



UNIVERSIDADE FEDERAL DA BAHIA
ESCOLA DE NUTRIÇÃO
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM ALIMENTOS, NUTRIÇÃO E SAÚDE

Autor: Jacqueline Costa Dias

Título: “Promoção da alimentação saudável e a concentração de lipídios séricos de crianças e adolescentes: Uma intervenção em nível individual e familiar”.

RESUMO

Introdução: A dieta pouco saudável é considerada um dos mais importantes fatores de risco para as dislipidemias, principalmente pela sua relação com o desenvolvimento das Doenças Crônicas Não transmissíveis (DCNT's), que vem ocorrendo em nível crescente na infância. **Objetivo:** avaliar a influência das práticas alimentares saudáveis, desenvolvidas no âmbito individual e familiar, na concentração dos lipídios séricos de crianças e adolescentes. **Metodologia:** trata-se de um estudo quase-experimental, do tipo antes e depois, com duração de 12 meses, integrado por 540 crianças/adolescentes de 7 a 14 anos. Estes foram avaliados ao início, aos 6 e aos 12 meses do seguimento. Na análise estatística usou-se o teste t pareado e o modelo de regressão de efeitos mistos. **Resultados:** Ao início do estudo, foi observado níveis elevados de colesterol total (CT) em 43,9%, de LDLc em 13,7%, de triglicérides (TG) em 17,3% e níveis reduzidos de HDLc em 21,9% dos entrevistados. As diferenças entre as médias ao início e ao final do seguimento, para o LDLc e HDLc, foram favoráveis para aqueles que participaram da intervenção. Os indivíduos que apresentavam consumo elevado de alimentos de risco tiveram incremento de 5,60 mg/dl na média do CT ($p=0,021$); o consumo moderado e muito baixo dos alimentos protetores aumentava a média de LDLc em 4,88 mg/dl ($p=0,013$) e em 5,40 ($p=0,011$) respectivamente, quando comparados àquelas que tinham o consumo adequado. Observouse que as preparações ricas em gorduras trans e saturadas, em qualquer nível de consumo, diminuía os níveis médios do HDLc. **Conclusão:** O consumo elevado de alimentos protetores e, baixo naqueles de riscos para as DCNT's promove mudanças benéficas no perfil lipídico em crianças e adolescentes e reforçam a necessidade de maior atenção à alimentação e nutrição desde infância para prevenção destas doenças na vida adulta.

Palavras-chave: Dislipidemias; Crianças/adolescentes; Doenças Crônicas Não Transmissíveis; Alimentação saudável.

ABSTRACT

Introduction: A little healthy diet is considered one of the most important risk factors for dyslipidemia, primarily by its relationship to the development of non-transmissible chronic diseases (DCNT's), that is occurring in increasing level in childhood. **Objective:** To evaluate the influence of healthy dietary practices, developed in individual scope and family, on the concentration of serum lipids in children and adolescents. **Methodology:** This is a quasi-experimental study, the type before and after, with duration of 12 months, integrated by 540 children and adolescents from 7 to 14 years. These were evaluated at the beginning, at 6 and 12 months of follow up. For the statistical analysis was used paired t test t and the mixed effects model. **Results:** At the beginning of the study, we observed high levels of CT in 43.9%, of LDLc in 13.7%, of TG in 17.3% and reduced levels of HDLc in 21.9% of respondents. The differences between the means at the beginning and the end of follow-up for LDLc and HDLc were favorable to those who participated in the intervention. Individuals who had high consumption of food risk had increased of 5.60 mg / dl in mean CT ($p = 0,021$); The moderate and very low consumption of protective foods increased the average of LDLc in 4.88 mg / dl ($p = 0,013$) and 5.40 ($p = 0011$) respectively, when compared those who had the appropriate consumption. It was observed that preparations rich in saturated and trans fats in any level of consumption, decreased the average levels of HDLc. **Conclusion:** The high consumption of protective food and, low those of risk to DCNT's promotes beneficial changes in lipid profile in children and adolescents and reinforce the need for greater attention to food and nutrition since infancy to prevent these disease in adulthood.

Keywords: Dyslipidemia; Children / adolescents; Non-Transmissible Chronic Diseases, healthy food.