

## **INTRODUÇÃO E CONSUMO DE PRODUTOS ALIMENTÍCIOS RICOS EM AÇÚCARES, GORDURAS E SÓDIO NO PÚBLICO INFANTIL**

Taissiani Camargo Stahmke, discente de graduação, Universidade Federal do Pampa, Campus Itaqui  
Darlian Souza Quintero, discente de graduação em Nutrição, Universidade Federal do Pampa, Campus Itaqui  
Ingrid Mayara Garcia Fagundez, discente de graduação, Universidade Federal do Pampa, Campus Itaqui  
Shanda de Freitas Couto, docente, Universidade Federal do Pampa

Taissanistahmke.aluno@unipampa.edu.br

A globalização resultou em mudanças no padrão alimentar, marcado pelo aumento de ultraprocessados e redução do consumo de alimentos *in natura* e minimamente processados. No entanto, uma alimentação baseada no consumo de ultraprocessados, apresenta baixo valor nutricional e alto teor de açúcar, gordura e sódio. E, atualmente tem sido evidenciado tal cenário também na população infantil, que apresenta uma exposição prematura aos ultraprocessados, como refrigerante, salgadinhos e biscoitos recheados. Sabendo da importância do consumo alimentar saudável na população infantil, visto que essa relaciona-se diretamente com o crescimento e desenvolvimento saudáveis nessa fase da vida, e, em contrapartida os danos provocados por uma alimentação inadequada, se faz necessário o estudo sobre o consumo de tais alimentos. Dessa forma, o presente trabalho teve como objetivo avaliar a introdução e o consumo alimentar de refrigerantes, salgadinhos e biscoitos recheados em crianças de uma escola municipal de educação infantil do município de Itaqui/RS. Foi aplicado um questionário às mães e/ou responsáveis, com questões sobre os aspectos sociodemográficos (cor da pele, sexo e idade em anos completos das crianças), e dois questionários sobre alimentação: o Questionário de Introdução Alimentar, para avaliar a idade de introdução dos produtos ultraprocessados analisados e outro para avaliação dos hábitos alimentares, investigados através do Questionário de Frequência Alimentar para Crianças. Ainda, realizou-se a coleta do peso, com balança portátil, e a estatura das crianças, com o antropômetro portátil. Para a classificação do estado nutricional atual da criança foram considerados os pontos de corte de Índice de Massa Corporal (IMC) segundo sexo e idade, para crianças de 0 a 5 anos. Foram avaliados 50 pré-escolares, com faixa etária de 2 a 5 anos, sendo que, 50% (n=25) era do sexo masculino e 50% (n=25) do sexo feminino. Dos participantes estudados, 4% (n=2) tinha de 1 a 2 anos completos; 18% (n=9) 2 até 3 anos completos; 48% (n=24) tinha de 3 até 4 anos completos e 30% (n=15) de 4 até 5 anos completos. E a maioria apresentava cor de pele branca (82,0% (n=41)). Na análise do estado nutricional foi verificado que 21,3% (n=10) das crianças avaliadas estavam com risco de sobrepeso e 25,5% (n=12) apresentavam sobrepeso/obesidade. Com base no questionário da introdução alimentar, 76% (n=38) apresentaram introdução do consumo de refrigerante antes dos 2 anos completos, enquanto que 24% (n=12) realizaram o consumo após 2 anos de idade. Em relação aos salgadinhos, 68% (n=34) foram expostos pela primeira vez a esse

ultraprocessado antes dos 2 anos de idade, sendo que destes, 6% (n=3) consumiram antes de completar 1 ano. Da mesma forma, 84% (n=42) dos escolares tiveram a introdução do biscoito recheado na alimentação antes dos 2 anos completos, destes, 26% (n=13) consumiram biscoito recheado antes de 1 ano. Essas práticas se contrapõem às orientações do guia alimentar para menores de 2 anos, que recomenda não ofertar alimentos ultraprocessados, como o refrigerante, salgadinho e biscoito recheado, para crianças menores de 2 anos. Esses resultados são preocupantes, pois os ultraprocessados são altamente palatáveis, podendo acarretar no consumo frequente ou mesmo a dependência. A introdução precoce desses alimentos, ricos em açúcares, gorduras e sódio, pode refletir na formação de hábitos alimentares não desejáveis, além de acarretar, a longo prazo, em problemas como diabetes, sobrepeso/obesidade e/ou cárie dentária. Ainda, dos 50 pré-escolares avaliados, com base na frequência de consumo atual de cada um dos ultraprocessados avaliados, verificou-se que 54% (n=27) dos escolares consumiram refrigerantes em dois dias ou mais durante a semana e 28% (n=14) apresentaram consumo diário (1x ou + vezes/dia). Em relação ao consumo atual de salgadinhos, 32% (n=16) consumiram mais de duas a quatro vezes durante a semana. Da mesma forma, pode-se verificar que 26% (n=13) consomem de duas a quatro vezes durante a semana biscoito recheado e 26% (n=13) dos escolares consumiram diariamente (1x ou + vezes/dia). Com base nos resultados, pode-se verificar um consumo elevado de refrigerantes, salgadinhos e biscoitos recheados. Essa característica faz parte da transição alimentar, na qual um maior consumo de ultraprocessado é observado, somando-se excesso de peso na população infantil. Dessa forma, a análise dos resultados sugere a importância de seguir as recomendações, não expondo precocemente as crianças a estes alimentos. Sendo assim, são necessárias ações de incentivo à promoção de hábitos alimentares saudáveis, por meio das práticas de educação alimentar e nutricional promotoras de saúde, do pensamento crítico e da autonomia, para favorecer o crescimento e desenvolvimento adequado das crianças.

**Agradecimentos:** UNIPAMPA.

**Palavras-chave:** Nutrição da Criança; Alimentos ultraprocessados; Obesidade infantil; Hábitos alimentares; Educação alimentar e nutricional.