

PREVENÇÃO DE DOENÇAS CRÔNICAS NA INFÂNCIA - A PRÉ-ESCOLA COMO CENÁRIO PARA ATUAÇÃO EFETIVA

Coordenador: NOEMIA PERLI GOLDRAICH

Autor: SAMANTA DAIANA DE ROSSI

INTRODUÇÃO: O estilo de vida contemporâneo inclui acesso fácil a alimentos industrializados e sedentarismo, que resultam em ingestão de calorias maior que o gasto energético e ingestão excessiva de sal. A adoção desses hábitos resulta em aumento na frequência de obesidade e hipertensão (HAS) - pressão alta - tanto em adultos como em crianças, e causam ainda outros problemas de saúde, como diabetes, doenças cardiovasculares e renal crônica, que se manifestam, tanto a curto quanto a longo prazo. Estudos demonstram que quanto maior o sobrepeso ou a obesidade da criança e quanto mais idade ela tiver, maiores são os riscos dela tornar-se um adulto com sobrepeso ou obesidade. Após os 6 anos de idade, a probabilidade de uma criança obesa tornar-se um adulto obeso é de 50%, enquanto que a de uma criança não obesa é de 10%. A probabilidade de criança obesa tornar-se um adulto com hipertensão é 3 vezes maior que de uma criança não obesa. Assim, destaca-se a importância da prevenção de doenças crônicas (obesidade, diabetes, HAS, doenças vasculares - infarto, trombozes, derrames - e renal crônica), através de mudanças no estilo de vida da família (hábitos alimentares e de atividade física), associadas ao envolvimento da escola para a obtenção de resultados mais positivos e duradouros. **OBJETIVO:** O Programa Escola Promotora de Saúde - Prevenção de Doenças Crônicas na Infância objetiva, através da atuação na Creche Francesca Zacaro Faraco da UFRGS, na Escola de Educação Infantil do Instituto de Educação General Flores da Cunha (IE) e na Escola de Ensino Fundamental Dinah Néri Pereira, que pertence ao mesmo complexo educacional do IE, interagindo com as crianças, os pais, os professores e os outros profissionais que atuam nestas escolas, provocar uma mudança de paradigma frente aos temas saúde, alimentação e atividade física, motivando alterações nos hábitos nas escolas, que sejam reproduzidos fora das instituições e que sejam multiplicados para toda a família, vizinhos, conhecidos. **DESENVOLVIMENTO DO PROGRAMA:** Critério de inclusão no Programa: crianças de 0 a 5 anos, matriculadas na Creche da UFRGS ou Escola de Educação Infantil do IE. No caso do IE, como a Escola Dinah Néri Pereira faz parte do mesmo complexo, as crianças que foram incluídas no Programa quando cursavam a educação infantil, continuam a ser acompanhadas no ensino fundamental. Por este motivo, há crianças com idades até 9 anos, mas cuja inclusão foi feita antes dos 5

anos. Desde 2006, quando o Programa teve início até o momento, 484 crianças de 0 a 9 anos de idade já participaram. Contudo, pode-se considerar que o público alcançado é bem maior, já que pais, parentes próximos, 74 professores e 48 funcionários das escolas também participam das atividades. As ações são voltadas especialmente para a faixa etária de 0 e 5 anos, porque neste grupo os resultados apresentados são mais significativos, porque se atua no período em que há a construção dos hábitos alimentares e não na alteração dos mesmos. Frente ao consumo cada vez maior de produtos industrializados foram realizadas oficinas com pais e com as crianças para orientar sobre a importância de ler os rótulos dos alimentos e para ensiná-los como interpretá-los, identificando a composição dos alimentos, se são adequados a uma dieta saudável, especialmente no que se refere às porções e ao conteúdo de sal. A adequação da merenda escolar aos conceitos da alimentação saudável enfatizados pelo Programa foi outro foco de nossas ações. Para isso, realizaram-se oficinas com as profissionais das escolas para ampla discussão deste tópico, sua importância e como ela pode ser feita, sendo gostosa e saudável ao mesmo tempo. Para mostrar aos pais que é possível a adoção de hábitos alimentares saudáveis sem aumentar os gastos da família e sem despende muito tempo no preparo das refeições, foram oferecidas degustações com petiscos saudáveis e práticos de fazer, elaborados com a participação das crianças e da equipe de Nutrição da Creche, supervisionados pela nutricionista Elaine. A receita, incluindo seu custo, foi entregue aos pais ao final da degustação. Outra ação do Programa, com o objetivo de identificar, tanto as crianças com risco, quanto as que já apresentam sobrepeso, obesidade e HAS, foi a medida anual do peso, altura e pressão arterial (PA) e o cálculo de seu Índice de Massa Corporal (IMC). O reconhecimento precoce da PA anormal e o tratamento adequados são necessários para diminuir as complicações e até mesmo a mortalidade associadas com doenças cardiovasculares e renais, que surgem na idade adulta. É importante a atuação dos participantes do Programa nessa área, porque muitos profissionais da saúde responsáveis pelo cuidado de crianças ainda não seguem as recomendações de medida periódica da PA em crianças e há pouco envolvimento dos acadêmicos em atividades de prevenção. Através do cálculo do IMC é possível reconhecer as crianças com sobrepeso e obesidade e acompanhar a evolução das mesmas para evitar que desenvolvam esses problemas. Permite também alertar e orientar os pais para que atuem de forma a melhorar a qualidade de vida da criança e da família. Os resultados destas avaliações são entregues aos pais anualmente, com recomendações específicas para seus filhos. RESULTADOS: Das crianças novas, matriculadas a cada ano, a prevalência de sobrepeso e obesidade foi de 21% do total de 58 crianças em 2006; 35% de 40, em

2007 e 39% de 69, em 2008. Entre as crianças que já estavam na escola e portanto, incluídas previamente no Programa, em 2007, a prevalência de sobrepeso e obesidade foi de 24% das 50 crianças e de 32% das 41, em 2008. Estes dados são de crianças até 5 anos. Os dados das avaliações mostram que o grupo de crianças novas (vindas da comunidade), apresentou um número maior a cada ano de crianças com sobrepeso e obesidade. Os dados refletem a tendência da população de crianças em geral. Esses resultados revelam a importância e efetividade de ações de saúde realizadas nas escolas, espaços de educação e formação de valores, que permitem atuar principalmente na prevenção. Percebe-se uma melhora significativa na merenda escolar. Professoras e pais relatam o interesse e engajamento das crianças na busca por qualidade na sua alimentação e da família na adoção de hábitos para uma vida saudável, além de cobrarem esse mesmo comprometimento de seus pais. Esses resultados são muito gratificantes para os participantes do Programa e são a maior motivação para a continuidade de nosso trabalho. Será apresentado um filme produzido pela equipe do "Programa Conhecendo a UFRGS", que documentou as diversas etapas do programa de prevenção e que oportunizou um momento de interação entre as equipes de saúde e de comunicação, desde a exposição dos objetivos do projeto, planejamento e todo o desenvolvimento do filme. Este é também um objetivo da extensão: integrar as várias unidades da UFRGS. CONCLUSÃO: Este Programa comprova, pelos seus resultados positivos, a importância de ações de prevenção na escola e a repercussão social destas na saúde das crianças. O papel da escola, como promotora de saúde e espaço para a prevenção de doenças crônicas é fundamental e precisa ser mais bem aproveitado. A universidade assume seu papel social, agindo como catalisador destas ações na comunidade, envolvendo seus professores e acadêmicos em atividades de prevenção em escolas de educação infantil. A integração entre as várias unidades da UFRGS é possível e é muito produtiva.