

DETERMINANTES DA ESCOLHA ALIMENTAR EM CRIANÇAS

Mira AR¹, Oliveira BMP¹, de Almeida MDV¹

¹ Faculdade de Ciências da
Nutrição e Alimentação da
Universidade do Porto.

As crianças desenvolvem os seus hábitos e preferências alimentares no período da infância e ao longo do seu crescimento. São vários os fatores que influenciam a aquisição de hábitos alimentares nesta faixa etária. Sabe-se que as preferências alimentares desenvolvidas durante o período de infância permanecem relativamente estáveis ao longo da vida e se refletem nas suas escolhas alimentares.

O presente trabalho teve como objetivo identificar padrões de consumo alimentar numa população pré-escolar e relacionar cada um destes padrões com diversas variáveis referentes às características antropométricas da criança, sócio demográficas e de atividade física.

Aplicou-se o questionário de frequência alimentar que avaliou o consumo das crianças e através da análise de componentes principais identificaram-se dois padrões alimentares (*fast-food* e saudável).

Encontraram-se relações significativas entre cada um dos dois padrões alimentares e variáveis como peso, estatura e índice de massa corporal da criança, a escolaridade e classificação sócio profissional dos pais, a dimensão do agregado familiar, a prática de atividade física e alguns comportamentos alimentares, entre outros.

Em suma, é possível identificar e caracterizar os padrões alimentares mais comuns nas crianças em idade pré-escolar, o que se torna útil no desenvolvimento e implementação de estratégias que visem a adoção de hábitos alimentares e padrões de consumo saudáveis para esta faixa etária.