



<b>Título:</b>	<b>CONSUMO DE VEGETAIS E EXCESSO DE PESO: RESULTADOS DO ACOMPANHAMENTO AMBULATORIAL MULTIPROFISSIONAL</b>		
<b>Autores:</b>	Isadora Batista Soares Nayara Roos de Moura Ana Carolina da Silva Heisler Fabiana Assmann Poll Marília Dornelles Bastos Bianca Ines Etges Isabel Pommerehn Vitiello		
<b>Área</b>	<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	<b>Dimensão:</b>	<input type="checkbox"/> Ensino <input type="checkbox"/> Pesquisa <input checked="" type="checkbox"/> Extensão <input type="checkbox"/> Inovação
<b>Resumo:</b>			
<p><b>Introdução:</b> O consumo de vegetais é um fator protetor da saúde por fornecer fibras, vitaminas e minerais que auxiliam na prevenção do excesso de peso e de doenças crônicas não transmissíveis. Apesar das recomendações, crianças e adolescentes costumam apresentar ingestão abaixo do recomendado, influenciada por fatores socioeconômicos, culturais e ambientais, como baixa disponibilidade de alimentos <i>in natura</i>, preferência por ultraprocessados e ausência do hábito familiar. Diante disso, é essencial adotar estratégias que promovam a formação de hábitos saudáveis desde a infância. <b>Objetivo:</b> Analisar a evolução da frequência do consumo de vegetais entre crianças e adolescentes com excesso de peso acompanhados em ambulatório multiprofissional de saúde. <b>Metodologia:</b> Estudo retrospectivo, transversal e quantitativo, baseado em registros clínicos de pacientes com idade &gt;5 anos, atendidos entre janeiro/2020 e julho/2025, que realizaram no mínimo 3 consultas no Ambulatório Vida Leve/UNISC, especializado no manejo da obesidade infantil. O ambulatório conta com atendimento dos cursos de Medicina e Nutrição semanalmente no Serviço Integrado de Saúde (SIS), e integra o projeto de extensão “Promoção de Hábitos Alimentares Saudáveis”. Foram coletadas informações referentes à primeira e última consulta: idade, sexo, número de consultas, classificação do Índice de Massa Corporal por idade (IMC/I) e frequência do consumo de vegetais (nunca, esporádico, 1-2x/semana, 3-4x/semana ou diário). Para comparar distribuições marginais entre consultas, aplicou-se o teste de Stuart-Maxwell, considerando p&lt;0,05 como estatisticamente significativo. As análises foram realizadas no software Jamovi (v.2.3.28.0). <b>Resultados:</b> A amostra totalizou 38 pacientes, com média de idade de 9,0±2,84 anos, predominando o sexo masculino (68,4%). O número médio de consultas foi de 6,03±4,05. Quanto ao estado nutricional, observou-se prevalência inicial de obesidade grave (55,3%), seguida de</p>			



obesidade (23,7%) e sobrepeso (21,1%). Após o acompanhamento, houve redução da obesidade grave (44,7%), aumento da obesidade (36,8%), diminuição do sobrepeso (15,8%) e ocorrência de eutrofia (2,6%) ( $p=0,430$ ). Em relação ao consumo de vegetais, a frequência “nunca” reduziu de 18,4% para 15,8%, e a categoria “esporádico” diminuiu de 21,1% para 2,6%. Houve aumento do consumo de 3-4x/semana, de 10,5% para 28,9% e de 1-2x/semana, de 15,8% para 21,1%. O consumo diário apresentou pequena redução, de 34,2% para 31,6% ( $p=0,189$ ). Embora sem significância estatística, os dados indicam tendência favorável à redução dos padrões de baixa ingestão de vegetais e aumento das frequências intermediárias. **Conclusão:** Os resultados evidenciam impacto positivo do acompanhamento multiprofissional sobre o padrão alimentar, especialmente pela diminuição do consumo nulo e esporádico e aumento das categorias de 1-2 e 3-4x/semana, sugerindo avanços na qualidade alimentar dos pacientes. Reforça-se, assim, a importância de intervenções contínuas e integradas, com estratégias de educação alimentar voltadas a adesão ao consumo de vegetais, contribuindo para desfechos clínicos positivos, com prevenção e tratamento do excesso de peso e suas comorbidades, consolidando hábitos alimentares saudáveis e sustentáveis ao longo da vida.

**Link do Vídeo:**

<https://drive.google.com/file/d/1R3wMTUMATM3Qy7ArDoUtr7757XSDjMhp/view?usp=sharing>