

## **Pais recebem resultado de avaliação nutricional dos alunos do turno integral do Anchiétinha Itaigara.**



No mês de abril, os pais dos alunos do turno integral do ANCHIÉTINHA-taigara receberam, pela agenda das crianças, o resultado da avaliação nutricional dos pequenos. Em uma ficha preparada por Tatiana Mota, nutricionista da A&C Nutrição, empresa que administra as cantinas e refeitórios do Grupo Educacional Anchieta, constava o peso e a altura das crianças, bem como o IMC/Idade, o diagnóstico

nutricional e algumas orientações nutricionais. É através desse índice (IMC/Idade) que a OMS (Organização Mundial da Saúde) classifica, desde 2007, o estado nutricional de crianças e adolescentes. É importante acompanhar o crescimento e desenvolvimento dos jovens e avaliar se o peso está adequado para altura e idade. É muito válido que os pais recebam essa informação sobre seus filhos. Cientes do estado de seus filhos, os responsáveis podem ficar mais atentos e procurar, quando necessário, acompanhamento especializado individual. A reação ao recebimento das fichas tem sido positiva.



Mundialmente verifica-se o aumento alarmante do número de jovens com excesso de peso e doenças associadas, como pressão alta, diabetes tipos 2, colesterol alto, entre outros. No Brasil os últimos dados já apontam que uma em cada três crianças e adolescentes está acima do peso. Essa realidade está associada principalmente aos hábitos de vida, com destaque para alimentação. É importante lembrar que criança “gordinha” não é criança saudável. Família e escola devem estar atentas e sempre estimular hábitos saudáveis, como prática de esportes, maior consumo de frutas e verduras e redução de alimentos ricos em sal, açúcar e gorduras. Não é que doces e frituras devam ser proibidos da vida da criança. Eles só não devem fazer parte da rotina alimentar, sendo reservado a momentos esporádicos.

