

AVALIAÇÃO NUTRICIONAL E APLICAÇÃO DE UM PROGRAMA DE EDUCAÇÃO NUTRICIONAL COM CRIANÇAS E ADOLESCENTES COM SÍNDROME DE DOWN

Camila de Souza Oliveira¹; Camila Maria de Melo²

Estudante do curso de Nutrição¹; e-mail: mii.souza91@gmail.com

Professor da Universidade de Mogi das Cruzes²; e-mail: camilamelo@usp.br

Área do Conhecimento: Nutrição

Palavras-chave: síndrome de Down, antropometria, educação nutricional

INTRODUÇÃO

A Síndrome de Down (SD) não é uma doença, mas sim uma alteração cromossômica numérica que ocorre na formação do indivíduo durante a divisão celular do embrião (Moreira e Gusmão, 2002). A SD afeta 1 a cada 800 recém-nascidos em todo o mundo e é o principal fator genético no desenvolvimento de deficiência intelectual. No Brasil, acredita-se que ocorra um caso em cada 600 nascimentos, sendo a alteração genética mais diagnosticada na clínica pediátrica (Mestrinheri, 2009).

A Síndrome de Down pode ser associada a uma variedade de complicações, por exemplo características metabólicas que os tornam mais vulneráveis ao aparecimento de doenças relacionadas principalmente ao seu estado nutricional.

Com um bom acompanhamento nutricional a obesidade e outras doenças comumente associadas à SD como, por exemplo, doença celíaca e diabetes podem ser prevenidas (Mustacchi, 2009).

Embora o ritmo de desenvolvimento de crianças com SD possa ser mais lento, apresentando necessidades que requerem compreensão especial, a maioria delas geralmente consegue alimentar-se com independência, superando os problemas na hora da refeição (Zausmer e Puschel, 1995).

Os dados acima citados confirmam a importância de uma boa educação alimentar desde a primeira infância para que o consumo de alimentos saudáveis se torne um hábito durante toda a vida já que a independência nas escolhas alimentares, bem como no preparo dos alimentos, é possível e viável desde que haja conhecimento e instrução para isso. Além de serem compreendidas, respeitadas, acreditadas e estimuladas para tal, conclui-se então que para isso é essencial o acompanhamento do nutricionista desde a infância.

OBJETIVOS

- OBJETIVO GERAL

Avaliar o estado nutricional e aplicar um programa de educação nutricional em crianças com SD atendidas na APAE de Mogi das Cruzes – SP

- OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Avaliar o estado nutricional de crianças com SD atendidas na APAE;

Observar as refeições diárias oferecidas às crianças com SD na APAE de Mogi das Cruzes;

Realizar atividades ludo pedagógicas com as crianças para estruturação de um melhor hábito alimentar através da introdução de frutas, legumes e vegetais na dieta;

Sugerir possíveis alterações na dieta visando melhor aproveitamento dos nutrientes;

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo do tipo longitudinal, realizado na APAE de Mogi das Cruzes-SP. Inicialmente, foi realizada uma avaliação nutricional por meio de medidas antropométricas e uma avaliação de conhecimento. Para avaliar o estado nutricional foram aferidas medidas de peso (em kg) e estatura (em cm) para posterior cálculo do Índice de Massa de corporal (IMC – em kg/m²). As medidas aferidas foram classificadas nas variações: peso/idade, estatura/idade, peso/estatura, IMC/idade segundo as curvas de crescimento da OMS e nas curvas específicas para acompanhamento do crescimento de crianças e adolescentes com SD.

Estas avaliações serviram de base para o planejamento das ações educativas que foram aplicadas. Na avaliação antropométrica foram avaliadas 23 crianças, de idade entre 02 e 16 anos, portadoras de Síndrome de Down matriculadas na instituição já da avaliação de conhecimento participaram 13 alunos entre 9 e 16 anos. Para avaliação do consumo, foi entregue um questionário de frequência alimentar aos pais ou responsáveis das 23 crianças.

As crianças são divididas na instituição em grupos de acordo com a faixa etária e com seu desenvolvimento compondo assim as salas de aulas. Assim sendo, o critério utilizado para aplicação das atividades do programa de educação nutricional foi a idade das crianças, isto é, crianças acima de 9 anos e o número de crianças com Síndrome de Down por sala, as salas de aulas tem em média 10 a 15 crianças, sendo que as escolhidas foram as que dentre as crianças pelo menos 3 apresentavam a Síndrome de Down. No total foram escolhidas 4 salas, e o total de crianças com SD que participaram das atividades foram 13 crianças. O programa teve duração de 3 meses, as atividades tiveram duração de 30 a 40 minutos durante uma ou duas vezes por semana, sendo que foram realizadas no total 13 atividades lúdicas envolvendo temas relacionados à nutrição.

Foi realizada também uma análise dos alimentos e das refeições servidas diariamente na APAE de Mogi das Cruzes, por meio de observação da preparação das refeições por um mês. Para esta avaliação foi elaborado um check list com aspectos sanitários baseados na Cartilha de Manipulação de Alimentos da ANVISA, e o cardápio foi calculado do ponto de vista nutricional baseado nas indicações de macro e micronutrientes para faixa etária. Com os funcionários envolvidos na preparação das refeições foram realizadas atividades baseadas no resultado do check list.

É importante ressaltar que as mudanças propostas para a melhora da qualidade da alimentação oferecida para essas crianças não resultaram em custos adicionais a entidade, já que foi incentivado o melhor aproveitamento dos alimentos recebidos.

As possíveis mudanças se deram na forma de cocção dos alimentos e apresentação da refeição, já que, os pratos devem ser atrativos e coloridos para maior aceitação de alimentos, como verduras e legumes, criando o hábito de consumo dos mesmos e desenvolver hábitos saudáveis através da educação alimentar destas crianças.

Outras possíveis mudanças foram quanto aos métodos de higienização, armazenamento e preparo dos alimentos, as mudanças propostas serão baseadas no manual de boas práticas e na CVS-6 (Anvisa, 1999) e na Cartilha de Boas Práticas de Manipulação de Alimentos da ANVISA.

A avaliação de conhecimento foi refeita após o termino das atividades do programa de educação nutricional.

RESULTADOS/DISCUSSÃO

Após classificação dos dados antropométricos nas curvas de crescimento da OMS (2006 e 2007), observou-se que, como esperado a maioria (23,5%) das crianças, desde a primeira infância, apresentam peso para idade acima do percentil 97, estatura para idade abaixo do percentil 3 (26%) e com relação ao índice peso para estatura a maioria das crianças (50%) foram classificadas acima do percentil 97 assim como no índice IMC/idade (47,8%). (Tabela 1)

Classificação dos dados antropométricos (%) de acordo com os percentis nas curvas OMS

	P/I	E/I	P/E	IMC/I
ABAIXO P3	-	26	-	-
P3	-	17,3	-	-
P3-P15	5,8	17,3	-	-
P15	11,7	8,6	-	-
P15-P50	5,8	17,3	12,5	4,3
P50	11,7	4,3	-	4,3
P50-P85	29,4	-	25	17,3
P85	-	-	12,5	8,6
P85-P97	11,7	-	-	17,3
ACIMA P97	23,5	8,6	50	47,8

Já com relação às curvas desenvolvidas para crianças com SD observamos que a grande maioria das crianças não se encontra nos percentis extremos, isto é, na variação de peso/idade apenas 4,3% das crianças estão no percentil abaixo de 5 e apenas 13% acima do percentil 95. E em relação à variação estatura para idade observou-se o mesmo resultado, não havia crianças no percentil abaixo de 5 e apenas 4,3% estavam acima do percentil 95. (Tabela 2)

Classificação dos dados antropométricos (%) de acordo com os percentis nas curvas da Síndrome de Down

	P/I	E/I
ABAIXO DOP5	4,3	-
P5-P25	-	8,6
P25	-	4,3
P25-P50	8,6	4,3
P50	8,6	17,4
P50-P75	13	26
P75	13	8,6
P75-95	21,7	21,7
P95	17,4	4,3
ACIMA P95	13	4,3

Estes achados reforçam os resultados encontrados em outros estudos de crianças e adolescentes com Síndrome de Down, como de Giarreta e Ghiorzi (2009) que demonstraram aumento na prevalência de obesidade desde a primeira infância. Este dado, somado ao fato de que crianças com Síndrome de Down necessitam de calorias idênticas às crianças que não apresentam a Síndrome, reforça a importância do acompanhamento nutricional desde a tenra idade nesta população, para prevenir o aparecimento do sobrepeso e da obesidade na adolescência, assim como evitar que a criança se desenvolva por toda a infância com peso superior ao esperado.

Também foi possível observar com as demais avaliações e com o programa de educação nutricional que as crianças após realização das atividades lúdicas expandiram seus conhecimentos sobre os diversos tipos de alimentos, como já havia sido observado em

outros estudos, o estímulo para com a criança neste aspecto e com relação à alimentação tem resultado positivo.

O trabalho realizado com as funcionárias da cozinha também apresentou resultado bastante positivo, assim como o esperado. Acredita-se baseados em alguns artigos como o de Leite (2011) que o resultado tenha sido positivo, pois os métodos escolhidos para a realização dos treinamentos envolveu atividades práticas e demonstrou às responsáveis pela produção das refeições a sua importância diante da manutenção da saúde dos alunos.

CONCLUSÃO

Foi possível concluir com o presente estudo que as crianças com SD atendidas na APAE de Mogi das Cruzes apresentam sobrepeso e obesidade e que a independência das pessoas com Síndrome de Down nas suas escolhas alimentares é possível. Mais trabalhos que envolvam a educação nutricional nesta população são necessários. Além disso, é imprescindível a inserção do profissional nutricionista nessas instituições a fim de garantir um estado nutricional adequado à essas crianças.

REFERÊNCIAS

GIARETTA, A. e GHIORZI, A.R. “O ato de comer e as pessoas com Síndrome de Down.” Rev. bras. enferm. 2009, vol.62, n.3, p. 480-84.

GUSMÃO, F. e MOREIRA L. “Aspectos genéticos e sociais da sexualidade em pessoas com Síndrome de Down.” Rev. Bras. Psiquiatr . 2002, vol 24, n.2, p. 94-99.

LEITE, C.L. et al. “Formação para merendeiras: uma proposta metodológica aplicada em escolas estaduais atendidas pelo programa nacional de alimentação escolar, em Salvador, Bahia.” Ver. Nutrição 2011, vol.24, n.2, p 275 -285

MARTIN, J.E.S; MENDES, R.T. e HESSEL, G.. “Peso, estatura e comprimento em crianças e adolescentes com síndrome de Down: análise comparativa de indicadores antropométricos de obesidade.” Ver. Nutrição 2011, vol.24, n.3, pp. 485-492.

MESTRINHERI, L. FRANGELLA, V.S. PRADO, M.B e MUSTACCHI, Z. “Acompanhamento Nutricional de pacientes com Síndrome de Down atendidos em um consultório pediátrico.” Rev o Mundo da Saúde, 2009, vol. 19, pp.335-346.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. “Portaria CVS- 6” 1999

MINISTÉRIO DA SAÚDE “Curvas de crescimento “ 2006 - 2007

ZAUSMER, E.; PUESCHEL, S.M. Síndrome de Down – guia para pais e educadores. Campinas, SP Editora Papyrus, 1995.