

CDS - CÂMARA DE CIÊNCIAS DA SAÚDE (COMUNICAÇÃO COORDENADA)

NOME: MARIA OLÍMPIA RIBEIRO DO VALE ALMADA

TÍTULO: AVALIAÇÃO DA INGESTÃO DIETÉTICA DE VITAMINA A EM ADOLESCENTES DO MUNICÍPIO DE PASSOS- MG

AUTORES: MARIA OLÍMPIA RIBEIRO DO VALE ALMADA, LETÍCIA SILVA OLIVEIRA, GEILTON XAVIER DE MATOS, LUCAS GABRIEL ESTEVES CIRELI, MARIA OLÍMPIA RIBEIRO DO VALE ALMADA, IOHANA MAZER FERNANDES

AGÊNCIA FINANCIADORA (se houver): FAPEMIG

PALAVRA CHAVE: VITAMINA A, INGESTÃO ALIMENTAR E ADOLESCENTES

RESUMO

De acordo com a Organização Mundial de Saúde, a fase da adolescência compreende a faixa etária entre 10 e 19 anos. É um período de transição entre a infância e a vida adulta, marcado por grandes transformações fisiológicas, morfológicas, mentais e emocionais que como todo processo de desenvolvimento humano, resulta da interação de determinantes genéticos e influências ambientais (OMS, 1995; CASTRO et al, 2010; GARCIA GCB, GAMBARDELLA, AMD 2003). A adolescência é um período difícil pois nessa fase ocorrem muitas influências sociais e culturais onde o indivíduo se prepara para o exercício pleno de sua autonomia. Nessa fase as necessidades nutricionais estão aumentadas e esse aumento é responsável pela manutenção da saúde, promoção do crescimento e da maturação sexual, e ainda é necessário para atender ao gasto energético das atividades físicas (MEYER F, PERRONE CA., 2008). Mesmo que as necessidades nutricionais sejam influenciadas pelos eventos da puberdade e pelo estirão do crescimento, nessa fase principalmente, a escolha dos alimentos é fortemente determinada por fatores psicológicos, socioeconômicos e culturais, que interferem diretamente na formação dos hábitos alimentares.

A vitamina A é considerada um nutriente essencial, pois não temos a capacidade de sintetizá-la sendo obtida pelo homem através da alimentação pela ingestão de alimentos fonte. A deficiência de vitamina A (DVA) tem importância para a saúde pública em função da sua magnitude e dos impactos biológicos envolvendo as conhecidas manifestações oftálmicas na sua fase clínica e suas implicações da fase subclínica, como o aumento do risco de mortalidade, morbidade e cegueira em crianças pré-escolares, gestante e nutriz (WHO, 2009). O objetivo do presente estudo foi avaliar a ingestão dietética de vitamina A em adolescentes do município de Passos (MG) e caracterizar a adequação da ingestão de vitaminas A utilizando os critérios propostos pela Dietary Reference Intakes (DRI). Participaram do presente estudo adolescentes saudáveis e clinicamente estáveis de 14 a 19 anos de idade de ambos os sexos selecionados de duas escolas municipais de Passos – MG. A avaliação do consumo alimentar foi aferido através de um recordatório de 24 horas através da técnica de múltiplos passos e pela aplicação de uma adaptação do Formulário Dietético Simplificado (FDS) desenvolvido pelo International Vitamin A Consultative Group (IVACG). A avaliação da adequação de ingestão do nutriente de todos os participantes foi realizada considerando-se as necessidades médias estimadas (Estimated Average Requirement – EAR) conforme recomendado pela Academia Nacional de Ciências dos Estados Unidos (NAS, FNB, 2005; NAS, FNB, 2000). O IMC dos adolescentes foi classificado segundo a curva referencial da OMS, 2006 (OMS, 2006). Até o presente momento foram avaliados 69 adolescentes, todos participantes responderam o um recordatório de 24hs e o formulário Dietético Simplificado, bem como as perguntas das situações diárias. Em relação aos resultados da avaliação do estado nutricional obteve-se um IMC médio de $21,45 \pm 3,34 \text{ Kg/m}^2$, onde 54 apresentaram eutrofia, 3 magreza, 9 sobrepeso e 1 obesidade. O consumo médio, de acordo com o recordatório de 24 horas, foi de $252,57 \pm 956 \text{ g}$ de retinol, os valores de consumo variaram de $3,17 \pm 956 \text{ g}$ a $3113,3 \pm 956 \text{ g}$. O recomendado pela DRI para o consumo de vitamina A para adolescentes é de $630 \pm 956 \text{ g}$ de retinol para a EAR, assim os dados do presente estudo, de acordo com o recordatório de 24 horas, mostram que a média do consumo está abaixo do recomendado. O consumo médio, de acordo com questionário, foi de $748,11 \pm 956 \text{ g}$ de retinol, os valores de consumo variaram de $73,93 \pm 956 \text{ g}$ a $6444,73 \pm 956 \text{ g}$. Os dados mostram que a média do consumo está adequado. Assim, de acordo com uma avaliação quantitativa do recordatório observou-se que a maioria dos adolescentes tem uma deficiência de ingestão de alimentos fonte de vitamina A.