

# ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NA INFÂNCIA COMO PREDITOR NEGATIVO DE DOENÇAS CRÔNICO - DEGENERATIVAS

<sup>1</sup>PAULA, F.R.G.; <sup>1</sup>BRAGA, R.H.M.; <sup>2</sup>LEITE, M.G.

<sup>1</sup> Acadêmicas de medicina da Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais, Betim.

<sup>2</sup> Docente de medicina na Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais e Pediatria, Belo Horizonte. E-mail para correspondência: feroberti@hotmail.com

**INTRODUÇÃO:** No mundo, 44 milhões de crianças e adolescentes sofrem de obesidade, podendo chegar a 77 em 2025. Alimentação e hábitos de vida saudáveis são capazes de prevenir este quadro e diversas patologias associadas.



**FIGURA 1.** Alimentação do infante e estimativa para 2025. (Fonte: LC SAÚDE E BEM ESTAR. Obesidade infantil. Centro Clínico Brasília Medical Center, Asa Norte-DF, 2020).

**OBJETIVO:** Reportar a influência da alimentação, no desenvolvimento infantil e na prevenção da obesidade e redução de doenças crônico-degenerativas.

**METODOLOGIA:** Realizada a busca na plataforma PubMed em inglês e português dos descritores: “Pediatric Obesity”, “Healthy Diet” AND “Child Health”, dos últimos 5 anos. Utilizou também os sites Uptodate e da Sociedade Brasileira de Pediatria.

Consumo de comidas industrializadas

Recreação sem gasto energético

Uso excessivo de telas

**FIGURA 2.** Fatores que contribuem para a Obesidade. (Fonte: Sociedade Brasileira de Pediatria, 2020).

**DISCUSSÃO:** 13% de Crianças brasileiras, entre cinco e nove anos, tem obesidade. Podemos inferir que o peso da criança, se fora dos percentis, é um indicador de qualidade na saúde: marcadores predisponentes à instalação de patologias ao longo da vida.

**CONCLUSÃO:** Portanto, é importante preconizar uma assistência integral à saúde da comunidade, pois a alimentação um dos pilares para o desenvolvimento adequado.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

-LC SAÚDE E BEM ESTAR. Obesidade infantil. Centro Clínico Brasília Medical Center, Asa Norte- DF, 2020.

-REDSSELL et al. Systematic review of randomised controlled trials of interventions that reduce the risk, either directly or indirectly, of overweight and obesity in infancy and early childhood. **Maternal e Child Nutrition**, Epub, 2016. DOI: 10.1111/mcn.12184.

-STIGLIC N.; VINER R. Effects of screentime on the health and well-being of children and adolescents: a systematic review of reviews. **BMJ open**, 2019. DOI: 10.1136/bmjopen-2018-023191.

-Sociedade Brasileira de Pediatria. **Obesidade Infantil**, 2020.