

Uma atualização na nutrição infantil

An update on infant nutrition

Elsa R. J. Giugliani, Fábio A. Lopez

J Pediatr (Rio J) 2000;76(Supl.3):s227-s8

O estado nutricional de uma população é um dos principais indicadores de sua qualidade de vida e reflete o modelo de desenvolvimento de uma determinada sociedade. Portanto, este suplemento do Jornal de Pediatria assume a mais alta relevância, pois enfoca a nutrição da criança e do adolescente em diferentes situações, além de abordar os distúrbios nutricionais mais prevalentes em nosso país.

Se uma população saudável tem uma boa nutrição, esta depende não só do acesso a uma alimentação adequada, mas também da assistência médica e, sobretudo, da educação da população. E a educação, quanto à alimentação, inicia-se muito precocemente, nos primeiros meses de vida, quando se inicia a formação dos hábitos alimentares. Acredita-se que a base dessa formação se dê no primeiro ano de vida, e é disso que trata o primeiro artigo do Suplemento.

Em seguida, aborda-se o aleitamento materno, componente de vital importância para a saúde e nutrição na fase inicial da vida. O artigo dá ênfase aos aspectos práticos para a promoção e manejo da amamentação, com o objetivo de instrumentalizar os profissionais de saúde para que possam auxiliar as mulheres a praticarem a “amamentação ótima”, que significa amamentação exclusiva por aproximadamente 6 meses e complementada por 2 anos ou mais.

Novos conhecimentos sobre a alimentação ideal da criança pequena e sua fisiologia tornaram ultrapassados alguns conceitos e práticas que por muito tempo nortearam a puericultura. Hoje sabe-se que uma alimentação complementar adequada e iniciada em tempo oportuno é fundamental para uma boa nutrição. O artigo sobre alimentação complementar discute, à luz dos conhecimentos atuais, o que é uma alimentação adequada em termos de qualidade, quantidade, consistência, frequência e preparo dos alimentos.

Em virtude de os adolescentes constituírem um grupo com características e necessidades próprias, foi idealizado um artigo que enfocasse especificamente esse grupo. É nessa faixa etária que, por um lado, o efeito cumulativo da desnutrição crônica se torna bastante evidente e, por outro, a obesidade surge em consequência dos maus hábitos alimentares. Por isso, o artigo deixa bem clara a necessidade de se monitorar o crescimento dos adolescentes, bem como a sua maturação sexual, pois é fato conhecido que as condições de vida e nutrição interferem no desenvolvimento puberal. O período da adolescência deve ser encarado como uma oportunidade que não pode ser perdida, e talvez a última, para a recuperação nutricional e também para a prevenção de futuros problemas.

A vigilância do estado nutricional desde o nascimento da criança é fundamental, uma vez que a chance de uma criança se recuperar da desnutrição é maior se a intervenção for precoce. O artigo sobre o diagnóstico do estado nutricional da criança e do adolescente oferece informações atualizadas para que o profissional de saúde diagnostique precocemente e com exatidão os distúrbios nutricionais.

Dentre os distúrbios nutricionais, este suplemento aborda, pela sua importância e prevalência, a desnutrição energético-proteica, a obesidade, a anemia e a hipovitaminose A. São abordadas também a anorexia nervosa e a bulimia, transtornos comuns do comportamento alimentar na adolescência que podem levar a graves distúrbios nutricionais.

Apesar de, em todo o Brasil, haver um declínio da prevalência da desnutrição infantil, ela ainda persiste como problema de saúde pública em determinados subgrupos populacionais. O artigo que aborda esse tema enfoca principalmente o manejo das crianças com desnutrição energético-proteica.

Se por um lado a desnutrição no Brasil ainda preocupa, por outro lado os excessos na alimentação infantil, manifestados pela obesidade, também merecem atenção. Em alguns locais a desnutrição está sendo substituída pela obesidade, o que não pode ser negligenciado, já que é bem conhecida a sua relação com as doenças

crônicas não transmissíveis na fase adulta. Tendo em vista essa crescente preocupação, este suplemento traz uma abordagem atualizada do problema na infância e na adolescência.

Apesar da melhoria do estado nutricional das crianças brasileiras, a prevalência de anemia cresce, constituindo importante problema de saúde pública. Em populações desprivilegiadas, mais da metade das crianças menores de 2 anos sofre de anemia ferropriva. O artigo sobre alimentação complementar discute o papel da alimentação na prevenção da anemia, enquanto o diagnóstico e o manejo da anemia são abordados no artigo sobre anemia ferropriva na infância.

Quanto à hipovitaminose A, desconhece-se a magnitude do problema em áreas consideradas não endêmicas. É possível que a deficiência de vitamina A também esteja presente nessas áreas. Por isso, especial atenção deve ser dada à dieta de todas as crianças no sentido de prevenir a hipovitaminose A. No entanto, é nas áreas endêmicas que o problema se concentra. No artigo sobre hipovitaminose A e xerofalmia o leitor vai encontrar uma revisão detalhada sobre o tópico.

Este suplemento aborda, também, a nutrição de crianças com enfermidades que possam comprometer o seu estado nutricional. Os artigos “Princípios do suporte nutricional em pediatria” e “Nutrição parenteral” orientam os profissionais de saúde a evitar o aparecimento ou o agravamento da desnutrição em crianças enfermas.

E por último, mas não menos importante, é abordada a nutrição para o grupo crescente de crianças e de adolescentes que praticam esportes. Os atletas, seus familiares e treinadores devem ser orientados quanto às necessidades e cuidados nutricionais específicos desse grupo. O artigo sobre nutrição e esporte oferece informações atualizadas sobre o tema.

A boa nutrição das nossas crianças e adolescentes é responsabilidade dos governantes, das famílias, dos professores, dos profissionais de saúde, enfim, de toda a sociedade. A Sociedade Brasileira de Pediatria, através deste suplemento do Jornal de Pediatria, está contribuindo para essa tarefa ao levar informações atualizadas aos pediatras e outros profissionais de saúde, que visam basicamente à promoção de uma nutrição adequada. E promovendo uma boa nutrição de nossas crianças e adolescentes, estamos promovendo uma geração futura mais saudável.