

RESUMO - CIÊNCIAS DA SAÚDE

**ANTROPOMETRIA INFANTIL: IMPORTÂNCIA DA AVALIAÇÃO
NUTRICIONAL PARA O CRESCIMENTO E DESENVOLVIMENTO SAUDÁVEL
DE CRIANÇAS ENTRE 10 E 12 ANOS**

Renata Da Silva Liberato (renata.liberato1707@soufcb.com.br)

Mariana Carvalho Pretti (mariana.pretti9711@soufcb.com.br)

Maria Luiza Galina De Mattos (maria.mattos3724@soufcb.com.br)

Eliza Maria De Oliveira (eliza.oliveira4779@soufcb.com.br)

INTRODUÇÃO: A infância é uma fase decisiva para o crescimento físico, o desenvolvimento cognitivo e a formação de hábitos alimentares que se estendem até a vida adulta. Na faixa etária de 10 a 12 anos, ocorrem intensas transformações corporais e metabólicas que exigem acompanhamento constante do estado nutricional. A antropometria, enquanto técnica de mensuração do corpo humano, constitui-se como uma ferramenta fundamental para avaliar o crescimento, detectar precocemente alterações nutricionais e orientar intervenções que promovam o desenvolvimento saudável. Além disso, o aumento da obesidade infantil, impulsionado por fatores culturais e pela influência da mídia, reforça a necessidade de avaliações regulares e políticas públicas voltadas à educação alimentar.

OBJETIVO: Analisar a importância da avaliação nutricional e da antropometria no acompanhamento do crescimento e desenvolvimento de crianças entre 10 e 12 anos, destacando sua contribuição na prevenção de doenças crônicas e na promoção da saúde infantil.

METODOLOGIA: Foi realizada uma revisão bibliográfica qualitativa, com busca de artigos publicados entre 2000 e 2025 nas plataformas Google e Google Acadêmico, utilizando os descritores “antropometria”, “crianças 10 a 12 anos” e “nutrição”. Foram aplicados critérios de inclusão e exclusão, resultando em 24 artigos selecionados após análise dos títulos, resumos e conteúdo completo. De forma complementar, foi realizada uma análise do documentário “Muito Além do Peso” (2012), relacionando suas abordagens à literatura científica sobre comportamento alimentar, obesidade infantil e influência midiática. Os dados foram organizados por meio de sistema de codificação por cores (“color code”), facilitando a identificação dos principais achados temáticos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO: Os estudos revisados confirmam que a antropometria é um método prático, acessível e confiável para avaliar o estado nutricional de crianças. As medições de peso, altura e IMC permitem o diagnóstico precoce de desnutrição, sobrepeso e obesidade, possibilitando intervenções oportunas. Observou-se que fatores como condições socioeconômicas, ambiente familiar e padrões alimentares exercem forte influência sobre o crescimento infantil. O acompanhamento regular mostrou-se associado à melhoria do desempenho cognitivo, motor e imunológico. O documentário analisado reforça os achados científicos ao demonstrar como o marketing de alimentos ultraprocessados e o consumo excessivo de açúcares e gorduras contribuem para o aumento da obesidade infantil no Brasil. A ausência de políticas públicas eficazes e de regulação da publicidade infantil agrava esse cenário, ressaltando a importância da educação alimentar nas escolas e nas famílias.

CONCLUSÃO: A antropometria consolida-se como uma ferramenta indispensável para o monitoramento do crescimento e do desenvolvimento saudável de crianças. Sua aplicação contínua permite identificar precocemente desvios nutricionais e prevenir doenças crônicas na vida adulta. A integração

entre avaliação nutricional, educação alimentar e políticas públicas é essencial para garantir um futuro mais saudável à população infantil. Dessa forma, o acompanhamento antropométrico e a intervenção precoce devem ser priorizados em programas de saúde e educação, contribuindo para a construção de hábitos alimentares duradouros e para a promoção do bem-estar integral das crianças.

Palavras-chave: antropometria; avaliação nutricional; crescimento infantil.