



PASTORAL DA CRIANÇA

Para que todas as crianças tenham vida e a tenham em abundância (Jo 10,10)

Entrevista Paula Pizzatto – Obesidade Infantil

Propagandas com desenhos animados, coloridas e divertidas despertam cada vez mais o desejo das crianças por alimentos industrializados. Mas, no final de tudo, a decisão de compra é sempre dos pais. Muitas vezes acabamos cedendo aos desejos das crianças, mas é muito importante saber que eles são ricos em gorduras e tem um valor nutricional muito baixo e isso acaba afetando o desenvolvimento da criança e colabora para o crescimento da obesidade infantil. Para falar sobre isso, convidamos Paula Pizzatto, Nutricionista da Coordenação Nacional da Pastoral da Criança.



Paula, como a propaganda influencia na alimentação infantil?

As propagandas alimentares infantis tem gerado grandes polêmicas. Hoje em dia é muito grande o consumo de produtos industrializados e as crianças não têm capacidade de saber o que faz mal e o que não faz mal para elas. Os pequenos são facilmente influenciáveis e as propagandas trazem personagens de desenhos animados, jogos eletrônicos, super-heróis nas embalagens dos produtos e nas propagandas de TV. Essas propagandas de TV, inclusive, passam justamente nos horários da programação infantil, com redes de fast-food, por exemplo, oferecendo brinquedos vinculados aos combos, que são aqueles conjuntos que vem sanduíche, batata frita, refrigerante e, muitas vezes, brinquedos colecionáveis. O que significa que a criança vai querer completar a coleção e vai precisar voltar naquela rede de fast-food para consumir aqueles produtos. Essas estratégias comerciais são extremamente abusivas.

E quais são os alimentos mais apresentados nas propagandas infantis, Paula?

São os alimentos e bebidas, tais como refrigerantes, sucos artificiais, produtos matinais como iogurtes, achocolatados, os cereais para acrescentar no leite,

biscoitos, fast-foods, salgadinhos, sorvetes. Todos esses alimentos que as indústrias investem pesadamente na publicidade são ricos em gorduras, açúcares, sódio, sal e ao mesmo tempo eles são muito pobres em vitaminas e nutrientes, que são importantes para o desenvolvimento físico e mental das crianças.

Paula, que prejuízos esse tipo de alimentação demonstrado nas propagandas podem trazer para a criança?

Uma alimentação com muitos desses produtos industrializados contribui para o aumento da obesidade e desencadeia na infância aquelas doenças que normalmente surgiriam na vida adulta.

Paula, como deve ser a alimentação infantil?

Alimentação infantil deve ser uma alimentação saudável, variada, com mais alimentos “In Natura”, pouco processados, alimentos frescos, verduras, legumes, frutas. A comida que a gente chama comida de verdade é o arroz, feijão, ovos, as carnes, são esses os alimentos que vão nos trazer energia, vitaminas, proteínas, fibras e todos os nutrientes que farão com que o organismo funcione da melhor maneira e ajude a criança a crescer e se desenvolver com saúde.

Paula, a obesidade infantil está crescendo assustadoramente no Brasil. O que é preciso ser feito para mudar essa situação?

Os pais, ou as pessoas que são responsáveis pelas crianças, precisam buscar informações do que é melhor para o seu filho. O Ministério da Saúde disponibiliza em todas as redes de saúde, nas unidades básicas de saúde, o “Guia Alimentar para População Brasileira”, no qual os pais podem ter todas essas informações. Eles também precisam ter consciência de que são eles, os adultos, que vão dar a última palavra quando a criança pede um alimento, insiste na compra de um alimento, porque ele é quem sabe o que faz bem ou não. A publicidade abusiva, focando no público infantil, traz consequências para a criança, influencia as decisões de compra da família, então são os adultos que precisam tomar a decisão do que realmente precisa em casa e do que comprar e não comprar .

Paula, quem mais pode colaborar nessa prevenção de consumo dos alimentos apresentados nas propagandas?

É importante deixar claro que não são só os pais e a mídia os responsáveis pela obesidade das crianças, temos várias ferramentas para poder resolver esse problema e cada parte tem um pouco de responsabilidade. A população, a Sociedade Civil podem aderir aos movimentos que lutam pelo fim da publicidade infantil abusiva, por exemplo. Os profissionais de saúde, principalmente os

nutricionistas, podem elaborar ações educativas voltadas tanto para os pais das crianças, quanto para o público infantil. É uma soma de esforços - família, serviço de saúde, comunidade, escola, para que cada vez mais a alimentação das crianças seja saudável.

Entrevistado(a) Irmã Veneranda Alencar
Coordenadora Nacional da Pastoral da Criança

Irmã Veneranda, obesidade infantil e publicidade, como lidar com isso?

A publicidade quer vender sempre mais, para isso ela usa de recursos que mexem com as emoções, as opiniões e os sentimentos de todos. As crianças ficam fascinadas pela publicidade de novos alimentos coloridos e saborosos que são apresentados pelos meios de comunicação, e os pais muitas vezes cedem aos desejos e caprichos das crianças e acabam comprando esses alimentos industrializados e nada saudáveis. As consequências nós já conhecemos bem, crianças obesas e a Pastoral da Criança orienta as famílias para que alimentem seus filhos de maneira correta e que sigam um estilo de vida saudável.

Entrevistado(a): Karen Bervanger
Coordenadora Diocesana da Pastoral da Criança de Chapecó, Santa Catarina

Karen, quais orientações vocês passam para as famílias sobre a obesidade infantil e a publicidade ?

Nós da Pastoral da Criança orientamos a amamentação exclusiva até os seis meses e, após esses seis meses, uma alimentação saudável com verduras, frutas, legumes e atividades físicas.

Entrevistado(a): Solange de Fatima Pegoraro
Coordenadora do Núcleo da Pastoral da Criança do Regional Centro-Oeste, do Rio Grande do Sul.

Solange, como é que vocês orientam as famílias sobre a prevenção da obesidade infantil?

As líderes em suas visitas e na celebração da vida orientam as famílias sobre a importância de uma alimentação saudável e, também, do brincar, jogar bola, correr, que ajudam a gastar as calorias e prevenir a obesidade.