



**21º Congresso de Iniciação Científica**

**O COTIDIANO INFANTIL E O DESENVOLVIMENTO DE HÁBITOS ALIMENTARES SAUDÁVEIS  
NA PRÉ-ESCOLA**

**Autor(es)**

---

CATARINA COUTO

**Orientador(es)**

---

MIRIAM COELHO DE SOUZA

**Apoio Financeiro**

---

**Resumo Simplificado**

---

A partir da Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional nº. 9394/96 (BRASIL, 1996) as creches tornaram-se instituições de Ensino Infantil, como parte da educação básica, e não mais apenas locais onde mães que precisavam trabalhar deixavam seus filhos, com isso maior número de crianças passou a frequentar as pré-escolas. A obesidade infantil tornou-se um problema de saúde pública mundial nas últimas décadas, e segundo a OMS, em 2010 havia 42 milhões de crianças menores de 5 anos com excesso de peso (WHO, 2010). A fase pré-escolar é um período no qual os hábitos alimentares estão se formando e irão contribuir para uma alimentação correta e saudável na idade adulta (Pereira et al, 2013, Bissoli e Lanzillotti, 1997). O estudo tem por objetivo estudar os hábitos alimentares das crianças em fase pré-escolar no município de Piracicaba. Cerca de 191 crianças menores de 5 anos frequentadoras de instituições de ensino infantil do município de Piracicaba – SP foram avaliadas quanto aos seus hábitos alimentares na escola e em casa, através de aplicação de um questionário alimentar qualitativo da alimentação. O questionário de frequência alimentar qualitativo da alimentação em casa contou com 63 alimentos separados por seus grupos. As crianças foram também avaliadas antropométricamente para peso (Kg) e altura (m) e calculado o índice de massa corporal (IMC). A avaliação do escore de cada criança seguiu a recomendação do manual “Avaliação Nutricional da criança e do Adolescente: Manual de Orientação” onde cada participante do estudo foi enquadrado em um dos grupos: Magreza, Eutrofia, Risco de sobrepeso, Sobrepeso e Obesidade. Das 191 crianças avaliadas neste estudo, 7 crianças (4%) se enquadraram no grupo magreza, 13 crianças (7%) no grupo obesidade, 22 crianças (11%) no grupo sobrepeso, 34 crianças (18%) no grupo com risco de sobrepeso e 115 crianças (60%) se enquadraram no grupo eutrófico. Os dados de consumo alimentar das crianças mostraram o perfil nutricional de cada grupo e suas características alimentares. O estudo mostrou que em todos os grupos há um consumo excessivo de alimentos não recomendados, ricos em açúcares, sal e gorduras, e um baixo consumo de alimentos recomendados, como frutas, legumes e verduras. Após constatar que há problemas no estado nutricional e na alimentação das crianças, foi elaborado um folheto educativo para os pais, com dicas de alimentação correta e atividade física. Esses resultados mostram a vulnerabilidade das crianças para o aumento de peso e obesidade, conseqüentemente, para o aumento do risco de desenvolvimento de doenças crônicas como diabetes, hipertensão, acidente vascular cerebral, doenças cardíacas e alguns tipos de câncer (Ministério da Saúde, 2006) a longo prazo se não houver intervenção necessária, de forma a auxiliar no direcionamento de políticas públicas que modifiquem esse quadro.