



Trabalhos Científicos

Título: Consumo Alimentar E Níveis Séricos De Vitamina D Em Crianças E Adolescentes Obesos

Autores: SABRINA SILVA GODOI (UFTM); FABIO DA VEIGA UED (UFTM); VIRGINIA RESENDE SILVA WEFFORT (UFTM)

Resumo: Introdução: A obesidade tem sido sugerida como fator de risco para deficiência de vitamina D devido à elevada adiposidade corporal, má alimentação e sedentarismo, com baixa exposição à luz solar. Objetivo: Analisar o consumo alimentar e os níveis séricos de 25-hidroxivitamina-D em crianças e adolescentes obesos. Métodos: Estudo transversal, descritivo, realizado com indivíduos obesos entre 5 e 19 anos de idade. O instrumento para coleta de dados consistiu na aplicação de um questionário, contendo questões sobre a prática de atividade física e frequência, tempo de exposição solar, tempo de permanência em frente a equipamentos eletrônicos e utilização de protetor solar. Informações sobre a alimentação foram coletadas através de registro alimentar de 3 dias. Resultados: Participaram da pesquisa 17 indivíduos, sendo 6 crianças e 11 adolescentes. Analisando-se a etnia, 70,6% declararam-se brancos e 29,4% negros. Em relação ao período de exposição solar, seja durante a prática de atividade física ou em momentos de lazer, 76,5% se expõem por mais de 30 minutos ao dia, por 5 dias ou mais durante a semana, no horário antes das 10 horas ou após as 16 horas. Dentre estes, apenas 11,8% fazem uso de protetor solar fator 30, aplicando-o nos braços e rosto. O tempo destinado à utilização de aparelhos eletrônicos foi de aproximadamente 6,8 horas diárias. A média da concentração sérica de 25-hidroxivitamina-D foi de 31,6 µg/dL, valor considerado adequado. Apenas uma criança apresentou deficiência (abaixo de 20 µg/dL). Quanto aos valores de ingestão de vitamina D, a média de 1,83µg/dia ficou bem abaixo das recomendações da RDA (DRIs, 2011) de 15µg/dia, independente da faixa etária e sexo. Conclusões: A média dos níveis séricos de vitamina D de crianças e adolescentes obesos encontra-se dentro da faixa de recomendação, provavelmente devido ao tempo de exposição solar adequado. O consumo alimentar, por sua vez, apresentou-se deficiente.