

LETÍCIA MARIA GUEDES SANTOS RIEVRS

**ORIENTAÇÃO NUTRICIONAL DAS CRIANÇAS: UMA
REFLEXÃO SOBRE OS NOVOS PADRÕES DE CONSUMO
ALIMENTAR**

TEÓFILO OTONI/MINAS GERAIS

2010

LETÍCIA MARIA GUEDES SANTOS RIEVRS

**ORIENTAÇÃO NUTRICIONAL DAS CRIANÇAS: UMA
REFLEXÃO SOBRE OS NOVOS PADRÕES DE CONSUMO
ALIMENTAR**

Trabalho de conclusão de curso apresentado
ao Curso de Especialização em Atenção
Básica e Saúde da Família, Universidade
Federal de Minas Gerais para obtenção do
Certificado de Especialista.

Orientadora: Prof^a. Dr^a. Márcia Bastos
Rezende

TEÓFILO OTONI/MINAS GERAIS

2010

LETÍCIA MARIA GUEDES SANTOS RIEVRS

**ORIENTAÇÃO NUTRICIONAL DAS CRIANÇAS: UMA
REFLEXÃO SOBRE OS NOVOS PADRÕES DE CONSUMO
ALIMENTAR**

Trabalho de conclusão de curso apresentado
ao Curso de Especialização em Atenção
Básica e Saúde da Família, Universidade
Federal de Minas Gerais para obtenção do
Certificado de Especialista.

Orientadora: Prof^a. Dr^a. Márcia Bastos
Rezende

Banca Examinadora

Prof. _____

Prof. _____

Prof. _____

Aprovada em Belo Horizonte ____/____/____

Se não fores estrada, sê vereda
Se não podes ser o sol, sê uma estrela
Não é pelo tamanho que se vence
Sê o melhor daquilo que fores

Douglas Mallach

AGRADECIMENTO

À professora Márcia Bastos Rezende, minha orientadora, pela paciência, exigência e incentivo para conclusão deste estudo.

À amiga Simone, a quem Deus presenteou com a combatividade de um guerreiro e a criatividade um artista, que ela insiste em compartilhar com tantos.

À professora, Eulita Maria Barcellos, minha tutora, pela serenidade, objetividade e incentivo a continuar a trajetória.

À amiga Bethânia, por sua paciência e consideração nos momentos de estresse.

DEDICATÓRIA

A Deus, criador, compassivo e amigo maior pela escuta silenciosa e o olhar bondoso apontando meus caminhos sem ele, nada.

Ao Luciano, marido e companheiro de todas as horas, pelo incentivo e ombro amigo, sem tréguas.

À minha mãe, por tudo! A sua presença em mim, dia-a-dia, incentivando a realização deste trabalho.

Ao meu pai, saudades! Um exemplo que o tempo não apaga.

RESUMO

Uma alimentação adequada é essencial para o crescimento e desenvolvimento infantil. Contudo, fatores diversos podem interferir nos seus gostos e preferências. Dessa forma, este estudo teve por objetivo analisar os novos padrões de consumo alimentar das crianças, através da busca de estudos que indicassem a importância da orientação nutricional na aquisição de hábitos alimentares saudáveis. Este estudo constituiu-se de revisão de literatura nacional da qual foram extraídas as contribuições para a devida exposição do tema proposto na construção de revisão integrativa. Concluiu-se que frente à globalização, facilidade de acesso a inúmeros tipos de alimentos para os diversos gostos e padrões econômicos, há um descomedido consumo de fácil acesso a inúmeros tipos de alimentos como proteínas (carnes), pizzas, doces, salgadinhos, refrigerantes, chocolate ou bolacha com recheio. Estes nutrientes inserem efeitos negativos na saúde, como os prejuízos decorrentes do consumo alimentar insuficiente (deficiências nutricionais) ou quanto ao consumo alimentar excessivo (obesidade). Estratégias como abordar as famílias dos pequenos pacientes, verificarem suas práticas alimentares e identificar as causas dos maus hábitos são ações para orientá-las, corrigindo erros alimentares, contribuindo para regressão de seus efeitos negativos e promovendo o redirecionamento da oferta de alimentos mais saudáveis quanto aos novos padrões de consumo alimentar.

Palavras-chave: orientação nutricional, consumo alimentar, alimentação, crianças.

ABSTRACT

An adequate feeding is essential for the growth and infantile development. However, diverse factors can intervene with its gusts and preferences. Of this form, this study it had for objective to analyze the new standards of alimentary consumption of the children, through the search of studies that indicated the importance of the nutritional orientation in the acquisition of healthful alimentary habits. This study one consisted of revision of national literature of which the contributions for the had exposition of the subject considered in the construction of integrative revision had been extracted. One concluded that front to the globalization, economic easiness of access the innumerable types of foods for the diverse gusts and standards, has one behaved immoderately consumption of easy access the innumerable types of foods as proteins (meats), pizzas, candies, briny, cooling, chocolate or big cookie with filling. These nutrients insert negative effect in the health, as the decurrent damages of the insufficient alimentary consumption (nutritional deficiencies) or how much to extreme the alimentary consumption (obesity). Strategies as to approach the families of the small patients, to verify its practical alimentary and to identify the causes of the bad habits are action to guide them, correcting alimentary errors, contributing for regression of its negative effect and promoting the redirect of it offers of more healthful foods how much to the new standards of alimentary consumption.

Wordkey: nutricional orientation, alimentary consumption, feeding, children.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	9
2 OBJETIVO	13
3 METODOLOGIA.....	14
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO	16
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	26
6 REFERÊNCIAS	27

1 INTRODUÇÃO

Diante de tantas alternativas alimentares como doces, chocolates, batatas fritas, refrigerantes, bolachas de diversos recheios, que são expostas a cada dia na mídia, aguçando o olhar e o desejo de todos os consumidores, principalmente das crianças, torna-se necessário refletir quanto à importância da orientação nutricional, visando sempre os novos padrões de consumo destes alimentos industrializados.

De acordo com Pontes *et al.* (2009), no mundo contemporâneo, existem diversas influências que modificam os padrões de alimentação das crianças. Dessa forma, uma alimentação inadequada pode estar ligada à ingestão de alimentos com excesso de açúcares, sódio, gorduras e deficiência de fibras e micronutrientes, com substituição do uso de água e sucos naturais pelos refrigerantes ricos em conservantes e outras composições.

Se a alimentação torna-se substancial na vida do ser humano, e em especial das crianças em desenvolvimento, é salutar que deva haver preocupação não só com a quantidade, mas também com a qualidade e frequência, proporcionais a faixa etária.

Os alimentos contribuem de forma essencial no desenvolvimento da criança. Dados do Ministério da Saúde (2002) trazem evidências de que a desnutrição infantil continua a ser um problema de saúde pública, tendo em vista que o consumo de frutas, verduras e vegetais folhosos por essa população é insuficiente. Flores *et al.* (2000, p.16) conceituam desnutrição como “resultado da interação entre uma dieta pobre em nutrientes e condições patológicas que contribuem para a maioria dos déficits de crescimento observados em crianças”.

Dentre as patologias, Cavalcante e Melo (2008) citam que a obesidade é um fator de risco para o desenvolvimento das doenças e agravos não transmissíveis na vida adulta. Já Tirapegui (2002, p. 90) trata a obesidade como um estado de supernutrição, onde, “se a ingestão inadequada se estender por longo prazo devem ocorrer alterações nos estoques corpóreos de energia e, conseqüentemente, no peso e composição corporal”.

De acordo com os dados da Pesquisa Nacional de Demografia e Saúde (2006) as situações de sobrepeso foram encontradas em 6,6% das crianças brasileiras de menos de cinco anos, representando uma exposição desta população ao risco de obesidade. A prevalência do excesso de peso é uma grande preocupação para a sociedade em que se vê com índice cada vez maior de nascimentos.

Dessa forma, a alimentação tem papel preponderante no quesito saúde do ser humano, dessa forma é fundamental que haja consciência quanto à necessidade de consumo

diário de micro nutrientes (vitaminas e elementos vestigais como o ferro, zinco, iodo) e macro nutrientes (carboidratos, gorduras e proteínas) existentes nos alimentos. Entretanto, o desenvolvimento econômico e globalizado vem oferecendo a cada tempo um número crescente de produtos alimentícios diferenciados, ou seja, uma variedade de opções nas prateleiras dos diversos comércios alimentícios a disposição dos consumidores. Kumanyika (2001) alerta para os novos padrões alimentares que vêm surgindo, pois, muitos alimentos que antes não faziam parte do cardápio alimentar das famílias (*catchup*, maionese, bolachas recheadas, patês e enlatados em geral), hoje, podem estar presentes nas mesas de consumidores de variado nível sócio econômico.

Já Cavalcanti e Melo (2008) enfatizam a questão do desenvolvimento econômico como determinante nas mudanças de padrões alimentares. À medida que as pessoas têm um poder aquisitivo melhor, mudam também os hábitos alimentares. De acordo com Cyrillo, Saes e Braga (2003) com o ganho inesperado de poder aquisitivo integra-se ao mercado consumidor todas as classes da população. A partir desse momento percebem que terão acesso a alimentos que antes não eram tão acessíveis, como os produtos enlatados e industrializados. As autoras ressaltam bem a questão econômica, tomando esta como preponderante na cadeia de iniciativas da população, quanto aos seus hábitos alimentares, sejam eles saudáveis ou não.

Da Silva e De Paula (2009) afirmam que se por um lado o desenvolvimento econômico e social são fatores que levam ao crescimento do número de pessoas consumidoras das variedades alimentícias, por outro, há um percentual dessas pessoas atentas à qualidade de vida. A preocupação com a saúde e a qualidade de vida devem ser uma constante na vida das pessoas e principalmente de crianças em fase de desenvolvimento.

É fundamental que exista no meio familiar, a educação em saúde como prática preventiva, visto que os pais têm seus filhos como integrantes da sociedade de consumo. Medidas como essas contribuem para diminuir os efeitos nocivos a saúde do consumo diário de alimentos obesogênicos (PONTES *et al.*, 2009).

Portanto, deve-se buscar sensibilizar não só grupos isolados de familiares, mas toda a sociedade quanto à importância da educação em saúde que frente à globalização, facilidade de acesso, o número crescente de alimentos para diversos gostos e padrões econômicos, tende a um descomedido consumo sem as devidas precauções com a saúde. Pontes *et al.* (2009) enfatizam o cuidado com a orientação nutricional da população infantil frente ao consumo inadequado de alimentos, como uma estratégia para corrigir os erros alimentares. Essa orientação contribui para a regressão dos seus efeitos negativos, dessa forma, será promovido o redirecionamento da oferta de alimentos mais saudáveis pela sociedade de consumo.

O ser humano passa por estado dinâmico e de evolução desde a sua concepção, ou seja, embrião – feto – infância – adolescência, fases que constituem etapas de maior importância do desenvolvimento e crescimento. Logo, o presente e passado nutricional durante o desenvolvimento da criança são preditivos para diagnósticos clínicos consistentes quanto a aspectos: biológico, afetivo, psíquico e social.

Diante dessas afirmativas, Ramos e Stein (2000) alertam para a adequada introdução de novos alimentos no primeiro ano de vida, com uma correta socialização alimentar, dando condições à criança de adotar preferências alimentares, o que irá orientar na determinação de seu padrão de consumo.

O crescimento infantil está ligado substancialmente aos aspectos neurológicos e psíquicos, que com o passar do tempo afetam comportamentos a escolha de padrões alimentares. No que diz respeito aos aspectos neurológicos, estes se iniciam no ponto de vista biológico, desde a concepção. Os aspectos psíquicos por sua vez, se constituem no decorrer da troca de relações no meio social (BRASIL, 2002).

Em termos psicossociais, a transmissão da cultura alimentar, e ainda sob a ótica familiar influencia de forma direta na aquisição de hábitos, é onde se deve ter a participação efetiva dos pais como educadores nutricionais (GILLESPIE; ACTERBERG, 1989).

Portanto, conclui-se que tanto o crescimento quanto o desenvolvimento dependem de aspectos que poderão contribuir de forma negativa ou positiva na sua evolução. A relação entre os aspectos neurológico e psíquico, permite entender que a criança está apta a absorver comportamentos ou hábitos a ela expostas no meio em que vive.

O Ministério da Saúde (2002) preocupado com a saúde e desenvolvimento das crianças desde o nascimento enfatiza o cuidado e atenção ao aleitamento materno exclusivo, entendendo que este é o alimento na medida certa quanto à qualidade e quantidade, conferindo benefícios significativos. Dessa forma, a prática do aleitamento materno deve ser uma constante e a introdução de outros alimentos complementares deve acontecer no momento adequado para que as crianças sejam nutridas com conteúdos energéticos e nutrientes adequados.

Se há uma socialização alimentar, e ainda, um ambiente favorável ao indivíduo, entende-se que esses fatores só irão contribuir para o crescimento saudável da criança.

O profissional de saúde, ao conhecer os benefícios de uma alimentação balanceada no crescimento e desenvolvimento infantil na prevenção de doenças causadas pelo déficit nutricional, tem a preocupação quanto aos novos padrões alimentares incorporados por essa população. Dessa forma, percebe-se a necessidade de refletir quanto à importância da

orientação quanto aos novos padrões de consumo alimentar ligada às informações de rotulagem, divulgação e promoção de alimentos processados, que muitas vezes compõem a dieta da população infantil.

Diante do exposto, conclui-se que direcionar melhor a escolha e oferta dos alimentos consumidos diariamente pela criança é fundamental, no sentido de gerar impactos positivos a curto, médio e longo prazo.

2 OBJETIVO

Descrever sobre os novos padrões de consumo alimentar das crianças para fundamentar a implantação de estratégias de orientação nutricional no serviço de atenção básica a saúde.

3 METODOLOGIA

Este estudo concretizou-se tomando como base a revisão de literatura nacional para que fosse possível avaliar as contribuições dos estudos produzidos com relação à importância da orientação nutricional para as crianças diante dos novos padrões de consumo alimentar. Assim as pesquisas já concluídas foram sintetizadas para que se pudessem obter resultados a partir de um tema de interesse social.

Nesse contexto, Gil (2004) afirma que a pesquisa bibliográfica, ou revisão de literatura é desenvolvida com base em material pronto como livros e artigos científicos. Buscou-se neste estudo compilar textos a partir de material já elaborado, constituído principalmente de artigos científicos, sendo que estes foram capturados por meio da busca eletrônica indexados nos bancos de dados: LILACS (Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências Sociais e da Saúde) e Scielo (*Scientific Electronic Library OnLine*). Os descritores utilizados para a pesquisa no banco de dados foram: orientação nutricional, consumo alimentar, padrão de consumo, alimentação das crianças.

Para se fazer uma revisão de literatura torna-se necessário que se estabeleçam questões para nortear as buscas por produções de determinado assunto. De acordo com Broome (1993) a construção de um conceito requer um trabalho de reconhecimento de pesquisas prévias na área, bem como a identificação de quais as questões que permanecem sem respostas. A questão que norteou este estudo foi: quais os novos padrões de consumo alimentar das crianças?

A revisão integrativa permite a construção e uma análise ampla da literatura, possibilitando discussões sobre os métodos e resultados de pesquisa. É fundamental seguir padrões técnicos e claros na revisão, de maneira que o leitor possa identificar as características reais dos estudos revisados (BEYEA; NICHLL, 1998).

Segundo Whittemore e Knafl (2005), a revisão integrativa da literatura envolve as seguintes etapas: identificação do problema de estudo, levantamento da literatura, avaliação crítica dos estudos, análise dos dados, redação da revisão.

Os critérios para seleção dos textos seguiram a lógica da pertinência temática assim como da relevância das contribuições teóricas por eles trazidos, nos últimos dez anos, visando levantar pesquisadores renomados no assunto. A busca resultou em um número de aproximadamente 300 artigos, que passaram por critérios de inclusão e exclusão, sendo que deste total foram incluídos apenas 58 artigos por estarem no período proposto para esta

pesquisa, publicados em português e estarem centrados nos novos padrões de consumo alimentar das crianças.

Ressalta-se que os demais artigos, 242, foram excluídos por não atenderem aos padrões de inclusão: o tipo de pesquisa era de revisão literária, não focavam o tema deste trabalho, não foram publicados entre 1999-2009 (critério de inclusão).

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Após a leitura dos 58 artigos escolhidos por critério de inclusão e exclusão, procedeu-se à compreensão e análise das contribuições teóricas trazidas pelos autores através do resgate dos pontos centrais por eles abordados visando à escolha de 10 artigos (QUADRO 1) com pesquisa de campo para análise deste estudo de revisão. A análise se deu através de uma tabela constituída de autor(s), número de participantes, protocolo de coleta de dados, desfechos avaliados e descrição dos resultados.

QUADRO 1: QUADRO DE REFERÊNCIAS

Autores	Participantes	Protocolo de coleta de dados	Desfechos avaliados	Descrição dos resultados
MAESTRO (2002)	580 alunos da rede pública de Piedade São Paulo.	Índices antropométricos. Questionário para obtenção de dados sobre consumo alimentar e estilo de vida dos escolares e nível socioeconômico das famílias.	Conhecer o estado nutricional e alguns de seus condicionantes, o consumo alimentar e o estilo de vida dos alunos amostrados.	Verificou-se que 65% dos alunos apresentam dietas inadequadas. Esses alunos consomem pouca fibra, energia, vitamina C (laranja), Cálcio (leite) ferro (feijão). E consumo elevado de proteínas (carnes).
OLIVEIRA <i>et al.</i> (2003)	699 crianças de cinco a nove anos da rede de ensino público e particular de Feira de Santana/BA	Avaliação antropométrica utilizando balança e trena. Entrevista individual para identificar os fatores socioeconômicos e biológicos.	Determinar a influência de fatores biológicos e ambientais no sobrepeso e obesidade.	Obesidade foi significativamente associada com: renda familiar; acesso a computador, Televisão, consumo de doces em alta frequência, opção por alimentos com alto valor calórico e hábitos familiares.
CANO <i>et al.</i> (2005)	171 crianças de 7-8 anos de escolas públicas e privadas da cidade Franca/SP	Avaliação antropométrica utilizando balança e trena. Entrevistas individuais.	Avaliar o perfil nutricional das crianças em idade escolar da cidade de Franca/SP	Verificou-se que as crianças consomem diversos alimentos industrializados ricos em gorduras e calorias; há um consumo excessivo de balas, refrigerantes. As crianças e têm o hábito de fazer suas refeições assistindo televisão.

QUADRO 1: QUADRO DE REFERÊNCIAS

(continua)

Autores	Participantes	Protocolo de coleta de dados	Desfechos avaliados	Descrição dos resultados
BARBOSA (2005)	219 pré-escolares com idade entre quatro e seis anos da Escola Municipal de São Judas Tadeu – Uberaba/MG	Questionário aplicado aos pais ou responsáveis - Indicadores antropométricos - Questionário de frequência alimentar.	Avaliar estado nutricional e a frequência de consumo de alimentos	Concluiu-se que a reduzida prevalência de desnutrição e prevalência de sobrepeso e obesidade encontrada nas crianças, estava ligada ao consumo de alimentos ricos em gorduras e açúcares, consumo de refrigerantes em substituição aos sucos de frutas naturais e a quase inexistência de consumo de verduras, legume e frutas.
LEMOS; DALLACOSTA (2005)	15 estudantes de ambos os sexos com bom nível sócio econômico de uma escola particular de Cascavel/Paraná.	Entrevista com perguntas abertas.	Conhecer os fatores que influenciam os hábitos alimentares dos alunos de uma escola particular e descrever suas práticas alimentares.	Os alunos são influenciados pelas famílias na aquisição de hábitos alimentares. Os sanduíches, <i>fast food</i> ganham na lista de preferidos dos alunos.
TRICHES; GIUGLIANE (2005)	573 crianças das escolas municipais de Dois Irmãos e Morro Reuter /RS com idade entre oito e 10 anos	Avaliação antropométrica utilizando balança e trena. Questionário sobre práticas alimentares e conhecimento em nutrição.	Avaliar a associação da obesidade com as práticas alimentares e conhecimento de nutrição em escolares	A obesidade mostra-se associada com menos conhecimento de nutrição e práticas alimentares menos saudáveis.
FRANÇA; KNEUBE; KANESHIMA (2006)	100 estudantes do sexo feminino e masculino da escola pública de Maringá/Paraná.	Questionário referente ao nível socioeconômico, estilo de vida, atividades físicas, hábitos alimentares e frequência alimentar.	Conhecer as preferências alimentares e estilos de vida dos alunos.	As preferências alimentares dos estudantes são: lanches: salgadinhos industrializados e fritos. Há um consumo exacerbado de açúcares, doces, óleos e gorduras: refrigerantes, pastel, chicletes, balas, chocolates.

QUADRO 1: QUADRO DE REFERÊNCIAS

(conclusão)

Autores	Participantes	Protocolo de coleta de dados	Desfechos avaliados	Descrição dos resultados
MURGUERO (2009)	20 escolares de escola pública e 20 escolares de particulares de 7 a 10 anos	Questionário socioeconômico e questionário de frequência alimentar	Comparar os alimentos que os escolares levam de lanche e identificar qual das duas escolas possui maior consumo de alimento industrializado	Entre os alimentos que os escolares levam de lanche, compram na cantina e mais gostam são os ricos em gordura, açúcar, corante (industrializados). Os que menos gostam são os essenciais ricos em nutrientes. O consumo excessivo de alimentos industrializados está presente na dieta dos escolares de ambas as escolas.
LULA <i>et al.</i> (2010)	197 alunos com idade entre três e 12 anos da rede particular de ensino de Teixeira de Freitas /BA	Avaliação antropométrica utilizando balança e trena.	Analisar o estado nutricional das crianças e verificar o índice de crianças com distúrbios nutricionais.	34,6% dos alunos apresentam riscos de distúrbios nutricionais (obesas ou risco para obesidade), ligados aos padrões alimentares do ambiente onde vivem. Esses alunos consomem frituras, doces e salgadinhos dentre outros (alimentos calóricos e desprovidos de vitaminas e minerais).

De um modo geral, grande parte dos artigos descritos neste estudo, traz no seu bojo, resultados e avaliações que levam as reflexões quanto à importância da orientação nutricional das crianças numa perspectiva de consumo de alimentos ricos em gorduras e açúcares.

Um estudo realizado por Barbosa (2005) em uma escola municipal na cidade de Uberaba/MG, descreve a preocupação quanto à avaliação do estado nutricional e frequência de consumo alimentar dos alunos. Para tanto, a pesquisadora considerou os dados antropométricos, como também as respostas obtidas através de questionários respondidos pelos alunos e seus familiares, a fim de se observar o tipo de consumo alimentar sob uma ótica socioeconômica. A autora mostra uma relação entre a prevalência da obesidade e sobrepeso com o aumento do consumo de salgados, doces, pipocas, bolachas recheadas e

consumo de refrigerantes em substituição de sucos naturais. Os percentuais descritos nessa pesquisa evidenciam que verduras e legumes são menos consumidos por 50% dos alunos.

No que diz respeito às preferências menos saudáveis Maestro (2002) ao buscar conhecer o estado nutricional e alguns de seus condicionantes, o consumo alimentar e o estilo de vida de um determinado número de alunos da rede pública de Piedade/SP demonstrou que 65% dos alunos apresentavam dietas com pouca fibra, energia, vitamina C, (laranja), cálcio (leite) ferro (feijão) e consumo elevado de proteínas (carnes), e ainda, pizzas, doces, salgadinhos, chocolate ou bolacha com recheio. Resultado esse confirmado anos depois nos estudos de autores como Cano *et al.* (2005), Barbosa (2005), França, Kneube e Kaneshima (2006).

Cano *et al.* (2005) avaliaram o perfil nutricional das crianças de escolas públicas e particulares da cidade de Franca /SP utilizando como instrumento de pesquisa, a avaliação antropométrica e questionários. Obtiveram um resultado de 25,6% de crianças com representação de algum tipo de risco nutricional, sendo 16,9% com risco para obesidade, e destes, 27,5% se encontravam no quadro de risco social. Os resultados do estudo de Cano *et al.* (2005) chamam a atenção para hábitos alimentares inadequados em todas as escolas pesquisadas, assim outros estudos como o de Barbosa (2005) que também demonstrou um baixo consumo de alimentos básicos e importantes para a formação das crianças como legumes e, frutas, cereais e um crescente consumo de alimentos hipercalóricos como chocolate, refrigerantes, bolo, dentre outros.

Da Silveira e Goldenberg (2001) estudaram 50 crianças pré-escolares de três a cinco anos e respectivos pais de uma escola particular no município de Foz do Iguaçu/Paraná, com o objetivo de identificar hábitos alimentares, preferências e aversões alimentares e o conceito de comer bem. As pesquisadoras verificaram que os alimentos industrializados como refrigerantes, doces, salgadinho de pacote, são os preferidos das crianças. Resultado encontrado também por Oliveira *et al.* (2003) que constataram que as crianças de cinco a nove anos de uma escola pública de Feira de Santana (BA) consomem com alta frequência doces e alimentos com elevado valor calórico.

Corroborando com os resultados de Da Silveira e Goldenberg (2001) e Oliveira *et al.* (2003), os estudos de Lemos e Dallacosta (2005) e Cavalcanti (2009), demonstraram também que os alunos mantinham preferências alimentares por pizza, sanduíche, doces dentre outros elevando as possibilidades de um quadro de obesidade.

França, Kneube e Kaneshima (2006) ratificam em seu estudo a evidência quanto a preferência alimentar das crianças por alimentos industrializados, denotando que as mesmas

não possuíam alimentação saudável, caracterizando um déficit nutricional de vitaminas e minerais, fundamentais no crescimento e na saúde das crianças.

Em uma mesma perspectiva de buscar conhecer os hábitos alimentares das crianças das escolas, quer seja municipal, pública ou particular, Murguero (2009) comparou os alimentos que alguns escolares de instituição pública e particular levavam de lanche e concluiu que os escolares têm uma preferência pelos alimentos ricos em gordura, açúcar, corante (industrializados), não consumindo aqueles alimentos essenciais, ricos em nutrientes.

Murguero (2009), portanto, traz resultado que confirma a preferência das crianças por alimentos industrializados descrito anteriormente por França, Kneube e Kaneshima (2006) e em seguida por Lula *et al.* (2009) que complementou os resultados demonstrando índices de crianças com quadro de distúrbios nutricionais (obesas ou risco para obesidade) ligados aos padrões alimentares do ambiente onde vivem.

Almeida, Nascimento e Quaioti (2002) analisaram a qualidade do *marketing* alimentício e fizeram uma nova construção da pirâmide alimentar a partir das propagandas observadas, ou seja, 60% dos alimentos apresentados na mídia se concentraram no grupo de gorduras, óleos e doces, com conseqüente redução do grupo de pães, cereais e massas, além da ausência de carboidratos complexos (frutas e vegetais *in natura*).

Dessa forma, ao relacionar a influência dos hábitos alimentares com o elevado número de horas que a criança fica de frente a televisão, Almeida, Nascimento e Quaioti (2002) relacionaram também a existência de eletroeletrônicos nas residências, com o ganho de peso de crianças e adolescentes. Em sua pesquisa eles constataram após analisar 432 horas de programação nas três principais redes de televisão do país, encontraram 1395 propagandas veiculadas, sendo que 57,8% delas eram de alimentos no grupo de óleos, gorduras, doces e açúcares da pirâmide alimentar. Essa pesquisa ressalta a preocupação quanto ao excesso de horas que uma criança assiste televisão, o que pode refletir diretamente no hábito alimentar das crianças, tendo em vista que estão expostas a aproximadamente 48 propagandas de alimentos industrializados por hora.

Franca, Kneube e Kaneshima (2006) ao pesquisarem as preferências e alimentares e estilos de vida de 100 escolares demonstraram que 61% crianças que mantinham o hábito de assistir televisão entre duas e quatro horas diárias, 83% delas afirmaram fazer suas refeições de frente a televisão. Da mesma forma, outro estudo o de Dietz e Gortzmaker (1992 apud CARNEIRO, 2007) afirma que para cada 1 hora da atividade de assistir à televisão na semana, as chances de desenvolvimento da obesidade aumentavam em 2%. Além disso, Wiecha *et al* (2006) demonstrou que para cada uma hora/dia em frente à televisão, era

adicionada à dieta um total de 167 kcal e também era gerado um alto consumo de alimentos que eram expostos na mídia.

Silva e Loures (1996 apud CAVALCANTI; MELO 2008) ao estudarem as propagandas de televisão e sua influência sobre a criança na percepção dos pais, comprovaram que as crianças de quatro a seis anos assistem televisão por um elevado número de horas na semana, tendo seus hábitos alimentares influenciados pelas propagandas e programas assistidos.

Para entender as interferências sobre os hábitos alimentares, Maestro (2002) mostrou que todos os escolares permanecem em média 3,3 horas diárias, expostos à programação televisiva, assim como em outras pesquisas como de Crivelaro *et al.* (2006), Lemos e Dallacosta (2005), que demonstram que a mídia interfere nas preferências alimentares das crianças. França, Kneube e Kaneshima (2006) ressaltam essa afirmação ao demonstrarem uma relação direta entre a alta frequência de crianças se alimentarem de frente a televisão e o sobrepeso.

Crivelaro *et al.* (2006) estudaram a exposição da criança à televisão, ao consumo exacerbado de alimentos calóricos e a obesidade. Os pesquisadores usaram como instrumento de pesquisa a observação sistemática dos comerciais de duas emissoras de televisão (canal aberto/Globo e SBT) e uma TV fechada (fechada pelo canal *Cartoon Network*, um programa específico para crianças). Foram observados os canais durante cinco dias sendo três dias por semana, um sábado e um domingo e em todos os dias da observação com horários específicos: das 8 às 12, das 14 às 18 e das 18 às 22h. Os resultados mostraram que a televisão aberta mantém opções de anúncios, renovando suas propagandas, encaixando promoções e alimentos vinculados aos filmes e desenhos de sucesso, estimulando a atenção das crianças para o consumo. Por outro lado no canal fechado, específico para crianças, os intervalos também eram preenchidos por vários tipos de anúncios que buscam a atenção do telespectador e do futuro consumidor infantil.

Essa pesquisa demonstrou que o horário de maior inserção de propagandas alimentícias para o público infantil, é o de 18 às 22h quando grande parte da família está reunida assistindo televisão. Esse é um horário estratégico para despertar interesse na criança e levá-la a convencer os pais na compra de determinado produto. As autoras concluíram que há uma exposição exacerbada das crianças às televisão e suas propagandas, logo, os anunciantes dos produtos alimentícios aproveitam para expor seus produtos, induzindo por meio de atrativos promocionais o público infantil, que podem desenvolver problemas de saúde como obesidade (CRIVELARO *et al.*, 2006).

Lemos e Dallacosta (2005) da mesma forma que Cavalcanti (2009), procurou conhecer os fatores que influenciam os hábitos alimentares de 15 alunos de uma escola particular em Cascavel/Paraná, descrevendo suas práticas alimentares. Os dados reforçam a influência da mídia nos hábitos dos alunos, descrito também por Crivelaro *et al* (2006) que constataram a intervenção direta dos comerciais da televisão nas preferências alimentares das crianças. A pesquisa ainda destaca a interferência familiar, os alunos afirmaram esse fato detalhando que os pais os influenciam para uma alimentação mais saudável, ao contrário dos amigos. Logo, Linn (2006) ratifica que o aumento do consumo calórico se mostra ligado à publicidade na televisão.

Outro fator coadjuvante do consumo de alimentos industrializados ressaltado pelos pesquisadores como Barbosa (2005) foi à condição socioeconômica das famílias, demonstrando que essas possuíam renda familiar de dois a cinco salários mínimos, o que permitiu entender que esta condição financeira lhes proporciona maior acesso ao consumo de alimentos industrializados.

Outros fatores podem influenciar os hábitos alimentares. Assim, França, Kneube e Kaneshima (2006) trazem resultados que confirmam que os padrões alimentares podem ser influenciados por questões socioeconômicas, bem como influência de amigos e familiares. Esse contexto é reforçado por Cavalcanti (2009) ao identificar a interferência da família e condição socioeconômica nos hábitos alimentares das crianças e também por Cano *et al* (2005) que afirma que quanto maior o poder aquisitivo maior é o acesso aos alimentos industrializados o que aumenta a porcentagem das crianças obesas, 16,9%. Dessa forma, conclui-se que os hábitos alimentares provêm de conhecimentos, vivências e experiências a partir de condições de vida, culturas, redes sociais, saberes científicos de cada época.

Diversos outros estudos demonstraram a preocupação com os novos padrões de consumo alimentar, logo, este estudo delineia resultados como o de Mamun *et al.* (2005) que também se preocuparam com a influência da família nos hábitos alimentares e para tanto pesquisaram a frequência com que elas se reuniam para as refeições. Os autores observaram que 80% das famílias davam à devida importância em fazer pelo menos uma refeição ao dia juntos, contudo, apenas um percentual pequeno de mães acreditava que este ato seria importante, o que pode contribuir para o sobrepeso em seus filhos.

Por outro lado, Oliveira *et al.* (2003) constataram que o sobrepeso se relacionava com o sedentarismo, a existência da televisão, computador e videogame nas residências, e baixo consumo de verduras, o que só confirma a influência do meio familiar sobre o hábito alimentar.

Tornam-se preocupantes as evidências descritas nos estudos dos pesquisadores vistos até aqui como o de Oliveira *et al.* (2003) que relaciona o sobrepeso e Lula *et al.* (2009) que afirmam que a comercialização de alimentos industrializados e calóricos contribui para a probabilidade de risco de obesidade, fato que gera a perpetuação de hábitos alimentares não saudáveis por grupos de risco ou não.

Em busca de novas estratégias de combate à obesidade, a educação nutricional vem sendo abordada em diversos resultados de pesquisas como de Maestro (2002) que afirma a necessidade da intervenção de um profissional de saúde e nutricional com vistas à reeducação alimentar.

Diante do fato que as crianças têm poucos conhecimentos em nutrição e hábitos alimentares, Triches e Giugliani (2005) afirmam que as escolas, os pais e a mídia têm veiculado mensagens insuficientes e ineficazes de hábitos alimentares mais saudáveis. Nesse sentido, trata-se da relação do conhecimento nutricional e do ambiente favorável na prática das intenções de melhorar a qualidade da dieta. O que torna estratégia fundamental para modificar o estado nutricional ou prevenir a obesidade. As intervenções, portanto, devem ir muito além de apenas promover conhecimentos nutricionais. As autoras afirmam que são necessárias ações integradas que visem à saúde das crianças, envolvendo famílias, escolas, comunidades e indústria alimentícia, além de um sistema de saúde que priorize a prevenção de doenças. E ainda, que priorizem novos estudos que investiguem com profundidade os determinantes dos desvios nutricionais nas comunidades e que testem estratégias de controle da obesidade, pois são necessários para impedir o avanço desta epidemia.

Cano *et al.* (2005) e Barbosa (2005) alertam para a necessidade da orientação nutricional por parte do profissional de saúde e nutricionistas junto às famílias das crianças, tendo em vista que estas trazem uma cultura de hábito alimentar inadequado. Essa preocupação vai de encontro ao resultado da pesquisa de Cavalcanti (2009) que verificou os efeitos de intervenção, no âmbito da escola, para a promoção do estilo de vida saudável, em relação aos hábitos alimentares em escolares da rede pública de ensino. O estudo foi com base em alunos de duas escolas de rede pública de Brasília/DF. Assim, como os demais estudos já vistos, a pesquisa utilizou como instrumentos de pesquisa, as medidas antropométricas e respostas dos alunos participantes do estudo. Assim, após análise das medidas dos alunos, bem como de suas respostas, o autor concluiu que a alimentação dessas crianças é inadequada e firmou a ideia de que a ação educativa é o melhor caminho de intervenção.

Da mesma forma, Domingues e Magro (2009) preocupadas com ações educativas que promovam a educação nutricional avaliaram e acompanharam o estado nutricional de 834

crianças de três a nove anos de instituições filantrópicas em Campo Grande/MS. As pesquisadoras concluíram que as crianças se apresentavam com um quadro anormal de nutrição, e averiguaram a necessidade e importância da intervenção educativa para as crianças e seus familiares. Esse resultado vai de encontro a pesquisa de França, Kneube e Kaneshima (2006) que demonstram ser importante a implementação de ações educativas ou orientações nutricionais que visem a modificação de suas práticas alimentares.

É muito importante que se ensine às crianças a importância de se cultivar hábitos alimentares saudáveis, visando assim, reformulações do comportamento alimentar, garantindo saúde e qualidade de vida.

De acordo com Lula *et al* (2009) somente a parceria entre família, educadores e profissionais de saúde, poderão diminuir os índices de obesidade encontrada no âmbito familiar. A autora sugere algumas melhorias nos padrões das escolas, a começar na adesão de comercialização de alimentos saudáveis, através da inclusão de um novo cardápio adequado e elaborado na cantina da escola. Outra estratégia é realizar projetos de sensibilização e educação nutricional para pais, alunos e professores, possibilitando uma diminuição do risco de distúrbios nutricionais entre crianças e adolescentes, garantindo melhorias na qualidade de vida destes.

Caldeira *et al* (2008) ao observarem em seus estudos um número elevado de crianças com sobrepeso em relação à desnutrição, entenderam que esse quadro revela um problema de saúde pública. Nesse sentido, Lula *et al* (2009) destacam a importância da articulação da escola (ações da merenda escolar), a implantação constante de ações educativas que estimulem a adoção de hábitos de vida saudável, não só da criança, mas também dos seus familiares para que assim sejam evitados quadros de sobrepeso ou desnutrição. Dessa forma, Caldeira *et al.* (2008) entendem que a escola é ambiente propício para promoção de mudanças, não só no combate a desnutrição e suas respectivas carências, bem como controlar e equacionar os quadros de excesso de peso na população infantil.

Assim, Lemos e Dallacosta (2005) destacam a necessidade da boa influência do profissional de saúde e nutrição, enfatizando que a educação nutricional começa desde a infância para daí então se firmar como parte da sua rotina diária até a vida adulta.

No intuito de construir novas estratégias para orientação nutricional das crianças em idade escolar, foram observados nos estudos, os novos padrões alimentares e a sua convergência para os distúrbios nutricionais. Daí a necessidade de integração entre profissionais de saúde (médico, nutricionista, enfermeiro e outros) família e escola no sentido de constituir um grupo de trabalho dentro da comunidade para implementar e atualizar

conhecimentos quanto ao consumo alimentar saudável.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo teve por objetivo analisar os novos padrões de consumo alimentar das crianças, através da busca de estudos que indicassem a importância da orientação nutricional na aquisição de hábitos alimentares saudáveis.

A revisão literária informa que nas últimas décadas mais especificamente a partir de 1990, o padrão alimentar das crianças sofreu grandes transformações. Logo, os resultados das buscas indicam a preocupação dos profissionais de saúde e da educação que devem estar atentos e aptos a fazerem à orientação nutricional de crianças e seus familiares quanto ao consumo adequado dos alimentos. E assim, abordar estratégias para corrigir erros alimentares, contribuindo para regressão de seus efeitos negativos e promovendo o redirecionamento da oferta de alimentos mais saudáveis, pois existem prejuízos decorrentes do consumo alimentar insuficiente (deficiências nutricionais) quanto ao consumo alimentar excessivo (obesidade).

Os novos padrões de consumo alimentar é um assunto de repercussão social, mas ainda apresenta um verdadeiro desafio para o futuro, haja vista que os veículos de comunicação em massa exercem uma influência direta nos hábitos alimentares com mensagens insuficientes e ineficazes, e investem cada vez mais no público infantil.

É sabido que os hábitos alimentares formam-se gradualmente na infância, e se estabelecem à medida que as crianças crescem e adotam preferências, sofrendo assim influência do meio em que vivem. Diante desse processo dinâmico de socialização da criança, existe a preocupação com a necessidade de interação no sentido da orientação nutricional.

Nesse sentido, é que se pode considerar a atuação das médicas pediatras em busca de estratégias para melhorar o quadro de distúrbios nutricionais das crianças que frequentam a Unidade de Atenção Primária a Saúde - UAPS - Vila Pedrosa do município de Teófilo Otoni/MG. Ou seja, juntamente com outros profissionais, como os de Nutrição é que se busca abordar as famílias dos pequenos pacientes, verificando suas práticas alimentares a fim de identificar as causas dos maus hábitos, e assim corrigí-los, sempre com o olhar atento aos seus valores culturais, religiosos, morais e socioeconômicos.

6 REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Sebastião de Souza; NASCIMENTO, Paula Carolina Bardoni Dantas; QUAIOTI, Teresa Cristina Bolzan. Quantidade e qualidade de produtos alimentícios anunciados na televisão brasileira. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 36, n. 3, p. 353-355, 2002.

BARBOSA, Ozeni Amorim. **Avaliação do estado nutricional e frequência de consumo de alimentos de crianças de 4 a 6 anos de idade**: o caso da Escola Municipal São Judas Tadeu Uberaba/MG. 2005. 91f. Dissertação (Mestrado em Educação Agrícola) - Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro, Seropédica, 2005.

BEYEA, Suzanne C.; NICOLL, Leslie H. Escrevendo uma resenha Integrativa. **Jornal AORN**, v.67, n.4, p.877, abr. 1998.

BRASIL. Ministério da Saúde. Guia alimentar para crianças menores de dois anos. Secretaria de Políticas de Saúde. Organização Pan Americana da Saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 2002. 152p.

BRASIL. Ministério da Saúde. Pesquisa Nacional de Demografia e Saúde da Criança e da Mulher. PNDS. Organização Pan Americana da Saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 2006. 283p.

BROOME, M E. **Revisão de Literatura Integrativa**: Conceitos no desenvolvimento da enfermagem. 2. ed. Philadelphia, 1993. p. 231-250.

CALDEIRA, Vera Lúcia Oliveira et al. Avaliação antropométrica de crianças menores de cinco anos de idade das creches públicas municipais de Casimiro de Abreu/RJ. Abr. 2008. **Rede Brasileira de Alimentação e Nutrição do Escolar - REBRAE**. Disponível em: <<http://www.rebrae.com.br>> Acesso em: 28 mai. 2010.

CANO, Maria Aparecida T. et al. Estudo do estado nutricional de crianças na idade escolar na cidade de Franca-SP: uma introdução ao problema. **Revista Eletrônica de enfermagem**, Goiânia, v. 7, n. 2, p. 179-184, 2005. Disponível em: <<http://www.fen.ufg.br>> Acesso em: 25 mai. 2010.

CARNEIRO, Vinícius Guimarães. **A influência da mídia na obesidade de crianças e adolescentes**. 2007. 39f. Monografia (Licenciatura em Educação Física) - Universidade de Ribeirão Preto. Campus Guarujá. UNAERP, Guarujá, 2007.

CAVALCANTI, Alexandra Coutinho; MELO, Ana Maria Carvalho de Albuquerque. Mídia, comportamento alimentar e obesidade na infância e na adolescência: uma revisão. **Revista Brasileira de Nutrição Clínica**, São Paulo, v. 23, n. 3, p.199-203, 2008.

CAVALCANTI, Leonardo Almeida. **Efeitos de uma intervenção em escolares do ensino fundamental I, para a promoção de hábitos alimentares saudáveis**. 2009. 92f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Universidade Católica de Brasília, UCB, Brasília, 2009.

CRIVELARO, Lana Paula et al. A publicidade na TV e sua influência na obesidade infantil. **UNIREvista**, São Paulo, v. 1, n. 3, p. 1-7, jul. 2006.

CYRILLO, Denise Cavallini; SAES, Maria Sylvia Macchione; BRAGA, Márcio Bóbik. Tendência do consumo de alimentos e o Plano Real: uma avaliação para a Grande São Paulo. **Planejamento e Políticas Públicas - IPEA**, n. 16, p. 163-198, dez. 1997. Disponível em: <<http://www.ipea.gov.br>> Acesso em: 26 mai. 2010.

DA SILVA, Joselis Moreira; DE PAULA, Nilson Maciel. **Alterações no padrão de consumo de alimentos no Brasil após o plano real**. Disponível em: <<http://www.pet-economia.ufpr.br>>. Acesso em: 08 dez. 2009.

DA SILVEIRA, Lourete Dal Bô Roncato; GOLDENBERG, Mirian. Hábitos e preferências alimentares de crianças com três a cinco anos de idade. **Revista Atualização Científica em Fonoaudiologia e Educação - CEFAC**, São Paulo, v.3, p.37-44, 2001.

DOMINGUES, Gislane; MAGRO, Suellen Cristina Mendes. **Avaliação nutricional de crianças de três a nove anos de idade de instituições filantrópicas de Campo Grande/Mato Grosso do Sul**. Disponível em: <<http://www.nutricaoativa.com.br>>. Acesso em: 20 set. 2009.

FLORES, Rafael et al. Níveis e tendências de Interrupção do crescimento em países em desenvolvimento. In: MARTORELL, Reynaldo; HASCHKE, Ferdinand. **Nutrição e Crescimento**. Programa Pediátrico, Santiago, v. 47, abr. 2000. p. 16-18. (Nestlé Nutrition Workshop Series)

FRANÇA, Angela Andréia; KNEUBE, Daniele de Pinho Freitas; KANESHIMA, Alice Maria de Souza. Hábitos Alimentares e estilo de vida de adolescentes estudantes na rede pública de ensino da cidade de Maringá-Pr. **Iniciação Científica - CESUMAR**, v. 8, n. 2, p. 175-183, jul./dez. 2006.

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. São Paulo: Atlas, 2004.

GILLESPIE, Ardyth H; ACTERBERG, Cheryl L. Comparação de padrões de interação família relacionados à alimentação e nutrição. **Journal of the American Dietetic Association**, v. 89, p. 509-512, 1989.

KUMANYIKA, Shiriki K. Mini-Simpósio sobre obesidade: Visão geral e algumas considerações estratégicas. **Annu Rev Public Health**, v. 22, p. 293-308, 2001.

LEMOES, Maybe Cristina Milna; DALLACOSTA, Márcia Cristina. Hábitos alimentares de adolescentes: Conceitos e práticas. **Arquivos de Ciências e Saúde Unipar**, Umuarama, v. 9, n. 1, p. 3-9, jan./abr. 2005.

LINN, Susan (ed.) **Crianças do consumo: a infância roubada**. São Paulo: Instituto Alana, 2006. 322 p.

LULA, Damaris de Jesus Santos et al. **Avaliação do Estado Nutricional de Escolares em Teixeira de Freitas**. Disponível em: <<http://artigocientifico.com.br>> Acesso em: 10 nov. 2009.

MAESTRO, Vanessa. **Padrão alimentar e estado nutricional: caracterização escolares do**

município paulista. 2002. 116f. Dissertação (Mestrado em Ciências) - Universidade de São Paulo, Piracicaba, 2002.

MAMUN, Abdullah A. et al. Atitude maternal positiva para a família comer juntos diminui o risco de excesso de peso de adolescente. **Obesity Research**, v. 13, n. 8, p. 1422-1430, 2005.

MURGUERO, Juliana Costa. **Avaliação do lanche de crianças de 7 a 10 anos de duas escolas em Araraguá, SC**. 2009. 66f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharel em Nutrição) - Universidade do Extremo Sul Catarinense, UNESC, Criciúma, 2009.

OLIVEIRA, Ana Mayra A. Sobrepeso e Obesidade Infantil: influência de fatores biológicos e ambientais em Feira de Santana, BA. **Arquivos Brasileiros de Endocrinologia e Metabologia**, São Paulo, v. 47, n. 2, p. 144-150, abr, 2003.

PONTES, Tatiana Elias et al. Orientação nutricional de crianças e adolescentes e os novos padrões de consumo: propagandas, embalagens e rótulos. **Revista Paulista de Pediatria**, São Paulo, v. 27, n. 1, p. 99-105, 2009.

RAMOS, Maurem; STEIN, Lílian M. Desenvolvimento do comportamento alimentar infantil. **Jornal de Pediatria**, Porto Alegre, v. 76, n. 3, p. 229-237, 2000.

TIRAPÉGUI, Júlio (org.). **Nutrição: fundamentos e aspectos atuais**. São Paulo: Atheneu, 2002.

TRICHES, Rozane Márcia; GIUGLIANI, Elsa Regina Justo. Obesidade, práticas alimentares e conhecimentos de nutrição em escolares. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 39, n. 4, p. 541-547, 2005.

WHITTEMORE, Robin; KNAFL, Kathleen. Uma revisão Integrativa: uma metodologia atualizada. **Journal of Advanced Nursing**, Oregon, v. 52, n. 5, p. 546-553, dez. 2005.

WIECHA, Jean L. et al. Quando que crianças comem prestarem atenção: impacto da televisão na entrada dietética na juventude. **Archives of pediatrics and adolescent medicine**, v. 160, n. 8, p. 436-442, 2006.