

Aspetos relacionados com a gravidez, com a mãe e com o recém-nascido e sua influência na prevalência de excesso de peso em crianças inscritas no ACES da Cova da Beira

Diana Gonçalves Birra

Relatório de estágio apresentado ao Instituto Politécnico de Castelo Branco para cumprimento dos requisitos necessários à obtenção do grau de Licenciado em Nutrição Humana e Qualidade Alimentar, realizada sob a orientação científica da Professora Dina Raquel João, Professora da Escola Superior Agrária do Instituto Politécnico de Castelo Branco.

Agradecimentos

Seria preciso escrever todo um livro para agradecer às inúmeras pessoas que me apoiaram e cujas ideias contribuíram para a elaboração deste trabalho.

Em primeiro lugar, deixo um agradecimento especial à minha família que sempre valorizou e apoiou as minhas escolhas e decisões ao longo do meu percurso académico. Um muito obrigado por terem possibilitado a minha formação e por demonstrarem sempre o seu orgulho em mim.

Aos meus fiéis amigos por estarem sempre disponíveis para ouvirem as minhas preocupações e nunca terem duvidado que ultrapassaria todos os obstáculos. Agradeço, ainda, aos meus colegas de curso por todos os bons momentos partilhados, por três anos de formação em comum partilhando sempre os conhecimentos adquiridos e, mesmo até, o stress das temidas “épocas de avaliação”.

Gostaria também de expressar os meus agradecimentos ao Instituto Politécnico de Castelo Branco e à Escola Superior Agrária de Castelo Branco pelas boas receções e pela magnífica disponibilidade de todo o corpo docente e não docente.

Aos professores, não só pelas suas competências mas também pelos apoios constantes, os sábios conselhos, as orientações, as sugestões, a partilha de conhecimentos, as ideias criativas, as observações e o interesse pelos alunos.

Agradeço particularmente à minha orientadora, professora Dina Raquel João, pela sua disponibilidade, pelo seu apoio constante e pela grande ajuda na redação deste trabalho e, ainda, à minha coorientadora, Dra. Elsa Silva, por partilhar a sua experiência e conhecimentos e, também, pela disponibilidade.

A todos os funcionários do Agrupamento de Centros de Saúde da Cova da Beira que tão bem me recebeu, permitindo uma boa integração da minha parte.

Por fim, quero também expressar a minha gratidão para com os pacientes e os inquiridos, cuja confiança e disponibilidade me possibilitou a elaboração deste trabalho.

Resumo

O presente relatório de estágio, o qual foi realizado no Agrupamento de Centros de Saúde da Cova da Beira e enriquecido pelas avaliações efetuadas nos concelhos de Belmonte e Covilhã, tem como objetivo investigar a eventual relação existente entre o aleitamento materno como fator preventivo do excesso de peso em crianças com idade escolar. No decorrer do estágio, foram realizadas outras atividades tais como acompanhamento e realização de consultas de nutrição, sessões de educação alimentar para o 1º ciclo do ensino básico e para diabéticos, preparação de lanches saudáveis, realização de um rastreio de nutrição, entre outras atividades.

A amostra contou com 45 crianças, 23 do concelho de Belmonte e 22 do concelho da Covilhã, sendo no total 37,8% (n=17) participantes do sexo masculino e 62,2% (n=28) do sexo feminino, com idades compreendidas entre os 2 e os 12 anos.

Para a realização deste estudo foi aplicado um questionário, onde o estado nutricional das crianças foi avaliado através dos parâmetros antropométricos (peso e estatura) e da medição do perímetro da cintura. Em relação ao Índice de Massa Corporal, recorreu-se às curvas de percentil da Organização Mundial da Saúde (2006, 2007), seguindo-se as orientações da *Canadian Paediatrics Society* (2010). Por forma a relacionar o estado nutricional das crianças com a amamentação e sua durabilidade foram consideradas 4 opções: menos de 1 mês, entre 1-3 meses, 3-6 meses e mais de 6 meses.

Após a avaliação do estado nutricional das crianças, constatou-se que das 45 crianças, com idade média de $3,1 \pm 1,6$ anos (2-12), a prevalência de excesso de peso foi de 33,3% (n=15), das quais 15,6% (n=7) eram obesas. A prevalência foi superior no município da Covilhã (40,9%; n=9), sendo Belmonte o município que apresentou a prevalência mais baixa (26,1%; n=6).

Feita a relação entre o aleitamento materno e o excesso de peso infantil, concluiu-se que esta variável atua como efeito protetor contra o excesso de peso, situando-se a taxa de aleitamento materno nos 95,6%. Em relação ao peso à nascença, os resultados mostram que crianças com um peso normal ao nascer apresentam um fator de risco para o excesso de peso, comparativamente às crianças que mostram muito baixo peso e baixo peso, uma vez que não se apuraram casos de crianças macrossómicas.

Pode-se, assim, concluir que as variáveis maternas, familiares ou relacionadas com a gravidez estão associadas ao desenvolvimento de excesso de peso infantil.

Palavras-chave

Aleitamento materno, fator preventivo, excesso de peso, idade escolar

Abstract

This internship report, which was conducted at Group Health Centre Cova da Beira and enriched by tests conducted in the municipalities of Belmonte and Covilha, aims to investigate the possible relationship between breastfeeding as a prevention of excess weight in children of school age. During the internship, there were other activities such as monitoring and consultations on nutrition, nutrition education sessions for the 1st cycle of basic education and for diabetics, preparing healthy snacks, conducting nutrition screening, among other activities.

The sample comprised 45 children, 23 of the county of Belmonte and 22 of the county of Covilha, totaling 37.8% (n=17) participants were male and 62.2% (n=28) were female, aged 2 to 12.

For this study a questionnaire was applied, where the nutritional status of children was assessed using anthropometric parameters (weight and height) and the measurement of waist circumference. Regarding Body Mass Index, appealed to the percentile curves of the World Health Organization (2006, 2007), following the guidelines of the *Canadian Paediatrics Society* (2010). In order to relate the nutritional status of children with breastfeeding and durability were considered four options: less than 1 month, between 1-3 months, 3-6 months and more than 6 months.

After evaluating the nutritional status of children, it was found that of 45 children with a mean age of 3.1 ± 1.6 years (2-12), the prevalence of overweight was 33.3% (n=15), of which 15.6% (n=7) were obese. The prevalence was higher in the city of Covilha (40.9%, n=9), and the municipality Belmonte presented the lowest prevalence (26.1%, n=6).

Once the relationship between breastfeeding and overweight child, it was concluded that this variable acts as a protective effect against excess weight, standing the breastfeeding rate in 95.6%. In relation to birth weight, the results show that children with normal birth weight present a risk factor for overweight compared to children who show very low weight and low weight, as no cases of children were established macrosomic.

One can thus conclude that maternal variables, family or related to pregnancy are associated with the development of overweight children.

Keywords

Breastfeeding, preventive factor, overweight, school children

Índice geral

Agradecimentos	ii
Resumo	iii
Abstract	iv
Índice geral	v
Índice de figuras	vii
Índice de tabelas.....	viii
Lista de abreviaturas.....	ix
1. Introdução e objetivos.....	1
2. Metodologia.....	6
2.1. Amostra	6
2.2. Questionário	6
2.3. Estado Nutricional	6
2.4. Variáveis maternas, familiares ou relacionadas com a gravidez	7
2.5. Atividade física	8
2.6. Análise estatística	8
3. Resultados	9
3.1. Características da amostra	9
3.2. Estado nutricional	9
3.3. Aleitamento materno	12
3.4. Ganho de peso durante a gestação.....	14
3.5. Tempo de gestação.....	14
3.6. Peso à nascença	15
3.7. Idade da mãe aquando a gravidez.....	15
3.8. Habilitações literárias dos pais.....	16

3.9.	Número de irmãos	16
3.10.	Diabetes gestacional	17
3.11.	Perímetro da cintura.....	17
3.12.	Atividade física	18
4.	Discussão	19
5.	Outras atividades realizadas no decorrer do estágio.....	23
6.	Conclusão	25
7.	Bibliografia	27
Anexos	31

Índice de figuras

Figura 1 - Classificação do EN de crianças entre 2 e 5 anos segundo os critérios da OMS (2006, 2007)

Figura 2 - Classificação do EN de crianças/adolescentes entre 5 e 19 anos segundo os critérios da OMS (2006, 2007)

Figura 3 - Classificação do EN da amostra por sexo, para crianças entre 2 e 5 anos

Figura 4 - Classificação do EN da amostra por sexo, para crianças/adolescentes entre 5 e 19 anos

Figura 5 - Distribuição percentual das crianças pela duração do AM

Índice de tabelas

Tabela 1 - Prevalência de pré-obesidade, obesidade e excesso de peso segundo os critérios da OMS (2006, 2007)

Tabela 2 - Associação entre o gênero e o excesso de peso infantil

Tabela 3 - Associação entre os 2 municípios e o excesso de peso infantil

Tabela 4 - Associação entre a idade e o excesso de peso infantil

Tabela 5 - Caracterização da população relativamente ao AM

Tabela 6 - Associação entre a amamentação e o excesso de peso infantil

Tabela 7 - Associação entre a durabilidade da amamentação e o excesso de peso infantil

Tabela 8 - Associação entre o ganho de peso materno e o excesso de peso infantil

Tabela 9 - Associação entre o tempo de gestação e o excesso de peso infantil

Tabela 10 - Associação entre o peso à nascença e o excesso de peso infantil

Tabela 11 - Associação entre a idade materna e o excesso de peso infantil

Tabela 12 - Associação entre o nível de escolaridade materna e o excesso de peso infantil

Tabela 13 - Associação entre o nível de escolaridade paterna e o excesso de peso infantil

Tabela 14 - Associação entre o número de irmãos e o excesso de peso infantil

Tabela 15 - Associação entre o diagnóstico de diabetes gestacional e o excesso de peso infantil

Tabela 16 - Associação entre o perímetro da cintura e o excesso de peso infantil

Tabela 17 - Associação entre a atividade física e o excesso de peso infantil

Lista de abreviaturas

ACES - Agrupamento de Centros de Saúde

OMS - Organização Mundial da Saúde

IOTF - International Obesity Taskforce

DGS - Direção-Geral da Saúde

SPEO - Sociedade Portuguesa para o Estudo da Obesidade

AM - Aleitamento Materno

EN - Estado Nutricional

kg - Quilogramas

cm - Centímetros

IMC - Índice de Massa Corporal

P - Percentil

CDC - *Centers for Disease Control and Prevention*

SPSS - *Statistical Package for Social Sciences*

OR - *Odds Ratio*

IC - Intervalos de Confiança