

em função do aumento da idade e aumento de hábitos sedentários como visionamento de televisão e jogos electrónicos.

Palavras-Chave: ~~Obesidade infantil; hábitos alimentares; Sedentarismo.~~

C20

Percentagem de massa gorda e actividade física em crianças pré-escolares

Susana Vale, Luísa Soares-Miranda, Rute Santos, Ana Marques, Carla Moreira, Paula Clara Santos, Sandra Abreu, Jorge Mota

*Centro de Investigação em Actividade Física, Saúde e Lazer. Faculdade de Desporto. Universidade do Porto; Instituto Superior da Maia; CIAFEL. Faculdade de Desporto. U Porto e Escola Superior de Tecnologia da Saúde. Instituto Politécnico do Porto
susana.vale@hotmail.com*

Introdução: São escassos estudos que analisem a associação entre massa gorda (%MG) e níveis de Actividade Física (AF) em crianças de idade pré-escolar. E, segundo o nosso conhecimento, nenhum desses estudos avaliou até hoje a associação entre %MG e as recomendações diárias de AF em idade pré-escolar. O objectivo do presente estudo foi averiguar qual a associação da percentagem de massa gorda (%MG) no cumprimento das recomendações diárias de actividade física em crianças pré-escolares. **Métodos:** A amostra é constituída por 337 crianças pré-escolares (46,3% meninas) com idade média de 5,2 anos, pertencentes a jardins de infância da zona metropolitana do Porto. A massa gorda foi avaliada através de pregas adiposas: bicipital, tricípital, subscapular e supriliaca. A %MG foi calculada através da equação de Westrate and Durenberg (1990). A Actividade Física foi avaliada durante 7 dias consecutivos através de acelerometria (Actigraph GTM1). Foram analisadas as recomendações de AF diárias da National Association for Sport and Physical Education (NASPE, 2002) de pelo menos 120 minutos de AF total diária e de pelo menos 60 min de AF moderada-vigorosa (MV) diária (Strong e col., 2005). **Resultados:** Verificamos que cerca de 18,4% e 51% cumpre, respectivamente, as recomendações de AF total diária e de AF MV diária. Para as duas recomendações analisadas, constatamos que a prevalência de meninos que as cumprem é estatisticamente superior às meninas ($p < 0,05$). Embora em ambos os sexos tenhamos averiguado que as crianças que apresentam %MG acima do percentil 50 possuam maior probabilidade de não cumprir as recomendações, de AF total e MV, nos 7 dias da semana, apenas para as recomendações de AF total nas meninas esses valores foram estatisticamente significativos (OR: 4,5 (1,4-14,2); $p < 0,05$). **Conclusão:** Constatamos que, já nestas idades, existe uma associação entre percentagem de massa gorda e as recomendações de actividade física diária.

Palavras-Chave: ~~Percentagem de massa gorda; actividade física; recomendações; pré-escolares.~~

C21

Avaliação do impacto do Projecto Obesidade Zero ao nível do estado nutricional das crianças

Maria Ana Silva Carvalho, [Ana Rito](#), João Breda

*Universidade Atlântica; Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge
ana.rito@insa.min-saude.pt*

Introdução: A obesidade infantil constitui um dos mais sérios desafios de saúde pública, tendo atingido níveis epidémicos em vários países do Mundo. A sua prevenção e tratamento são prioritários. As intervenções em ambiente familiar de base comportamental que incorporam modificações ao nível da alimentação e da actividade física parecem ser as mais efectivas no controlo do peso corporal. A participação da comunidade constitui um eixo estratégico indispensável no combate a esta doença, apesar de serem escassos os projectos que assentam no desenvolvimento de respostas inovadoras às famílias com crianças com excesso de peso. Neste sentido, foi implementado um projecto inovador de base municipal, o Projecto Obesidade Zero (POZ), cujo principal objectivo foi desenvolver um programa de intervenção e abordagem do excesso peso e obesidade em crianças dos 6 aos 10 anos de idade em ambiente familiar. **Métodos:** Trata-se de um estudo quasi-experimental, multicêntrico, desenvolvido em 2009/2010 em cinco Concelhos do país (Melgaço, Mealhada, Cascais, Beja e Silves). O programa foi desenvolvido com articulação entre as cinco Câmaras Municipais e os respectivos Centros de Saúde e compreendeu as seguintes fases de desenvolvimento: 1) Consultas de Obesidade Infantil; 2) Workshops de Cozinha Saudável; 3) Sessões de Aconselhamento Alimentar em grupo; 4) Sessão Aconselhamento Alimentar dirigida às famílias. **Resultados:** Foram inscritas no programa 294 crianças com excesso de peso com uma média de idades de 8,62 anos. 157 (52,9%) eram do sexo feminino. 80,5% das crianças reduziram o seu percentil relativo ao IMC/idade (CDC, 2000) durante o período de intervenção. Em média registou-se uma redução do percentil 93,6 para o percentil 91,3, sendo as diferenças estatisticamente significativas ($p < 0,05$). **Conclusão:** O POZ instituiu e fortaleceu parcerias multisectoriais, destacando-se o papel dos Municípios. Os resultados obtidos sugerem que intervenções de base comunitária e familiar parecem ter efeitos significativos ao nível da prevalência da obesidade infantil.

Palavras-Chave: crianças, municípios, obesidade.