

Aproximadamente metade das crianças estão obesas ou com sobrepeso

Segundo OMS*, a **obesidade** e o **sobrepeso infantil** deverão atingir aproximadamente **75 milhões de crianças no mundo inteiro até 2025.**¹

Passam muito tempo comendo em frente à TV/tablets

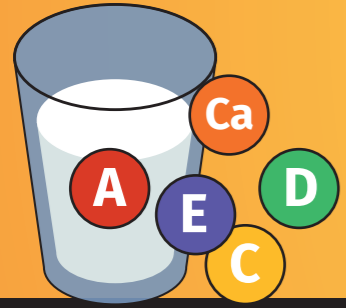
De acordo com a pesquisa, a partir dos 2 anos de idade, o tempo gasto aumenta significativamente, chegando a **75% entre as crianças de 7 a 12 anos**, quando o tempo recomendado é de no máximo 2 horas por dia.

Estado nutricional de crianças de 0 a 12 anos

44%

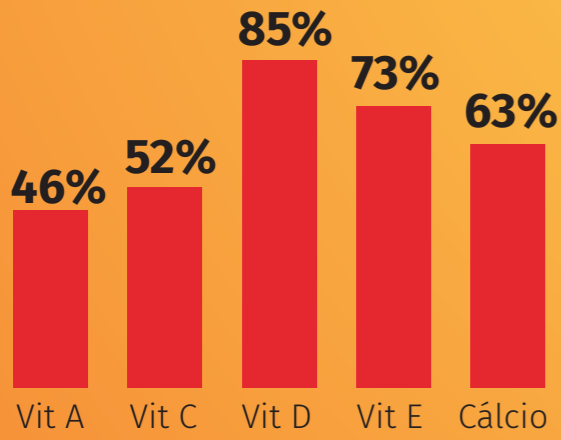


1 em cada 2 crianças estão acima do peso

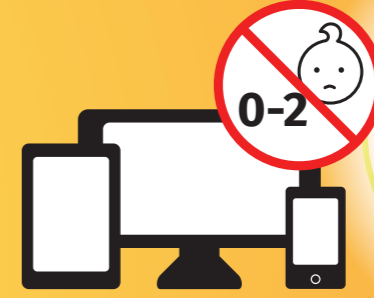
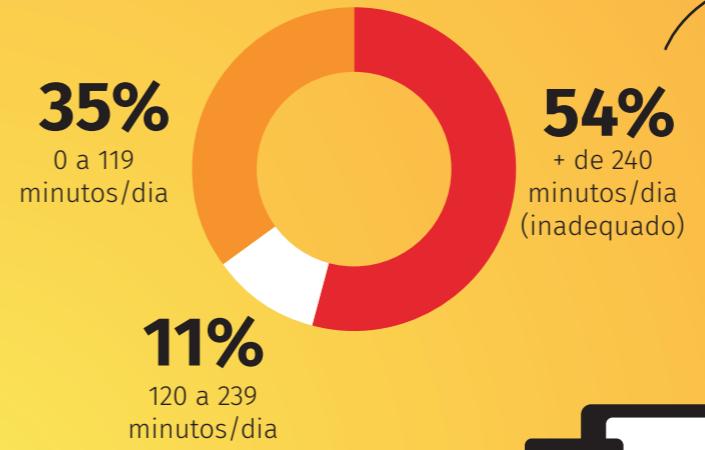


Pouco consumo de cálcio e vitaminas

Inadequação de consumo de vitaminas e minerais por crianças de 0 a 12 anos

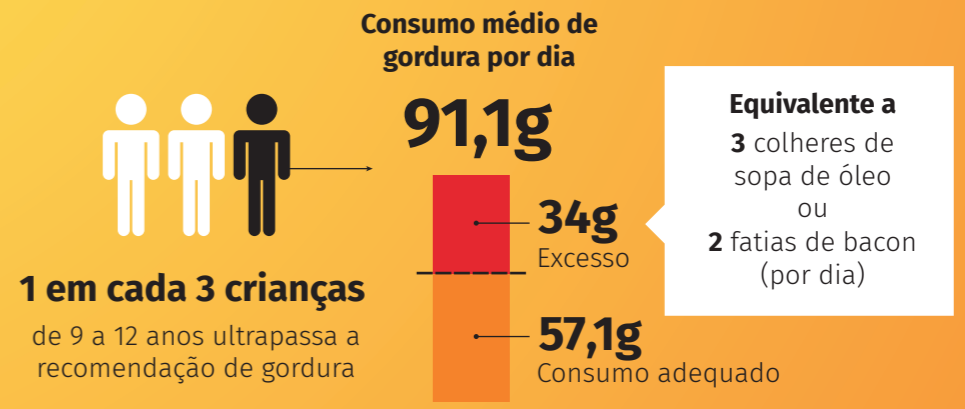


Tempo diário de tela de crianças de 0 a 12 anos, em dias da semana



Atualmente, a sugestão é que **crianças menores de 2 anos não devam ter nenhum contato com tecnologia.**²

Excesso de consumo de sódio e gordura



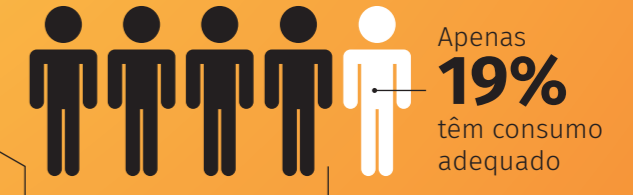
Hábitos

- Falta de atividade física
- Tempo de tela elevado
- Hábitos alimentares inadequados

Consequências

Obesidade infantil e risco do desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis.

Após os 10 anos de idade **4 em cada 5 crianças** consomem sódio acima da média recomendada



* Organização Mundial da Saúde (OMS)

Fonte: Ibope – Amostra SP



Desenvolvido por Nutrition Health and Wellness
Janeiro • 2017

Referências bibliográficas:

1. The Lancet: meta da OMS para conter a obesidade em 2025 dificilmente será alcançada. Disponível em: <<http://www.news.med.br/p/saude/824609/the-lancet-meta-da-oms-para-conter-a-obesidade-em-2025-dificilmente-sera-alcancada.htm>>. Acesso em: 15 jan. 2017.
2. Sociedade Brasileira de Pediatria. Departamento de Nutrologia. Manual de orientação para alimentação do lactente, do pré-escolar, do escolar, do adolescente e na escola. São Paulo: Sociedade Brasileira de Pediatria. Departamento de Nutrologia, 2012. 3ª edição.

NOTA IMPORTANTE: O aleitamento materno é a melhor opção para a alimentação do lactente proporcionando não somente benefícios nutricionais e de proteção como também afetivos, demonstrando sua superioridade quando comparado aos seus substitutos. É fundamental que a gestante e a nutriz tenham uma alimentação equilibrada durante a gestação e amamentação. O aleitamento materno deve ser exclusivo até o sexto mês e a partir desse momento deve-se iniciar a alimentação complementar mantendo o aleitamento materno até os dois anos de idade ou mais. O uso de mamadeiras, bicos e chupetas deve ser desencorajado, pois pode prejudicar o aleitamento materno e dificultar o retorno à amamentação. No caso de utilização de outros alimentos ou substitutos do leite materno, devem seguir rigorosamente as instruções de preparo para garantir a adequada higienização de utensílios e objetos utilizados pelo lactente, para evitar prejuízos à saúde. A mãe deve estar ciente das implicações econômicas e sociais do não aleitamento ao seio. Para uma alimentação exclusiva com mamadeira será necessária mais de uma lata de produto por semana, aumentando os custos no orçamento familiar. Deve-se lembrar à mãe que o leite materno não é somente o melhor, mas também o mais econômico alimento para o bebê. A saúde do lactente pode ser prejudicada quando alimentos artificiais são utilizados desnecessária ou inadequadamente. É importante que a família tenha uma alimentação equilibrada e que, no momento da introdução de alimentos complementares na dieta da criança ou do lactente, respeitem-se os hábitos culturais e que a criança seja orientada a ter escolhas alimentares saudáveis. Em conformidade com o Decreto nº 8.552/15; a Lei 11265/06; Resolução Anvisa nº 222/02; OMS – Código Internacional de Comercialização dos Substitutos do Leite Materno (Resolução WHA 34:22, maio de 1981); e Portaria M.S nº 2051 de 08 de novembro de 2001.

MATERIAL DESTINADO EXCLUSIVAMENTE AOS PROFISSIONAIS DE SAÚDE. PROIBIDA DISTRIBUIÇÃO AOS CONSUMIDORES.

INFANT AND KIDS STUDY

Estudo de hábito alimentar e estilo de vida em São Paulo

O **Infant and Kids Study (IKS)** é um estudo de consumo alimentar e hábitos de vida realizado pela **Nestlé** em parceria com o **Ibope** em 2015. O estudo avaliou mais de **1000 crianças** da região metropolitana de **São Paulo**, na faixa etária entre **0 e 12 anos**.

O levantamento foi feito em domicílios de **todas as classes sociais** (de “A” a “E”), através da utilização de **recordatório alimentar de 24 horas e questionário de frequência alimentar**.

Além disso, um extenso questionário de hábitos e estilo de vida foi aplicado em todos os domicílios participantes da pesquisa, a fim de coletar informações não apenas sobre as crianças, mas também sobre os pais ou cuidadores, além de dados sociodemográficos.

MATERIAL DESTINADO EXCLUSIVAMENTE AOS PROFISSIONAIS DE SAÚDE. PROIBIDA DISTRIBUIÇÃO AOS CONSUMIDORES.