

## *O que significa a avaliação do estado nutricional*

*The meaning of the nutritional status assessment*

**Elza Daniel de Mello\***

A avaliação do estado nutricional é uma etapa fundamental no estudo de uma criança, para que possamos verificar se o crescimento está se afastando do padrão esperado por doença e/ou por condições sociais desfavoráveis. Ela tem por objetivo verificar o crescimento e as proporções corporais em um indivíduo ou em uma comunidade, visando estabelecer atitudes de intervenção. Assim, quanto mais populações e/ou indivíduos são avaliados do ponto de vista nutricional, e quanto mais seriadas são essas avaliações, mais intervenções precoces podem ser instituídas, certamente melhorando a qualidade de vida da população de uma forma geral. Não existe forma de diminuir a desnutrição se ela não for diagnosticada de maneira adequada.

A avaliação nutricional é um instrumento diagnóstico, já que mede – de diversas maneiras – as condições nutricionais do organismo, determinadas pelos processos de ingestão, absorção, utilização e excreção de nutrientes; ou seja, a avaliação nutricional determina o estado nutricional, que é resultante do balanço entre a ingesta e a perda de nutrientes. O estado nutricional de uma população é um excelente indicador de sua qualidade de vida.

Quanto à avaliação do estado nutricional, sabe-se que não existe um método sem críticas, tanto em se tratando de crianças saudáveis como de crianças portadoras de doença crônica. Existem diversos métodos para a avaliação do estado nutricional. Deve-se utilizar aqueles que melhor detectem o problema nutricional da população em estudo e/ou aqueles para os quais os pesquisadores tenham maior treinamento técnico<sup>1</sup>. Em artigo de revisão publicado em 2000, neste Jornal, você poderá revisar os vários métodos de avaliação do estado nutricional<sup>2</sup>. Um outro estudo publicado também neste Jornal já analisa as dificuldades da avaliação nutricional, salientando que ela deve ser criteriosa, tanto na metodologia empregada, quanto na análise dos

resultados em relação à abordagem coletiva ou individual<sup>3</sup>. A verificação seriada é a ideal, pois avalia o crescimento de cada criança. Para uma análise transversal, a associação de mais de um método de avaliação nutricional é o mais recomendado.

Neste número do Jornal de Pediatria, temos um artigo que avalia o estado nutricional de crianças índias do Alto Xingu. Este grupo já vem há algum tempo estudando esta população, como em outro trabalho publicado por esse Jornal, sobre o estado nutricional e o teste de hidrogênio no ar expirado<sup>4</sup>. O atual estudo diferencia-se por avaliar mais atentamente o estado nutricional,

comparando métodos antropométricos com a impedância bioelétrica. Ele deve ser atentamente lido, especialmente porque demonstra baixas taxas de desnutrição e obesidade, o que nos leva a crer que, mesmo com influências diversas, essa população consegue manter sua integridade ambiental e cultural. A dificuldade de acesso ao Parque do Alto Xingu, como comentam os autores, talvez seja uma justificativa para tal qualidade nutricional.

O estudo do crescimento físico de crianças indígenas xavantes já não demonstrou tão bom estado nutricional, fato mais habitualmente encontrado quando se avalia populações indígenas. A desnutrição de populações indígenas as coloca em situações de risco, nas quais as mudanças socioeconômico-culturais impostas a estas populações são certamente os fatores determinantes<sup>5</sup>.

A população indígena do Alto Xingu estudada segue os princípios de uma boa nutrição. As crianças são amamentadas de forma exclusiva durante o primeiro ano de vida, e de forma mista até os 3 anos de idade. Ingerem uma variedade de alimentos, mantendo um representante de cada classe: mandioca, peixe, ovos e frutas silvestres. Ingesta bem diferente da tendência mundial, onde o consumo de alimentos de origem animal, de açúcares e de farinhas refinadas é alto, e o de cereais integrais e fibras é baixo.

Esse estudo salienta uma população com boa qualidade de vida, já que tem oferta de alimentos saudáveis e não é

---

*Veja artigo relacionado  
na página 383*

---

\* Gastroenterologista Pediátrica e Nutróloga. Professora Assistente de Pediatria da UFRGS.

possuidora de doenças crônicas e más condições ambientais que determinem desequilíbrio entre a ingesta e o gasto calórico.

Outro dado de extrema importância é a pequena incidência de obesidade, fato contrário à tendência da população industrializada mundial, demonstrando que uma dieta variada, na ausência de sedentarismo e de modismos da vida industrializada, como *fast food* e produtos alimentares industrializados, diminui o risco de obesidade.

Assim, recomendo a leitura do artigo de autoria do Dr. Ulysses Fagundes e colaboradores, pelos métodos de avaliação do estado nutricional empregados e pelos resultados tão relevantes encontrados.

### Referências bibliográficas

1. Heyward VH, Stolarczyk. Avaliação da composição corporal aplicada. Rio de Janeiro: Manole; 2000.p.243.
2. Sigulem DM, Devincenzi UM, Lessa AC. Diagnóstico do estado nutricional da criança e do adolescente. J Pediatr (Rio J) 2000;76 Supl 3:275-84.
3. Goulart EMA. A avaliação nutricional infantil no software EPI-Info (versão 6.0), considerando-se a abordagem coletiva e individual, o grau e o tipo da desnutrição. J Pediatr (Rio J) 1997; 73(4):225-30.
4. Alves GMS, Morais MB, Fagundes-Neto U. Estado nutricional e teste do hidrogênio no ar expirado com lactose e lactulose em crianças indígenas terenas. J Pediatr (Rio J) 2002;78(2):113-9.
5. Gugelmin AS, Santos RV, Leite MS. Crescimento físico de crianças indígenas xavantes de 5 a 10 anos de idade em Mato Grosso. J Pediatr (Rio J) 2001;77(1):17-22.