

“Associação entre Consumo Alimentar e Distúrbios de Sono em Crianças aos Nove Anos de Idade”

Maria Emília de Carvalho Faria

Defesa:

Joinville, 07 de fevereiro de 2022

Membros da Banca Examinadora:

Prof. Dr. Marco Fabio Mastroeni (Orientador)

Profa. Dra. Silmara Salete de Barros Silva Mastroeni (Coorientadora UNIVILLE)

Profa. Dra. Renatha El Rafihi Ferreira (USP)

Profa. Dra. Mariana Falcão Leal Brotero Duprat (UNIVILLE)

Resumo

Introdução: Na última década, a prevalências de sobrepeso e obesidade infantil apresentam dados preocupantes. Dentre as muitas variáveis contribuintes para a obesidade infantil, está à presença de hábitos alimentares inadequados e padrão de sono alterado. **Objetivo:** Avaliar se existe associação entre consumo alimentar e distúrbios de sono em crianças aos 9 anos de idade. **Métodos:** Trata-se de um estudo transversal que utilizou dados do quarto seguimento (2021) de um estudo de coorte denominado: “Preditores do excesso de peso em mães e seus filhos nascidos em 2012 em Joinville-SC, Brasil: Coorte de anos”. **Resultados:** Foi encontrado que o consumo alimentar de frutas frescas foi significativamente associado a distúrbios do sono, com prevalência (55,8%) de distúrbios do sono nas crianças que relataram não consumir frutas frescas. **Conclusões e Implicações:** Nosso estudo mostrou que o não consumo de frutas esteve associado à presença de distúrbios do sono em crianças de 9 anos. Acreditamos que essa informação tenha repercussões positivas justamente quando a maioria das populações do mundo migrou para um consumo inadequado de alimentos saudáveis, principalmente para crianças.

Palavras-chave: Consumo alimentar, sono, distúrbios de sono, escolares, estudo de coorte.