



Trabalhos Científicos

Título: Hábitos Alimentares E Atividade Física Em Pré-Escolares Com Risco De Obesidade: Um Estudo Piloto De Intervenção Na Comunidade

Autores: LUCIANA H M OMORI (FMUSP); ALEXANDRE A FERRARO (FMUSP); ANA FLAVIA SOARES (FMUSP); ANA MARIA U ESCOBAR (FMUSP); SANDRA J GRISI (FMUSP); MARIA TERESA B FERNANDES (FMUSP)

Resumo: Objetivos: A obesidade infantil é um desafio para a saúde pública mundial. Ações simples, do cotidiano da atenção primária, devem ser testadas como uma ferramenta de prevenção e controle desta doença. Assim sendo, nosso objetivo é verificar se orientações simples realizadas na Atenção Primária (AP) podem modificar os hábitos alimentares e de atividade física de crianças pré-escolares com risco de obesidade. Metodologia: Vinte crianças (e seus cuidadores) com idades entre 2 e 5 anos e IMC maior que 1 z-escore, que frequentam a AP da região oeste de São Paulo, foram seguidas por um período de 7 meses. Foi aplicado, em uma primeira avaliação, um questionário de frequência dos grupos alimentares e perguntas sobre atividade física, além de serem realizadas medidas antropométricas. Orientações nutricionais e de atividade física simples foram realizadas. Após 7 meses, os mesmos parâmetros foram reavaliados. Para as variáveis numéricas utilizou-se o Teste T pareado e para as categóricas o Wilcoxon signed-ranktest. Resultados: O consumo de bolacha recheada diariamente diminuiu 10% em relação à primeira avaliação ($p=0.04$). Os refrigerantes utilizados diariamente tiveram o seu consumo diminuído em 40% ($p=0.02$) e a água apresentou um aumento de consumo (4 a 8 copos/dia) de 30% ($p=0.03$). O IMC z-score não apresentou mudança significativa: IMC inicial=2.26 +0.99; IMC final=2.25 +0.92 ($p=0.94$). Conclusões: Orientações nutricionais simples realizadas na Atenção Primária diminuíram o consumo de bolachas recheadas e bebidas adoçadas e aumentaram o consumo de água em crianças pré-escolares de forma significativa. O IMC permaneceu inalterado.