

# SMILE-Kids: Estudo de Intervenção Sobre a Transição para a Alimentação Diversificada

Candeias, A\* \*\*, Mendes, G.\* , Martins, C.\* , Martins, F.\* & Rosário, R.\*

\*Escola Superior de Enfermagem da Universidade do Minho, Núcleo de Investigação em Enfermagem da Escola Superior de Enfermagem da Universidade do Minho

\*\*Doutoranda em Enfermagem pelo Instituto de Ciências da Saúde - Universidade Católica Portuguesa – Centro Regional do Porto, Centro de Investigação Interdisciplinar em Saúde Instituto de Ciências da Saúde - Universidade Católica Portuguesa – Centro Regional do Porto

## Introdução

A importância da família na área da saúde está bem documentada [1], pois a mesma é o primeiro espaço de aprendizagem das crianças, local de aquisição dos estilos de vida saudáveis. As creches são, reconhecidamente, cenários atrativos e populares para a investigação com crianças na medida em que é neste espaço que elas passam um período considerável do dia. Aqui, as crianças podem usufruir de “programas” de promoção e educação para a saúde porque vivem num contexto social interessante pela relação com os educadores.

A investigação sugere que na primeira infância as crianças são capazes de controlar a ingestão energética tendo por base as suas necessidades fisiológicas, contudo práticas alimentares que não são sensíveis às necessidades das crianças podem reduzir a sua capacidade regulatória [2]. Para contrariar este cenário, tem sido desenvolvido um número crescente de investigações que implementam programas de intervenção em idades precoces [4] e em creches [5]. Contudo, a definição de melhores práticas está longe do desejável, e é fundamental continuar a desenvolver e implementar programas de intervenção inovadores e criativos, envolvendo os educadores na educação de estilos de vida saudáveis na primeira infância, como é traduzido na presente investigação.

## Objetivos

Avaliar o impacto de um programa de intervenção, baseado em competências de pais e educadores de infância relacionadas com a alimentação, no crescimento, desenvolvimento e adesão a novos alimentos na primeira infância.

## Materiais e Métodos

Partimos das hipóteses de que o programa de intervenção está associado: i) ao aumento das competências dos educadores de infância no âmbito da diversificação alimentar no grupo de intervenção; ii) ao crescimento saudável, apropriado para a idade, nomeadamente o comprimento e peso em crianças de cinco e mais meses e, iii) à adaptação saudável por parte das crianças à introdução de novos alimentos.

O presente estudo é um ensaio randomizado por clusters dirigido a crianças que entram nas creches a partir dos 4 meses de idade. Como pretendemos que a intervenção englobe todas as crianças presentes nas diferentes salas (classes) da creche, com o intuito de minimizar a contaminação, a unidade de randomização foi a sala. Houve dois períodos de avaliações: antes e após a intervenção. As salas (clusters) foram distribuídas aleatoriamente pelo grupo de intervenção ou controlo, sem conhecimento dos grupos. O programa de intervenção compreendeu simultaneamente a educação e formação de educadores de infância e, consequentemente, a sua mediação junto das crianças. Os dois períodos de avaliações contemplaram a massa corporal e o comprimento das crianças, assim como a utilização de um pacote de instrumentos (de autopreenchimento) dirigidos aos pais das mesmas. O estudo obteve o parecer positivo da Subcomissão de Ética para as Ciências da Vida e Saúde com o número de identificação SECVS-004/2013.

## Resultados

Os educadores de infância participaram num programa de educação e formação dinamizado pelos investigadores. O programa de intervenção Simple Measures and Interventions Lead to hEalthier-Kids (Smile-Kids) compreendeu sessões centradas na definição de conceitos relacionados com a alimentação, saúde e desenvolvimento infantil (sessão 1); transição para novos alimentos: quando? como? (sessão 2); encorajamento para aceitar novos alimentos (sessão 3) e, a higiene e segurança alimentar (sessão 4). Os educadores foram incentivados a desenvolver estratégias no âmbito dos estilos de vida saudáveis. As crianças do grupo controlo receberam a intervenção convencional das diferentes creches. A informação, obtida pelas duas avaliações referidas anteriormente, encontra-se em processo de análise.

## Conclusão

A análise dos hábitos e comportamentos nos primeiros meses de vida, utilizando modelos estatísticos complexos, vai contribuir com conhecimento essencial para responder a questões científicas que permanecem por esclarecer. Os resultados obtidos vão criar as bases para o desenvolvimento de material educativo a ser implementado em creches e com impacto na saúde das populações.

### Referências Bibliográficas

1. Birch, L.L. and J.O. Fisher, *Development of eating behaviors among children and adolescents*. Pediatrics, 1998. 101: p. 539-549.
2. Fisher, J.O., *Effects of age on children's intake of large and self-selected food portions*. Obesity (Silver Spring), 2007. 15(2): p. 403-12.
3. Nicklaus, S., *Development of food variety in children*. Appetite, 2009. 52(1): p. 253-5.
4. Fildes, A., et al., *Parent-administered exposure to increase children's vegetable acceptance: a randomized controlled trial*. J Acad Nutr Diet, 2014. 114(6): p. 881-8.
5. Watt, R.G., et al., *Methodological development of an exploratory randomised controlled trial of an early years' nutrition intervention: the CHERRY programme (Choosing Healthy Eating when Really Young)*. Matern Child Nutr, 2014. 10(2): p. 280-94.

