

PERFIL NUTRICIONAL E CONSUMO DE AÇÚCAR SIMPLES COMO FATOR DE RISCO NO DESENVOLVIMENTO DE OBESIDADE INFANTIL

SILVA, T. P.; CECERE, P. F. F. P.

Resumo: O objetivo é de ampliar o conhecimento sobre consumo de açúcar simples na alimentação das crianças, e analisar sua relação com o perfil nutricional. Onde aplicou metodologia de levantamento de dados de artigos científicos. Resultados confirmaram que, crianças com alto consumo de açúcar simples, desenvolvem obesidade infantil com maior frequência. Portanto hábitos saudáveis desde a infância, age como um fator que contribui para o estado nutricional adequado e prevenção de doenças.

Palavras-chave: Perfil nutricional. Obesidade infantil. Consumo de açúcar simples.

Abstract: The objective is to increase the knowledge about simple sugar consumption in children's nutrition, and to analyze its relationship with the nutritional profile. Where applied methodology of data collection of scientific articles. Results confirmed that children with high sugar consumption developed childhood obesity more frequently. Therefore healthy habits from childhood, acts as a factor that contributes to proper nutritional status and disease prevention.

Keywords: Nutritional profile. Child obesity. Consumption of simple sugar.

Introdução: Nos dias de hoje o açúcar passou a fazer parte dos hábitos alimentares de forma maléfica a saúde, devido ao excesso de seu consumo, tanto no uso de açúcar simples em determinadas preparações como nos produtos industrializados. Podendo gerar doenças crônicas não transmissíveis, como a obesidade. A fase das crianças, costumam ter um alto consumo de açucares simples na dieta alimentar, por conta dos doces em geral (DALMOLIM et al., 2012).

A obesidade é considerada uma patologia universal de predomínio crescente, e hoje revela caráter epidemiológico, como o principal problema de saúde pública na sociedade nova. Na grande maioria das vezes, a obesidade está ligada ao consumo excessivo de comida, incluindo os alimentos de preparações ricas em açúcar simples como, doces em geral (FREITAS et al, 2009).

Objetivo: Analisar o perfil nutricional e o consumo de açúcar simples na alimentação de crianças do Brasil e relacionar o perfil nutricional com o consumo de açúcar simples das crianças.

Métodos: Trata-se de uma revisão bibliográfica, que visou a busca por artigos científicos, utilizando a base de dados do SciELO, BIREME e LILACS, que abordassem temas que atendessem os objetivos desse estudo, no qual consiste em três descritores principais encontrados no site DeCS BVS: Obesidade Pediátrica (Pediatric Obesity), Consumo de Alimentos (Food Consumption) e Estado Nutricional (Nutritional Status). O artigo deveria abordar esses três temas juntos e crianças brasileiras.

Foram selecionados estudos que analisaram o perfil nutricional das crianças, com no mínimo um índice para avaliar o estado nutricional, como por exemplo: peso por idade, peso por estatura ou índice de massa corporal por idade. E para analisar o consumo alimentar de açúcar simples, foram selecionados estudos que aplicaram um questionário de frequência alimentar ou um recordatório alimentar de 24 horas, que entre as variedades de grupos alimentar ou tipos de alimentos, conte-se o grupo dos doces ou guloseimas.

Para os resultados, foram selecionados 7 estudos, no qual, 4 foram publicados nos últimos 5 anos, e 3 nos últimos 12 anos, que foram realizados com crianças, onde a metodologia incluía a análise do perfil nutricional e consumo alimentar de açúcar simples. Os resultados foram apresentados em uma tabela, contendo 8 colunas, com dados característicos considerados importantes dos estudos.

Foram incluídos nos resultados, estudos que após terem a permissão dos pais das crianças ou responsável, avaliaram o consumo de açúcar simples e perfil nutricional das crianças do sexo masculino e feminino com idade entre 1 a 11 anos, no território brasileiro e foram excluídos dos resultados, os artigos que avaliaram apenas o consumo alimentar, e/ou que não continham o grupo dos doces, e/ou que analisaram somente o perfil nutricional.

Resultados: O quadro a seguir, apresenta os 7 artigos incluídos na pesquisa, nos quais seus assuntos são sobre consumo alimentar e perfil nutricional, contudo para atender os objetivos dessa revisão bibliográfica, foi analisado apenas os resultados de consumo alimentar referentes a doces e guloseimas. Onde os

resultados 1, refere se ao consumo alimentar de doces, e resultados 2, refere se ao perfil nutricional.

Quadro 1- Prevalência do consumo de doces e perfil nutricional

NOME DO AUTOR	REVISTA, ANO	TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	OBJETIVO	POPULAÇÃO ESTUDADA	METODOLOGIA	RESULTADOS 1	RESULTADOS 2
Meneses, Laynie Evangelina do Nascimento, et al.	Revista Desafios, 2017.	Consumo alimentar e estado nutricional de crianças em uma escola privada de Palmas, Tocantins	Avaliar os hábitos de frequência do consumo alimentar e o perfil antropométrico de crianças, de 5 a 10 anos incompletos, de uma escola privada de Palmas, Tocantins.	184 crianças, de 5 a 10 anos, onde 87 eram do sexo feminino e 97 do sexo masculino.	Foi realizado antropometria, com aferição de peso (kg) e estatura (cm), em seguida foi calculado o Índice de Massa Corporal para a idade e classificado de acordo com as Curvas de Crescimento para população de 5 a 19 anos de idade, e também foi aplicado um questionário de frequência do consumo alimentar.	Das 87 meninas, 25,29% relataram consumo de doces frequentemente, e dos 97 meninos, 16,49% relataram consumo frequente de doces.	26% das meninas estavam com sobrepeso, 7% com obesidade e 3% com obesidade grave. Já os meninos, 24% estavam com sobrepeso, 8% com obesidade e 5% com obesidade grave.
Polla e Scherer.	Cadernos de Saúde Coletiva, 2011.	Perfil alimentar e nutricional de escolares da rede municipal de ensino de um município do interior do Rio Grande do Sul	Verificar o estado nutricional e alimentar dos escolares de 6 a 10 anos de idade, frequentadores da rede pública municipal da cidade de Chapada, Rio Grande do Sul.	214 crianças de 6 a 10 anos de idade, destes 114 (53%) eram do sexo feminino e 100 (47%) do sexo masculino.	Foi realizado antropometria, com aferição de peso (kg) e estatura (cm), após essa coleta foi calculado o Índice de Massa Corporal para a idade e classificado de acordo com as Curvas de Crescimento para população de 5 a 19 anos de idade, e também foi aplicado o Inquérito de Frequência Alimentar.	Frequência média de consumo alimentar de doces foi de 1,6 vezes na semana.	Encontrava-se com excesso de peso 15,89% das meninas, e 14,49% dos meninos.
Cavalcante e Gubert.	Universidade de Brasília, 2015.	Frequência de consumo de alimentos marcadores de alimentação saudável e não saudável entre crianças de 1 a 5 anos em uma população de baixa renda no Distrito Federal.	O Objetivo do estudo foi investigar a frequência de consumo de alimentos saudáveis e não saudáveis na alimentação de crianças pré-escolares de 1 a 5 anos, em uma população de baixa renda no Distrito Federal.	305 crianças, de ambos os sexos, com faixa etária entre 1 a 5 anos, sendo 155 meninos e 150 meninas.	Foi realizado antropometria, com aferição de peso (kg) e estatura (cm), em seguida foi calculado o Índice de Peso por Estatura, e também foi aplicado um questionário contendo perguntas sobre a alimentação infantil.	No total da amostra de 305 crianças, cerca de 70,5% consomem biscoitos doces ou recheados pelo menos uma vez na semana, sendo que 22,0% consomem todos os dias e 75,1% consomem guloseimas no mínimo uma vez na semana, com 16,1% de consumo diário.	No total 29 crianças encontravam-se com sobrepeso, sendo seu valor de porcentagem de 9,50%.
Vita e Pinho.	Revista APS, 2012.	Sobrepeso e obesidade em escolares da rede municipal em Montes Claros - MG	Investigar o perfil socioeconômico, as características antropométricas e os hábitos alimentares de escolares.	47 crianças com idade entre 6 a 10 anos, sendo 33 meninas e 14 meninos.	Foi realizado antropometria, com aferição de peso (kg) e estatura (cm), em seguida foi calculado o Índice de Massa Corporal para a idade e classificado de acordo com as Curvas de Crescimento para população de 5 a	A maioria da amostra não consumia doces diariamente, porém semanalmente obteve-se um número alto de crianças, sendo o relato os seguintes: -Bolos, tortas e pavês= 30; -Chocolates e brigadeiros= 25;	10 (21,3%) crianças, estavam com o Índice de Massa Corporal de sobrepeso + obesidade.

					19 anos de idade, e também foi aplicado um questionário de frequência alimentar.	-Sorvetes, milk-shake= 15; -Pudins, doces com leite= 16;	
--	--	--	--	--	--	---	--

Fonte: Tatiane Pereira, 2017.

Quadro 1- (Continuação)

NOME DO AUTOR	REVISTA, ANO	TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	OBJETIVO	POPULAÇÃO ESTUDADA	METODOLOGIA	RESULTADOS 1	RESULTADOS 2
Carmo, Ariene Silva, et al.	J Pediatr (Jornal de pediatria), 2016.	Influência do programa Bolsa Família no estado nutricional e frequência alimentar de escolares.	Avaliar a frequência alimentar e estado nutricional entre escolares de segundo a participação no programa governamental Bolsa Família.	319 crianças, sendo 56,4% do sexo masculino, com mediana de 9,4 anos (8,6-11,9).	Realizou se antropometria com aferição do peso (kg) e da estatura (cm), e foi calculado o Índice de Massa Corporal para a Idade e classificado de acordo com as Curvas de Crescimento para população de 5 a 19 anos de idade, e aplicado um Questionário de Frequência Alimentar.	40,3% da amostra consumiam guloseimas regularmente, e 32,7% consumiam bolachas recheadas regularmente.	32,9% da amostra encontrava se com excesso de peso.
Triches e Giugliani.	Revista Saúde Pública, 2005.	Obesidade, práticas alimentares e conhecimentos de nutrição em escolares.	Avaliar a associação da obesidade com as práticas alimentares e conhecimentos de nutrição em escolares.	573 crianças, com idade entre 8 a 10 anos, sendo 272 meninos e 301 meninas.	Realizou se antropometria com aferição do peso (kg) e estatura (cm), onde foi calculado o Índice de Massa Corporal para a Idade e classificado de acordo com as Curvas de Crescimento para população de 5 a 19 anos de idade, e aplicado um questionário padronizado auto administrado.	123 crianças consumiam guloseimas frequente. Já o consumo infrequente de guloseimas, apresentou 407 crianças.	43 crianças no total de ambos os sexos obtiveram classificação de obesidade.
Zanirati, et al.	Revista Panam Salud Publica, 2014.	Contribuição do turno escolar estendido para o perfil alimentar e de atividade física entre escolares.	Avaliar a influência do tempo de permanência na escola no consumo alimentar, estado nutricional e perfil de atividade física.	294 escolares, sendo que 51,1% eram do sexo masculino, com idade entre 7 a 11 anos.	Para avaliação antropométrica incluiu aferição do peso (kg) e da estatura (cm), e através desses dados foi calculado o Índice de Massa Corporal para a Idade e classificado de acordo com as Curvas de Crescimento para população de 5 a 19 anos de idade, e aplicado também um recordatório alimentar de 24 horas e outro de frequência alimentar.	99,5% da amostra estudada relatou consumir doces pelo menos 1 vez ao dia.	32,1% das crianças de ambos os sexos estavam com excesso de peso.

Fonte: Tatiane Pereira, 2017.

Conclusão: Pode-se concluir que, crianças com alto consumo de doces, tem chances aumentadas de desenvolver sobrepeso e consequentemente, obesidade infantil. Portanto a construção de hábitos saudáveis desde a infância, tendo como

instrumento importante a Educação Alimentar e Nutricional, age como um fator que contribui para o estado nutricional adequado e prevenção de doenças.

Referências

CARMO A.S., et al., Influence of the Bolsa Família program on nutritional status and food frequency of schoolchildren. **J Pediatr** (Rio J) 2016.

CAVALCANTE, I. S.; GUBERT, M. B.; Frequência de consumo de alimentos marcadores de alimentação saudável e não saudável entre crianças de 1 a 5 anos em uma população de baixa renda no Distrito Federal. **Universidade de Brasília**, 2015.

DALMOLIN; PERES; NOGUERA; **Açúcar e educação alimentar: pode o jovem influenciar essa relação?** Elaborado em outubro de 2012.

FREITAS, A. S. S.; COELHO, S. C.; RIBEIRO, R. L.; **Obesidade infantil: influência de hábitos alimentares inadequados.** Saúde & Amb. Rev., Duque de Caxias, v.4, n.2, p.9-14, jul-dez 2009.

MENÊSES, Laynie Evangelina do Nascimento, et al., Consumo alimentar e estado nutricional de crianças em uma escola privada de Palmas, Tocantins. In: **Revista Desafios**, 2017.

POLLA, S. F.; SCHERER, F. Perfil alimentar e nutricional de escolares da rede municipal de ensino de um município do interior do Rio Grande do Sul. **Caderno de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 19, n. 1, p.111-116, 2011.

TRICHE, R. M.; GIUGLIANIB, E. R. J.; Obesidade, práticas alimentares e conhecimentos de nutrição em escolares. **Rev Saúde Pública**, Rio Grande do Sul, v. 4, n. 36, p.541-547, out. 2005.

VITA, D.A.; PINHO, L. Sobrepeso e obesidade em escolares da rede municipal em montes claros – mg. **Rev APS**. jul/set, 2012.

ZANIRATI, V. F.; LOPES, A. C. S.; SANTOS, L. C; Contribuição do turno escolar estendido para o perfil alimentar e de atividade física entre escolares. **Rev. Panam. Salud Publica**, Minas Gerais, v. 1, n. 35, p.38-45, jan. 2014.