

CONSUMO DE FRUTAS, LEGUMES E VERDURAS POR CRIANÇAS E FATORES RELACIONADOS

XV Encontro de Pesquisa e Pós-Graduação

Haquila Andrea Martins da Silva Aguiar, Indira Cely Costa da Silva, Theresa Paula Félix da Silva Meireles, Sansão Lopes de Moraes Neto, Conceição de Maria Coelho de Carvalho, Paulo Henrique Machado de Sousa

Frutas, Legumes e Verduras (FLV) tem alto conteúdo nutricional, sendo fonte de vitaminas, minerais e fibras, além de compostos bioativos, que reduzem o risco de doenças crônicas. Apesar do reconhecido benefício, diversos fatores influenciam o consumo de FLV por crianças, dentre eles a Neofobia Alimentar (NA), que se caracteriza como a dificuldade ou aversão ao consumo de novos alimentos. Assim, o presente trabalho busca avaliar o consumo de FLV de crianças de 5 a 10 anos de Fortaleza-CE e suas relações com fatores sociais e a NA. Utilizou-se um questionário “online”, elaborado pelo Google Forms. A divulgação ocorreu através de redes sociais nos meses de março e abril de 2021. A amostragem foi por conveniência e utilizou-se a técnica “bola de neve”, em que os participantes convidam outros. O questionário investigou questões socioeconômicas, de consumo de FLV e a neofobia alimentar. A NA foi avaliada por meio de questionário validado para português-brasileiro, contendo 25 itens e pontuação geral variando de 25 a 125, em que pontuações menores indicam maior risco de NA. Participaram do estudo 96 crianças residentes em Fortaleza. O questionário foi respondido em sua maioria por mães (91,7%), casadas ou em união estável (88,5%), com nível superior ou pós-graduação (71,9%), renda familiar acima de R\$2.425,00 (81,3%) e que trabalham fora de casa (63,5%). Quanto ao consumo de FLV, encontrou-se que 46,9% consumiam frutas 1x/dia ou mais e 35,4%, legumes e verduras 1x/dia ou mais. Não se observou associação entre consumo adequado de FLV ($\geq 1x/dia$) e escolaridade materna, renda, tipo de parto e aleitamento materno exclusivo. Quanto à NA, a média do índice foi maior em crianças com consumo adequado de frutas (81,9) e de legumes e verduras (81,4) que nas crianças com consumo inadequado, sendo de 68,7 e 71,3, para frutas e legumes/verduras, respectivamente ($p=0,001$; $p=0,015$). Esse resultado sugere uma influência da NA sobre o consumo de FLV.

Palavras-chave: Consumo alimentar. Neofobia alimentar. Alimentação infantil. Comportamento alimentar.