

# Epidemiologia da Saúde Infantil: Impactos da Desnutrição e Insegurança Alimentar em Crianças

Joana Vieira<sup>1</sup>, Inês Jesus<sup>1</sup>, e Maria João Hilario<sup>2</sup>

Egas Moniz School of Health & Science, Campus Universitário, Quinta da Granja, 2829-511 Caparica, Almada, Portugal.

Licenciatura em Ciências Biomédicas Laboratoriais.

1) Estudante 2º ano CBL 2) Docente

## Introdução

A desnutrição infantil é um problema de saúde pública que afeta milhões de crianças ao redor do mundo, especialmente em países em desenvolvimento. Isto pode ocorrer devido à falta de alimentos, a uma alimentação de má qualidade ou a problemas de saúde. A desnutrição pode afetar o desenvolvimento físico e cognitivo das crianças, além de aumentar o risco de doenças. Este é um problema grave em muitas regiões do mundo, especialmente em contextos de pobreza e insegurança alimentar.



## Causas da desnutrição infantil:

- Ingestão inadequada de alimentos;
- Insegurança alimentar;
- Problemas de saúde (ex: doenças cardíacas ou pulmonares e paralisia cerebral).

## Como prevenir:

- Acesso a uma alimentação equilibrada
- Educação nutricional
- Cuidados de saúde adequados
- Combate à pobreza
- Higiene e saneamento

## Tratamento:

O tratamento da desnutrição infantil baseia-se em três abordagens principais: dieta, suplementação e internamento. A dieta deve ser orientada por um nutricionista e incluir alimentos ou fórmulas infantis com elevada densidade energética e nutricional. Podem ser recomendados suplementos de vitaminas, minerais, proteínas e gorduras para apoiar a recuperação. Nos casos de desnutrição grave, pode ser necessário internamento hospitalar, onde a criança poderá receber alimentação entérica através de sonda.

## O que é a desnutrição infantil?

A desnutrição pediátrica resulta de um desequilíbrio entre as necessidades nutricionais e a ingestão, levando a défices de energia, proteínas ou micronutrientes que prejudicam o crescimento e o desenvolvimento. Pode ser identificada pelo peso e altura, pela medição da circunferência do braço (MUAC) ou pela presença de edemas. Quando prolongada, origina desnutrição crónica (baixa estatura para a idade); quando causa perda de peso acentuada, configura desnutrição aguda. Ambas podem ser classificadas como moderadas ou graves, dependendo da sua severidade.



## Sintomas:

- Atraso no crescimento e desenvolvimento;
- Cansaço e fraqueza excessivo;
- Pele ressecada;
- Diminuição da massa muscular;
- Cabelos finos e secos;
- Diarreia;
- Perda do apetite;
- Apatia.



## Consequências da desnutrição

A desnutrição pode causar problemas no sistema imunológico, provocar grande perda muscular e de gordura, e até mesmo provocar problemas no crescimento e alterações psíquicas e psicológicas. É um problema de saúde grave e que pode levar à morte caso tratamentos adequados não sejam realizados rapidamente. Ficadas como moderadas ou graves, consoante a intensidade do quadro.



## Conclusão

A desnutrição infantil prejudica o desenvolvimento físico e mental e resulta sobretudo de alimentação inadequada e condições de vida precárias. A sua prevenção e tratamento exigem ações conjuntas que promovam uma alimentação saudável e apoiem as famílias vulneráveis, garantindo um crescimento adequado e reduzindo impactos futuros.

