

AS HABILIDADES CULINÁRIAS DO RESPONSÁVEL PELAS REFEIÇÕES EM CASA ESTÃO ASSOCIADAS COM MARCADORES DE CONSUMO ALIMENTAR DE CRIANÇAS EM IDADE PRÉ-ESCOLAR?

TORRES, T. M.; ALVES, M. S.; NUNES, H. R. C.; CARVALHAES, M. A. B. L

RESUMO

DOI: 10.47094/978-65-6036-515-5/29

Introdução: A perda das habilidades culinárias na vida cotidiana vem afetando negativamente os hábitos alimentares dos indivíduos (BRASIL, 2014). Desenvolver e compartilhar essas habilidades, especialmente com crianças e jovens, promovendo o comer em companhia e fortalecendo os laços sociais, tem sido considerado uma ação capaz de promover alimentação mais saudável (UGGIONI et al., 2020). Cozinhar não só permite escolhas alimentares mais saudáveis, mas também aumenta o prazer de saborear as refeições (BRASIL, 2014). Estudo brasileiro com adultos e crianças observou que maiores Habilidades Culinárias (HC) está relacionado a práticas alimentares mais saudáveis (MARTINS et al., 2020). Também em outros países, o papel das HC tem sido estudado. Estudo australiano classificou adultos em três grupos de confiança em suas HC e descobriu que os altamente confiantes apresentaram menor IMC, priorizavam alimentos frescos e vegetais, e valorizavam informações sobre produtos e planejamento de refeições (BURTON et al., 2017). Resultados semelhantes foram observados em um estudo com adultos canadenses (FERNANDEZ et al., 2024). A influência das HC de pais ou responsáveis sobre a alimentação dos seus filhos é um tema que tem despertado atenção. Pesquisas nos Estados Unidos, Japão e Reino Unido mostraram que habilidades culinárias elevadas nos pais estão ligadas a uma melhor qualidade da alimentação das crianças (WOLFSON et al., 2020; TANI et al., 2021; LAVELLE et al., 2023). No Brasil, essa associação também vem sendo identificada (MENEZES et al., 2022; ALMEIDA et al., 2023). Martins et al. (2020), avaliando 657 pares de crianças de seis a nove anos e pais, mostraram que um aumento de 10 pontos no escore de HC resultou em uma diminuição de 1,5 pontos percentuais na ingestão de alimentos ultraprocessados no jantar. A relação entre as habilidades culinárias dos pais ou responsáveis e a qualidade da alimentação em casa de crianças na faixa etária pré-escolar (dois a seis anos) foi pouco estudada até o momento, sendo foco do presente estudo. Objetivo: Avaliar as habilidades culinárias do responsável pelas refeições em casa de crianças em idade pré-escolar e examinar a relação entre essas habilidades e indicadores de consumo alimentar saudável e não saudável. Metodologia: Trata-se de um estudo transversal. Os participantes (crianças de dois a seis anos de idade e seus pais) foram selecionados em três escolas públicas de Botucatu - SP. Os responsáveis pelas refeições em casa responderam um questionário telefônico, desenvolvido e validado no Brasil, sobre suas Habilidades Culinárias. Esse questionário tem como fundamento a Teoria Social Cognitiva e o conceito de autoeficácia (BANDURA, 2005). Interroga-se sobre a

confiança do entrevistado em executar 10 ações relacionadas com a seleção de alimentos não prontos e o preparo de uma refeição completa, com os resultados sendo expressos em um índice. O Índice de Habilidades Culinárias (IHC), variando de 0 a 100, foi usado como principal variável de exposição (MARTINS et al. 2019). O consumo alimentar das crianças foi avaliado usando marcadores de consumo saudável e não saudável (BRASIL, MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2015). Foram construídos dois escores de consumo (saudável e não saudável). Co-variáveis que potencialmente poderiam atuar como confundidoras da associação em estudo foram coletadas: peso ao nascer, paridade materna, via de parto, escolaridade do responsável, beneficiário do programa Bolsa Família, estado nutricional da criança e presença de obesidade nos pais. Foram conduzidas, separadamente, análises de regressão linear, univariadas e múltiplas, entre o escore de habilidades culinárias (variável de exposição) e os dois desfechos principais: escore de consumo alimentar saudável e não saudável. Resultados e discussão: Dentre as crianças (n=115), 53,9% eram meninas; quanto ao escore dos marcadores de consumo saudável, a média foi de 13,50, DP 5,025; mediana 14,0. Para o escore de consumo não saudável, a média foi 10,35; DP 6,34; mediana 10,0. A frequência de consumo dos marcadores não saudáveis em quatro ou mais dias da semana foi elevada: 62,6% consumiram refrigerantes/bebidas adoçadas, 34,7% doces/guloseimas, 14,7% macarrão instantâneo e 16,5% embutidos. A proporção de crianças que consumiram verduras em quatro ou mais dias da semana ficou abaixo de 60%, já frutas e feijão foram consumidos por 70,4% e 84,3%, respectivamente (dados não mostrados em tabela). Os resultados das investigações relativas à associação entre os escores de habilidades culinárias e os escores de consumo alimentar das crianças constam na tabela 1. Em relação ao consumo saudável, pelas análises bruta e ajustada, não houve associação estatisticamente significativa entre tais variáveis: $p=0,06$ e $p=0,11$, respectivamente. Para o escore não saudável, identificou-se uma associação negativa com o escore de habilidades, tanto na análise univariada quanto múltipla. Cada ponto a mais no escore de habilidades reduziu em média -0,29 pontos o escore não saudável (IC 95% = -0,538 a -0,050, $p=0,018$). Em linha com a hipótese levantada, foi encontrada uma associação negativa entre o escore de habilidades culinárias, tanto na análise univariada quanto múltipla, com o escore de consumo não saudável, composto por alimentos ultraprocessados. Contudo, não houve associação com o escore de consumo saudável. O consumo alimentar é influenciado por uma complexa rede de fatores, sendo sempre difícil isolar o efeito de um único (BRASIL, 2014). Pelos resultados obtidos, parece que as habilidades culinárias dos pais têm mais potencial de reduzir o consumo de produtos ultraprocessados, efeito que pode impactar favoravelmente a saúde das crianças (MARTINS et al., 2020). Deve-se destacar algumas limitações dos resultados. O desenho transversal da pesquisa impede a avaliação da evolução temporal das variáveis e assim não permite atribuir à associação detectada papel causal. Além disso, é importante destacar a limitação do tamanho da amostra, o que impactou a precisão das estimativas de efeito, evidenciado pelos amplos intervalos de confiança registrados. Recomenda-se assim que novos estudos que voltem a examinar

a associação entre HC dos pais e a qualidade da alimentação de crianças pré-escolares adotem a coorte prospectiva como desenho e maior amostra. Considerações finais: Os resultados deste estudo contribuem para a literatura ao fornecer evidências da associação negativa entre as habilidades culinárias dos pais e a frequência de consumo de alimentos não saudáveis por pré-escolares.

Parecer ética: 5.382.030

PALAVRAS-CHAVE: Criança. Alimentos ultraprocessados. Culinária.