

INFLUÊNCIA DOS HÁBITOS ALIMENTARES DOS RESPONSÁVEIS NAS CRIANÇAS

STEFANY MARIA MANDATO DA SILVA¹ ; NATÁLIA BRANDÃO²

RESUMO

Objetivo: Analisar a alimentação das crianças e a influência dos hábitos alimentares dos seus responsáveis. **Método:** Pesquisa de campo, transversal, exploratória, qualitativa e quantitativa. **Resultados:** As crianças, filhas de pais que com sobrepeso/obesidade, possuem influencia direta da alimentação dos mesmos, em sua alimentação. **Conclusão:** Embora os fatores ambientais exerçam influencia na alimentação, os hábitos alimentares dos pais e/ou responsáveis também exercem influencia na alimentação das crianças.

Palavras-chave: Comportamento alimentar, nutrição infantil, hábito familiar.

ABSTRACT

Objective: to Analyze the food of children and the influence of the eating habits of its responsible. **Method:** field research, cross, exploratory, qualitative and quantitative. **Results:** the children, daughters of parents with overweight/obesity, have direct influence on food, in your diet. **Conclusion:** Although environmental factors exert influences on food, eating habits of parents and/or guardians also exert influences on children's nutrition.

Keywords: feeding behavior, child nutrition, family habit.

INTRODUÇÃO

A alimentação é uma das necessidades primordiais para o desenvolvimento humano, não apenas biologicamente, mas também por englobar aspectos sociais, psicológicos e econômicos. O alimento este presente em todas as etapas de nossa vida, contudo, é na infância/adolescência que ele requer uma atenção extra além do comum. (KART; HUBSCHER; MURA, 2007).

¹ Acadêmica do Curso Bacharelado de Nutrição da Faculdade de Apucarana - FAP

² Docente/Orientadora Especialista do Curso Bacharelado de Nutrição da Faculdade de Apucarana - FAP

O estado nutricional é consequência de vários fatores, de modo que é importante a influência exercida pelo meio ambiente. A vigilância nutricional constante faz-se necessária nos países em desenvolvimento, devido à alta prevalência de distúrbios como a desnutrição e, mais recentemente, a obesidade. Portanto, a avaliação do estado nutricional é etapa fundamental no estudo de uma criança, para verificar se o crescimento está se afastando do padrão esperado devido a alguma doença e/ou condições sociais desfavoráveis. Nutricionalmente, o período entre o desmame e os cinco anos de idade é a fase mais vulnerável da vida de uma criança.

Amaral (2008) apud Lima (2008) cita a necessidade de conscientização a uma alimentação saudável, começar com as crianças desde o nascimento, sendo essas práticas introduzidas pelos responsáveis.

Alimentar é complexo, incluindo determinantes externos e internos ao sujeito. O acesso aos alimentos, predominantemente na área urbana, é determinado pela estrutura socioeconômica, a qual envolve principalmente as políticas econômicas, sociais, agrícolas e agrárias. Estabelecendo assim que práticas alimentares moldadas pela condição de classe social criam determinantes culturais e psicossociais (GARCIA, 2003:17).

A infância é o período de formação dos hábitos alimentares. O entendimento dos fatores determinantes possibilita a elaboração de processos educativos, que são efetivos para mudanças no padrão alimentar das crianças (RAMOS & STEIN, 2000:29).

O excesso de peso em crianças pode ser resultado dos estímulos externos presentes no seu ambiente. Os determinantes biológicos e do estilo de vida da criança têm sido valorizados nas investigações sobre o excesso de peso. Contudo, é essencial avaliar a influência do ambiente, especialmente o familiar, no comportamento alimentar em idades precoces e no excesso de peso infantil. Nesse sentido, este estudo teve como objetivo avaliar influência do comportamento dos pais durante a refeição no excesso de peso na infância. (MACIEL FV, MATIJASEVICH 2015.)

OBJETIVO

Analisar a alimentação das crianças e a influência dos hábitos alimentares dos seus responsáveis.

METODO

Tratou-se de uma pesquisa com crianças de uma escola particular da cidade de Apucarana-PR. Os critérios de inclusão foram: Indivíduos de ambos gêneros, de 3 a 4 anos que sejam matriculados na instituição de ensino, sendo necessário a participação de seus responsáveis para o preenchimento do questionário. Os critérios de exclusão: Indivíduos que se recusarem a participar da pesquisa, que não possuem uma alimentação acompanhada de seus responsáveis diariamente e aqueles que não assinarem o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE) e responderem todas as questões. Este é um estudo transversal pois será realizado em apenas um momento, através de um questionário auto aplicável, no qual será uma pesquisa de aspecto quantitativo onde será observado a quantidade de crianças que sofrem influencia dos hábitos alimentares de seus responsáveis.

Ressalta-se que o projeto de pesquisa de pesquisa foi submetido à análise e aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa (CETi) da Faculdade de Apucarana (FAP), Parecer nº 2.646.116, CAAE 87992518.7.0000.5216 após autorização institucional da Autarquia Municipal de Saúde e da Clínica de Diagnóstico Mantine.

RESULTADOS

No processo de coleta de informações, foi realizada a antropometria nos alunos avaliados para que pudesse se estabelecer uma relação com os dados preenchidos (Peso e Altura) dos responsáveis. Sobre essa relação, pode-se perceber que dentre os adultos 18 deles foram categorizados como eutrofia; 6 foram diagnosticados com sobrepeso; já com obesidade grau I, foram diagnosticados 2 indivíduos e obesidade grau II, também 2 pessoas. Já para a mesma análise nas crianças, evidenciou-se 24 foram diagnosticadas como eutróficas e apenas 4 apresentaram obesidade.

O consumo de alimentos saudáveis houve índices muito significativos. Dentre os alimentos elencados, os que mais se destacaram na frequência de

consumo semanal foi o leite, queijo e iogurtes ou bebida láctea com um índice de 60,71% entre 5 a 7 dias por semana. Na sequencia, batata (outros preparos) cozida ou purê aparece com um consumo semanal de 3 a 4 vezes correspondendo a um percentual de 32,14%. Com um índice de consumo entre 1 a duas vezes semanais, o alimento mais consumido é bolo simples, correspondendo a 85,71% das respostas obtidas. Dos alimentos apresentados, o pão integral aparece como o item que há o maior índice de não consumo correspondendo à 60,71%.

Nesse sentido, constatou-se que embora em três casos os pais apresentaram obesidade e os filhos também, nos outros 7 pais que apresentaram quadro de sobrepeso ou obesidade, as crianças se apresentaram de forma saudável, (eutróficas). Ou seja, constatou-se que para a obesidade, não é apenas o hábito alimentar o responsável. É necessário levar em consideração fatores ambientais, socioeconômicos, fisiológicos e culturais.

Contudo, ao realizar uma análise mais aprofundada sobre as crianças que são filhas de pais que apresentaram sobrepeso e/ou obesidade, 11 no total, os dados coletados apresentam resultados diferentes. Considerando a influencia dos hábitos alimentares desses pais na vida dos filhos, percebe-se que as respostas aos questionários de ambos são idênticas.

Ora, nesse sentido então, quando afunila-se a pesquisa é notório que tais crianças acabam por adquirir o mesmo comportamento alimentar de seus pais em todas as esferas. Outro dado interessante, diz respeito ao consumo de refrigerantes, e 50% das crianças que são filhas de responsáveis com sobrepeso/obesidade responderam ter habito de consumir o mesmo de 3 a 4 vezes na semana.

Outra correlação estabelecida é entre o consumo de hortaliças e verduras, e esse dado é um dos que mais apresenta o contexto da alimentação de tais crianças. Das 11 crianças e pais, também quase 55% de ambos responderam não consumir tais itens. Ou seja, essas mesmas crianças e responsáveis estão habituadas a beber refrigerante com frequência, se alimentam de 3 a 4 vezes por dia e não consomem verduras e hortaliças.

Nesse sentido, é perceptível pelo menos alguns dos fatores que desencadearam o sobrepeso/obesidade nos responsáveis, contudo, das crianças,

apenas 4 são obesas, as demais ainda não desenvolveram o obesidade, todavia, com hábitos alimentares não saudáveis e frequentes, é possível que ainda venham a desenvolver.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Enfim, após a entrevista e a consequente tabulação dos dados, a pesquisa chegou à conclusão que a alimentação das crianças sofrem influência dos hábitos alimentares dos pais bem como em virtude das condições socioambientais a que estão expostas. É preciso ainda salientar que esse estudo não finda-se em si mesmo, podendo sofrer alterações com a mudança do grupo estudado bem como a quantidade de pessoas analisadas.

REFERÊNCIAS

ABREU, C.N, Filho Cangelli R. Anorexia nervosa e bulimia nervosa: abordagem cognitiva-construtivista de psicoterapia. **Rev Psiquiatr Clin** 2004; 31(4): 177-83.

ALMEIDA, P. C. D.; SILVA, J. P.; PINASCO, G. C.; HEGNER, C. C.; MATTOS, D. C.; POTRATZ, M. O.; BRAVIN, L. S.; SILVA, V. R.; LAMOUNIER, J. A. Perfil lipídico em escolares de Vitória – Brasil. **Journal of Human Growth and Development**. São Paulo. v. 26, n. 1, p.61-66. 2016.

ASSUMPÇÃO, Francisco B., KUCZYNSKI, Evelyn, SPROVIERI, Maria Helena, et al. Escala de Avaliação de Qualidade de Vida. **Arquivo Neuropsiquiatria**, v. 58, n.1, março, 2017.

BOOG, M. C. F. Contribuições da educação nutricional à construção da segurança alimentar. **Revista Saúde**. Piracicaba, v. 6, n. 13, p. 17. Mai/Ago. 2016.

CARVALHO J. Programas de atividade física no concelho do Porto. In J. Mota, J. Carvalho (Eds.): **Anais do seminário qualidade de vida no idoso: o papel da atividade física** (pp. 20-24); Porto, Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física da Universidade do Porto, 2016.

CERVATO, A. M.; JORGE, M. I. E.; GOMES, A. L. C. Bases teóricas para a prática da educação nutricional. **Nutrição em Pauta**. São Paulo. v.12, n.67, p.12. Jul./Ago. 2017.

CROCKER, D.,1993. **Qualidade de vida e desenvolvimento: o enfoque normativo de Sen e Nussbaum**. Revista Lua Nova, 31: 99-134.

FARIA, L; MARINHO, C. Atividades físicas, saúde e qualidade de vida na terceira idade. **Revista Portuguesa de Psicossomática**, v.6, n.1, jan-jun/ 2015.

Disponível em:< <http://www.redalyc.org/html/287/28760113/>>. Acesso em: 15 set. 2017

GONÇALVES, I. C. M.; SOUZA, N. F.. FINELLI, L. A. C.; JONAS, K. M. Avaliação nutricional de crianças de 2 a 5 anos no norte de Minas. **Revista Brasileira de Pesquisa em Ciência da Saúde**. Brasília. v.2, n.2, p.30-34. 2015.