

ESCOLA PROMOTORA DE SAÚDE - DIFERENTES PREVALÊNCIAS DE EXCESSO DE PESO EM CRIANÇAS DE 0 A 90 MESES

Coordenador: NOEMIA PERLI GOLDRAICH

Autor: FERNANDA FRANZ WILLHELM

INTRODUÇÃO: Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), o mundo está enfrentando uma epidemia de obesidade, que inclui tanto os países desenvolvidos quanto os em desenvolvimento. A obesidade é hoje um problema de saúde pública. Ela está associada com a mudança do perfil epidemiológico da população brasileira no qual há uma diminuição da prevalência da desnutrição com um crescimento concomitante dos casos de obesidade. Observa-se um aumento na ocorrência das doenças crônicas não transmissíveis (hipertensão arterial, doenças cardiovasculares, doença renal crônica, diabetes melito e alguns tipos de câncer), inclusive entre crianças e adolescentes e não mais somente em adultos. O excesso de peso coloca as crianças em risco de desenvolver resistência à ação da insulina, hipertensão arterial, distúrbios do colesterol e dos triglicerídios. Podem ocorrer também cálculos renais, cáries dentárias, distúrbios do sono e degeneração gordurosa do fígado. Crianças e adolescentes com excesso de peso frequentemente apresentam auto-estima baixa, que afeta o desempenho escolar e os relacionamentos, levando a conseqüências psicológicas a longo prazo. São mediadores importantes da obesidade, o estilo de vida e as influências do ambiente. Atualmente, as crianças passam tempo demasiado em casa em atividades muito leves e que exigem pouco esforço físico, acompanhadas do consumo, cada vez mais exacerbado de refeições rápidas e repletas de gorduras saturadas, sal e açúcares simples, e deficientes em fibras e carboidratos complexos, compondo o que conhecemos como dieta moderna ou ocidental. Essa dieta, nutricionalmente desequilibrada, e o sedentarismo são as principais causas do excesso de peso infantil nas últimas décadas. A OMS indica a antropometria (peso e altura, estratificados por idade e sexo), como o método mais útil para avaliar o crescimento das crianças. Este método envolve custo menor, não é invasivo, é universalmente aplicável e com boa aceitação pela população e permite o cálculo de vários índices (exemplos: peso/idade, altura/idade, peso/altura e índice de massa corporal (IMC)). Atualmente o índice mais utilizado para identificar excesso de peso é o IMC, calculado pela fórmula:
$$\text{IMC} = \frac{\text{Peso (kg)}}{\text{Altura (m)}^2}$$
 Considerando a importância de reconhecer precocemente a ocorrência de excesso de peso, há necessidade de avaliar o estado nutricional de crianças saudáveis, nas escolas, e

estabelecer programas para sua prevenção primária. Com este objetivo, foram avaliadas crianças de uma creche-escola de educação infantil de turno integral e de uma escola de educação infantil de turno parcial, porque é exatamente na faixa etária destas crianças que os hábitos de vida estão sendo formados e consolidados, mas ainda com boas chances de serem modificados. OBJETIVOS: Os objetivos desta ação de extensão foram: (a) avaliar o estado nutricional de crianças de 2 escolas públicas de educação infantil, uma de turno integral e outra de turno parcial; (b) comparar os resultados destas escolas; (c) planejar ações de educação nutricional individualizadas a partir do estado nutricional identificado nas escolas. MATERIAL E MÉTODO: LOCAL DE DESENVOLVIMENTO DA AÇÃO: Creche Francesca Zaccaro Faraco da UFRGS e Escola de Educação Infantil do Instituto de Educação Flores da Cunha. CRIANÇAS AVALIADAS: foram estudadas, em 2006, 381 crianças, sendo 119 (58 meninos e 63 meninas; idades entre 6 e 72 meses) na Creche da UFRGS e 261 (138 meninos e 124 meninas; idades entre 24 e 90 meses) na Escola de Educação Infantil do Instituto de Educação Flores da Cunha. MÉTODO: todas as crianças foram autorizadas, por escrito, pelos pais para participar. Usaram-se para determinação do peso, balança digital e da altura, estadiômetro fixo à parede. Para o exame, as crianças vestiam apenas roupa íntima e uma bata padronizada com peso conhecido. O IMC foi calculado pela fórmula. INTERPRETAÇÃO DO IMC - crianças <60 meses: tabelas da OMS 2006 em escores z. Usou-se o programa "Anthro", da OMS. Normais: escores entre -2 e +1. Sobrepeso: escores entre +1 e até +2. Obesidade: escores iguais ou acima de +2. Desnutrição: escores iguais ou abaixo de -2 Crianças >60 meses: tabelas em percentis do Centers for Diseases Control (CDC) 2000. Eutrófica: entre os percentis 5 e o 85. Magreza: abaixo do percentil 5. Sobrepeso: entre os percentis 85 e 94. Obesidade: igual ou maior que o percentil 95. RESULTADOS E COMENTÁRIOS: As crianças foram divididas em 3 grupos de acordo com as idades: 0 a 24 meses -lactentes, 25 a 60 meses - pré-escolares e 61 a 90 meses - escolares. Na creche, foram avaliadas crianças das 3 faixas etárias, enquanto na escola, apenas das 2 últimas. A literatura agrupa num mesmo grupo, crianças com sobrepeso e obesidade, chamando-as de excesso de peso. Na creche, no subgrupo de lactentes (n=30) havia 19 normais (63%) e 11 (37%) com excesso de peso. A comparação foi realizada apenas entre as crianças de mesmas faixas etárias: PRÉ-ESCOLARES: CRECHE (n=52) ESCOLA (n=58)

%	IMC	IMC		n
		n	%	
28	54	42	72	Normais:
				Excesso de peso

CRECHE (n=37)			ESCOLA (n=108)		
n	%	IMC	n	%	IMC
24	46	Excesso de peso	16	28	Excesso de peso
68		Normais	44		Normais
51	32	Excesso de peso	107		Excesso de peso

Os dados de ambas as escolas mostram que o excesso de peso em crianças de idades entre 0 e 90 meses, em Porto Alegre, alcança níveis preocupantes (46% na creche e 28% na escola entre pré-escolares e 44% na creche e 32% na escola em escolares). Há diferenças entre as escolas quanto à ocorrência de excesso de peso em crianças das mesmas faixas etárias. O excesso de peso infantil e o aumento de sua prevalência têm conseqüências graves na saúde das crianças, tanto durante a infância, como a médio e longo-prazo, e deve ser acompanhado com atenção por profissionais de saúde e de educação, na busca por uma intervenção eficaz para o problema, que deve ser individualizada e precoce. **CONCLUSÃO:** Tornou-se clara a necessidade de uma intervenção para melhorar o perfil nutricional das crianças, através de uma ação conjunta entre escola, família e os próprios alunos. Esta intervenção deve ser individualizada e buscar a conscientização de todos para a importância de ter um estilo de vida saudável para a prevenção das doenças crônicas degenerativas. Neste cenário se impõe que a UFRGS assuma seu papel como centro de difusão de ações de ESCOLAS PROMOTORAS DE SAÚDE, envolvendo os seus profissionais em ações junto à comunidade escolar.