais, verificação da adesão aos novos hábitos alimentares, prática de atividade física regular e, alguns resultados já foram percebidos.

#### 4. CONCLUSÃO

As preferências alimentares, tanto na criança como no adulto, são, essencialmente, formadas pela junção de três fatores, a percepção sensorial dos alimentos, a consequência pós-ingestão e o contexto social. Desde a vida intrauterina, a criança experimenta sabores e, também no período de aleitamento materno exclusivo, quando a mãe ingere alimentos diversificados. A criança adquire paladar de alimentos variados e tal aquisição é influenciada, além de outros fatores, por sua predisposição genética. Outro fator não menos importante, é a fase de rejeição que toda criança passa, a novos alimentos e sabores. Assim, o contexto social tem fundamental importância nessa preferência. O acompanhamento da situação nutricional das crianças de uma região ou país constitui um instrumento essencial para a aferição das condições de saúde da população infantil. Nesse ponto, que o trabalho da equipe de saúde da família torna-se crucial, influenciando e conscientizando a importância da qualidade alimentar na prevenção de doenças crônicas na fase adulta.

O papel do médico de família que, atende desde a gestante, o recém-nascido, a criança, adulto e idoso é de fundamental importância nessa conscientização. Fato esse que torna a atenção primária à saúde bastante significativa na interferência do processo saúde-doença de uma comunidade, podendo reduzir e até mesmo prevenir o surgimento e complicações decorrentes das doenças crônicas.

**REFERÊNCIAS:**

- BEE, Helen. A criança em desenvolvimento. 12ª ed. Porto Alegre: Artmed, 2011.
- CASTRO, Teresa Gontijo de et al . Caracterização do consumo alimentar, ambiente socioeconômico e estado nutricional de pré-escolares de creches municipais. **Rev. Nutr.**, Campinas, v. 18, n. 3, June 2005 . Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1415-52732005000300004&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-52732005000300004&lng=en&nrm=iso)> Acesso em: 30.Ago.2012.
- D.B. Lima, E. Fujimori, A.L. Borges, M.M. Silva. Feeding in the two first years of life. *Rev Esc Enferm USP*, 45 (2011), pp. 1705–1709.
- MIRANDA, João Marcelo de Queiroz et al. Prevalência de sobrepeso e obesidade infantil em instituições de ensino: públicas vs. privadas. *Rev Bras Med Esporte*, Abr 2015, vol.21, no.2, p.104-107. ISSN 1517-8692
- ONIS, Mercedes de. Prevenção do sobrepeso e da obesidade infantis. **J. Pediatr. (Rio J.)**, Porto Alegre , v. 91, n. 2, p. 105-107, Apr.,2015 .Available from <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0021-75572015000200105&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0021-75572015000200105&lng=en&nrm=iso)>.acesso em 02.Jan.2016.
- ROSSETI, M. B., BRITTO, R. R. and NORTON, R. de C. **Prevenção primária de doenças cardiovasculares na obesidade infantojuvenil: efeito anti-inflamatório do exercício físico**. *Rev Bras Med Esporte*, Dez 2009, vol.15, no.6, p.472-475. ISSN 1517-8692.
- TOLONI, Maysa Helena de Aguiar et al . Introdução de alimentos industrializados e de alimentos de uso tradicional na dieta de crianças de creches públicas no município de São Paulo. **Rev. Nutr.**, Campinas, v. 24, n. 1, Feb.2011. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1415-52732011000100006&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-52732011000100006&lng=en&nrm=iso)> Acesso em: 30.Ago.2012.