

PERCEPÇÃO DOS FATORES QUE INFLUECIAM OS HÁBITOS ALIMENTARES E PROMOÇÃO DE SAÚDE BUCAL

Érique Théo Ribeiro MOREIRA, Cilmara Aparecida VIECHNIESKI, Ana Claudia de MORAES, Elaine Machado BENELLI

O apetite, quantidade e tipo de alimentos ingeridos são influenciados por fatores internos, tais como hormonais, estresse e padrão genético, e externos, tais como fatores ambientais e sociais (TORRES et al., 2007). Em geral, sob situações de estresse, os indivíduos aumentam a ingestão principalmente de carboidratos, aumentando o risco à obesidade e cárie dental (YUN; DOUX, 2007). Escutar música ou assistir TV durante as refeições aumenta a ingestão de alimentos por comprometer a percepção de saciedade do organismo (STROEBELE; CASTRO, 2006). Este projeto ensina as crianças internadas na Enfermaria de Cardiologia do Hospital Pequeno Príncipe e os seus responsáveis a perceberem os fatores que influenciam seus hábitos alimentares, capacitando-os a manter sua saúde. Inicialmente, crianças maiores de 7 anos e seus responsáveis respondem um questionário sobre comportamento alimentar. Em seguida, todos são orientados sobre comportamentos de risco e os sinais de desequilíbrio do organismo, aprendendo a monitorar e manter a sua saúde. A análise dos questionários mostrou que os comportamentos de riscos mais freqüentes são a elevada velocidade de ingestão de alimentos e assistir TV ou escutar música durante as refeições, que podem comprometer percepção da saciedade, aumentar a ingestão de alimentos e favorecer o desenvolvimento de doenças.