



**MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO E CULTURA – MEC  
UNIVERSIDADE FEDERAL DO PIAUÍ – UFPI  
PRÓ-REITORIA DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO – PRPPG  
Coordenadoria Geral de Pesquisa – CGP**

*Campus Universitário Ministro Petrônio Portela, Bloco 06 – Bairro Ininga  
Cep: 64049-550 – Teresina-PI – Brasil – Fone (86) 215-5564 – Fone/Fax (86) 215-5560  
E-mail: pesquisa@ufpi.br; [pesquisa@ufpi.edu.br](mailto:pesquisa@ufpi.edu.br)*

**NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E HÁBITOS ALIMENTARES DE CRIANÇAS DO MUNICÍPIO DE  
PICOS - PI**

*Rossana de Moura Santos (bolsista ICV), Luisa Helena de Oliveira Lima (Orientadora, Campus  
Senador Helvídio Nunes de Barros / Curso de Enfermagem-UFPI)*

**INTRODUÇÃO:** As doenças do aparelho circulatório constituem a primeira causa de morte no Brasil há mais de três décadas. Embora conhecidos alguns de seus fatores de risco, a redução da morbimortalidade cardiovascular não tem sido uma tarefa fácil, tendo em vista a sua complexidade e a necessidade de iniciar precocemente o controle da hipertensão arterial, do tabagismo, da hipercolesterolemia e da obesidade. Além desses fatores, a Organização Mundial da Saúde (OMS) propõe à redução e o controle de outros fatores, como o alto consumo de álcool, a inatividade física e a dieta inadequada, dentro de uma abordagem integrada e em todas as faixas etárias (MOLINA *et al.*, 2010). As doenças cardiovasculares (DCV) constituem uma importante causa de morte nos países desenvolvidos e também naqueles em desenvolvimento. Em geral, as manifestações clínicas das DCV têm início a partir da meia-idade. No entanto, estudo recente indica que o processo aterosclerótico começa a se desenvolver na infância. Estrias gordurosas, precursoras das placas ateroscleróticas, aparecem na camada íntima da aorta aos 3 anos de idade e nas coronárias durante a adolescência (SILVA *et al.*, 2005). **OBJETIVOS:** Geral: Investigar os fatores de risco para doenças cardiovasculares em crianças do Município de Picos – PI. Específicos: Traçar o perfil socioeconômico dos participantes do estudo; Verificar os hábitos alimentares dos participantes do estudo; Identificar as atividades físicas realizadas pelos participantes do estudo. **METODOLOGIA:** Estudo de natureza descritiva do tipo transversal, realizado nas escolas de ensino fundamental públicas do município de Picos – PI. A população foi composta por todas as crianças de oito e nove anos, regularmente matriculadas nas escolas públicas da zona urbana de Picos, resultando assim numa amostra de 50 crianças. **RESULTADOS:**

**Tabela 1. Hábitos alimentares de seu filho (a). Picos, 2012. n = 50**

Variáveis	Todos os dias		5 a 6 dias Por semana		3 a 4 dias Por Semana		1 a 2 dias Por Semana		raramente		Não come nunca	
	f	%	f	%	f	%	F	%	f	%	f	%
• Feijão	27	54	03	06	02	04	10	20	06	12	02	04
• Macarrão tipo miojo	04	08	04	08	08	16	12	24	17	34	05	02
• Carne/frango	27	54	10	20	05	10	05	10	02	04	01	02
• Peixe e marisco	02	04	01	02	03	06	15	30	20	40	09	18
• Batata frita/mandioca ou aipim frito ou arroz	37	40	----	----	02	4,0	02	4,0	08	16	01	2,0

• Salada crua	03	6,0	03	6,0	07	14	09	18	12	24	16	32
• Batata cozida/macaxeira cozida	----	----	02	4,0	06	12	14	28	12	24	16	32
• Legumes cozidos(menos batata e macaxeira)	02	4,0	03	6,0	09	18	07	14	15	30	14	28
• Maionese/manteiga	14	28	09	18	05	10	15	30	05	10	02	4,0
• Hambúrguer/cachorroquente/sanduiche	02	4,0	04	8,0	06	12	16	32	19	38	03	6,0
• Leite/iorgute/queijo	23	46	06	12	08	16	05	15	05	10	03	6,0
• Frutas	18	36	11	22	07	14	09	18	03	6,0	02	4,0
• Suco de fruta natural	11	22	07	14	18	36	11	22	02	4,0	01	2,0
• Refrigerante	04	8,0	04	8,0	15	30	14	28	09	18	04	8,0
• Salgados(coxinha,pastel...)	03	6,0	04	8,0	11	22	17	34	12	24	03	6,0
• Doces/balas/sobremesa	07	14	07	14	15	30	11	22	06	12	04	8,0
• Presunto/salsicha/mortdela Lingüiça	06	12	09	18	09	18	13	26	09	18	04	8,0
• Biscoito(chips/recheado/ Salgadinho de pacote)	08	16	13	26	11	22	12	24	04	8,0	02	4,0
• Suco de fruta artificial	07	14	10	20	13	26	05	10	09	18	06	12
• Salada de verdura	06	12	07	14	07	14	08	16	07	14	15	30

De acordo com a tabela 1, pode-se observar que 54% comem feijão e carne todos os dias, 36% comem frutas todos os dias, 40% raramente comem peixe, 32% nunca comem salada crua, 30% tomam refrigerante de 3 a 4 dias por semana, 34% comem salgado 1 a 2 dias por semana.

**TABELA 2** – Atividades realizadas pela criança referidas pela mãe ou responsável pela criança. Picos, 2012. n=50.

Variáveis	F	%
<b>1. O filho(a) vai para a escola</b>		
A pé	40	80,0
De bicicleta	1	2,0
De moto, carro ou transporte escolar	9	18,0
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100</b>
<b>2. O filho(a) volta da escola</b>		
À pé	41	82,0
De bicicleta	2	4,0
De moto, carro ou transporte escolar	7	14,0
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100</b>
<b>3. O filho(a) assiste televisão todos os dias</b>		
Sim	49	98,0
Não	1	2,0
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100</b>
<b>4. O filho(a) joga videogame</b>		
Sim	11	22,0
Não	39	78,0
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100</b>
<b>5. O filho(a) usa computador</b>		
Sim	9	18,0
Não	41	82,0
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100</b>

Variáveis	KS (valor p)	Média	Desvio-padrão	Mediana
6. O tempo que o filho gasta para chegar à escola, à pé ou de bicicleta	0,002	9,34	2,85	10,00
7. Tempo que o filho(a) precisa andar para chegar ao ponto de ônibus, se ele for de ônibus	0,000	0,10	0,70	0,00
8. Tempo que o filho(a) precisa andar do ponto de ônibus à escola, se ele for de ônibus	0,000	0,10	0,70	0,00
9. Tempo que o filho(a) assiste TV por dia	0,604	219,80	111,34	212,50
10. Tempo que o filho(a) joga videogame por dia	0,000	19,20	40,88	0,00
11. Tempo que o filho(a) usa o computador por dia	0,000	14,00	36,58	0,00
12. Horas que o filho(a), em média, costuma dormir	0,030	9,04	1,44	9,00
13. Duração de atividade (esportes) por semana	0,000	30,80	72,86	0,00
14. Horas diárias, que a criança brinca ativamente (joga futebol, corre, dança, nada, anda de bicicleta, etc)	0,122	121,94	84,88	120,00

KS – Teste de Kolmogorov-Smirnov.

De acordo com a tabela 2, pode -se observar que a maioria 80% das crianças vai a pé para a escola e que 82% volta a pé para casa, gastando uma mediana de 9,3 minutos nesse percurso, 98% assiste TV todos os dias, ficando em média 219,8 minutos por dia em frente a TV, dormem uma mediana de 9,0 horas por noite, 78% não participa de treino desportivo, porém brinca ativamente uma média de 121,9 minutos por dia. **DISCUSSÃO:** A obesidade na infância, considerada o mais importante fator de risco conhecido para as doenças cardiovasculares na vida adulta, apresenta elevada prevalência na faixa etária infantil, e esta intimamente relacionada às mudanças nos hábitos de vida, particularmente o sedentarismo e maior consumo de gorduras e açúcares (GAMA et al., 2007). No Brasil, percebe-se a presença de transição nutricional, atribuída pela redução na prevalência dos deficits nutricionais e a ocorrência mais expressiva de sobrepeso e obesidade não só na população adulta, mas também em crianças (FAGUNDES et al., 2008). **CONCLUSÃO:** De acordo com o que a literatura consideram-se como fator de risco para doenças cardiovasculares, os seguintes fatores, sobrepeso, sedentarismo, alimentação inadequada, rica em carboidratos simples e gorduras saturada, baixa ingestão de frutas, verduras e hortaliças, fatores esses encontrados na população estudada. Diante disso, Medidas de controle e prevenção dos fatores de risco cardiovascular devem ser tomadas precocemente em todos os níveis da atenção à saúde e em diferentes áreas, a fim de contribuir para a redução das comorbidades em saúde e na melhoria da qualidade de vida. **REFERÊNCIAS:** FAGUNDES, A. L. N. et al. Prevalência de sobrepeso e obesidade em escolares da região de Parelheiros do município de São Paulo. *Rev Paul Pediatr*, v.26, n. 3, p. 207-12, 2008. GAMA, S. R. et al. Prevalência em crianças de fatores de risco para as doenças cardiovasculares. *Cad. Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 23, n. 9, p. 2239-45, 2007. MOLINA, M. C. B. et al. Fatores de risco cardiovascular em crianças de 7 a 10 anos de área urbana, Vitória, Espírito Santo, Brasil. *Cad. Saúde Pública*, v. 26, n. 5, p. 909-17, 2010. SILVA, M. A. M. Prevalência de fatores de risco cardiovascular em crianças e adolescentes da rede de ensino da cidade de Maceió. *Arquivos Brasileiros de Cardiologia*. v. 84, n. 5, p. 387-92, 2005.

**Palavras chave:** Fator de risco cardiovascular. Crianças. Prevalência.