

UNISC- UNIVERSIDADE DE SANTA CRUZ DO SUL

CURSO DE NUTRIÇÃO

Tiago da Silva Martins

O IMPACTO DE UMA INTERVENÇÃO NUTRICIONAL NO CONSUMO DE ALIMENTOS PROCESSADOS E ULTRAPROCESSADOS E NO ESTADO NUTRICIONAL DE ADOLESCENTES COM SOBREPESO E OBESIDADE

Santa Cruz do Sul
2019

O IMPACTO DE UMA INTERVENÇÃO NUTRICIONAL NO CONSUMO DE ALIMENTOS PROCESSADOS E ULTRAPROCESSADOS E NO ESTADO NUTRICIONAL DE ADOLESCENTES COM SOBREPESO E OBESIDADE

Tiago da Silva Martins, Acadêmico do curso de Nutrição, Universidade de Santa Cruz do Sul (UNISC), Santa Cruz do Sul, RS, Brasil.

Fabiana Assmann Poll, Nutricionista Docente do Departamento de Educação Física e Saúde, Universidade de Santa Cruz do Sul (UNISC), Santa Cruz do Sul, RS, Brasil.

RESUMO

Introdução: O estilo de vida e as más escolhas alimentares são motivos para o desenvolvimento da obesidade na adolescência. **Objetivo:** Avaliar a frequência de consumo alimentar de processados e ultraprocessados por adolescentes com excesso de peso, antes e depois de uma intervenção nutricional com três meses de duração, bem como a evolução do estado nutricional e do risco cardiovascular. **Métodos:** Estudo experimental, realizado com adolescentes com sobrepeso e obesidade, que participaram de uma intervenção nutricional, baseada em estratégias de educação alimentar e nutricional, com duração de três meses. Avaliou-se o a frequência de consumo de alimentos processados e ultraprocessados, o estado nutricional (Índice de massa corporal (IMC)/idade) e o risco cardiovascular (circunferência da cintura (CC)). **Resultados:** Totalizou-se 30 adolescentes, com idade média de $12,50 \pm 1,59$ anos e 53,3% do sexo feminino. Houve redução no consumo de biscoito recheado ($p=0,130$), salsicha ($p=0,006$), salgados ($p=0,153$), achocolatado em pó ($p=0,070$), refrigerante ($p=0,018$) e sucos industrializados ($p=0,012$) após a intervenção, e diminuição do risco cardiovascular e do IMC/I. **Discussão:** Estudos semelhantes a atual pesquisa mostram conformidade com os resultados encontrados, onde indivíduos participantes de intervenções nutricionais obtiveram melhora nos hábitos alimentares e na avaliação antropométrica, evidenciando a importância da educação alimentar e nutricional. **Conclusão:** Os adolescentes, após 3 meses de intervenção, reduziram o consumo de alimentos que podem ser precursores para doenças crônicas não transmissíveis, além de terem reduzido o IMC/I e a CC. Resultados que enfatizam a relevância da criação de hábitos saudáveis e redução do excesso de peso para qualidade de vida.

Palavras-Chave: Estudo de intervenção. Manejo da Obesidade. Comportamento do Adolescente. *Fast Foods*.

REFERÊNCIAS

- 1-Anzolin, C.; Ouriques, M.; Höfelmann, C.; Aparecida D.; Mezadri T. Intervenções nutricionais em escolares. *Revista Brasileira em Promoção da Saúde*. Vol. 23, Num. 4. 2010. p. 297-306. Disponível em: <<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=40818354002/>>. Acesso em: 05/04/2019.
- 2-Araújo, A.L.; Ferreira, V.A.; Neumann, D.; Miranda, L.S.; Pires, I.S.C. O impacto da educação alimentar e nutricional na prevenção do excesso de peso em escolares: uma revisão bibliográfica. *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*. Vol. 11. Num. 62. 2017. p. 94-10.
- 3-Bloch, K.V.; Klein, C.H.; Szklo, M.; Kuschnir, M.C.C.; Abreu, G.A.; Barufaldi, L.A.; Veiga, G.V.; Schaan, B.; Silva, T.L.N. e col. ERICA: prevalências de hipertensão arterial e obesidade em adolescents brasileiros. *Rev Saúde Pública*. Vol. 50. Num. 1. 2016.
- 4-Boff, R.M.; Liboni, R.P.A.; Batista, I.P.A.; Souza, L.H.; Oliveira, M.S. Weight loss interventions for overweight and obese adolescents: a systematic review. *Eat Weight Disord*. 2016.
- 5-Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia alimentar para a população brasileira / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. 2. ed. Brasília. Ministério da Saúde, 2014. 156 p.
- 6-Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção a Saúde. Departamento de Atenção Básica. Orientações para a coleta e análise de dados antropométricos em serviços de saúde: Norma Técnica do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional -SISVAN, 2011.
- 7-Canella, D.S.; Louzada, M.L.; Claro, R.M., Costa, J.C.; Bandoni, D.H.; LevyII, R.B.; Martins, A.P.B. Consumo de hortaliças e sua relação com os alimentos ultraprocessados no Brasil. *Rev Saúde Publica*. 2018. p. 52-50.
- 8-Claro, R.M.; Maia, E.G.; Costa, B.V.L.; Diniz, D.P. Preço dos alimentos no Brasil: prefira preparações culinárias a alimentos ultraprocessados. *Cad. Saúde Pública*. Rio de Janeiro. Vol. 32. Num. 8. 2016. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0102-311X2016000805006&script=sci_abstract&tlng=pt>. Acesso em: 15/04/2019.
- 9-Costa, C.S.; Flores, T.R.F.; Wendt, A.; Neves, R.G.; Assunção, M.C.F. Comportamento sedentário e consumo de alimentos ultraprocessados entre adolescentes brasileiros: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), 2015. *Cad. Saúde Pública*. Vol. 34. Num. 3. 2018. Disponível em: <[file:///C:/Users/ma_g2/AppData/Local/Packages/microsoft.windowscommunicationsapps_8wekyb3d8bbwe/LocalState/Files/S0/2017/costa%202018\[14711\].pdf](file:///C:/Users/ma_g2/AppData/Local/Packages/microsoft.windowscommunicationsapps_8wekyb3d8bbwe/LocalState/Files/S0/2017/costa%202018[14711].pdf)>. Acesso em: 05/03/2019.
- 10-Fidelix, L.F.; Farias Júnior, J.C.; Lofrano-Prado, M.C.; Guerra, R.L.F.; Cardel, M.; Prado, W.L. Intervenção multidisciplinar em adolescentes obesos: preditores de desistência. *Einstein*. Vol. 13. Num. 3. 2015. p. 388-94.
- 11-Figueiras, A.R.; Sawaya, A.L. Intervenção multidisciplinar e motivacional para tratamento de adolescentes obesos brasileiros de baixa renda: estudo piloto. *Rev Paul Pediatr*. Vol. 36. Num. 2. 2018. p. 186-191.

12-Gonçalves, D.C.F. Estratégia de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) para escolares e os resultados de mudança de comportamento de hábitos alimentares: revisão integrativa. 18 f. Especialização. Universidade Federal da Integração Latino-Americana (UNILA) - Foz do Iguaçu. 2016.

13-Guimarães Junior, M.S.; Fraga, A.S.; Araújo, T.B.; Tenório, M.C.C. Fator de risco cardiovascular: a obesidade entre crianças e adolescentes nas macrorregiões brasileiras. *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*. São Paulo. Vol. 12. Num. 69. 2018. p. 132-142.

14-Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE. Pesquisa de Orçamentos Familiares - POF 2008 2009. Antropometria e estado nutricional de crianças, adolescentes e adultos no Brasil. Rio de Janeiro: Ministério da Saúde, 2010.

15-Lima, M.M.; Bueno, M.B. Avaliação de uma ação educativa nutricional para adolescentes de uma escola pública de ensino integral da cidade de Jundiaí-SP. *J Health Sci Inst*. Vol. 34. Num. 4. 2016. p. 213-8.

16-Lopes, A.E.; Ackermann, A.; Mesquita, D.M.M.; Barbosa, L.G. Perfil metabólico de adolescentes de uma escola pública de São Paulo. *Arq. Med. Hosp. Fac. Cienc. Med. Santa Casa São Paulo*. Vol. 59. Num. 2. 2014. p. 77-81. Disponível em: <file:///C:/Users/ma_g2/AppData/Local/Packages/microsoft.windowscommunicationsapps_8wekyb3d8bbwe/LocalState/Files/S0/2017/lopes[14712].pdf>. Acesso em: 06/05/2019.

17-Macari, C.; Valim, A.R.M.; Sá, C.A.; Silva, P.T.; Barbian, C.D.; Burgos, M.S.; Possuelo, L.G. Obesidade, perfil lipídico e hábitos alimentares de escolares: comparação entre municípios de dois Estados da Região Sul do Brasil. *Revista Saúde e Pesquisa*. Vol. 10. Num. 3. 2017. p. 451-461.

18-Onis, M. Development of a WHO growth reference for school-aged children and adolescents. *Bulletin of the World Health Organisation*. Vol. 85. Num. 10. 2007. p. 812-819.

19-Pereira, T.S.; Pereira, R.C.; Pereira, M.C.A. Influência de intervenções educativas no conhecimento sobre alimentação e nutrição de adolescentes de uma escola pública. *Ciência & Saúde Coletiva*. Vol. 22. Num. 2. 2017. p. 427-435.

20-Santos, C.B. Consumo de ultraprocessados por escolares: revisão de literatura. *Nutrição*. Rio de Janeiro: UERJ, 2016.

21-Sichieri, R.; Everhart, J.E. Validity of a Brazilian food frequency questionnaire against dietary recalls and estimated energy intake. *Nutrition Research*. Vol. 18. 1998. p. 1649-1659.

22-Silva, G.S.; Silva, J.B.; Taki, M.S. Perfil nutricional e estilo de vida de adolescentes de 10 a 12 anos de uma escola pública no município de Várzea Grande - MT. I Mostra de trabalhos do Curso de Nutrição do Univag. Matogrosso. 2017. Disponível em: <file:///C:/Users/ma_g2/OneDrive/Área%20de%20Trabalho/Documentos%202018/Trabalhos%20formatados/tiago/tcc%20tiago/silva%20silva%20taki[14713].pdf>. Acesso em: 10/04/2019.

23-Silveira, M.S.; Jansen, A.K.; Norton, R.C.; Silva, G.S.; Whyte, P.P.M. Efeito do atendimento multidisciplinar na modificação dos hábitos alimentares e antropometria de crianças e adolescentes com excesso de peso. *Rev Med Minas Gerais*. Vol. 20. Num. 3. 2010. p. 277-284.

24-Souza, L.C.A.; Santos, V.L.; Oliveira, R.A.; Félis, K.C.; Santos, C.C.T.; Moraes-Filho, I.M. Perfil nutricional de pré-escolares do programa mais educação na cidade de Goiânia-GO. Rev. Cient. Sena Aires. Vol. 8. Num. 1. 2019. p. 36-48.

25-Tanner, J.M. Growth at adolescence. Ed. Oxford: Blackwell, 1962.

26-Tavares, L.F.; Castro, I.R.R.; Levy, R.B.; Cardoso, L.O.; Claro, R.M. Padrões alimentares de adolescentes brasileiros: resultados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE). Cad. Saúde Pública. Rio de Janeiro. Vol. 30. Num. 12. 2014. p. 1-13.

27-Tavares, M.G.; Madeira, I.R.; Gazolla, F.M.; Carvalho, C.N.M.; Oliveira, C.L.; Borges, M.A.; Collett-Solberg, P.F.; Monteiro, C.B.; Bordallo, A.P.; Medeiros, C.B.; Gilban, D.S. Obesidade: fatores de risco para doença cardiovascular na infância. Revista HUPE. Rio de Janeiro. Vol. 15. Num. 2, 2016.

28-Taylor, R.W.; Jones, I.E.; Williams, S.M.; Gouldinf, A. Evaluation of waist circumference, waist-to-hip ratio, and the conicity index as screening tools for high trunk fat mass, as measured by dual-energy X-ray absorptiometry, in children aged 3-19 y. Am J Clin Nutr. Vol. 72. Num. 2. 2000. p. 590-5.

29-World Health Organization. Obesity and overweight. 2018. Available in: <<http://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>>. Access in: 01/04/2019.