

## Pediatria Ambulatória | Casuística / Investigação

### PD-324 - (21SPP-11308) - ALIMENTAÇÃO E CRESCIMENTO NOS PRIMEIROS ANOS DE VIDA – HÁBITOS ALIMENTARES E AVALIAÇÃO ANTROPOMÉTRICA DE UMA POPULAÇÃO

Joana Jorge Antunes<sup>1</sup>; Susana Almeida<sup>1</sup>; Catarina Moita<sup>2</sup>; Raquel Baptista Leite<sup>2</sup>; Sara Martins<sup>1</sup>

1 - Hospital de Cascais, Dr. José de Almeida; 2 - Unidade de Saúde Familiar São Martinho de Alcabideche

#### Introdução e Objectivos

A alimentação é um pilar da saúde infantil, necessário para o adequado desenvolvimento cognitivo e estatura-ponderal. Objectivos: Caracterizar os hábitos alimentares e antropometria de crianças até ao 3º ano de vida.

#### Metodologia

Aplicação de inquérito socio-clínico-nutricional e avaliação antropométrica de amostra representativa da população entre os 6 e os 35 meses, utentes dos Cuidados Primários de Saúde do Concelho de Cascais.

#### Resultados

Avaliadas 254 crianças. 85,3% iniciaram aleitamento materno (AM) ao nascimento, mantido aos 6 meses em 62,7%. AM exclusivo (média): 4,7 meses. Duração média do AM em mães com > 12 anos de escolaridade Vs mães com ≤12 anos (11 meses Vs 8 meses,  $p=0.03$ ). Início médio da diversificação alimentar (DA): 5,1 meses; cereais com glúten introduzidos em média aos 7 meses, ovo aos 9 meses, leite de vaca após os 12 meses em 83% (10,2% como fonte principal de lacticínios antes dos 9 meses). 75% cumprem suplementação diária com colecalciferol. Aos 12 meses, 46,7% raparigas e 46,5% rapazes apresentavam peso no P25-75, e 39,7% raparigas e 62% rapazes estatura no P25-75. Após o 2º ano de vida: média de 4,9 refeições diárias, >50% com consumo diário de vegetais, fruta, carne, peixe e leite. Diariamente, cereais infantis açucarados consumidos por 64,4%; sobremesas/doces por 43,8% e bebidas açucaradas por 58,7% das crianças, sendo este consumo menor se mãe com > 12 anos de escolaridade (OR 4,2, IC 95% 1,5- 11,1,  $p=0.004$ ).

#### Conclusões

O padrão alimentar observado é globalmente correto, mas importa reforçar o prolongamento do AM, otimizar a idade de introdução do leite de vaca e melhorar o cumprimento da suplementação com colecalciferol. Após o 2º ano de vida, importa reforçar a ingestão de vegetais e fruta e reduzir o consumo de alimentos açucarados.

**Palavras-chave :** alimentação, antropometria, aleitamento materno, diversificação alimentar, crescimento