

XVIII

CIC

XI ENPOS  
I MOSTRA CIENTÍFICA



Evoluir sem extinguir:  
por uma ciência do dever



## ESTADO NUTRICIONAL ASSOCIADO AO HÁBITO ALIMENTAR EM ADULTOS COM SÍNDROME DE DOWN

**ZORZI, Fernanda<sup>1</sup>; DI PRIMIO, Eliza Marques<sup>1</sup>; MARQUES, Alexandre Carriconde<sup>2</sup> HELBIG, Elizabete<sup>3</sup>**

*1 Acadêmicas do Curso de Nutrição – Universidade Federal de Pelotas (UFPel) 2 Professor Doutor – Escola Superior de Educação Física – UFPel 3 Professora Doutora- Departamento de Nutrição – Faculdade de Nutrição – UFPel  
[nanda\\_zorzi@yahoo.com.br](mailto:nanda_zorzi@yahoo.com.br)*

### 1. INTRODUÇÃO

A Síndrome de Down é uma desordem genética que causa deficiência mental em graus variados. Atualmente, seu quadro clínico é bastante conhecido, sendo as características fenotípicas essenciais para o diagnóstico precoce desta síndrome. A inserção adequada da criança no seu contexto sociocultural é de grande importância para a sua adaptação e bem-estar, e a família desempenha um papel primordial como mediadora desse processo (SILVA et al., 2002).

Via de regra, os pais de crianças com Síndrome de Down buscam compensar o erro cromossômico através da liberdade irrestrita de suas vontades, onde o ato de comer pode assumir proporções indesejáveis de contribuição para doenças crônicas, tais como obesidade, diabetes e doenças cardiovasculares (GIARETTA et al., 2009).

O avanço na ciência da alimentação e nutrição tem se tornado constante nos últimos anos, e estes estudos geram resultados que devem ser usados para a melhoria da qualidade de vida da população (PHILIPPI et al., 1999). Visando a manutenção do peso saudável e a prevenção de doenças crônicas, são criadas recomendações para hábitos de alimentação saudável, tais como os Dez Passos para uma Alimentação Saudável do Guia Alimentar Brasileiro, que orienta, de forma clara as quantidades adequadas, número de refeições, qualidade de escolha, de preparo e variabilidade dos alimentos, considerando sempre as questões culturais e financeiras.

Portanto, para que uma criança com Síndrome de Down chegue à fase adulta saudável, é necessário um apoio educativo, no sentido de um trabalho integrado entre a família, o nutricionista e a equipe interdisciplinar (GIARETTA et al., 2009). Assim sendo, o objetivo deste trabalho foi avaliar o estado nutricional de adultos com Síndrome de Down relacionando aos seus hábitos alimentares.

### 2. MATERIAL E MÉTODOS

O estudo foi desenvolvido em adultos com Síndrome de Down participantes do Projeto Carinho ESEF/UFPel e da Escola Especial do Cerenepe da cidade de Pelotas com faixa etária superior a dezoito anos de idade. As informações referentes ao consumo alimentar foram obtidas através da aplicação do Questionário de Frequência Alimentar (RIBEIRO et al., 2002), por meio de entrevista realizada com os responsáveis.

A avaliação nutricional foi realizada através da aferição do peso e altura, classificando os indivíduos conforme seu índice de massa corporal. O peso e a estatura dos indivíduos foram coletados com balança antropométrica e estadiômetro, respectivamente. (Índice de Massa Corporal), que tem como valores padrões: <18,5 Kg/m<sup>2</sup> baixo peso; 18,5 Kg/m<sup>2</sup> a 24,9 Kg/m<sup>2</sup> eutrofia; 24,9 Kg/m<sup>2</sup> a 29,9 Kg/m<sup>2</sup> sobrepeso; >29,9 Kg/m<sup>2</sup> obesidade. Os dados foram dispostos em fichas pré-elaboradas para a classificação do estado nutricional conforme os valores padrões.

### **3. RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Foram avaliados 32 indivíduos, sendo 50% do sexo feminino e 50% do sexo masculino. A média de idade foi de x anos. Em relação ao questionário de frequência alimentar, observa-se que a maioria dos indivíduos do estudo fazem quatro refeições diárias. Quanto às refeições realizadas fora de casa nota-se que existe uma equivalência entre os indivíduos que as fazem uma vez ao dia e aqueles que referem uma vez na semana. Entre os indivíduos que referem realizar uma refeição diária fora de casa citam o consumo da merenda na escola especial e os demais referem comer em restaurantes nos finais de semana.

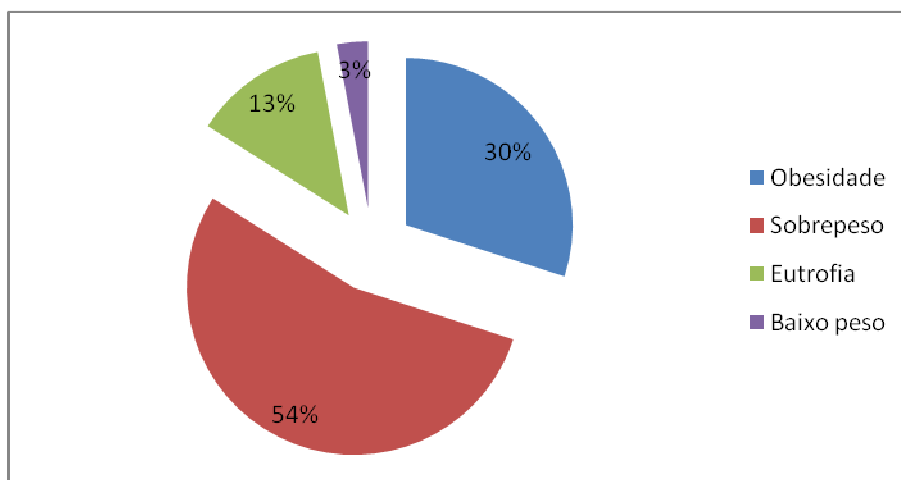
Quanto ao tipo de óleo utilizado no preparo das refeições, os resultados apontam que 100% dos participantes utilizam óleo de soja, porém esses dados se alteram no que diz respeito a utilização nas saladas, variando, entre azeite de oliva (44%) e óleo de soja (28%).

Em relação ao consumo de gordura visível nas carnes de rês e de porco é retirada pela grande maioria dos adultos participantes do estudo (53%), porém a pele do frango não é retirada por 28% dos mesmos, dado este considerável, uma vez que a pele retém gordura durante o preparo da carne.

Em 93% dos homens e 81% das mulheres não foi observado o acréscimo de sal após o término das preparações, assim como a inexistência do acréscimo de pimenta em quase a totalidade dos participantes.

Ao considerar os produtos light como queijo, requeijão, iogurte, sorvete, maionese e molhos, observa-se pouca ou nenhuma ingestão destes alimentos pelos indivíduos.

O gráfico 1 apresenta a avaliação nutricional desses adultos, nota-se que a grande maioria encontra-se com sobrepeso e obesidade, como pode ser observado no gráfico 1.



**Gráfico 1:** Avaliação Nutricional de adultos com Síndrome de Down.

#### 4. CONCLUSÃO

Conclui-se que existe correlação entre os hábitos alimentares e o estado nutricional, encontrado para os adultos com Síndrome de Down, uma vez que a excessiva ingestão de gordura, esta associada com o alto índice de sobrepeso e obesidade. É imprescindível um trabalho de educação nutricional tanto na escola quanto na família desses indivíduos para que hábitos saudáveis façam parte da rotina diária desses adultos e proporcione uma vida mais saudável e de melhor qualidade, evitando assim maiores riscos de comorbidades.

#### 5. REFERÊNCIAS

GIARETTA, A.; GHIORZI, A.R. O ato de comer e as pessoas com Síndrome de Down. **Rev Bras Enferm.** Brasília. v. 62(3), p. 480-4. mai./jun., 2009.

PHILIPPI, S.T.; LATTERZA, A.R.; CRUZ, A.T.R.; RIBEIRO, L.C. Pirâmide Alimentar Adaptada: Guia para escolha dos alimentos. **Rev. Nutr.** Campinas, v. 12(1), p. 65-80, jan./abr., 1999.

RIBEIRO, A. B.; CARDOSO, M. A. Construção de um questionário de frequência alimentar como subsídio para programas de prevenção de doenças crônicas não-transmissíveis. **Rev Nutr.** v. 15. p. 201-207, 2002.

SILVA, N.L.P.; DESSEN, M.A. Síndrome de Down: etiologia, caracterização e impacto na família. **Interação em Psicologia.** v.(6)2, p. 167-176, jul./dez., 2002.