

DIAGNÓSTICOS DE ENFERMAGEM NO MANEJO DE CRIANÇAS COM ALIMENTAÇÃO DESEQUILIBRADA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

INTRODUÇÃO

A alimentação é um dos pilares fundamentais para o desenvolvimento saudável das crianças, especialmente na fase pré-escolar e escolar, onde ocorrem intensas mudanças físicas e cognitivas. Uma alimentação pobre em vitaminas pode levar a deficiências nutricionais que impactam não apenas o crescimento físico, mas também o desenvolvimento cognitivo e o sistema imunológico das crianças. A carência de vitaminas essenciais, como a vitamina A, C e do complexo B, pode resultar em problemas de saúde que variam desde fadiga e fraqueza até complicações mais sérias, como distúrbios no crescimento e maior suscetibilidade a infecções (Costa et al., 2001; Mataratzis et al., 2010; Pedraza et al., 2016).

Estudos indicam que uma dieta equilibrada, rica em frutas, verduras e legumes, desempenha um papel crucial na promoção da saúde infantil. Essas fontes alimentares são ricas em vitaminas, minerais e antioxidantes, que são fundamentais para o desenvolvimento adequado. Por exemplo, a vitamina C, encontrada em frutas cítricas e vegetais folhosos, é essencial para a saúde imunológica e a absorção de ferro, enquanto a vitamina A, presente em cenouras e abóbora, é vital para a saúde ocular e o crescimento celular (Micha et al., 2017). A ausência desses nutrientes na dieta de crianças pode levar a déficits nutricionais que afetam não apenas a saúde imediata, mas também o potencial de desenvolvimento a longo prazo.

A epidemiologia das deficiências vitamínicas em crianças revela uma preocupação crescente. Segundo um estudo realizado por Black et al. (2013), estima-se que cerca de 2 bilhões de pessoas no mundo apresentem deficiências de micronutrientes, com um número significativo de casos entre crianças. No Brasil, a Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF) indica que a má alimentação é prevalente, com uma grande parte da população infantil consumindo quantidades insuficientes de frutas e verduras, o que agrava o quadro de deficiências vitamínicas (IBGE, 2020).

Portanto, promover uma alimentação rica em frutas, verduras e legumes é essencial para o desenvolvimento saudável das crianças. A educação nutricional e a conscientização sobre a importância de uma dieta equilibrada devem ser priorizadas para garantir o bem-estar e o futuro saudável da população infantil e juvenil.

Amanda Amorim Sales Lopes



Centro Universitário Católica de Quixadá (UniCatólica)
amandavinis@gmail.com

Adricia Maciel Silva



Centro Universitário Católica de Quixadá (UniCatólica)
adricia.maciel.am@gmail.com

Amanda Silveira Montenegro



Centro Universitário Católica de Quixadá (UniCatólica)
amanda.silveiramontenegro@gmail.com

Jessica Aguiar de Alencar



Centro Universitário Católica de Quixadá (UniCatólica)
jessicaaleaguiar2019@gmail.com

Me. Caroline Ribeiro de Sousa



Centro Universitário Católica de Quixadá (UniCatólica)
carolineribeiro@unicatolicaquixada.edu.br

A abordagem sobre o tema das deficiências nutricionais e da alimentação adequada em crianças é crucial para a compreensão dos padrões alimentares e para a elaboração de políticas públicas voltadas para a saúde infantil, ajudando assim a prevenir doenças e promover o desenvolvimento saudável.

OBJETIVO

Relatar a experiência da realização de uma consulta de enfermagem com um adolescente, identificando possíveis deficiências vitamínicas e fornecer orientações personalizadas sobre alimentação saudável, promovendo a educação nutricional para paciente e família, incentivando hábitos alimentares equilibrados.

METODOLOGIA

Relato de experiência, realizado no Instituto Mispinha Instituto para Adolescentes e Crianças (MIAC) no dia 27 de setembro de 2024, por acadêmicas de enfermagem do Centro Universitário Católica de Quixadá (UniCatólica). Para a discussão do caso foram utilizados artigos científicos encontrados nas bases de dados PubMed, Scielo e BVS.

O MIAC é uma instituição que trabalha com o desenvolvimento pessoal e social de crianças, adolescentes e famílias em situação de risco e vulnerabilidade social, por meio de ações socioeducativas. Focando na emancipação do indivíduo, no fortalecimento dos laços familiares e na conscientização do seu papel na sociedade. O projeto é realizado com crianças e adolescentes (6 a 10 anos) e (12 a 18 anos) de acordo com a tipificação, no período contraturno escolar.

Sendo aplicado um instrumento de avaliação que compõem 12 domínios sendo eles: **1 - Percepção de saúde/control de saúde, 2 - Nutricional/Metabólico, 3 - Eliminação, 4 - Atividade/Repouso, 5 - Cognitivo/ Perceptivo, 6 - Autopercepção, 7 - Participação/Relacionamento, 8 - Sexualidade/ Reprodução, 9 - Enfrentamento/Tolerância ao estresse, 10 - Valor/ Crença, 11 - Segurança/ Proteção, 12 - Conforto, além de compor exame físico.** Esse instrumento foi aplicado em uma criança de 10 anos, sendo inicialmente pensado em ser aplicado para um adolescente, dado a idade do mesmo algumas perguntas não foram realizadas.

A consulta iniciou-se com uma breve conversa para facilitar o vínculo com o paciente, logo após foi aplicado às perguntas de cada domínio, em seguida foi realizado o exame físico e por fim foi aplicado instrumento de Desenvolvimento Puerperal Masculino de Tanner, que avalia a autopercepção da criança ou adolescente em relação a sua própria genitália e pelos pubianos. A partir dos achados foram realizados diagnósticos de enfermagem e intervenções.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

27/09/2024. Paciente F.R.S.N. possui idade de 10 anos sendo do sexo masculino. Eupneico, normotérmico e normotenso. Apresenta bom estado geral, sem história de comorbidades ou doenças anteriores. Paciente consciente e orientado com humor alegre/bem-humorado, relata bom relacionamento com a família e amigos. Relata que ao se estressar costuma ficar agressivo, mas que busca comunicar-se para resolver seus problemas. Realiza

suas atividades de vida diária, realiza exercícios físicos com frequência e possui sono e repouso preservados. Com IMC adequado (18.353), tendo uma alimentação rica em carboidratos, relatando não consumir verduras, legumes e frutas por não gostar. Ingestão hídrica adequada. Eliminações presentes, evacuando 1x ao dia e com frequência urinária de 4 a 5x ao dia. Higiene preservada. Paciente já relata o aparecimento dos testículos, mas sem o aparecimento da pubarca.

Apresenta cabelos macios, sem presença de infestações, orelhas, olhos e nariz limpos, boca sem lesão, mas dente com presença de cárie. Gânglios linfáticos e pescoço sem alterações. Tórax e abdômen simétricos e sem alterações. Pele corada, sem brilho e levemente ressecada. Unhas limpas e cortadas.

Diagnósticos de enfermagem: - Presença de cárie dentária, associada a uma alimentação inadequada; - Disposição para melhora da ingestão hídrica; - Risco de desnutrição relacionada à alimentação rica em carboidratos e falta de consumo de verduras, legumes e frutas.

O diagnóstico de risco de desnutrição, associado a uma alimentação rica em carboidratos e à falta de consumo de verduras, legumes e frutas, é uma preocupação crescente na prática clínica. Estudos indicam que dietas desequilibradas podem levar a deficiências nutricionais significativas, resultando em comprometimento da saúde física e mental (Boushey et al., 2020). Para abordar essa questão, é fundamental entender as aversões alimentares e as barreiras que impedem o consumo de alimentos saudáveis.

Intervenções educativas que incluem a sugestão de receitas simples e saborosas podem estimular o interesse por uma alimentação mais equilibrada. A inclusão de familiares no processo pode aumentar a aceitação e a prática de hábitos alimentares saudáveis, promovendo um ambiente de suporte (Oliveira et al., 2009). Pesquisas mostram que a participação da família na preparação das refeições está associada a uma maior ingestão de frutas e verduras entre crianças e adolescentes (Nascimento et al., 2024).

Outro diagnóstico relevante é o de problemas dentários, especialmente a cárie dentária, cuja prevalência está intimamente ligada a uma alimentação inadequada. A educação em saúde sobre a importância de uma dieta equilibrada é essencial para a prevenção de cáries. A redução do consumo de açúcares e carboidratos simples é uma estratégia comprovada para diminuir a incidência de cáries (Moynihan; Kelly, 2014). Programas de conscientização que abordam a relação entre a dieta e a saúde bucal podem ser efetivos na promoção de hábitos alimentares mais saudáveis e na melhoria da saúde dental.

Já a disposição para melhorar a hidratação da pele é um aspecto frequentemente negligenciado, mas crucial para a manutenção da saúde cutânea. Incentivar a maior ingestão hídrica, juntamente com o uso regular de hidratantes corporais, pode ter um impacto positivo na saúde da pele (Santos; Souza, 2019). A promoção de hábitos de hidratação deve ser integrada às orientações gerais de saúde, enfatizando a importância da água para o funcionamento adequado do organismo.

Por fim, esses diagnósticos destacam a necessidade de uma abordagem holística e multidimensional na prática de enfermagem. A interação entre dieta, saúde física e mental requer intervenções educativas que considerem as aversões alimentares e as barreiras ao consumo de alimentos saudáveis. A integração da nutrição com a saúde bucal e a ênfase na hidratação adequada são aspectos cruciais que devem ser abordados nas orientações de saúde. Envolver a família nesse processo é essencial, pois fortalece a aceitação das mudanças e promove uma cultura de saúde e nutrição nas comunidades.

CONCLUSÃO

A saúde nutricional de crianças e adolescentes desempenha um papel vital no crescimento físico, desenvolvimento cognitivo e bem-estar geral, evidenciando a necessidade de intervenções focadas em hábitos alimentares saudáveis. Este estudo de caso realça a relevância de identificar fatores que contribuem para a baixa adesão ao consumo de alimentos ricos em vitaminas e minerais, como frutas, verduras e legumes, e a importância de estratégias personalizadas para abordar essas questões.

Por fim foi possível compreender a necessidade não apenas dos aspectos físicos e clínicos, mas também as barreiras emocionais, culturais e socioeconômicas que influenciam seus hábitos alimentares. O envolvimento da família e da comunidade nesse processo é fundamental para criar um ambiente de suporte que favoreça a adesão a mudanças positivas. Assim, o fortalecimento de práticas educativas e interativas pode transformar a percepção de alimentação saudável em uma prioridade, assegurando um impacto duradouro na saúde e no desenvolvimento do indivíduo.

REFERÊNCIAS

BLACK, R. E. et al. Maternal and child undernutrition and overweight in low-income and middle-income countries. **Lancet**, v. 382, n. 9890, p. 427-451, 2013. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23746772/>. Acesso em: 11 nov. 2024.

BOUSHEY, C. et al. Dietary patterns and neurocognitive health: a systematic review. **Alexandria (VA): USDA Nutrition Evidence Systematic Review**, 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35129905/>. Acesso em: 11 nov. 2024.

COSTA, M. J. de C. et al. Efeito da suplementação com acerola nos níveis sanguíneos de vitamina C e de hemoglobina em crianças pré-escolares. **Revista de Nutrição**, v. 14, n. 1, p. 13-20, jan. 2001. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rn/a/Wz4h9zFb3FKc44FFQ3q7QnR/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 11 nov. 2024.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Pesquisa de Orçamentos Familiares 2017-2018**. S. d. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/estatisticas/sociais/saude/24786-pesquisa-de-orcamentos-familiares-2.html>. Acesso em: 11 nov. 2024.

MATARATZIS, P. S. R.; ACCIOLY, E.; PADILHA, P. de C. Deficiências de micronutrientes em crianças e adolescentes com anemia falciforme: uma revisão sistemática. **Revista Brasileira de Hematologia e Hemoterapia**, v. 32, n. 3, p. 247-256, 2010. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/250035985_Deficiencias_de_micronutrientes_em_crianças_e_adolescentes_com_anemia_falciforme_uma_revisao_sistemática. Acesso em: 11 nov. 2024.

MICHA, R. et al. Association between dietary factors and mortality from heart disease, stroke, and type 2 diabetes in the United States. **JAMA**, v. 177, n. 10, p. 1630-1638, 2017. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28267855/>. Acesso em: 11 nov. 2024.

- MILAGRES, R. C. R. M.; NUNES, L. C.; PINHEIRO-SANT'ANA, H. M. A deficiência de vitamina A em crianças no Brasil e no mundo. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 12, n. 5, p. 1253-1266, set. 2007. Disponível em: [https://www.scielo.br/j/csc/a/NV6q8566zC9m5kvgD3sr9my/#:~:text=A%20defici%C3%Aancia%20de%20vitamina%20A%20\(DVA\)%20%C3%A9%20considerada%20um%20problema,cl%C3%ADnicamente%20afetadas%20pela%20hipovitaminose%20A](https://www.scielo.br/j/csc/a/NV6q8566zC9m5kvgD3sr9my/#:~:text=A%20defici%C3%Aancia%20de%20vitamina%20A%20(DVA)%20%C3%A9%20considerada%20um%20problema,cl%C3%ADnicamente%20afetadas%20pela%20hipovitaminose%20A). Acesso em: 11 nov. 2024.
- MOYNIHAN, P. J.; KELLY, S. A. Effect on caries of restricting sugars intake: systematic review to inform WHO guidelines. **J Dent Res**, v. 93, n. 1, p. 8-18, 2014. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24323509/>. Acesso em: 11 nov. 2024.
- NASCIMENTO, J. O. de S. et al. Epidemiological and clinical profile of HTLV-1 patients: a closer look at a reference center in Bahia, Brazil. **Revista de Patologia Tropical**, v. 12, n. 1, p. 1-10, 2024. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39071874/>. Acesso em: 11 nov. 2024.
- OLIVEIRA, M. F. de; FREITAS, M. C. de. Diagnósticos e intervenções de enfermagem frequentes em mulheres internadas em uma unidade de terapia intensiva. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 62, n. 3, p. 343-348, 2009. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/MWCZXDjCwH695yDnDTRrt4f/>. Acesso em: 11 nov. 2024.
- PEDRAZA, D. F. Percepção de enfermeiros sobre o cuidado nutricional à criança na Estratégia Saúde da Família. **Saúde em Debate**, v. 44, n. 124, p. 141-151, jan. 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sdeb/a/KYTBZzfTBSHFtNXjyK4PrRz/>. Acesso em: 11 nov. 2024.
- PEDRAZA, D. F.; ROCHA, A. C. D. Deficiências de micronutrientes em crianças brasileiras assistidas em creches: revisão da literatura. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 21, n. 5, p. 1525-1544, 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/J3yrHXPyWrztZ3MyDvNQMqk/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 11 nov. 2024.
- SANTOS, J. R. S; SOUZA, B. T. C. A Utilização das Tecnologias da Informação e Comunicação no Ensino de Biologia: uma Revisão Bibliográfica. **Id on line Revista de Psicologia**, v. 13, n. 45, 2019. Disponível em: <https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/1799>. Acesso em: 11 nov. 2024.
- WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Global prevalence of vitamin A deficiency in populations at risk 1995–2005**: WHO Global Database on Vitamin A Deficiency. Geneva: WHO; 2009. Disponível em: https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/44110/9789241598019_eng.pdf. Acesso em: 11 nov. 2024.