



CONEXÃO UNIFAMETRO 2020

XVI SEMANA ACADÊMICA

ISSN: 2357-8645

INFLUÊNCIA DA INTRODUÇÃO ALIMENTAR E TEMPO DE TELA NO ESTADO NUTRICIONAL DE PRÉ-ESCOLARES E ESCOLARES: UMA REVISÃO DE LITERATURA

Leila Giovanna Diniz Barbosa¹

Raquel Araújo Sousa¹

Isadora Nogueira Vasconcelos²

Acadêmicas-Centro Universitário Fametro – Unifametro¹

Docente-Centro Universitário Fametro – Unifametro²

leila.barbosa@aluno.unifametro.edu.br

raquel.sousa1@aluno.unifametro.edu.br

isadora.vasconcelos@professor.unifametro.edu.br

Área Temática: Alimentos, nutrição e saúde

Encontro Científico: VIII Encontro de Monitoria e Iniciação Científica

RESUMO

Introdução: A alimentação no início da vida é um ato delicado e essencial para a manutenção da saúde infantil, sendo fundamental que sejam adotados hábitos alimentares saudáveis, pois tais hábitos permanecerão ao longo da vida. O aumento da obesidade infantil tem sido associado aos hábitos alimentares inadequados e ao comportamento sedentário, influenciado pelo tempo gasto em entretenimento com aparelhos eletrônicos, como televisão, computador, smartphones e videogame, denominado tempo de tela. **Objetivo:** Analisar a influência da introdução alimentar e tempo de tela no estado nutricional de pré-escolares e escolares. **Métodos:** Revisão de literatura de caráter qualitativo, com artigos coletados nas bases de dados *Scielo*, Google Acadêmico e revistas dos últimos 10 anos, com a utilização dos descritores introdução alimentar, tempo de tela, nutrição infantil, pré-escolar, escolar, estado nutricional. **Resultados:** Introdução alimentar precoce e um maior tempo de tela está associado a uma menor prática de atividade física, maior ganho de peso e prevalência de obesidade em pré-escolares e escolares. **Conclusão:** As informações coletadas contribuíram na compreensão da temática em questão, mas são poucos os estudos específicos, exigindo maior aprofundamento e pesquisas de campo. **Palavras-chave:** Estado nutricional; Pré-escolar; Escolar; Tempo de tela.



INTRODUÇÃO

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS) a criança deve ser alimentada exclusivamente com leite materno até os seis meses de idade, pois essa prática traz benefícios para o seu desenvolvimento além de impactos positivos na vida adulta como a redução de chances de desenvolver doenças crônicas não transmissíveis.

A introdução alimentar inadequada pode trazer muitos prejuízos à criança como nos explica Lopes *et al.* (2018) principalmente quando a oferta de alimentos é realizada antes do adequado desenvolvimento fisiológico da criança para a ingestão desses alimentos. Entre os malefícios encontramos o maior risco de contaminação e reações alérgicas, interferência na absorção de nutrientes do leite materno além de poder ocasionar um desmame precoce.

Quando a introdução alimentar acontece de forma tardia ela também traz prejuízos ao bom desenvolvimento da criança, pois a partir do sexto mês o leite materno não é mais suficiente para atender todas as necessidades energéticas e nutricionais da criança ocasionando um crescimento mais lento e o risco de deficiências nutricionais que podem ocasionar outras doenças e deixar a criança mais vulnerável a adquirir doenças (LOPES *et al.*, 2018).

Nascimento *et al.* (2016) aponta os primeiros meses de vida como fundamentais para o risco de desenvolvimento da obesidade. Conforme Lourenço *et al.* (2014) Os dados de pré-obesidade e obesidade infantil vem aumentando de forma considerável em todo o mundo tornando-o assim um problema de saúde pública.

A fase pré-escolar compreende o período entre dois a seis anos de idade e é caracterizada pela redução do ritmo de crescimento em relação aos dois primeiros anos de vida (cerca de dois a três Kg/ano e cinco a sete cm/ano) e pela transição da criança da fase de total dependência (lactentes) para a fase de maior independência (escolar) (SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA, 2018).

Nessa fase também se inicia a recusa alimentar, que é um comportamento típico caracterizado por algumas atitudes como: não querer comer, fazer birra, tentar negociar o alimento que será consumido com os pais, levantar da mesa na hora da refeição, comer e beliscar alimentos no decorrer do dia. Esses tipos de comportamentos também são definidos como seletividade alimentar que é caracterizada por uma alimentação bastante limitada com extrema resistência em experimentar alimentos novos e com preferência alimentar em grande parte por massas, biscoitos, refrigerantes e os alimentos processados (SAMPAIO *et al.*, 2013).

A seletividade alimentar pode causar alguns prejuízos caso não haja tratamento precoce como: carências nutricionais e déficit de crescimento acompanhado do desenvolvimento inadequado da criança (SAMPAIO *et al.*, 2013). Essa característica acompanhada com o sedentarismo pode se tornar um fator de risco ainda maior para a criança adquirir sobrepeso e obesidade (VITOLLO, 2015).

A fase escolar envolve a faixa etária de sete a catorze anos e é caracterizada pela maior socialização e independência da criança. Observa-se que o volume gástrico nessa fase é comparável ao do adulto e por possuir uma maior independência faz-se maior uso de skates, patins e bicicleta, trazendo assim um aumento das necessidades energéticas diárias (VITOLLO, 2015).

É nessa fase que muitas crianças recebem dinheiro dos pais e começam a ter poder de escolha de alimentos, jogos, brinquedos e roupas, caracterizando essa fase com uma maior independência, com isso os pais acabam deixando de mandar lanche para as crianças consumirem na escola, pois elas mesmas podem comprar na lanchonete da instituição. Nota-se que as preferências alimentares dessas crianças geralmente são alimentos industrializados e lanches ricos em gordura, como os doces, refrigerantes, salgadinhos e biscoitos (CORRÊA *et al.*, 2017).

O consumo de leite e derivados sofre uma redução por parte das crianças e adolescentes no dia a dia, com isso, pode ocorrer o comprometimento do suprimento de cálcio e a formação da massa óssea. Essa situação aumenta na fase de estirão da adolescência e pode trazer prejuízos no desenvolvimento desse adolescente (VITOLLO, 2015).

Tempo de tela é o tempo gasto em entretenimento com vários aparelhos, como televisão, computador ou videogame (VASCONCELLOS *et al.*, 2013). A maior disponibilidade da tecnologia tem deixado as pessoas mais tempo sentadas, tornando-as mais sedentárias e conforme Schaan *et al.* (2019) essa realidade continuará a aumentar nos próximos anos.

Assistir à TV, juntamente com o uso do computador ou celular, é o comportamento sedentário mais comum em crianças pré-escolares e escolares, em parte devido às altas taxas de prevalência desse comportamento nas sociedades modernizadas (DECKER *et al.*, 2012).

O sedentarismo é caracterizado como atividades de baixo nível de gasto de energia em uma posição sentada ou reclinada. A Academia Americana de Pediatria recomenda o tempo total máximo de duas horas diárias de entretenimento baseado em tela para as crianças. O



entretenimento baseado em tela tem sido o maior responsável pelo sedentarismo (SCHAAN *et al.*, 2019).

Com isso, o objetivo desta revisão é aprimorar os conhecimentos sobre os aspectos relacionados a introdução alimentar e ao tempo de tela de pré-escolares e escolares e visualizar a relação que pode existir com o estado nutricional dos escolares e pré-escolares.

METODOLOGIA

Este estudo trata-se de uma revisão de literatura de natureza qualitativa. Ao longo deste trabalho foi estabelecido diálogos teóricos, os artigos científicos foram pesquisados nas bases de dados *SciELO*, Google Acadêmico e revistas, utilizando-se como critério de inclusão artigos publicados nos últimos 10 anos e que abordassem o tema em questão e o público pré-escolar e escolar. Como fato de exclusão artigos de outras fases da vida.

Para as buscas teóricas foram utilizados os seguintes descritores: introdução alimentar, tempo de tela, nutrição infantil, pré-escolar, escolar, estado nutricional. As pesquisas foram realizadas entre os meses de agosto a outubro de 2020.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Conforme Lourenço *et al.* (2014) os dados de pré-obesidade e obesidade infantil vem aumentando de forma considerável em todo o mundo. Lopes *et al.* (2018) explica que a introdução alimentar inadequada pode trazer muitos prejuízos à criança entre elas o desenvolvimento de pré-obesidade e obesidade. Observa-se que o estado nutricional do nascimento à fase pré-escolar pode influenciar e levar a um quadro de obesidade também na fase adulta (NASCIMENTO *et al.*, 2016).

O estado nutricional de crianças nas fases pré-escolar e escolar mostra-se de extrema importância, pois além de ter o poder de influenciar e levar a um quadro de obesidade na fase adulta, aumenta a probabilidade de sérios problemas de saúde e doenças crônicas como diabetes e hipertensão. Dessa forma, o grande foco de ação deve ser na prevenção da obesidade infantil sendo a fase pré-escolar a melhor para iniciar essas ações de prevenção (LOURENÇO *et al.*, 2014).

Outro fator que influencia o ganho de peso e a prevalência de obesidade na infância é o tempo de tela, tempo gasto em entretenimento com vários aparelhos, como televisão, computador ou videogame (VASCONCELLOS *et al.*, 2013).

Quanto maior for o tempo de tela, menor será a prática de atividade física, consequentemente, maior será o ganho de peso e a prevalência de obesidade infantil (VASCONCELLOS *et. al*, 2013).

CONSIDERAÇÕES FINAIS/CONCLUSÃO

As informações coletadas contribuíram na compreensão sobre a relação da introdução alimentar e do tempo de tela e o estado nutricional de pré-escolares e escolares e, dessa forma, podem auxiliar no desenvolvimento de intervenções voltadas para redução de obesidade em pré-escolares e escolares.

Entretanto, ainda são poucos os estudos específicos sobre a relação do tempo de tela no estado nutricional de crianças, necessitando assim, um maior aprofundamento e pesquisas de campo nessa temática.

REFERÊNCIAS

CECCATTO, D. *et al*. A influência da mídia no consumo alimentar infantil: uma revisão de literatura. In: **PERSPECTIVA**, Erechim. v. 42, n.157, p. 141-149, março/2018. Disponível em: <http://www.uricer.edu.br/site/pdfs/perspectiva/157_700.pdf> Acesso em: 17 mar 2020.

CORRÊA, R. S. *et al*. Padrões alimentares de escolares: existem diferenças entre crianças e adolescentes? In: **Ciências & Saúde Coletiva**. 22(2):553-562, 2017. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/csc/v22n2/1413-8123-csc-22-02-0553.pdf>> Acesso em: 19 mar 2020.

COUTO, C.P.D.M; ALVES, H.M.B. **Marketing e Obesidade Infantil: A influência da cor das frutas e vegetais no regime alimentar das crianças em idade pré escolar**. UBI, Covilhã. Ciências Sociais e Humanas, p. 1-165. 2015. Disponível em: <https://ubibliorum.ubi.pt/bitstream/10400.6/3428/1/TM_Cristiana_Couto.pdf> Acesso em 17 fev. 2020.

DECKER, De *et al*. **Influencing factors of screen time in preschool children: an exploration of parents' perception through focus groups in six European countries**. **PubMed**, Ghent, Belgium, p. 75-84, 2012. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22309066>>. Acesso em: 17 fev. 2020.

ENES, C. C.; SLATER, B. **Obesidade na adolescência e seus principais fatores determinantes**. SciELO, São Paulo, ano 2010, p. 163-71, 13 jan. 2010. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbepid/v13n1/15.pdf>> Acesso em: 21 de fev. 2020.

FILHO, P.A.D.W *et al*. **Antibióticos nas fases iniciais da vida: um precursor da obesidade infantil**. Revista Portal Saúde e Sociedade, Maceió - AL, ano 2019, p. 1028-1054, 2019. Disponível em: <<http://www.seer.ufal.br/index.php/nuspamed/article/view/6494/5632>> Acesso em: 21 de fev. 2020.



CONEXÃO UNIFAMETRO 2020

XVI SEMANA ACADÊMICA

ISSN: 2357-8645

LINS, I. F. S. *et al.* Prevalência de sobrepeso e obesidade em pré-escolares do município de Frei Paulo – SE: um estudo longitudinal. *In: Revista Brasileira de Ciências da Saúde*. Volume 22, Número 2, pp. 165-172, 2018. Disponível em: <<http://docs.bvsalud.org/biblioref/2018/09/913645/35641-92103-1-pb.pdf>>. Acesso em: 18 fev. 2020.

LOPES, W. C. *et al.* Alimentação de crianças nos primeiros dois anos de vida. *In: Rev Paul Pediatr*. 2018;36(2):164-170. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rpp/v36n2/0103-0582-rpp-36-02-164.pdf>>. Acesso em: 17 fev. 2020.

LOPESA, Wanessa Casteluber *et al.* Alimentação de Crianças nos Primeiros dois anos de vida. *SciELO*, São Paulo, v. 36, n. 2, 13, p. 164-169. 2018.

LOURENÇO, M. *et al.* Estado nutricional e hábitos alimentares em crianças de idade pré-escolar. *In: Revista de Enfermagem Referência*. Série IV - n.º 1 - Fev./Mar. 2014, pp. 7-14. Disponível em: <<http://www.scielo.mec.pt/pdf/ref/vserIVn1/serIVn1a02.pdf>>. Acesso em: 17 fev. 2020.

MILANI, M. O. *et al.* Influência da mídia nos hábitos alimentares de crianças: uma revisão de literatura. *In: Revista de Epidemiologia e Controle de Infecção*. ISSN 2238-3360 | Ano V - Volume 5 - Número 3 - 2015 - Jul/Set. Disponível em: <<https://online.unisc.br/seer/index.php/epidemiologia/article/view/5115/4456>> Acesso em: 17 mar 2020.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Saúde da criança: **Aleitamento materno e alimentação complementar**. Cadernos de Atenção Básica, Brasília, Secretaria de Atenção à Saúde, p. 95, cap 15. 2015. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude_crianca_aleitamento_materno_cab23.pdf> Acesso em: 16 fev. 2020.

NASCIMENTO, V. G. *et al.* **Aleitamento materno, introdução precoce de leite não materno e excesso de peso na idade pré-escolar**. Sciencedirect, São Paulo, v. 34, n. 4, p. 454-459, 22 jul. 2016. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rpp/v34n4/pt_0103-0582-rpp-34-04-0454.pdf> Acesso em: 15 Fev. 2020.

OLIVEIRA, E. S. de. **Alimentação Complementar de Lactentes Atendidos em uma Unidade Básica de Saúde da Família no Nordeste Brasileiro**. *Cogitare Enfermagem*, Paraná, v. 23, n. 1, p. 1-10, 30 jun. 2018. Disponível em: <<https://revistas.ufpr.br/cogitare/article/view/51220/pdf>> Acesso em: 15 Fev. 2020

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA – Departamento de Nutrologia Manual de Alimentação: **orientações para alimentação do lactente ao adolescente, na escola, na gestante, na prevenção de doenças e segurança alimentar** / Sociedade Brasileira de Pediatria. Departamento Científico de Nutrologia. – 4ª. ed. - São Paulo: SBP, 2018. Disponível em: <https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/pdfs/14617a-PDManualNutrologia-Alimentacao.pdf> Acesso em: 15 Fev. 2020.



CONEXÃO UNIFAMETRO 2020

XVI SEMANA ACADÊMICA

ISSN: 2357-8645

UEDA, M. H. *et al.* Publicidade de alimentos e escolhas alimentares de crianças. *In: Psicologia: Teoria e Pesquisa*. Jan-Mar 2014, Vol. 30 n. 1, pp. 53-61, 2014. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/ptp/v30n1/07.pdf>> Acesso em: 19 mar 2020.

VASCONCELLOS, M. *et al.* Estado nutricional e tempo de tela de escolares da Rede Pública de Ensino Fundamental de Niterói, Rio de Janeiro, Brasil. *SciELO*, Rj, Rio de Janeiro, ano 2013, p. 713-722, 2013. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/csp/v29n4/09.pdf>> Acesso em: 20. fev. 2020.

VITOLO, M. R. *Nutrição: da gestação ao envelhecimento*. 2 ed. Rio de Janeiro: Rubio, 2015.

WANG, Y. *et al.* Obesity and related risk factors among low socio-economic status minority students in Chicago. *Public Health Nutr* 2007; 10: 927-38, 2007. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17381954>> Acesso em: 20 de fev. 2020.

PEREIRA, I.F.S *et al.* Estado nutricional de menores de 5 anos de idade no Brasil: evidências da polarização epidemiológica nutricional. *SciELO*, Natal, RN, ano 2016, p. 1-12. DOI 10.1590/1413-812320172210.25242016. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/csc/v22n10/1413-8123-csc-22-10-3341.pdf>.> Acesso em: 18 mar. 2020.

SAMPAIO, A.B.M *et al.* Seletividade alimentar: uma abordagem nutricional. *SciELO*, São Paulo, SP, ano 2013, p. 1-7. DOI 10.1590/S0047-20852013000200011. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/jbpsiq/v62n2/v62n2a11.pdf>.> Acesso em: 18 mar. 2020.