

AVALIAÇÃO DO CONSUMO DE ALIMENTOS SUPÉRFLUOS NO PRIMEIRO ANO DE VIDA

Renata Mesquita Leal¹; Giselia Alves Pontes da Silva²

¹Estudante do Curso de Nutrição- CCS – UFPE; E-mail: leal_re@hotmail.com,

²Docente/pesquisador do Depto Materno Infantil– CCS - UFPE. E-mail: giselialves@gmail.com.

Sumário: O excesso de peso em idades precoces tem crescido no cenário mundial e a alimentação inadequada nos primeiros anos de vida tem papel importante na gênese desse problema. O objetivo desse estudo foi comparar a frequência de consumo de alimentos supérfluos entre lactentes com excesso de peso e eutróficos. Realizado um estudo observacional, com crianças de 10-18 meses de idade, nascidas a termo, atendidas no Serviço de Puericultura do Instituto de Medicina Integral Professor Fernando Figueira. Foram analisadas as características da alimentação de 102 crianças, por meio de entrevistas realizadas com as mães. Observou-se uma maior frequência de consumo de alimentos supérfluos entre os lactentes com excesso de peso. Conclui-se que apesar das crianças estudadas serem atendidas por profissionais em um serviço de saúde de referência apresentam alto consumo de alimentos considerados supérfluos. A exposição precoce a alimentos considerados qualitativamente inadequados contribui para uma condição nutricional desfavorável e no futuro poderá comprometer a saúde dessas crianças.

Palavras-chave: excesso de peso, alimentação, alimentos supérfluos, crianças.

INTRODUÇÃO

O excesso de peso tem alcançado faixas etárias cada vez mais precoces e em ritmo acelerado¹. A prática do aleitamento materno exclusivo, até seis meses de idade, com a posterior introdução adequada da alimentação complementar são diretrizes estabelecidas pelo Ministério da Saúde². No entanto, apesar dos esforços para alcançar a excelência na alimentação infantil, a literatura alerta para a introdução de alimentos considerados supérfluos, que não contribui para o alcance de uma alimentação saudável³. Os alimentos considerados supérfluos, por serem ricos em gordura, açúcar e sódio, pobres em fibras e micronutrientes e de alta densidade energética, representam um componente obesogênico que compromete o crescimento de lactentes. A motivação desse estudo foi verificar se a alimentação inadequada repercute no estado nutricional e teve como objetivo comparar a frequência de consumo de alimentos supérfluos entre lactentes com excesso de peso e eutróficos.

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo observacional descritivo, com componente analítico. Foram selecionadas crianças de 10-18 meses de idade, nascidas a termo, atendidas no Serviço de Puericultura do Instituto de Medicina Integral Professor Fernando Figueira (IMIP). Para classificação do estado nutricional, foi utilizado o índice antropométrico IMC/idade, as curvas de referências e os pontos de corte estabelecidos pela OMS (2006), divididos em dois grupos: lactentes eutróficos (\geq Percentil 3 e \leq Percentil 85) e lactentes com excesso de peso ($>$ Percentil 85)⁴. Foram entrevistadas as mães ou responsável das crianças e foram coletados dados sociodemográficos, antropométricos e dietéticos. Para investigar o

consumo alimentar dos lactentes foi utilizado como método de inquérito alimentar, o recordatório de consumo nas 24 horas precedentes à entrevista (R24h). Uma vez que não existe questionário de frequência alimentar validado para avaliar consumo habitual de lactentes, além do R24h, perguntas sobre frequência de consumo foram feitas com base na pirâmide alimentar para crianças menores de dois anos. Para categorização de frequências, foi considerada ausência/baixa frequência os lactentes que consumiram mensalmente, raramente ou não consumiram os alimentos pesquisados. E para a categoria Moderada/Alta frequência, os que tiveram consumo semanal ou diário. A análise estatística foi realizada no programa SPSS (*Statistical Package for Social Sciences*) versão 13.0. Para comparar as frequências foi realizado o teste qui-quadrado e em todas as situações analisadas, a significância estatística foi assumida quando $p < 0,05$. O padrão de consumo alimentar foi avaliado pelo método proposto por Fornés et al., (2002)⁵, na qual o cômputo geral da frequência do consumo foi convertido em escores para estabelecimento da mediana e ponto de corte. O projeto de pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos do CCS/UFPE, sob o número 23422513.1.0000.5208.

RESULTADOS

A amostra é composta por 46 (45,1%) crianças do sexo masculino e 56 (54,9%) do sexo feminino, que formaram dois grupos: eutróficos (42), e com excesso de peso (58). A maioria das mães relatou ter feito pré-natal (98%) e ter recebido orientação sobre aleitamento materno (90,2%) e alimentação complementar (95,1%). O Gráfico 1 demonstra o percentual de lactentes que consumiram mais que quatro alimentos supérfluo foi maior no grupo com excesso de peso ($p = 0,047$). Na Tabela 1 encontra-se descrito o percentual de lactentes que fizeram uso dos alimentos supérfluos. Apesar de não se observar associação estatística, destacaram-se os salgadinhos/pipoca que foram consumidos por mais da metade dos lactentes avaliados (58,8%). Na Tabela 2 os alimentos consumidos mais frequentemente foram os salgadinhos/pipoca (33,3%; 34/102), seguido do leite fermentado (24,4%; 25/102) e do biscoito recheado (20,6%; 21/102). Macarrão instantâneo destacou-se como o alimento supérfluo mais consumido diariamente (10,8%).

Gráfico 1 – Distribuição de consumo de alimentos supérfluos, segundo grupos de comparação.

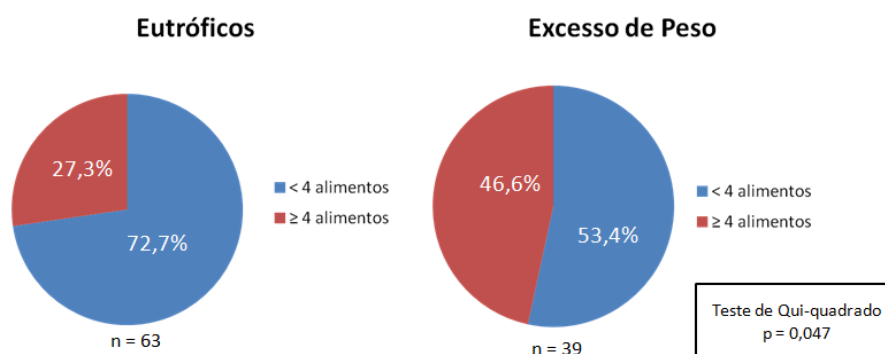


Tabela 1 – Percentual de Lactentes que Consumiram Alimentos Supérfluos

Variáveis	Total	Eutróficos		Excesso de Peso		P
	N	n	%	n	%	
Chá ou café						
Sim	10 (9,8%)	5	11,4%	5	8,6%	0,64*
Biscoito Recheado						
Sim	41 (40,2%)	16	36,4%	25	43,1%	0,49*
Macarrão Instantâneo						
Sim	25 (24,5%)	9	20,5%	16	27,6%	0,40*
Refrigerante						
Sim	38 (37,3%)	12	27,3%	26	44,8%	0,06*
Suco Artificial						
Sim	20 (19,6%)	6	13,6%	14	24,1%	0,19*
Chocolate/Achocolatado						
Sim	32 (31,4%)	13	29,5%	19	32,8%	0,72*
Bala/Pirulito						
Sim	28 (27,5%)	13	29,5%	15	25,9%	0,68*
Salgadinho/Pipoca						
Sim	60 (58,8%)	27	61,4%	33	54,9%	0,65*
Embutidos						
Sim	21 (20,6%)	6	13,6%	15	25,9%	0,13*
Leite Fermentado						
Sim	31 (30,4%)	11	25,0%	20	34,5%	0,30*

Tabela 2 – Frequência de consumo de alimentos superfluos

Variáveis	Total	Eutróficos		Excesso de Peso		P
	N	n	%	n	%	
Chá ou café						
Ausência/Baixa Frequência	98 (96,1%)	43	97,7%	55	94,8%	0,63**
Moderada/Alta Frequência	4 (3,9%)	1	2,3%	3	5,2%	
Biscoito Recheado						
Ausência/Baixa Frequência	81 (79,4%)	36	81,8%	45	77,6%	0,60*
Moderada/Alta Frequência	21 (20,6%)	8	18,2%	13	22,4%	
Macarrão Instantâneo						
Ausência/Baixa Frequência	86 (84,3%)	39	88,6%	47	81,0%	0,30*
Moderada/Alta Frequência	16 (15,7%)	5	11,4%	11	19,0%	
Refrigerante						
Ausência/Baixa Frequência	92 (90,2%)	38	86,4%	54	93,1%	0,26*
Moderada/Alta Frequência	10 (9,8%)	6	13,6%	4	6,9%	
Suco Artificial						
Ausência/Baixa Frequência	89 (87,3%)	40	90,9%	49	84,5%	0,33*
Moderada/Alta Frequência	13 (12,7%)	4	9,1%	9	15,5%	
Chocolate/Achocolatado						
Ausência/Baixa Frequência	88 (86,3%)	40	90,9%	48	82,8%	0,24*

Moderada/Alta Frequência	14 (13,7%)	4	9,1%	10	17,2%	
Bala/Pirulito						
Ausência/Baixa Frequência	93 (91,2%)	39	88,6%	54	93,1%	0,43*
Moderada/Alta Frequência	9 (8,8%)	5	11,4%	4	6,9%	
Salgadinho/Pipoca						
Ausência/Baixa Frequência	68 (66,7%)	29	65,9%	39	67,2%	0,88*
Moderada/Alta Frequência	34 (33,3%)	15	34,1%	19	32,8%	
Embutidos						
Ausência/Baixa Frequência	86 (84,3%)	39	88,6%	47	81,0%	0,30*
Moderada/Alta Frequência	16 (15,7%)	5	11,4%	11	19,0%	
Leite Fermentado						
Ausência/Baixa Frequência	77 (75,5%)	33	75,0%	44	75,9%	0,92*
Moderada/Alta Frequência	25 (24,5%)	11	25,0%	14	24,1%	

DISCUSSÃO

Observa-se que o percentual de lactentes que consumiram mais que quatro alimentos supérfluo foi maior no grupo com excesso de peso ($p=0,047$). Esses dados sugerem que o consumo desses alimentos proporciona excesso de calorias na dieta do lactente, em função de apresentarem alta densidade energética. Apesar de não apresentar significância estatística, o salgadinho/ pipoca foi o alimento mais consumido pelos lactentes avaliados, e por mais da metade das crianças com excesso de peso. Outro estudo também encontrou alto percentual⁶. O consumo inadequado pode comprometer a saúde nesta fase, uma vez que muitos alimentos industrializados são ricos em gorduras e carboidratos refinados, apresentando elevado valor energético. Por se tratar de uma amostra de baixa renda e consequentemente baixa escolaridade, é possível que a maioria das mães seja motivada a comprar pelas propagandas vinculadas, que classificam esses alimentos em ricos em vitaminas⁷. Apesar do alto consumo de alimentos supérfluos, a frequência mostrou-se baixa. No entanto, as pesquisas já mostram a evolução dos padrões de consumo alimentar nas últimas três décadas evidenciando declínio no consumo de alimentos básicos e tradicionais da dieta dos brasileiros, como o arroz e o feijão, havendo um aumento de até 400% no consumo de produtos industrializados⁸, levando a obesidade. O questionário de frequência alimentar, apesar de eficaz, pode ter sofrido interferência do baixo grau de escolaridade e entendimento, omissão, viés de memória para exposição passada e/ou baixo poder aquisitivo dos participantes⁶.

CONCLUSÕES

O consumo de alimentos considerados supérfluos, mesmo que não seja frequente, foi observado em lactentes com excesso de peso. É fundamental que haja mais estudos para avaliar o consumo de crianças, que são escassos no momento, para assim avaliar a vulnerabilidade da população e propor medidas eficazes de intervenção.

AGRADECIMENTOS

Ao Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica (PIBIC/CNPQ), a orientadora Gisélia Alves Pontes da Silva e a nutricionista Ísis Lucília Santos Borges de Araújo.

REFERÊNCIAS

- 1- CARDOSO, L. O. *et al.* Fatores socioeconômicos, demográficos, ambientais e comportamentais associados ao excesso de peso em adolescentes: uma revisão sistemática da literatura. **Rev. bras. epidemiol. [online]**, vol.12, n.3, pp. 378-403, 2009.
- 2- WORLD HEALTH ORGANIZATION. Complementary feeding: Family foods for breastfed children. In: Geneva, Switzerland: World Health Organization, 2000.
- 3- HEITOR, Sara Franco Diniz; RODRIGUES, Leiner Resende; SANTIAGO, Luciano Borges. Introdução de alimentos supérfluos no primeiro ano de vida e as repercussões nutricionais-[doi: 10.4025/ciencucuidaude.v10i3.11347](https://doi.org/10.4025/ciencucuidaude.v10i3.11347). **Ciência, Cuidado e Saúde**, v. 10, n. 3, p. 430-436, 2012.
- 4- BRASIL. Ministério da Saúde. Saúde da criança: nutrição infantil, aleitamento materno e nutrição complementar. Brasília: Ministério da Saúde, 2009. (Cadernos de Atenção Básica, n. 23) (Série A. Normas e Manuais Técnicos)
- 5- FORNÉS, N.S.; et al. Escore de consumo alimentar e níveis lipêmicos em população de São Paulo, Brasil. **Revista de Saúde Pública**. v.36, n.1, p.12-8, 2002.
- 6- DE SOUZA, Mariana Peres; MOLZ, Patrícia; PEREIRA, Camila Schreiner. Análise do consumo de alimentos fonte de sódio e excesso de peso em escolares do município de Rio Pardo, RS. **Cinergis**, v. 15, n. 1, 2014.
- 7- GURAN, T.; AL., E. Content analysis of food advertising in Turkish television. **Pediatric Children Health**, v. 46, n. 7-8, p. 427-430, 2010.
- 8- Brasil – IBGE [homepage on the Internet]. Pesquisa de Orçamentos Familiares – POF 2008-2009. Aquisição alimentar domiciliar per capita – Brasil e Grandes Regiões.