



Título:	PADRÃO DE CONSUMO DE BEBIDAS ADOÇADAS E IMPLICAÇÕES PARA O EXCESSO DE PESO EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES		
Autores:	Nayara Roos de Moura Isadora Batista Soares Ana Carolina Heisler Fabiana Assmann Poll Marília Dornelles Bastos Bianca Inês Etges Isabel Pommerehn Vitiello		
Área	<input type="checkbox"/> Humanas <input type="checkbox"/> Sociais Aplicadas <input checked="" type="checkbox"/> Biológicas e da Saúde <input type="checkbox"/> Exatas, da Terra e Engenharias	Dimensão:	<input type="checkbox"/> Ensino <input type="checkbox"/> Pesquisa <input checked="" type="checkbox"/> Extensão <input type="checkbox"/> Inovação
<p>Introdução: O consumo de bebidas adoçadas (refrigerantes, sucos industrializados, chás prontos e bebidas lácteas açucaradas) é reconhecido como um fator de risco para o desenvolvimento da obesidade, contribuindo para alterações metabólicas, como diabetes, dislipidemias e aumento da adiposidade central, em razão da alta densidade calórica e baixa qualidade nutricional. Esse padrão alimentar decorre da ampla disponibilidade, do baixo custo e da influência dos ambientes familiar, escolar e social, representando assim, um marcador de hábitos alimentares inadequados. Objetivo: Avaliar a frequência do consumo de bebidas adoçadas entre crianças e adolescentes com excesso de peso atendidos no Ambulatório Vida Leve. Metodologia: Trata-se de um estudo transversal, quantitativo, realizado no Ambulatório Vida Leve/UNISC no Serviço Integrado de Saúde (SIS), integrado ao projeto “Promoção de Hábitos Saudáveis”, que presta atendimentos de caráter multiprofissional voltados ao manejo da obesidade infantojuvenil. A coleta foi baseada em dados coletados da planilha de registros do primeiro atendimento de crianças e adolescentes com idade >5 anos, que iniciaram o acompanhamento nos anos de 2024 e 2025. Foram analisadas as seguintes variáveis: sexo, idade, classificação do Índice de Massa Corporal pela Idade (IMC/I) segundo OMS (2006/2007) e frequência do consumo de bebidas adoçadas (nunca, esporádico, 1-2x/semana, 3-4x/semana ou diário). A análise descritiva foi realizada no Microsoft Excel, apresentando resultados em frequências absolutas e relativas. Resultados: Analisaram-se os dados de 30 crianças e adolescentes, com idade média de 9,8 ±2,5 anos, predominando o sexo masculino (70%). Quanto ao estado nutricional, avaliado pelo IMC/I, verificou-se que 13,3% encontravam-se em sobrepeso, 30% obesidade e 56,7% obesidade grave, evidenciando uma prevalência expressiva da obesidade. No que se refere ao consumo de bebidas adoçadas, apenas 3,3% afirmaram não consumir, enquanto 33,3% relataram consumo esporádico. Entre os demais, 23,3% consumiam de 1-2x/semana, 23,3% de 3-4x/semana e 16,8% diariamente. Considerando-se esses dados, nota-se que mais da metade dos participantes relatou ingestão semanal dessas bebidas, caracterizando um padrão de consumo frequente e potencialmente prejudicial à saúde. A ingestão habitual dessas bebidas pode contribuir para a manutenção e agravamento do excesso de peso, além</p>			



de substituir bebidas mais saudáveis, como a água. Tais achados reforçam a necessidade de estratégias integradas em saúde, aliadas a ações clínicas, familiares, escolares e comunitárias, voltadas à redução do consumo de bebidas adoçadas e ao estímulo de escolhas alimentares mais equilibradas desde a infância. **Conclusão:** Os resultados apontam para uma realidade na qual, a maioria dos pacientes avaliados apresentam obesidade ou obesidade grave, somado ao consumo frequente de bebidas adoçadas. Dessa forma, abordagens clínicas, multicomponentes, que envolvam estratégias de educação alimentar e nutricional para a criação de ambientes alimentares saudáveis, mostram-se fundamentais para a mudança de padrões alimentares não saudáveis em fases precoces da vida visando prevenção de complicações futuras associadas à obesidade e promoção de hábitos e estilo de vida mais saudáveis ao longo da vida.

Link do Vídeo:

<https://drive.google.com/file/d/1mOGk4G0uJjc-AGbAEe883NBXzmlnj6j7/view?usp=sharing>