

## Perigo para a saúde dos bebês

24/07/2009

O Dia

Uma grande parte dos pais brasileiros está trocando a alimentação saudável de seus filhos menores de 2 anos por comestíveis ricos em gorduras e açúcares, que fazem mal à saúde. A conclusão é de pesquisa da Unifesp (Universidade Federal de SP), feita com 270 pais de menores frequentadores de berçários e creches públicas da capital paulista. O estudo aponta que 67% dos bebês experimentaram antes dos três meses de idade, alimentos industrializados como macarrão instantâneo, açúcar refinado, suco de frutas artificial e até mesmo salgadinhos e embutidos.

De acordo com Maysa Helena de Aguiar Toloni, nutricionista e autora da pesquisa, os resultados preocupam, já que a obesidade infantil é considerada um problema de saúde pública no Brasil: cerca de 10% das crianças e 20% dos adolescentes estão acima do peso.

A pesquisa mostra que, até os três meses de vida, 31% dos pais afirmaram ter oferecido açúcar ao filho; 49%, chás e, 18%, mel. Até os doze meses, o açúcar atinge o índice de 87%; o chá, 88%, e, o mel, 73%. Outro dado que chama a atenção é a idade com que as crianças começam a conhecer os refrigerantes: entre o primeiro e o sexto mês de vida, 12% já experimentaram.

Até os nove meses, o índice sobe para quase 20% e mais da metade (56,5%) já teve a bebida incluída no cardápio até o primeiro ano de vida. "Somente depois dos seis meses é que a criança está apta a receber, de forma gradual, outros alimentos adequados à idade, mas mantendo o leite materno até os dois anos", diz Maysa.

### **ABSURDO**

56,5% das crianças pesquisadas que têm 1 ano de idade já tiveram os refrigerantes incluídos na dieta. Entre o 1º e o 6º mês de vida, 12% já experimentaram a bebida.

Até os 9 meses, o índice sobe para quase 20%.