
ANÁLISE DA FREQUENCIA ALIMENTAR E ESTADO NUTRICIONAL DE CRIANÇAS ASSISTIDAS EM UMA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE

Giovanna Borges Maia*

Tatiana Marin**

RESUMO

Objetivo: Analisar a frequência alimentar e a classificação nutricional de crianças atendidas em UBSs. **Método:** Pesquisa de campo, com abordagem explicativa, qualitativa. **Resultados:** Após a pesquisa, observou-se que a maioria das crianças estavam com o percentil dentro do recomendado, em relação ao questionário da frequência alimentar, o alimento que predominou mais foi os não saudáveis. **Conclusão:** Conclui-se que é de grande importância a atuação do nutricionistas nessa unidade, para o acompanhamento do estado nutricional das crianças, e para auxiliar na frequência alimentar.

Palavras-chaves: Avaliação nutricional. Alimentação. SUS (Sistema Único de Saúde).

ABSTRACT

Objective: To analyze food frequency and nutritional classification of children attended at UBSs. **Method:** Field research, with an explanatory, qualitative approach. **Results:** After the survey, it was observed that most children had the percentile within the recommended range, in relation to the food frequency questionnaire, the food that predominated the most was the unhealthy ones. **Conclusion:** It is concluded that the role of nutritionists in this unit is of great importance, to monitor the nutritional status of children, and to help with food frequency.

Keywords: Nutritional assessment. Food. SUS (Single System of Health).

INTRODUÇÃO

O nutricionista tem um papel importante, quando o assunto é promoção a saúde, porém, sua atuação em UBSs não é grande. UBSs infantis, requerem uma atenção melhor, por se tratar de crianças, e por ir uma quantidade a mais de pessoas carentes, e sem muitas informações, e sem o conhecimento de que oferecer alimentos industrializados e de preparo fácil, não trarão malefícios. O SUS (Sistema Único de Saúde), foi criado com a intenção de

* Acadêmica do Curso Bacharelado em Nutrição da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – Pr. 2021. E-mail: giborges.nutri@gmail.com

** Orientadora da pesquisa. Mestre em Ciências dos Alimentos. Coordenadora do Curso de Nutrição da Faculdade de Apucarana- FAP/CNPq. Apucarana – Pr 2021. E-mail: marintati@yahoo.com.br

diminuir a desigualdade social em relação à saúde, incluindo vários profissionais da área da saúde, sendo um deles, o nutricionista (CERVATO-MANCUSO *et al.*, 2012).

Uma boa alimentação, e a importância do aleitamento materno, é essencial para um bom desenvolvimento infantil, ajudando a prevenir doenças, e assim, levando a um resultado de hábitos alimentares saudáveis presentes desde os primeiros meses de vida, e se desenvolvendo ao longo dos anos (BRASIL, 2008). O mal hábito alimentar, pode gerar nas crianças, alguns fatores que podem atrapalhar seu desenvolvimento, como o baixo peso, o sobrepeso, a obesidade, e tudo isso pode levar a gerar novas doenças, por isso o papel do nutricionista se torna importante, para orientar sobre os malefícios de uma alimentação inadequada, principalmente na fase infantil (MATTOS; NEVES, 2009).

De acordo com a OMS (Organização Mundial da Saúde), os índices de obesidade infantil só vem crescendo cada vez mais. (DE MELLO *et al.*, 2004). O profissional nutricionista, que está presente em UBSs, é capacitado para dar orientações, de como começar a seguir um estilo de vida mais saudável, e analisar o estado nutricional das crianças, e assim, promove uma melhor qualidade de vida (PIMENTEL *et al.*, 2014).

As Unidades Básicas de Saúde, precisam ter um profissional de nutrição presente, pois se trata de uma população mais leiga, com menos conhecimentos e recursos, necessitando de uma orientação de sobre a alimentação saudável, principalmente na vida dos seus filhos.

86

OBJETIVO

Analisar a frequência alimentar e a classificação nutricional de crianças atendidas em UBSs.

MÉTODO

Trata-se de uma pesquisa de campo, com abordagem explicativa e quantitativa. A coleta de dados foi realizada com 20 crianças que estavam sendo atendidas na UBS, analisando o estado nutricional e a frequência alimentar das mesmas. Para análise, foi feita tabulação de dados dos resultados, sendo feito gráficos através do programa Microsoft Office Excel. Logo em seguida foi feita uma discussão com base nos resultados.

DESENVOLVIMENTO

Atualmente a maioria das crianças tem acesso a determinados tipos de alimentos, o que acaba interferindo no estado nutricional em que as mesmas se encontram. Mediante isso, foi feita uma classificação, conforme mostra na tabela 1- meninos, e segundo a tabela 2- Meninas, contendo (idade, peso, estatura), e analisado a tabela de crescimento segundo a OMS (Organização Mundial da saúde), utilizando os dados P/I (Peso por idade) E/I (Estatura por idade) P/E (Peso por estatura).

Tabela 1- Meninos

IDADE (meses)	PESO (Kg)	ESTATURA	P/I	CLASSIFICAÇÃO E/I	CLASSIFICAÇÃO P/E	CLASSIFICAÇÃO
1	28	12,5	93 P >50% P <15%	Adequado	P >85% P <50%	Adequado
2	46	16,7	101 P 50%	Adequado	P >50% P <15%	Adequado
3	14	12,3	77 P > 85% P <50%	Adequado	P >50% P <15%	Adequado
4	34	16,9	98 P > 85% P <50%	Adequado	P >85% P <50%	Adequado
5	22	11,9	82 P > 85% P <50%	Adequado	P >15% P <3%	Abaixo
6	18	10,2	78 P >50% P <15%	Adequado	P >15% P <3%	Abaixo
7	17	10	75 P >50% P <15%	Adequado	P > 3%	Abaixo
8	16	10,3	73 P >50% P <15%	Adequado	P > 3%	Abaixo
9	18	10,6	76 P >50% P <15%	Adequado	P > 3%	Abaixo
10	59	18,2	106 P >50% P <15%	Adequado	P >50% P <15%	Adequado

87

Tabela 2- Meninas

IDADE (meses)	PESO (Kg)	ESTATURA (cm/m)	P/I	CLASSIFICAÇÃO E/I	CLASSIFICAÇÃO P/E	CLASSIFICAÇÃO
1	29	11,2	88 P > 50% P < 15%	Adequado	P >50% P <15%	Adequado
2	50	18,7	106 P >85% P < 50%	Adequado	P > 85% P <50%	Adequado
3	33	12,5	90 P > 50% P < 15%	Adequado	P > 50% P < 15%	Adequado
4	53	16,8	102 P 50% P < 15%	Adequado	P > 50% P < 15%	Adequado
5	54	18	110 P > 85% P < 50%	Adequado	P > 85% P < 50%	Adequado
6	53	14,2	104 P > 15% P < 3%	Abaixo	P > 50% P < 15%	Adequado
7	40	18,6	103 P > 97% P < 85%	Acima	P > 85% P <50%	Adequado
8	50	18,5	105 P > 85% P <50%	Adequado	P > 85% P <50%	Adequado
9	47	16,8	102 P 50%	Adequado	P 50%	Adequado
10	33	14,2	90 P > 85% P < 50%	Adequado	P > 50% P < 15%	Adequado

Os resultado obtidos segundo a tabela de crescimento de Peso/Idade, todos os meninos se encontraram dentro do adequado (100%) segundo a recomendação, já na tabela de Estatura/Idade, 50% dos meninos se encontraram abaixo do percentil recomendado, e 50% dentro do adequado, e na tabela de Peso/Estatura, 30% do meninos se encontram acima do percentil recomendado, e 70% estavam com o percentil adequado.

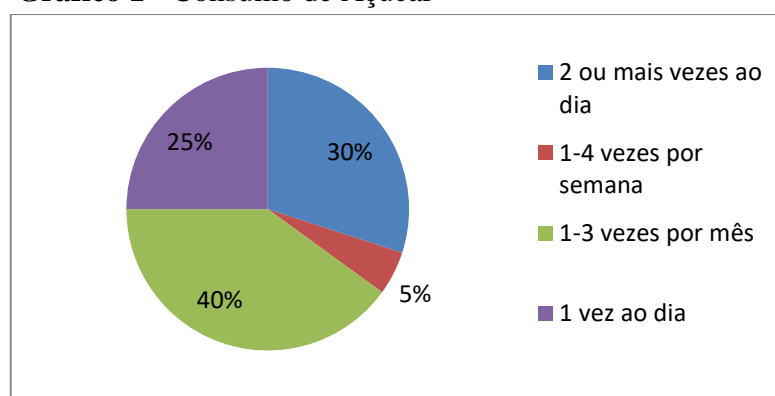
Já na tabela de meninas, verificou que 10% das meninas estavam abaixo do recomendado e 10% estava acima e 80% estavam dentro do recomendado, já na tabela de Estatura/Idade, 100% das meninas estavam dentro do recomendo, e na tabela de Peso/Estatura, analisou-se que 20% estavam abaixo do recomendado, 20% acima do

recomendado e 60% dentro do adequado. Para analisar se as meninas estavam adequadas, acima ou abaixo, foi analisado o percentil em que cada uma se encontrava.

Analisar o estado nutricional tem a finalidade de averiguar não apenas o crescimento da criança, mas também suas proporções corporais, buscando criar mecanismos de intervenção, assim é de essencial ter padronização da avaliação a ser usada para cada faixa etária. (SIGULEM; DEVINCENZI; LESSA, 2000).

Durante a pesquisa feita, foi elaborado um questionário sobre a frequência alimentar das crianças, nele continha o consumo de açúcar, achocolatado em pó, salgadinho, leite e derivados, frutas, legumes, carnes vermelha/ branca, ovo, arroz, feijão, macarrão e sucos/refrigerantes, dividido em frequência de (nunca, 1-3 vezes por mês, 1-4 vezes por semana, 1 vez ao dia, 2 ou mais vezes ao dia). O questionário foi feito com 20 crianças, e não foi dividido entre meninas e meninos, pois as perguntas eram as vezes, e não fizeram diferença entre o estudo.

Gráfico 1 - Consumo de Açúcar

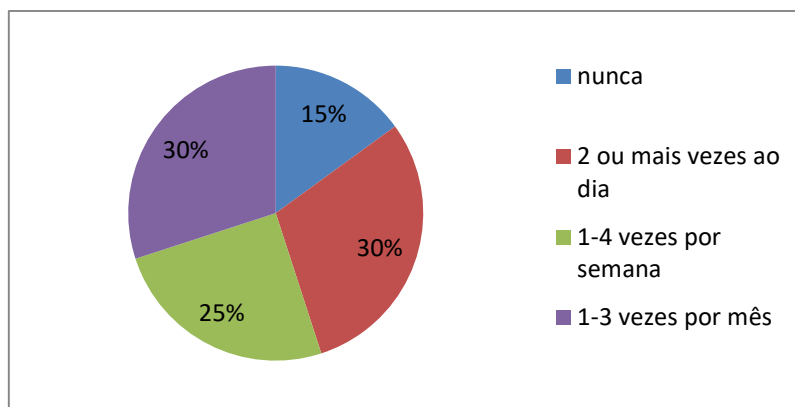


Fonte: Maia e Marin (2021)

Pelo gráfico 1, 30% das crianças, consomem alimentos açucarados de 2 ou mais vezes ao dia, já 5% consomem de 1-4 vezes por semana, 40% consomem de 1-3 vezes por mês, e 25% consomem 1 vez ao dia.

Já no gráfico 2, 30% das crianças, também consomem achocolatado com uma grande frequência, 30% consomem de 1-3 vezes por dia, 25% consomem 1-4 vezes por semana, 15% não tem o hábito de consumo.

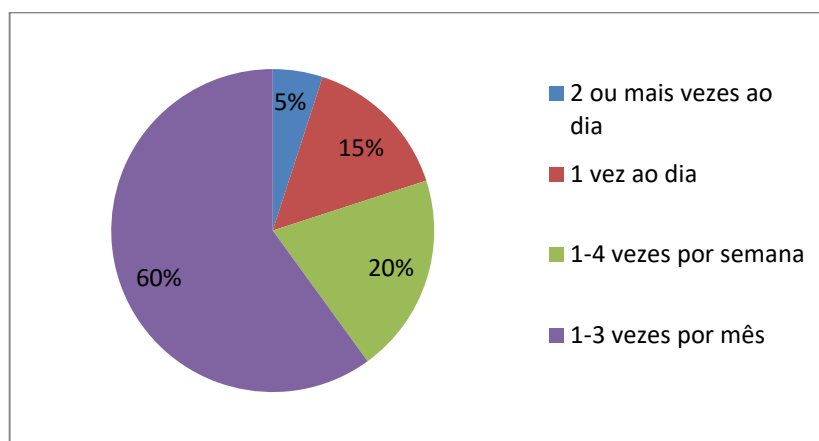
Gráfico 2 - Consumo de Acolatado



Fonte: Maia e Marin (2021)

Segundo o consumo de salgadinhos, como mostra o gráfico 3.

Gráfico 3 - Consumo de Salgadinho



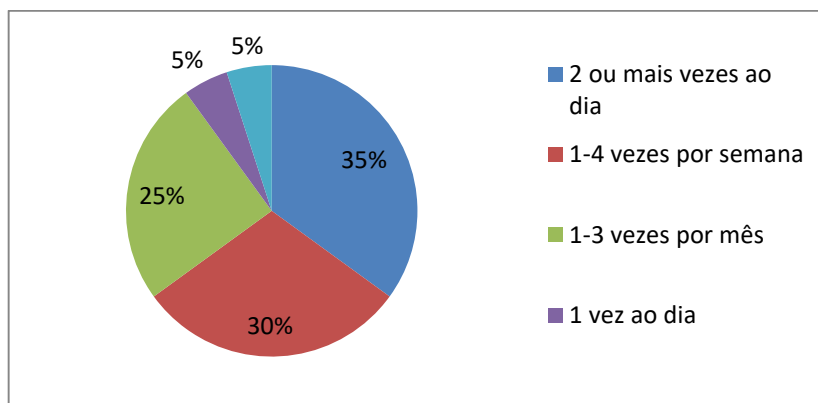
Fonte: Maia e Marin (2021)

Sobre o consumo de salgadinho, 25% das crianças tem o acesso todos os dias a esse tipo de alimento, 5% consomem de 2 ao mas vezes ao dia, 15% consome 1 vez ao dia, 60% consomem de 1-3 vezes por mês, e 20% consomem de 1-4 vezes por semana.

Já no gráfico 4, mostra a quantidade de sucos e refrigerantes consumido pelas crianças.

Sucos/ Refrigerantes:

Gráfico 4 - Consumo de Suco/ Refrigerantes



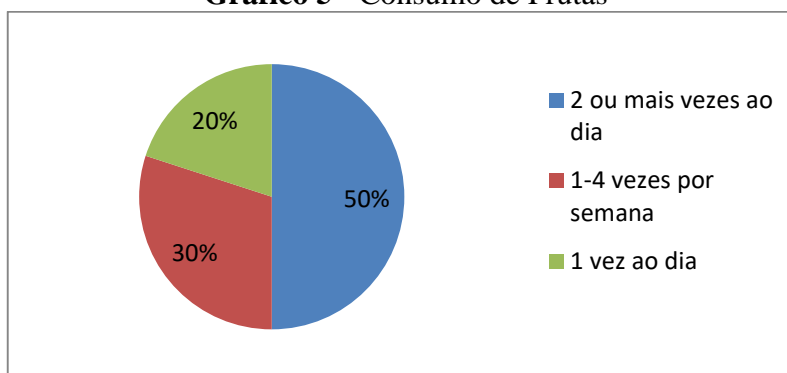
Fonte: Maia e Marin (2021)

Observa-se que 40% das crianças fazem o consumo frequente de refrigerantes, e sucos industrializados diariamente, 25% consomem de 1-3 vezes por mês, 30% consomem 1-4 vezes por semana, 35% consomem de 2 ou mais vezes ao dia, 5% consomem 1 vez ao dia, e 5% não fazem o consumo.

90

Já em relação ao consumo de frutas, 70% das crianças consomem frutas com frequência, 50% consomem 2 ou mais vezes por dia, e 20% consomem 1 vez ao dia, tendo uma minoria de 30% seletiva em relação ao mesmo, que consomem de 1-4 vezes por semana, conforme mostrado no gráfico 5.

Gráfico 5 - Consumo de Frutas

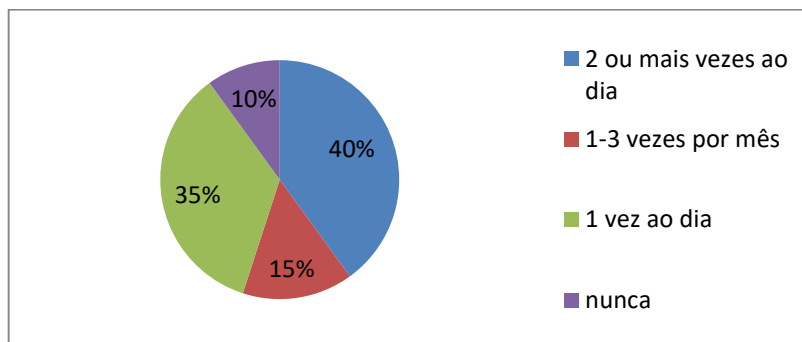


Fonte: Maia e Marin (2021)

Já como mostra no gráfico 6, sobre o consumo de legumes, 75% das crianças tem o hábito de comer diariamente, sendo elas 40% de 2 ou mais vezes ao dia, e 35% consomem 1

vez ao dia, já 25% não tem um consumo com frequência, sendo 15% de 1-3 vezes por mês, e 10% não consumindo nunca.

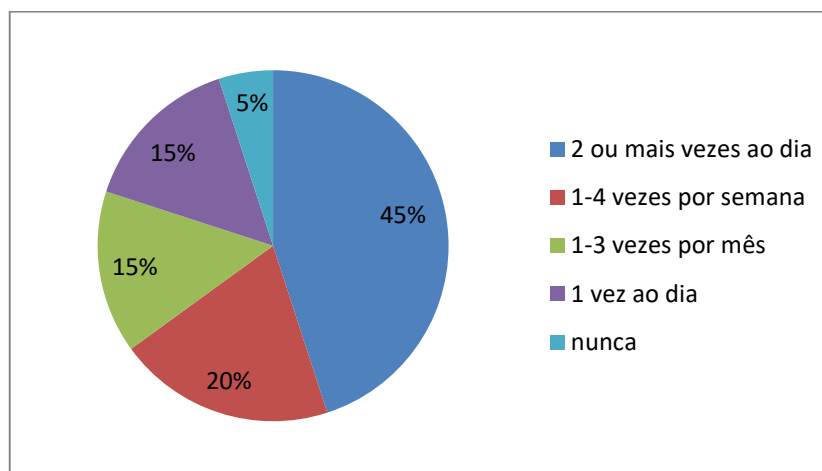
Gráfico 6 - Consumo de Legumes



Fonte: Maia e Marin (2021)

De acordo com o consumo de carnes vermelhas/ brancas, mostrado no gráfico 7.

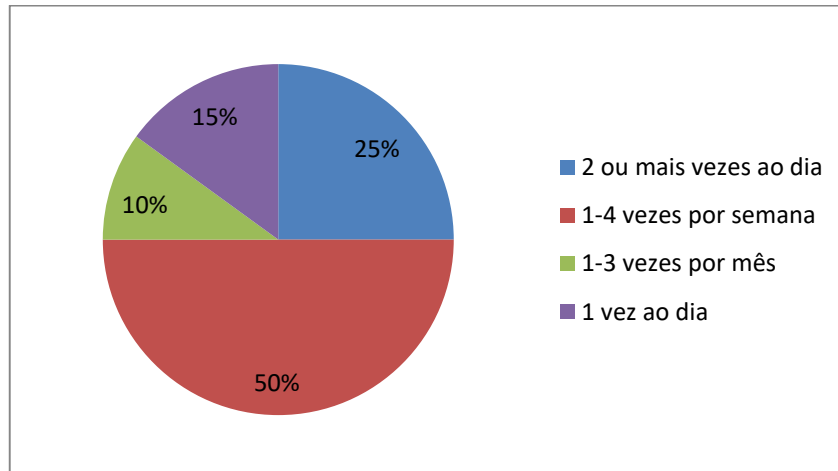
Gráfico 7 - Consumo de Carne Vermelha/ Branca



Fonte: Maia e Marin (2021)

Referente ao consumo de ovo, que se encontra no gráfico 8.

Gráfico 8 - Consumo de Ovo



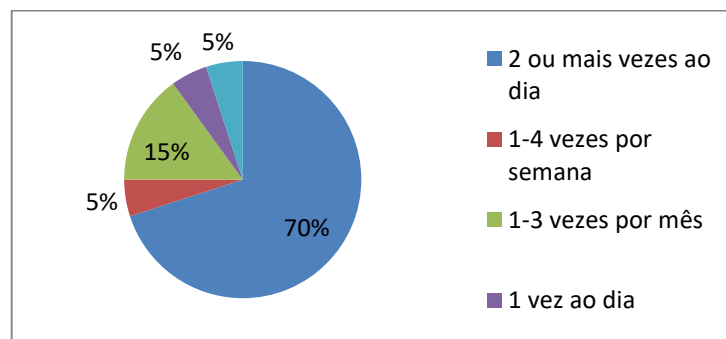
Fonte: Maia e Marin (2021)

Em relação as proteínas animais, há uma aceitação de 60% e um grande consumo diariamente, em relação ao consumo de carne vermelha/branca, 45% das crianças consomem carnes 2 ou mais vezes o dia, 15% consomem 1 vez ao 2dia, outros 15% consomem 1-3 vezes por mês, 20% consomem de 1-4 vezes por semana, e 5% não consomem, já em relação ao consumo de ovo, 25% consomem de 2 ou mais vezes ao dia, 15% consomem 1 vez ao dia, 10% consomem de 1-3 vezes por mês, e 50% consomem de 1-4 vezes por semana.

92

Já na classificação de leite e derivados, mostrado no gráfico 9, também se tem o grande consumo entre as crianças, 75% delas consomem diariamente, sendo 70% consumindo de 2 ou mais ao dias, 15% consumindo de 1-3 vezes por mês, 5% de 1-4 vezes por semana, outros 5% 1 vez ao dia, e outros 5% não consomem.

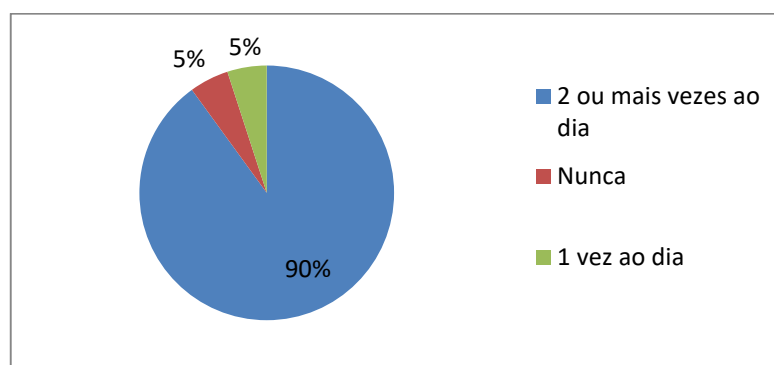
Gráfico 9 - Consumo de Leite e Derivados



Fonte: Maia e Marin (2021)

Já em relação ao consumo de arroz, observou que se tem um alto consumo, sendo ele de 90% de 2 ou mais vezes, 5% 1 vez ao dia, e outros 5%, não tem o hábito de consumir, como mostra no gráfico 10.

Gráfico 10 - Consumo de Arroz

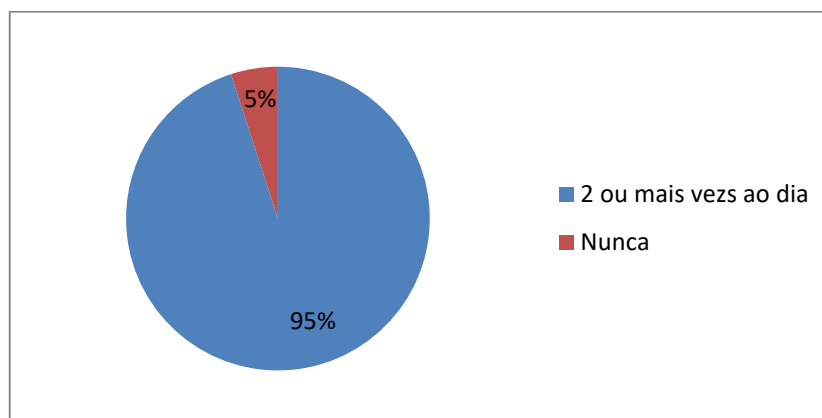


Fonte: Maia e Marin (2021)

Segundo gráfico 11 mostra, o consumo de feijão é de 95%, de 2 ou mais vezes ao dia, e 5% não consomem.

93

Gráfico 11 - Consumo de Feijão

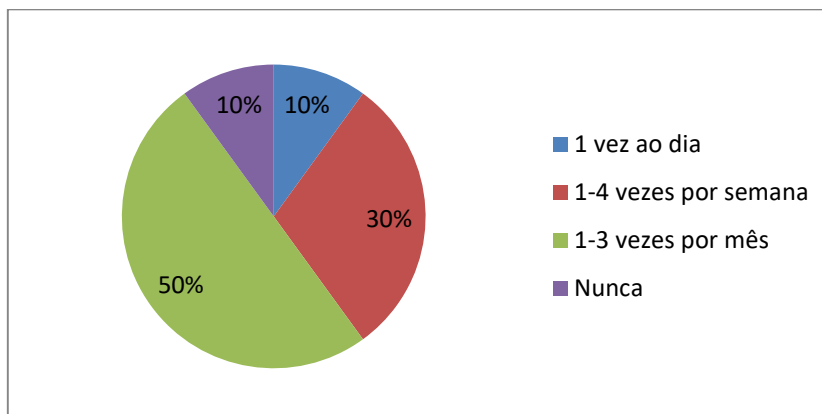


Fonte: Maia e Marin (2021)

Conciliando os dois alimentos, sendo um dos pratos típico da tradição brasileira.

Em relação ao consumo de Macarrão, analisado no gráfico 12, há maior frequência é de 1-3 vezes por mês, tendo um percentual de 50%, já 10% não consomem, outros 10% consomem 1 vez ao dia, e 30% das crianças consomem de 1-4 vezes por semana.

Gráfico 12 - Consumo de Macarrão



Fonte: Maia e Marin (2021)

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com base na pesquisa feita, através dos resultados conseguiu-se obter informações a respeito do estado nutricional e da frequência alimentar das crianças que são atendidas em UBS. Com base nisso, pode-se observar que algumas crianças, tanto do sexo masculino quanto de feminino estavam fora do percentil adequado, apresentando desnutrição ou obesidade, mas a maioria se encontrava dentro do percentil recomendado. Outro fato que se pode observar, é que o impacto da frequência alimentar não interferiu muito em relação ao estado nutricional, pois grande parte das crianças apresentaram o percentil adequado, mesmo não tendo uma alimentação saudável.

Segundo a frequência alimentar, a maior predominância foi consumo de alimentos não saudáveis diariamente, principalmente nas crianças menores de dois anos, o que pode trazer malefícios futuramente, como por exemplo, doenças cardiovasculares, diabetes, obesidade, entre outras que são desenvolvidas por uma má alimentação.

Por isso, é de grande importância o acompanhamento do nutricionista nessas unidades, tanto para aconselhar os pais, que na maiorias das vezes são leigos a respeito da nutrição, quanto para auxiliar as crianças, e ensinar a importância de uma alimentação saudável, para assim desenvolver novos hábitos alimentares, trazendo resultados positivos tanto em relação a saúde, quanto no desenvolvimento infantil.

REFERÊNCIAS

CERVATO-MANCUSO, A. M.; TONACIO, L. V.; SILVA, E. R.; VIEIRA, V. L. A atuação do nutricionista na Atenção Básica à Saúde em um grande centro urbano. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 17, n. 12, p. 3289-3300, 2012.

BRASIL. Portaria nº 154 de 24 de janeiro de 2008. Cria os Núcleos de Apoio à Saúde da Família (NASF). **Diário Oficial da União**, 24 jan. 2008.

MATTOS, P. F.; NEVES, A. S. A Importância da Atuação do Nutricionista na Atenção Básica à Saúde. **Revista Práxis**, v. 1, n. 2, p. 11-15, 2009.

DE MELLO, E. et al. Obesidade infantil: como podemos ser eficazes? **Jornal de Pediatria**, Rio de Janeiro, v. 80, p. 173-182, 2004.

PIMENTEL, V. R. M.; SOUSA, M. F.; HAMANN, E. M.; MENDONÇA, A. V. M. Alimentação e nutrição na Estratégia Saúde da Família em cinco municípios brasileiros. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 19, n. 1, p. 49-57, 2014

SIGULEM, Dirce M.; DEVINCENZI, Macarena U.; LESSA, Angelina C. Diagnóstico do estado nutricional da criança e do adolescente. **Jornal de Pediatria**, v. 76, supl. 3, 2000. Disponível em: <http://www.jped.com.br/conteudo/00-76-s275/port.pdf>. Acesso em: 12 set. 2021.