

XVI Congresso Brasileiro de Nutrologia

19, 20 e 21 de setembro de 2012
São Paulo - SP

Trab. 10

ADEQUAÇÃO DA INGESTÃO DE MINERAIS EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES COM EXCESSO DE PESO

- 26 -

Autores: DÉBORA SIMONE KILPP, RODRIGUES CA, BEGHETTO MG, MELLO ED

Instituição: HOSPITAL DE CLÍNICAS DE PORTO ALEGRE

Resumo:

INTRODUÇÃO: A EAR (Estimate Average Requirement) corresponde à ingestão diária de um nutriente que se estima que supra a necessidade da metade dos indivíduos saudáveis de determinado grupo de mesmo sexo e estágio de vida. **Objetivos:** Verificar se a ingestão de vitaminas e minerais de crianças e adolescentes com excesso de peso é adequada à EAR (ferro, zinco, vitaminas A, C e E) e à UL (sódio). **MÉTODOS:** Foram incluídas crianças e adolescentes com excesso de peso (IMC > percentil 85), recrutados para um estudo de manejo não medicamentoso de excesso de peso. Foi realizado inquérito alimentar de três dias ou, para os participantes que não trouxeram o inquérito preenchido, recordatório de 24 horas. Foi utilizada Tabela de Medidas Caseiras para padronização das porções e o software NutWin para o cálculo dos inquéritos (minerais e vitaminas). A adequação da ingestão de ferro, zinco e das vitaminas foi feita utilizando-se a EAR (DRI) como ponto de corte e, para o sódio, foi considerada a UL (Tolerable Upper Intake Level). **RESULTADOS:** Foram avaliados 58 inquéritos de voluntários de três faixas etárias: oito (n=4), nove a 13 (n=46) e 14 a 15 (n=8) anos, 50% do sexo feminino. Todas as crianças mais jovens atingiram as recomendações para ferro e zinco e ultrapassaram a UL de sódio. Dentre as crianças entre nove e 13 anos, 89% atingiram as recomendações de ferro e 46% atingiram a recomendação de zinco, enquanto 65% ultrapassaram a UL de sódio. Nos >14 anos, as recomendações para ferro e zinco foram atingidas por 37,5% e 12,5%, respectivamente, e 25% ultrapassaram a UL de sódio. Em relação à ingestão de vitaminas, das crianças de oito anos, 50% atingiram a EAR de vitamina A e 75% atingiram a EAR de vitamina C. Dentre os indivíduos entre nove e 13 anos, 23,9% atingiram a EAR para vitamina A e 60,9% para a vitamina C. Nos >14 anos, a EAR de vitamina A e vitamina C foram atingidas, respectivamente, por 0% e 37,5%. A EAR de vitamina E não foi atingida por nenhuma das crianças e/ou adolescentes, em nenhuma das faixas etárias. **CONCLUSÕES:** Parcela das crianças com excesso de peso apresentam ingestão de ferro, zinco, vitaminas A e C abaixo da EAR e excedem a recomendação de sódio. A ingestão de vitamina E ficou abaixo da EAR em todas as crianças e adolescentes que participaram da pesquisa.