

# **AUSÊNCIA DOS PAIS NA ALIMENTAÇÃO DOS FILHOS EM FASE DE CRESCIMENTO: ASSOCIAÇÃO COM A OBESIDADE.**

Francisca Ítala Feitosa Macêdo  
Faculdade Juazeiro do Norte  
francisca.itala@ig.com.br

Rita de Cassia Alves Silvestre  
Faculdade Juazeiro do Norte  
ritadkas2@hotmail.com

Grayce Alencar Albuquerque  
Enfermeira. Mestre em Saúde Coletiva.  
Professora do Curso de Nutrição  
geycy@oi.com.br

Palavras chaves: alimentação, pais, obesidade.

## **INTRODUÇÃO**

Uma alimentação saudável deve ser baseada em práticas alimentares com significação social e cultural. A alimentação se dá em função do consumo de alimentos (e não exclusivamente de nutrientes). Os alimentos têm gosto, cor, forma, aroma e textura e todos estes componentes precisam ser considerados na abordagem nutricional. Os nutrientes são importantes, contudo os alimentos não podem ser resumidos a veículos destes. Os alimentos trazem significações antropológicas, socioculturais, comportamentais e afetivas singulares, portanto o alimento enquanto fonte de prazer e identidade também compõe esta abordagem (PINHEIRO ET AL, 2005).

O ambiente familiar compartilhado e a influência dos pais nos padrões de estilo de vida dos filhos, incluindo a escolha dos alimentos, indicam o importante papel da família em relação ao ganho de peso infantil. Uma revisão dos programas de prevenção da obesidade para crianças mostrou que as intervenções que produziram maiores efeitos incluíram a participação dos pais (SICHIERI, 2008).

É consenso que a obesidade infantil vem aumentando de forma significativa e que ela determina várias complicações na infância e na idade adulta. Na infância, o manejo pode ser ainda mais difícil do que na fase adulta, pois está relacionado a mudanças de hábitos e disponibilidade de tempo dos pais, além de uma falta de entendimento da criança quanto aos danos da obesidade (MELLO *et al*, 2004).

Assim as crianças devem ser incentivadas desde pequenas a comerem alimentos saudáveis, o que não vem acontecendo de forma satisfatória, visto que os pais não estão tão presentes na seleção e oferta de alimentos às suas crianças.

Assim questiona-se: segundo a percepção dos pais, qual a importância e influência da participação da família nos hábitos alimentares dos filhos? Dada à relevância do tema quanto à importância da escolha e consumo de alimentos saudáveis, participação dos pais e da família na alimentação dos filhos, esse estudo tem o objetivo de conhecer o quanto os pais influenciam na alimentação dos filhos e sua relação com o desenvolvimento da obesidade.

## **METODOLOGIA**

Esse estudo foi desenvolvido por meio de uma pesquisa de abordagem quantitativa onde, tendo como local de estudo uma Unidade Básica de Saúde (UBS) no município de Crato, no interior do Ceará.

A população que compôs a pesquisa foi um grupo de mães cadastradas no programa de puericultura da respectiva UBS, convidadas por meio de entrega de convites por Agentes Comunitários de Saúde durante as visitas domiciliares.

Os dados foram coletados por meio de um questionário. De acordo com Santos (2009) a coleta dos dados sendo realizada dessa forma, o entrevistador tem maior controle dos resultados.

A pesquisa primou pelos aspectos éticos, conforme a resolução 466/12 que disserta sobre a realização de pesquisas com seres humanos. Desta forma, os pesquisadores solicitaram a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), onde foi assegurado o anonimato das entrevistadas.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A alimentação ofertada na infância reflete fortemente o aparecimento de doenças crônico-degenerativas. Os maus hábitos alimentares estão associados a diversos prejuízos à saúde, entre eles a obesidade, cujos índices têm crescido nas últimas décadas como resultado do aumento no consumo de alimentos com alta densidade calórica e redução na atividade física (ALMEIDA, NASCIMENTO, QUALOTI, 2002). De acordo com os dados obtidos no questionário socioeconômico foi possível observar que 57,1% das 14 mães participantes do estudo trabalham fora

de casa, fator que contribui pra o desenvolvimento da obesidade, pois a infância é o período onde ocorre a formação dos hábitos alimentares, e a participação da mãe é essencial, porque ela tem um grau de afetividade maior com o filho, orientando não somente a questão alimentar, mais oferecendo ensinamentos de como lidar com o mundo. Cuidar adequadamente dessas emoções poderá dar um suporte precioso para uma vida equilibrada emocionalmente. Portanto o vínculo construído entre pais, mães e filhos serão condicionantes para um desenvolvimento saudável (ENDERLE, 1990).

As mães devem insistir para que seus filhos optem por alimentos mais saudáveis, essa atitude refletirá de forma positiva na fase adulta. A exposição repetida à prova de alimentos não familiares é uma estratégia promissora para promover preferências e prevenir rejeições alimentares por crianças (WARDLE, et al, 2003). São necessárias de 5 a 10 exposições a um novo alimento para se ter um aumento na preferência pelo mesmo (BIRCH, 1999). Vale ressaltar que 100% das mães do estudo acreditam que as refeições devem ser realizadas por todos os familiares reunidos no momento da refeição. Tal fato é considerado por elas um momento sagrado, onde os pais podem ter o controle da alimentação de seu filho incentivando escolhas mais saudáveis. Gillespie & Achtemberg (1989) e Crocket & Sims (1995) mostram que a refeição familiar ainda é importante, apesar de parecer que o padrão da família comendo junto, está apenas no imaginário, e que parece não ser mais a realidade.

Outro dado importante é a falta de atividade física. Dos filhos das 14 mães entrevistadas 57,1% não praticam exercício físico e 7,1% das entrevistadas usou como justificativa de seu filho não praticar algum exercício, o fato de acha-lo muito pequeno. A criança e o adolescente tendem a ficar obesos quando sedentários, e a própria obesidade poderá fazê-los ainda mais sedentários (JEBB, MOORE, 1999). O aumento da atividade física, portanto, é uma meta a ser seguida acompanhada da diminuição da ingestão alimentar (BLUNDELL JE, KING NA, 1999).

## **CONCLUSÃO**

As mães pesquisadas tem conhecimento do que seja alimentação saudável, de acordo com os resultados obtidos, o fato de trabalhar fora não interfere no cuidado da alimentação dos seus filhos. A presença das mães influencia no

desenvolvimento da criança, esse fator vem desde a amamentação, devido o vínculo existente entre a mãe e o bebê.

E necessário que os pais nunca percam o hábito de cuidar da alimentação de seu filho, para que isso seja possível é necessário um incentivo da unidade básica de saúde, durante as visitas aos domicílios de cada família, por exemplo, falando sobre a importância de consumir alimentos saudáveis e a prática de atividade física e não apenas isso, pode-se também usar as campanhas de vacinação como estratégia para orientar as mães.

## REFERENCIAS

ALMEIDA, S. S., NASCIMENTO, P. C. B. D., QUAIOTI, T. C. B. **Quantidade e qualidade de produtos alimentícios anunciados na televisão brasileira. Rev. Saúde Pública, São Paulo, v.36, n.3, jun.. 2002. Disponível em: < <http://www.scielo.br>**

BIRCH, L.L. **Os padrões de aceitação do alimento pelas crianças.** Anais Nestlé, v. 57, p.12-20, 1999.

Blundell JE, King NA. **Physical activity and regulation of food intake: current evidence. Med Sci Sports Exerc.** 1999; 31(11Suppl):S573-83

Crocket SJ; Sims LS. **ENVIRONMENTAL INFLUENCES ON CHILDREN'S EATING.** J Nutr Educ 1995; 27 (5): 235-49.

Dennison BA, Erb TA, Jenkins PL. **Television viewing and television in bedroom associated with overweight risk among low-income preschool children.** Pediatrics. 2002;

**DE MELLO et al, OBESIDADE INFANTIL: COMO PODEMOS SER EFICAZES?** Obesidade infantil . de Mello ED et al - Jornal de Pediatria - Vol. 80, Nº3, 2004. <http://www.scielo.br/pdf/jped/v80n3/v80n3a04.pdf>

ENDERLE, Carmem. **Psicologia do desenvolvimento** - o processo evolutivo da criança. Porto Alegre: Artes Médicas, 1990.

Gillespie AH; Achtemberg CJ. **COMPARISON OF FAMILY INTERACTION PATTERNS RELATED TO FOOD AND NUTRITION.** J Am Diet Assoc 1989; 89: 509-12

Jebb SA, Moore MS. **Contribution of a sedentary lifestyle and**

**inactivity to the etiology of overweight and obesity: current evidence and research issues.** Med Sci Sports Exerc. 1999;31(11 Suppl):S534-41.

Pinheiro, Anelise; Recine, Elisabetta. Carvalho, Maria de Fatima. **O que é uma alimentação saudável: considerações sobre o conceito, princípios e características : uma abordagem ampliada.** Ministério da Saúde, Brasília, 2005.

Disponível em: <http://caemilioribas.files.wordpress.com/2009/09/alimentac3a7c3a3o-saudc3a1vel-e-a-ps.pdf> acessado em 15/10/2013

**SANTOS** Izequias, **MANUAL DE MÉTODOS E TÉCNICAS DE PESQUISA CIENTÍFICA**-6ª Edição, revista e atualizada, 2009.

**SICHERI R, SOUZA RA,** Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, 24 Sup 2:S209-S234, 2008 <http://www.scielo.br/pdf/csp/v24s2/02.pdf>

WARDLE, J.; HERRERA, M. L.; COOKE, L.; GIBSON, E. L. **Modifying children's food preferences: the effects of exposure and reward on acceptance of an unfamiliar vegetable.** Eur J Clin Nutr, v. 57, n.2, p. 341-8, 2003. Disponível em:<<http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/>>