



ARTIGO ORIGINAL

Qualidade da dieta de pré-escolares de 2 a 5 anos residentes na área urbana da cidade de Pelotas, RS



Katharine Konrad Leal*, Bruna Celestino Schneider,
Giovanny Vinicius Araújo França, Denise Petrucci Gigante,
Iná dos Santos e Maria Cecília Formoso Assunção

Universidade Federal de Pelotas (UFPel), Pelotas, RS, Brasil

Recebido em 16 de junho de 2014; aceito em 17 de setembro de 2014
Disponível na Internet em 10 de junho de 2015

PALAVRAS-CHAVE

Pré-escolar;
Índices;
Hábitos alimentares;
Dieta

Resumo

Objetivo: Avaliar a qualidade da dieta de pré-escolares residentes na área urbana da cidade de Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil.

Métodos: A qualidade da dieta foi avaliada de acordo com o Índice de Alimentação Saudável (IAS), adaptado para o Brasil. O consumo alimentar foi medido por meio de Questionário de Frequência Alimentar. O escore do índice foi obtido por uma pontuação distribuída em 13 grupos alimentares, que caracterizam diferentes aspectos de uma dieta saudável, variação de 0 a 100 pontos. Quanto mais próximo de 100, melhor será a qualidade da dieta.

Resultados: A qualidade da dieta foi avaliada em 556 pré-escolares. O valor médio do escore do IAS foi de 74,4 pontos. Isso indica que as dietas necessitam ser melhoradas. As médias dos escores foram significativamente maiores entre as meninas e entre crianças provenientes de famílias com renda familiar entre um e menos de três salários mínimos mensais.

Conclusões: As crianças apresentaram consumo de verduras e legumes abaixo da recomendação, enquanto os alimentos do grupo dos óleos e gorduras, bem como do grupo dos açúcares, balas, chocolates e salgadinhos, foram consumidos em excesso. É importante reforçar orientações para promover um hábito alimentar mais saudável, que poderá perdurar em etapas posteriores da vida

© 2015 Associação de Pediatria de São Paulo. Publicado por Elsevier Editora Ltda. Todos os direitos reservados.

KEYWORDS

Preschool;
Indexes;
Food habits;
Diet

Diet quality of preschool children aged 2 to 5 years living in the urban area of Pelotas, Brazil

Abstract

Objective: To assess the dietary quality of preschool children in the urban area of Pelotas, Rio Grande do Sul, southern Brazil.

* Autor para correspondência.

E-mail: katharineleal@hotmail.com (K.K. Leal).

Methods: Dietary quality was measured according to the Healthy Eating Index (HEI), adapted to Brazil. Food consumption was obtained using the Food Frequency Questionnaire (FFQ). The index score was obtained by a score, ranging from 0 to 100, distributed in 13 food groups that characterize different components of a healthy diet. The better the quality of the diet, the closer the score is to 100.

Results: Dietary was evaluated in 556 preschoolers. The mean HEI score value was 74.4 points, indicating that diets need improvement. The mean scores were significantly higher among girls and in children from families with income between one and less than three minimum wages.

Conclusions: The children showed vegetable consumption below the recommended level, while the food group of oils and fats, as well as the group of sugars, candies, chocolates and snacks were consumed in excess. It is important to reinforce guidelines to promote healthier eating habits, which may persist later in life.

© 2015 Associação de Pediatria de São Paulo. Published by Elsevier Editora Ltda. All rights reserved.

Introdução

Uma alimentação adequada na infância reflete-se no crescimento e no desenvolvimento fisiológico, na saúde e no bem-estar das crianças. Nessa fase, uma dieta equilibrada torna-se muito importante, porque essas se encontram em fase de crescimento, desenvolvimento e formação da personalidade e dos hábitos alimentares.¹

Os pais influenciam o desenvolvimento de hábitos alimentares nas crianças, pois são responsáveis pelo processo de introdução alimentar, pelo padrão alimentar oferecido e pelos exemplos de atitudes perante o alimento.² As preferências alimentares das crianças são aprendidas a partir de experiências repetidas do consumo de determinados alimentos. Esses hábitos refletem-se em sua ingestão alimentar, condicionada às consequências fisiológicas e ao contexto social em que a criança vive. Nessa fase elas preferem alimentos mais calóricos, pois causam maior saciedade e garantem o aporte energético necessário para as necessidades básicas.³

Nas últimas décadas, tem-se avaliado a qualidade da alimentação da população por meio de índices dietéticos. Esses consistem em um método de análise da alimentação com a finalidade de determinar sua qualidade por meio de um ou mais parâmetros, simultaneamente: ingestão adequada de nutrientes, número de porções consumidas de cada grupo de alimentos e quantidade de diferentes gêneros alimentícios presentes na dieta.⁴ A maioria desses índices foi desenvolvida nos Estados Unidos e adaptada e usada em outros países.⁵ Dentre os mais citados na literatura, destacam-se: o índice de nutrientes,⁶ o escore de variedade da dieta,⁷ o escore da diversidade da dieta,⁸ o índice de qualidade da dieta – IQD (Healthy Eating Index – HEI),⁴ o índice de alimentação saudável (IAS)⁹ e o índice de qualidade da dieta revisado.¹⁰

O IAS foi criado em 1995 pelo Departamento de Agricultura dos Estados Unidos, com o objetivo de construir um índice de qualidade global da dieta que incorporasse em uma só medida as necessidades nutricionais e os guias dietéticos para consumidores americanos.¹¹ O IAS é constituído por dez componentes, baseados em diferentes aspectos de uma dieta saudável, e foi adaptado para o Brasil com base nas Diretrizes Alimentares para a População Brasileira (DAPBs)¹²

por Domene et al.,¹³ para ser usado com pré-escolares de dois a seis anos.

Este estudo avalia a qualidade da dieta de uma amostra de pré-escolares da cidade de Pelotas, RS, Brasil, por meio do emprego do IAS.

Método

Este trabalho, feito em Pelotas, RS, em 2008, usa dados referentes à alimentação de pré-escolares participantes de estudo transversal de base populacional, que consistiu na quarta avaliação de uma série temporal, com o objetivo de avaliar o efeito da fortificação com ferro em farinhas de trigo e milho sobre anemia em crianças menores de seis anos.¹⁴ Dados metodológicos se encontram descritos em publicação anterior.¹⁴

A entrevista foi feita por nutricionistas treinadas, com as mães ou o responsável pela criança, com a aplicação de um questionário pré-codificado. Foram coletadas variáveis demográficas (sexo e idade das crianças, em meses), socioeconômicas (renda familiar, em salários mínimos, e escolaridade da mãe, em anos completos) e relativas à alimentação. Por meio da aplicação de um questionário de frequência alimentar (QFA) quantitativo, com 56 itens alimentares, distribuídos em cereais, leguminosas, vegetais, frutas, leite e derivados, carne e derivados, gorduras, açúcares e outros alimentos, desenvolvido para o estudo, com período recordatório de um ano, foram avaliados o consumo e, a partir desse, a qualidade da dieta. O QFA foi validado com o uso de três recordatórios de 24 horas. Os coeficientes de correlação de Pearson atenuados foram todos iguais ou superiores a 0,50 para macronutrientes, cálcio, ferro, sódio, vitamina C, colesterol e gordura saturada (dados não publicados).

A análise da qualidade da dieta foi feita por meio do Índice de Alimentação Saudável (IAS) proposto por Domene et al.¹³ Dessa forma, foi gerado um escore de pontos a partir da pontuação de 13 componentes. Os primeiros oito estavam relacionados com os grupos alimentares: 1) cereais; 2) legumes e verduras; 3) frutas e sucos de frutas; 4) leite e derivados; 5) carnes e ovos; 6) leguminosas; 7) óleos e gorduras e; 8) açúcares, balas, chocolates e salgadinhos. Esses oito componentes contribuem com 50% do escore total. Para

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/4176006>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/4176006>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)