

## **O RISCO DE DIETAS VEGANAS EM IDADE GESTACIONAL E PEDIÁTRICA: HIPÓTESES, EVIDÊNCIAS E RECOMENDAÇÕES**

**INTRODUÇÃO:** A alimentação onívora é de suma importância para o desenvolvimento das crianças, principalmente até os nove anos de idade, visto que, é por meio de suplementações presentes em artigos animais, majoritariamente, que desenvolvem capacidades cognitivas, motoras, sensitivas e linguísticas do infante. Assim, uma dieta restritiva pode vir a comprometer o natural desenvolvimento da criança, devido a carência calórica-proteica, sinalizada por meio de fadigas, falta de concentração, falhas na memória, alucinações, icterícias e redução nas capacidades cognitivas, deficiências. **OBJETIVO:** Rever a bibliografia atual, a mais relevante e disponível em formato online, sobre os riscos hipotéticos e empíricos, bem como recomendações das dietas vegetarianas em idade gestacional e pediátrica. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma pesquisa descritiva do tipo revisão integrativa da literatura. **RESULTADOS:** Crianças que mantêm uma dieta restrita ao veganismo, têm maiores riscos de défices fisiológicos. Sob essa perspectiva, deve haver um equilíbrio do aporte de nutrientes, tendo em conta o estado de desenvolvimento da criança, para assegurar um harmonioso crescimento e desenvolvimento. **CONCLUSÃO:** Diante da escolha de inserir uma criança, mesmo nos primeiros anos de vida, numa dieta vegetariana ou vegana, o trabalho do pediatra é respeitar e aconselhar a família, alertando sobre seus riscos. Para isso, a consulta periódica ao pediatra e nutricionista é eminentemente necessária.

**Palavras-chave:** Veganismo; Vitamina B12; Ferro.

### **REFERÊNCIAS**

AGNOLI, C., et al. Position paper on vegetarian diets from the working group of the Italian Society of Human Nutrition. **Nutrition, Metabolism & Cardiovascular Diseases**, v. 27, n. 1, p. 1037–1052, 2017.

AGUIRRE, J. A., et al. Comprometimento neurológico sério devido à vitamina B12 e deficiência em bebês de mães veganas e vegetarianas. **Acta Paediatrica**, v. 117, n. 4, p. 420-424, 2019.

ALVES, C. A. D., et al. **Hipovitaminose D em pediatria: recomendações para o diagnóstico, tratamento e prevenção.** Departamento Científico de Endocrinologia - Sociedade Brasileira de Pediatria, p. 1-11, 2016.

AMARAL, J., et al. Acidente Vascular Cerebral Isquêmico num Lactente Filho de Mãe Vegana. **Acta Paediatrica**, v. 49, n. 1, p. 66-70, 2018.

BARONI, L., et al. Vegan nutrition for mothers and children: practical tools for healthcare providers. **Nutrients**, v. 11, n. 5, p. 1-5, 2018.

BARRANHA, S. G. W. **Alimentação Vegetariana em Idade Pediátrica: Riscos, benefícios e recomendações**. Mestrado Integrado em Medicina. Porto. P. 1-37, 2017.

BROWN, K. H., et al. International Zinc Nutrition Consultative Group (IZiNCG) technical document. Assessment of the risk of zinc deficiency in populations and options for its control. **Food and Nutrition Bulletin**, v. 25, n. 2, p. 99-203, 2004.

CABRAL, A. A., et al. Implicações Nutricionais da Alimentação Vegetariana e Vegana no Desenvolvimento Infantil: uma Revisão Narrativa. **Residência Pediátrica**, v. 332, n. 1, p. 1-17, 2020.

CRADDOCK, J. C., et al. Algal supplementation of vegetarian eating patterns improves plasma and serum docosahexaenoic acid concentrations and omega-3 indices: a systematic literature review. **Journal of Human Nutrition and Dietetics**, v. 30, n. 1, p. 693–699, 2017.

DRI, J., et al. Crecimiento en niños y en hijos de madres que adhieren a dietas vegetarianas: revisión de la literatura. **Archivos Argentinos de Pediatría**, v. 119, n. 4, p. 77-106, 2021.

DROR, D. K., et al. Effect of vitamin B12 deficiency on neurodevelopment in infants: current knowledge and possible mechanisms. **Nutrition Review**, v. 66, n. 1, p. 250–255, 2008.

GARCIA, C. P., et al. Deficiência de vitamina B12 em lactente alimentado com leite materno. **Revista Brasileira de Nutrição Clínica**, v. 25, n. 3, p. 264-266, 2009.

GONZÁLEZ, F. E., et al. Importância do ômega 3 na nutrição infantil. **Revista Paulista de Pediatría**, v. 35, n. 1, p. 3-4, 2017.

GUERRA, A., et al. e nutrição do lactente. **Archivos Argentinos de Pediatría**, v. 43, n. 5, p. 17-40, 2012.

HONZIK, T., et al. Clinical presentation and metabolic consequences in 40 breastfed infants with nutritional vitamin B12 deficiency – what have we learned? **European Journal of Paediatric Neurology**, v. 14, n. 1, p. 488–495, 2010.

MESSINA, V., et al. Considerations in planning vegan diets: children. **Journal of the American Dietetic Association**, v. 101, n. 1, p. 661–669, 2001.

MÜLLER, P. Vegan Diet in Young Children. **Nestlé Nutrition Inst Workshop Ser. Basel.**, v. 93, n. 1, p. 103-110, 2015.

PENNINX, B. W. J. H., et al. Deficiência e depressão de vitamina B 12 em mulheres idosas com deficiência física: evidências epidemiológicas do estudo de saúde e envelhecimento da mulher. **The American Journal of Psychiatry**, v. 157, n. 1, p. 715-721, 2000.

RENDA, M., et al. Dietas vegetarianas em crianças e adolescentes. **Pediatrics in Review**, v. 30, n. 5, p. 1-8, 2009.

ROOHANI, N., et al. and its importance for human health: An integrative review. **Journal of Research in Medical Sciences**, v. 18, n. 1, p. 144– 157, 2013.

SCHÜRMAN, S., et al. Vegetarian diets in children: a systematic review. **European Journal of Paediatric Nutrition**, v. 5, n. 4, p. 1-21, 2017.

VANDENPLAS, Y., et al. Safety of soya-based infant formulas in children. **British Journal of Nutrition**, v. 111, n. 1, p.1340–1360, 2014.

WEFFORT, V. et al. **Nutrição em Pediatria: da infância a adolescência**, 2a. ed. Editora Manole. Barueri, São Paulo, 2017.

YEN, C.E., et al. Dietary intake and nutritional status of vegetarian and omnivorous preschool children and their parents in Taiwan. **Nutrition Research Reviews**, v. 28, n. 7, p. 430 – 436, 2008.