

Apetite incontrolável de crianças é tema de pesquisa



A maioria das **crianças** gosta de comer. Mas, para algumas, um **apetite insaciável** faz com que elas sempre queiram mais - o que pode causar sérios problemas para os pais. A dona de casa britânica, Emily conta que um episódio em particular a fez compreender quão voraz era o apetite da filha, de apenas quatro anos de idade.

"De manhã cedo, ouvi o alarme da porta do freezer tocar. Desci para a cozinha e encontrei minha filha comendo bolinhos de batata congelados direto do pacote. Não temos mais esse tipo de comida em casa, simplesmente não podemos".

Emily (o nome é fictício) descreveu esse momento como 'o fundo do poço', mas hoje já se conformou com a ideia de que a filha vai sempre ter vontade de comer o que quer que haja na casa.

"Me lembro de ver uma cenoura enorme no bolso da saia dela no primeiro dia da aula de teatro. Ela me disse que (a cenoura) era para o caso dela ficar com fome. É curioso e complicado ser mãe de uma criança que tem compulsão por comida".

PROBLEMA GLOBAL

Os índices de **obesidade infantil** estão aumentando em todo o mundo. Segundo estimativas feitas pela Organização Mundial de Saúde (OMS) em 2010, o número de crianças obesas com menos de cinco anos de idade seria de cerca de 42 milhões. Dessas, 35 milhões estariam em países em desenvolvimento. Só na **África**, o número de crianças com menos de cinco anos que têm peso acima do recomendado triplicou nas últimas duas décadas.

Em países ricos, como a Grã-Bretanha, os hábitos alimentares das crianças são presença constante na mídia. Recentemente, os jornais do país noticiaram que quadruplicou na última década o número de crianças e adolescentes atendidos em hospitais da Inglaterra e País de Gales com problemas de saúde associados à obesidade.

Especialistas apontam para **alimentação ruim** (por exemplo, ênfase em alimentos pobres em nutrientes e ricos em gordura e açúcar), baixos índices de amamentação e estilos de vida sedentários como as principais causas do problema.

Temendo que o caso de sua filha venha a contribuir para estatísticas alarmantes como essas, Emily busca maneiras de administrar o apetite voraz da filha. E apetite, dizem os especialistas, é algo que varia de pessoa para pessoa.

CULPA DOS PAIS?

Cientistas vêm estudando formas de se controlar o apetite. "Sabemos muito pouco, o apetite é uma coisa tão complexa", disse Sadaf Farooqi, professora de metabolismo e medicina da Universidade de Cambridge. Ela comanda um grande estudo sobre obesidade e genética, em que médicos, enfermeiras, cientistas e pesquisadores trabalham juntos para tentar entender por que algumas pessoas engordam mais facilmente do que outras.

Gostos pessoais também interferem. Os cientistas sabem, por exemplo, que a experiência do **paladar** varia de pessoa para pessoa e o que tem sabor delicioso para uns pode ser absolutamente desagradável para outros. Profissionais que trabalham com nutrição infantil dizem que, com frequência, são procurados por pais preocupados com o que parece ser um apetite excessivo por parte dos filhos.

Muitos desses especialistas, no entanto, são da opinião de que a causa do problema seriam **comportamentos inconscientes** dos pais. Por exemplo, servir porções de adultos, em pratos de adultos, para as crianças. Alguns aconselham deixar as crianças comerem o que quiserem - desde que seja saudável. Esse tipo de orientação se baseia em estudos que indicam que crianças naturalmente tendem a comer o necessário para saciar sua fome.

Fonte: BBC