

DETERMINANTES DA NEOFOBIA ALIMENTAR EM CRIANÇAS DOS 3 AOS 5 ANOS

Babo M¹, Almeida MDV¹

Comunicação oral 01

É na idade pré-escolar, dos 3 aos 5 anos, que comportamentos como a neofobia se tornam mais evidentes. Este comportamento pode afetar a qualidade e variedade da ingestão alimentar das crianças, com consequências para a sua saúde na infância mas também futuramente na fase adulta.

Pretendemos estudar e perceber alguns dos determinantes deste comportamento, nomeadamente a possível influência dos pais.

Inquirimos 72 pares criança/encarregado de educação, procedemos à respetiva caracterização sociodemográfica e avaliação do grau de neofobia das crianças e encarregados de educação. A frequência de ingestão de alimentos pelas crianças foi registada pelos encarregados de educação.

Verificámos que a neofobia, isto é o medo ou recusa de provar/comer novos alimentos, das crianças, avaliado pela Escala de Neofobia Alimentar (ENA) variava entre 10 a 55 (média 33,24) ou seja apresentavam valores de comportamento neofóbico mais elevado do que os encarregados de educação, de 17 a 59 (média 41,83).

Um comportamento neofóbico mais elevado das crianças encontra-se associado a uma maior frequência de ingestão de alimentos “simples” mas também a uma menor ingestão de alimentos “saudáveis” e a um percentil, do IMC, mais elevado da criança. Foi encontrada uma associação muito fraca entre a ENA total das crianças e a ENA total dos encarregados de educação.

Foram encontradas associações que indicam que pais menos autoritários e mais permissivos quanto aos hábitos alimentares da criança são um determinante para o aumento da neofobia. O que se torna ainda mais perceptível quando verificamos que um encarregado de educação mais neofóbico se torna mais permissivo para que a criança não coma a mesma comida da restante família, permitindo que coma uma comida diferente, assim quando a criança apresenta grande dificuldade em comer o que é desejado para ela, acaba por comer menos vezes a mesma comida da restante família, mas mais vezes uma comida diferente, o que pode não só determinar uma diminuição da sua variabilidade alimentar, mas também um aumento do seu comportamento neofóbico.

Aquando da análise de componentes principais, obtivemos dois padrões distintos, o primeiro que designámos por “padrão saudável ou tradicional”, associado a alimentos mais tradicionais e saudáveis, e o segundo que designámos por “não saudável”, mais associado a um consumo de comida tipo *Fast Food*.

Algumas das limitações verificadas no estudo tornam necessário que sejam consideradas mais variáveis, para que seja possível identificar de forma mais clara as associações encontradas ou mesmo identificar que outros determinantes influenciam o comportamento neofóbico.

¹ Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto.