

DIAGNÓSTICO DO CONSUMO DE ALIMENTOS PROCESSADOS E ULTRAPROCESSADOS NA 1ª INFÂNCIA EM UMA ESCOLA PARTICULAR DO MUNICÍPIO DE COLATINA-ES

Ana Paula Freitas Zocatelli de Moura¹; Karla Gabriely Freitas Zocatelli de Moura¹; Ana Carolina Ceron Oliveira Mônico²

¹ Graduandas do curso de medicina do Centro Universitário do Espírito Santo – UNESC; anapfzmed@gmail.com, karlazocatelli@gmail.com

² Docente do Centro Universitário do Espírito Santo - UNESC, acoliveira@unesc.br

Palavras-chave: Desenvolvimento infantil, Nutrição da Criança, Fatores Socioeconômicos.

INTRODUÇÃO

O consumo excessivo de alimentos processados e ultraprocessados está associado ao aumento da incidência de obesidade, diabetes e outras doenças crônicas. Por apresentarem características que facilitam seu consumo pelo público infantil, como a conveniência, sabor artificial intensificado e publicidade direcionada às crianças, esses produtos tornam-se altamente atraentes, contribuindo para o aumento de sua prevalência na dieta infantil. Assim, como ilustrado na tabela nº 01 a alimentação tem um papel crucial no desenvolvimento infantil, com implicações duradouras para a saúde do indivíduo.

OBJETIVO

Esta pesquisa, feita em uma escola particular de Colatina-ES, analisa o consumo desses alimentos por crianças de 2 a 7 anos, e investiga a influência dos fatores socioeconômicos.

METODOLOGIA

O estudo, de caráter exploratório e quali-quantitativo, foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CAAE: 72997723.4.0000.5062) e incluiu levantamento bibliográfico, questionário socioeconômico, observação de lancheiras, cálculo do índice de massa corporal (IMC) e análise estatística. Participaram 44 crianças, sendo 23 meninas e 21 meninos, com predominância nos anos iniciais (2 e 3 anos).

RESULTADOS

No questionário, observou-se que mais da metade dos pais possuíam ensino superior ou pós-graduação, e famílias majoritariamente de 4 a 6 membros. Apesar de 47.1% dos pais avaliarem a dieta dos filhos como saudável e 85.3% indicarem consumo regular de frutas e verduras, 44.1% relataram consumo semanal de fast food. Sobre o IMC, 31.8% das crianças não tiveram peso e altura medidos, 29.5% estavam eutróficas, 18.1% abaixo do peso, 15.9% com sobrepeso e 4.5% com obesidade grau I. Na análise das lancheiras, identificou-se 120 alimentos: 63 ultraprocessados, 46 processados e 11 in natura.

DISCUSSÃO

Apesar do perfil educacional elevado dos pais, há uma discrepância entre a dieta referida em casa e a dieta escolar observada. Além disso, devido à ausência de dados antropométricos para uma parte significativa das crianças, a precisão dos dados nutricionais está comprometida.

Tabela 01 - Aspectos dos Alimentos Ultraprocessados

ASPECTO	DESCRIÇÃO
O que são Alimentos Ultraprocessados?	Produtos industrializados que contêm poucos ou nenhum ingrediente fresco, com adição de substâncias como açúcares, gorduras, sal, corantes, aromatizantes, e conservantes.
Principais Características	Alto teor de calorias vazias; Baixo valor nutricional; Longa durabilidade; Atraente para crianças devido a embalagens e marketing.
Exemplos Comuns	Refrigerantes, bolachas recheadas, salgadinhos, fast food, sucos artificiais...
Impacto na Saúde Infantil	O consumo frequente de ultraprocessados está associado ao aumento do risco de obesidade, diabetes tipo 2, hipertensão, e dislipidemias desde a infância.
Efeitos no Desenvolvimento	A ingestão desses alimentos pode interferir na formação de hábitos alimentares saudáveis, prejudicar o crescimento e desenvolvimento físico e cognitivo, e aumentar o risco de doenças crônicas a longo prazo.
Fatores que Influenciam o Consumo	Conveniência e praticidade; Publicidade voltada para crianças; Falta de conhecimento nutricional; Influência socioeconômica e cultural; Acesso limitado a alimentos frescos.
Importância de uma Alimentação Saudável	A introdução precoce de alimentos in natura e minimamente processados é crucial para prevenir doenças crônicas e garantir um desenvolvimento saudável.

Fonte: Elaborada pelas autoras.

CONCLUSÃO

A realização desse estudo possibilitou obter maior conhecimento sobre as práticas alimentares de crianças da primeira infância e o consumo de processados e ultraprocessados, permitindo abordar a relação entre a educação alimentar e as consequências atuais de uma dieta inadequada na saúde e no desenvolvimento infantil, assunto de extrema relevância para os dias atuais.

REFERÊNCIAS

- CONCEIÇÃO, Rafael dos Santos da; SOUZA, Iara Leão Luna de. Hipertensão arterial na infância: uma revisão de literatura. *Research, Society And Development*, [S.L.], v. 10, n. 11, p. 1-10, 9 set. 2021. Research, Society and Development. <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i11.19935>.
- FERREIRA, Ana Célia Guedes Roque et al. Diabetes Mellitus tipo 2: incidência e seus impactos biopsicossociais na infância / type 2 diabetes mellitus. *Brazilian Journal Of Health Review*, [S.L.], v. 4, n. 2, p. 7502-7510, 6 abr. 2021. South Florida Publishing LLC. <http://dx.doi.org/10.34119/bjhrv4n2-291>.
- LOPES, Wanessa Casteluber et al. ALIMENTAÇÃO DE CRIANÇAS NOS PRIMEIROS DOIS ANOS DE VIDA. *Revista Paulista de Pediatria*, [S.L.], v. 36, n. 2, p. 164-170, jun. 2018. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1984-0462/2018/36;2;00004>.
- SABARENSE, Natálya Brandão; FERREIRA, José Carlos de Sales. Fatores que influenciam na ingestão de alimentos ultra processados por crianças no período da alimentação complementar. *Research, Society And Development*, [S.L.], v. 11, n. 5, p. 1-10, 14 abr. 2022. Research, Society and Development. <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v11i5.28715>.
- SCAGLIONI, Silvia et al. Factors Influencing Children's Eating Behaviours. *Nutrients*, [S.L.], v. 10, n. 6, p. 706, 31 maio 2018. MDPI AG. <http://dx.doi.org/10.3390/nu10060706>.

AGRADECIMENTOS