

IMPACTO DO PERÍODO PANDÉMICO DA COVID-19 NA ALIMENTAÇÃO PEDIÁTRICA

Licenciatura em Enfermagem | 4º ano | Estágio IV – Saúde Infantil e Pediatria | Ano Letivo 2021/2022

Alagoinha¹, M., Alves¹, J., Ferreira¹, J., Lemos¹, R., Neto¹, J., Nora¹, M., Fernandes², R., Marques², G., Silva², S.

1- Discentes da Escola Superior de Saúde de Santa Maria; 2 – Docentes da Escola Superior de Saúde de Santa Maria

INTRODUÇÃO

A pandemia da doença coronavírus 2019 (COVID-19) e as medidas de confinamento associadas interromperam vários serviços, nomeadamente, instituições de ensino, influenciando desta forma o papel do enfermeiro na saúde escolar. Posto isto, a dieta pediátrica sofreu mudanças significativas durante este período, pelo que é relevante perceber o que se alterou, ou seja, nas crianças e respetivas famílias que condicionantes existiram ou não, em que sentido os hábitos mudaram, assim como as respetivas consequências da mudança.

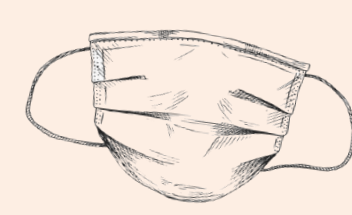
METODOLOGIA

Questão de partida: “Quais as alterações na alimentação pediátrica durante o período pandémico da COVID-19?”

Tipo de estudo: Revisão bibliográfica com síntese narrativa de literatura;

- **Expressão de pesquisa:** child OR preschool OR adolescent AND nutrition AND COVID pandemic;
- **Base de dados:** MEDLINE (PubMed);
- **Crítérios de inclusão:** artigos em inglês, português e espanhol; crianças e jovens com idades compreendidas entre os 2 e os 18 anos; artigos entre 2019 e 2022;
- **Crítérios de exclusão:** adultos;

Resultados: n=31

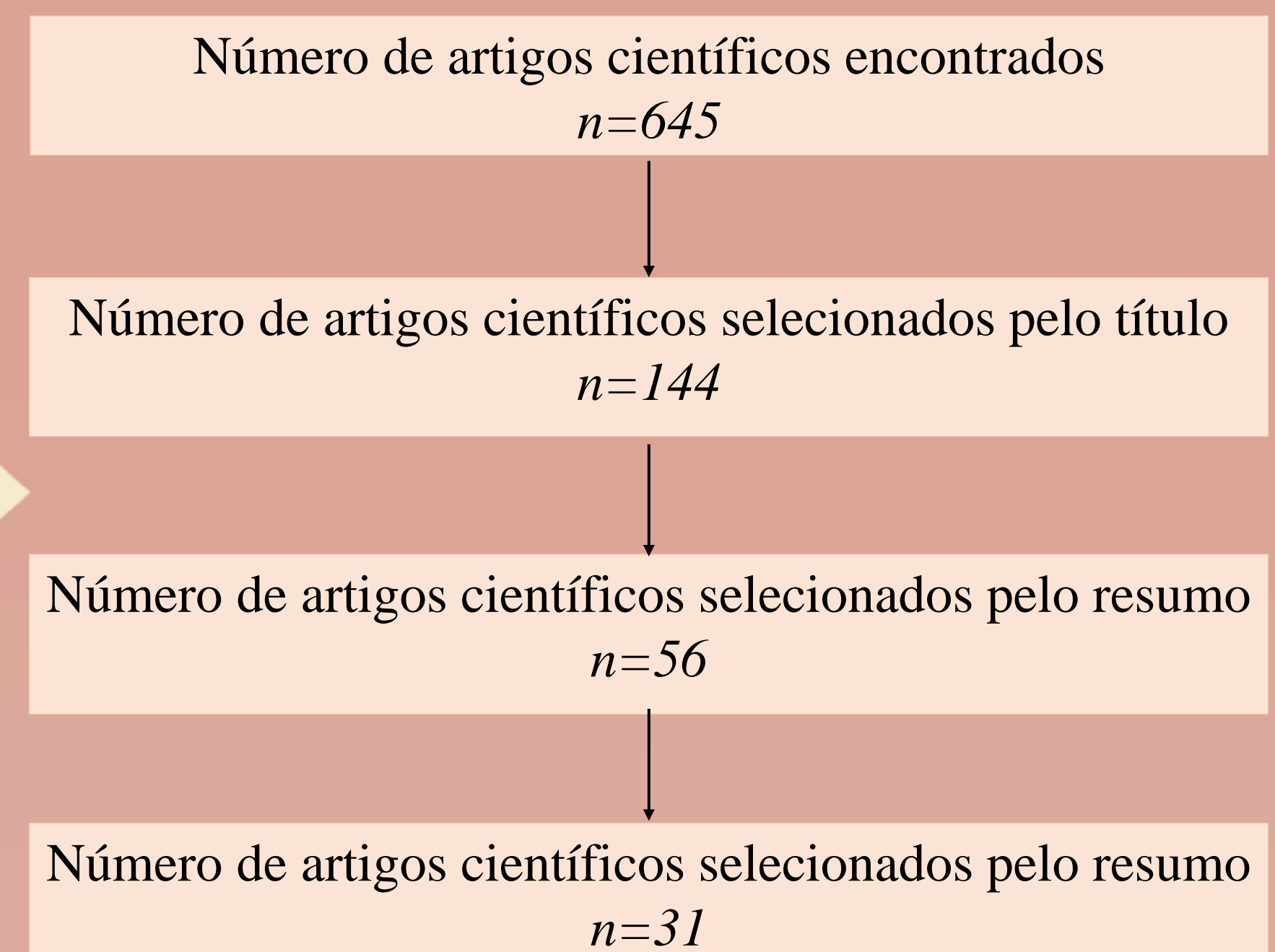


OBJETIVO

Analisar o impacto do período pandémico da Covid-19 na alimentação pediátrica.



RESULTADOS



DISCUSSÃO

De acordo com os autores, Belén (2020); Jansen (2021); Ribeiro (2020); Zemrani (2021); Dondi (2021); Koletzkoa (2021); Łuszczki (2021) e López-Gil (2021), no período pandémico foram implementadas medidas de controlo e de prevenção, que levaram a restrições de várias atividades e encerramento de instalações, incluindo escolas, com vista a promover o distanciamento social. Com estas medidas, houve uma mudança alarmante nos hábitos alimentares.

É crucial e necessário estabelecer medidas eficazes para promover a saúde das crianças. Muitas vezes, o comportamento relativo à dieta é influenciado pelos familiares, sendo que, os pais devem de se certificar que os filhos têm uma vida ativa e que ingerem diariamente refeições saudáveis.

O estudo de Nguyen et al. (2021) revela que, muitas crianças contam com as refeições gratuitas fornecidas pela escola e devido às medidas de isolamento, a nutrição fica comprometida, podendo tal facto levar a uma perda de peso ponderal das mesmas. Assim, surge a insegurança alimentar, tal como as desigualdades sociais, económicas e políticas pré-existentes que foram ainda mais expostas e exacerbadas pela pandemia COVID-19.

Segundo Kolota e Glabska (2021), pode-se afirmar que tanto a dieta saudável como a atividade física, podem influenciar de uma forma positiva a saúde mental das crianças, levando à diminuição dos sintomas depressivos e ansioso.

Durante o período pandémico, houve um aumento do consumo de vegetais e frutas e em contra partida, aumento de quantidades de alimentos açucarados. Quanto aos padrões alimentares, estes são irregulares, onde suprimem as refeições e o consumo habitual de alimentos ricos em gordura, açúcar e sal são observados como “normas” na adolescência.



Além disso, consoante Bustos-Arriagada et al. (2021), o facto do consumo de alimentos fora de casa ter diminuído, levou a um menor consumo de *fast food*; redução da ingestão de gordura, açúcar e doces; limitação do acesso a, por exemplo, frutas e vegetais frescos e mudanças nos padrões de atividade diária (redução da duração do sono com maior qualidade do sono e redução da atividade física).

É ainda de salientar que os estilos de vida inadequados, nomeadamente uma dieta desorganizada, incompleta e disfuncional leva a problemas, como um aumento da desnutrição (atraso do crescimento, défice nos micronutrientes) e obesidade, estando esta associada a várias comorbidades como a *diabetes mellitus* tipo 2, hipertensão arterial, doença hepática gordurosa não alcoólica, apneia obstrutiva do sono e dislipidemia (Ribeiro, 2020).

Com isto, o papel do Enfermeiro é de extrema importância na promoção e educação para a saúde. Este deve assim, capacitar as crianças/adolescentes e as suas respetivas famílias para a adoção de um estilo de vida mais saudável, tornando-os mais competentes, confiantes e habilitados no desempenho dos seus papéis sociais, intervindo desta forma, na alteração do padrão de doença (obesidade, excesso de peso e magreza), disponibilizando respostas adequadas e atempadas.

CONCLUSÃO

Com a pandemia Covid-19, os comportamentos dos estilos de vida foram alterados. Segundo os artigos selecionados, foi possível verificar que a maioria destes referia uma mudança de hábitos alimentares negativa durante o confinamento (aumento da ingestão de alimentos açucarados e com gorduras). Por outro lado, uma menor percentagem de artigos refere uma mudança de hábitos alimentares positiva (aumento da ingestão de verduras e diminuição do consumo de alimentos processados). Outro aspeto a salientar foi o aumento da insegurança alimentar devido à diminuição do rendimento financeiro. O papel do enfermeiro é crucial nos ensinamentos direcionados à criança e respetiva família, sobre uma alimentação variada, adequada e completa.



REFERÊNCIAS
BIBLIOGRÁFICAS

