

# ANÁLISE DA FREQUENCIA ALIMENTAR E ESTADO NUTRICIONAL DE CRIANÇAS ASSISTIDAS EM UMA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE

MAIA, G.B.<sup>1</sup>; MARIN, T.<sup>2</sup>

## RESUMO

**Objetivo:** Analisar a frequência alimentar e a classificação nutricional de crianças atendidas em UBSs. **Método:** Pesquisa de campo, com abordagem explicativa, qualitativa. **Resultados:** Após a pesquisa, observou-se que a maioria das crianças estavam com o percentil dentro do recomendado, em relação ao questionário da frequência alimentar, o alimento que predominou mais foi os não saudáveis. **Conclusão:** Conclui-se que é de grande importância a atuação do nutricionistas nessa unidade, para o acompanhamento do estado nutricional da crianças, e para auxiliar na frequência alimentar.

**Palavras-chaves:** Avaliação nutricional, alimentação, SUS (Sistema Único de Saúde).

## ABSTRACT

**Objective:** To analyze food frequency and nutritional classification of children attended at UBSs. **Method:** Field research, with an explanatory, qualitative approach. **Results:** After the survey, it was observed that most children had the percentile within the recommended range, in relation to the food frequency questionnaire, the food that predominated the most was the unhealthy ones. **Conclusion:** It is concluded that the role of nutritionists in this unit is of great importance, to monitor the nutritional status of children, and to help with food frequency.

**Keywords:** Nutritional assessment, food, SUS (Single System of Health).

## INTRODUÇÃO

O nutricionista tem um papel importante, quando o assunto é promoção a saúde, porém, sua atuação em UBSs não é grande. UBSs infantis, requerem uma atenção melhor, por se tratar de crianças, e por ir uma quantidade a mais

1 Giovanna Borges Maia. Acadêmica do Curso Bacharelado em Nutrição da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – Pr. 2021. E-mail: [giborges.nutri@gmail.com](mailto:giborges.nutri@gmail.com)

2 Tatiana Marin. Orientadora da pesquisa. Mestre em Ciências dos Alimentos. Coordenadora do Curso de Nutrição da Faculdade de Apucarana- FAP/CNPq. Apucarana – Pr 2021. E-mail: [marintati@yahoo.com.br](mailto:marintati@yahoo.com.br)

de pessoas carentes, e sem muitas informações, e sem o conhecimento de que oferecer alimentos industrializados e de preparo fácil, não trarão malefícios. O SUS (Sistema Único de Saúde), foi criado com a intenção de diminuir a desigualdade social em relação à saúde, incluindo vários profissionais da área da saúde, sendo um deles, o nutricionista (CERVATO-MANCUSO et al., 2012).

Uma boa alimentação, e a importância do aleitamento materno, é essencial para um bom desenvolvimento infantil, ajudando a prevenir doenças, e assim, levando a um resultado de hábitos alimentares saudáveis presentes desde os primeiros meses de vida, e se desenvolvendo ao longo dos anos (BRASIL, 2008). O mal hábito alimentar, pode gerar nas crianças, alguns fatores que podem atrapalhar seu desenvolvimento, como o baixo peso, o sobrepeso, a obesidade, e tudo isso pode levar a gerar novas doenças, por isso o papel do nutricionista se torna importante, para orientar sobre os malefícios de uma alimentação inadequada, principalmente na fase infantil (MATTOS; NEVES, 2009).

De acordo com a OMS (Organização Mundial da Saúde), os índices de obesidade infantil só vem crescendo cada vez mais. (DE MELLO et al., 2004). O profissional nutricionista, que está presente em UBSs, é capacitado para dar orientações, de como começar a seguir um estilo de vida mais saudável, e analisar o estado nutricional das crianças, e assim, promove uma melhor qualidade de vida (PIMENTEL et al., 2014).

As Unidades Básicas de Saúde, precisam ter um profissional de nutrição presente, pois se trata de uma população mais leiga, com menos conhecimentos e recursos, necessitando de uma orientação de sobre a alimentação saudável, principalmente na vida dos seus filhos.

## **OBJETIVO**

Analisar a frequência alimentar e a classificação nutricional de crianças atendidas em UBSs.

## **MÉTODO**

Trata-se de uma pesquisa de campo, com abordagem explicativa e quantitativa. A coleta de dados foi realizada com 20 crianças que estavam sendo atendidas na UBS, analisando o estado nutricional e a frequência alimentar das mesmas. Para análise, foi feita tabulação de dados dos resultados, sendo feito gráficos através do programa Microsoft Office Excel. Logo em seguida foi feita uma discussão com base nos resultados.

## **DESENVOLVIMENTO**

Atualmente a maioria das crianças tem acesso a determinados tipos de alimentos, o que acaba interferindo no estado nutricional em que as mesmas se

encontram. Mediante isso, foi feita uma tabela, contendo (idade, peso, estatura), e analisado a tabela de crescimento segundo a OMS (Organização Mundial da saúde), utilizando os dados P/I (Peso por idade) E/I (Estatura por idade) P/E (Peso por estatura)

Os resultado obtidos segundo o gráfico da tabela de crescimento de Peso/Idade, todos os meninos se encontraram dentro do adequado (100%) segundo a recomendação, já na tabela de Estatura/Idade, 50% dos meninos se encontraram abaixo do percentil recomendado, e 50% dentro do adequado, e na tabela de Peso/Estatura, 30% do meninos se encontram acima do percentil recomendado, e 70% estavam com o percentil adequado.

Já na tabela de meninas, verificou que 10% das meninas estavam abaixo do recomendado e 10% estava acima e 80% estavam dentro do recomendado, já na tabela de Estatura/Idade, 100% das meninas estavam dentro do recomendo, e na tabela de Peso/Estatura, analisou-se que 20% estavam abaixo do recomendado, 20% acima do recomendado e 60% dentro do adequado. Para analisar se as meninas estavam adequadas, acima ou abaixo, foi analisado o percentil em que cada uma se encontrava.

Analisar o estado nutricional tem a finalidade de averiguar não apenas o crescimento da criança, mas também suas proporções corporais, buscando criar mecanismos de intervenção, assim é de essencial ter padronização da avaliação a ser usada para cada faixa etária. (SIGULEM, DEVINCENZI; LESSA, 2000).

Durante a pesquisa feita, foi elaborado um questionário sobre a frequência alimentar das crianças, nele continha o consumo de açúcar, achocolatado em pó, salgadinho, leite e derivados, frutas, legumes, carnes vermelha/ branca, ovo, arroz, feijão, macarrão e sucos/ refrigerantes, dividido em frequência de (nunca, 1-3 vezes por mês, 1-4 vezes por semana, 1 vez ao dia, 2 ou mais vezes ao dia). O questionário foi feito com 20 crianças, e não foi dividido entre meninas e meninos, pois as perguntas eram as vezes, e não fizeram diferença entre o estudo.

Pela tabela pode- se entender como está a alimentação das crianças, segundo a tabela de " Não Saudáveis" há uma grande frequência da quantidade de alimentos, na tabela de açúcares, 6 das 20 crianças, consomem alimentos açucarados de 2 ou mais vezes ao dia, e 6 das 20, também consomem achocolatado com uma grande frequência. Na tabela de refrigerantes/sucos, é possível analisar que das 20 crianças, 8 crianças fazem o consumo frequente de refrigerantes, e sucos industrializados diariamente. Sobre o consumo de salgadinho, 25% das crianças tem o acesso todos os dias a esse tipo de alimento, durante um estudo foi revelado que o maior consumo de salgadinho na infância, é o de milho.

Já em relação ao consumo de frutas e legumes, 70% das crianças consomem frutas com frequência, tendo uma minoria de 30% seletiva em relação ao mesmo, já o consumo de legumes, 75% das crianças tem o hábito de comer diariamente, já as 25% não tem um consumo com frequência. Na tabela de carnes vermelhas/ brancas e ovo (proteínas de origem animal), há uma aceitação de 60% e um grande consumo dessas proteínas diariamente. Na Tabela de Leite e derivados, também se faz o grande consumo entre as crianças, 75% delas consomem leite e derivados diariamente. Já na tabela de arroz e feijão, observou que se tem um alto consumo de arroz, sendo ele de 95% e de feijão também de 95%, conciliando os dois alimentos, sendo um dos pratos típico da tradição brasileira.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A frequência alimentar não interfere no estado nutricional, mas vale lembrar que futuramente o mal hábito alimentar poderá trazer malefícios a saúde, por isso é importante criar bons hábitos alimentares na infância, e respeitar a idade de oferecer determinados tipos de alimentos aos pequenos. O acompanhamento com o profissional nutricionista é indispensável, pois ele é o profissional que irá analisar se o consumo dos alimentos e se o ganho de peso ideal está saudável.

## **REFERÊNCIAS**

CERVATO-MANCUSO, A. M.; TONACIO, L. V.; SILVA, E. R.; VIEIRA, V. L. A atuação do nutricionista na Atenção Básica à Saúde em um grande centro urbano. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 17, n. 12, p. 3289-3300, 2012.

BRASIL. Portaria nº 154 de 24 de janeiro de 2008. Cria os Núcleos de Apoio à Saúde da Família (NASF). *Diário Oficial da União*, 24 jan, 2008.

MATTOS, P. F.; NEVES, A. S. A Importância da Atuação do Nutricionista na Atenção Básica à Saúde. *Revista Práxis*, v. 1, n. 2, p. 11-15, 2009.

DE MELLO, E. et al. Obesidade infantil: como podemos ser eficazes? *Jornal de Pediatria*, Rio de Janeiro, v. 80, p. 173-182, 2004.

PIMENTEL, V. R. M.; SOUSA, M. F.; HAMANN, E. M.; MENDONÇA, A. V. M. Alimentação e nutrição na Estratégia Saúde da Família em cinco municípios brasileiros. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 19, n. 1, p. 49-57, 2014

SIGULEM, Dirce M; DEVINCENZI, Macarena U.; LESSA, Angelina C. Diagnóstico do estado nutricional da criança e do adolescente. **Jornal de Pediatria**, vol. 76, supl. 3, 2000. Disponível em: <http://www.jped.com.br/conteudo/00-76-s275/port.pdf>. Acesso em: 12 set. 2021.