

# ADESÃO AO PADRÃO ALIMENTAR MEDITERRÂNICO EM CRIANÇAS OBESAS

Sousa S<sup>III</sup>, Pedrosa C<sup>III</sup>, Oliveira BMPM<sup>I</sup>, Albuquerque I<sup>I</sup>, Guimarães J<sup>II</sup>, Simões-Pereira C<sup>II</sup>

Comunicação oral 14

## INTRODUÇÃO

A alimentação mediterrânica tem sido apontada como fator promotor de saúde em crianças. No entanto, a associação entre a adesão ao padrão alimentar mediterrânico e a obesidade infantil é ainda limitada e controversa.

<sup>I</sup> Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto.

## OBJETIVOS

Avaliar o grau de adesão ao padrão alimentar mediterrânico numa amostra de crianças com excesso ponderal, e relacionar o mesmo com parâmetros demográficos, antropométricos, bioquímicos, tensionais, de estilo de vida e tipo de consulta.

<sup>II</sup> Centro Hospitalar do Baixo Vouga, E.P.E. – Hospital de Aveiro.

## POPULAÇÃO E MÉTODOS

Foram avaliadas 56 crianças de ambos os sexos (51,8% masculino; 48,2% feminino) com excesso de peso (percentil de IMC $\geq$ 85; CDC2000) e idade entre os 6 e 16 anos, que frequentavam a consulta de Endocrinologia Pediátrica do Hospital de Aveiro. Foram recolhidos dados antropométricos, tensionais, bioquímicos, consumo alimentar e atividade física. A adesão ao padrão alimentar mediterrânico foi avaliada através do questionário KIDMED. O tratamento estatístico foi realizado no programa SPSS 21.0.

## RESULTADOS

92,9% da amostra apresenta obesidade, observando-se uma prevalência elevada de hipertensão arterial (51,8%), dislipidemia (33,3%), hiperinsulinemia (25,0%) e alterações da glicose em jejum (12,2%). A pontuação média final obtida no KIDMED foi de 7,8 pontos, sem diferenças significativas entre sexos. 60,7% das crianças obteve a classificação “Alimentação Mediterrânica ótima”, apresentando este grupo tensão arterial sistólica e diastólica significativamente inferior ( $p < 0,05$ ). Não se verificaram diferenças significativas nos restantes parâmetros. A pontuação média obtida no KIDMED foi superior nas consultas subsequentes (8,5 pontos).

## DISCUSSÃO E CONCLUSÕES

A população estudada apresenta uma boa adesão ao padrão alimentar mediterrânico, principalmente nas consultas subsequentes. Uma maior adesão a este padrão é acompanhada de melhor perfil tensional e bioquímico. Assim, é fundamental apostar na promoção de hábitos alimentares saudáveis sustentados nos pilares da alimentação mediterrânica.