

Trabalhos Científicos

Título: Como Comem Nossas Crianças?

Autores: CAROLINA MENDES PEREIRA (UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO NORTE), ALICE MENDES DUARTE (UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO NORTE), BRUNO MENESCAL PINTO DE MEDEIRO (UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO NORTE), LETÍCIA MARIA FERNANDES DE OLIVEIRA (UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO NORTE), LEONARDO MOURA FERREIRA DE SOUZA (UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO NORTE), ANA LUIZA BRAGA DE MACEDO LOMBARDI (UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO NORTE), ANNICK BEAUGRAND (UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO NORTE)

Resumo: Introdução: A alta prevalência da obesidade infantojuvenil revela um contexto multifatorial da uma rotina desde a falta de atividades aeróbicas até hábitos alimentares diferentes das recomendações de saúde causando risco metabólicos na população infantojuvenil. Objetivos: Apresentar uma realidade de cardápio de um grupo escolar. Participantes e método: Foi realizada uma intervenção presencial em escola local, com alunos do 1º ano à 3ª série, de 6 a 18 anos. Foram coletados, por graduandos do curso de medicina, supervisionados por um pediatra, os dados relativos à alimentação dos estudantes no café da manhã, lanche da manhã, almoço, lanche da tarde, jantar e ceia. Resultados: Foram entrevistados 77 crianças e adolescentes. No café, o pão e o biscoito foram os mais citados, a segunda refeição não era realizada pela maioria, e a ingesta principal era de industrializados (bolacha recheada) e de gordura trans e saturada (empada, coxinha). O almoço basicamente composto pelo “arroz e feijão”, além de proteína (carne vermelha, peixe, ovos ou frango) em pequenas porções. A quarta refeição tinha o pior perfil: refrigerantes, coxinha, pipoca industrializada, pizza, bolos e bolachas recheadas. O jantar frequentemente se compunha de cuscuz e tapioca. A ceia raramente compunha o cardápio. Conclusão: Em ordem de prioridade, a base da pirâmide alimentar recomendada pela Sociedade Brasileira de Pediatria inclui pequenas porções de farináceos, tubérculos e raízes, seguida pelo grupo de frutas, verduras e legumes. Após, os lacticínios, carnes, ovos e feijões, e os óleos, gorduras, açúcares e doces são as exceções orientadas. A realidade no grupo escolar não corresponde às recomendações, com um padrão rico em açúcares, industrializados e gorduras trans. Estudos contextualizados com índices multifatoriais são necessários, mas conscientização de pais e da escola urge, com intuito de práticas de hábitos saudáveis alimentares