



Às vezes os bebês comem apenas um pouco. Isto pode causar grande preocupação nas mães que insistem que seu filho coma, mesmo que não tenha fome.

O que acontece é que o apetite de um bebê se relaciona com suas necessidades energéticas. Quando fazem muita atividade, as crianças comem mais. Se ao contrário, gastam menos energia, não têm fome.

Os especialistas afirmam que as variações de apetite são normais sempre que a criança se mantém ativa e cresce normalmente. Além disso, se a criança comer alguma coisa fora de hora como um biscoito ou um chocolate, é provável que na hora de almoçar não tenha apetite.

O ser humano, em função do seu crescimento, cumpre determinadas etapas. “Nos primeiros seis meses de vida, o bebê tem uma incorporação de tecido gorduroso muito grande e um crescimento acelerado, tendo uma demanda de alimento muito importante-explica a doutora Liliana Trifone, médica nutricionista do Hospital Infantil Ricardo Gutiérrez- Esta demanda começa a diminuir à partir dos seis meses.

Entre um ano, aos 15 meses e aos três anos, eles atravessam uma etapa de inapetência fisiológica, que é funcional, e de alguma forma deve ser respeitada”.

O momento dos hábitos alimentares Na etapa de inapetência fisiológica se consolidam os hábitos alimentares. Porém, é neste momento que as mães fazem o maior número de consultas porque seus filhos “não comem”. O que acontece é que as mães estão habituadas a que seus filhos comiam toda a quantidade que lhes era oferecida.

A partir de um ano e meio, começa um período de socialização, de incorporação de hábitos alimentares, mas também de seleção. Pode acontecer de uma criança gostar muito de um alimento e logo o abandonar.

A partir dos 5 ou 6 anos, o pré-escolar começa a formar uma maior quantidade de tecido gorduroso e a ter um crescimento mais acelerado. Como conseqüência, a demanda de energia é maior.

A doutora Trifone destaca a importância de consolidar corretos hábitos alimentares. A consulta com o pediatra por inapetência costuma coincidir com o fato de que a mãe, com a ansiedade de que o que a criança se alimente, a persiga com a comida ou ofereça substitutos que não são importantes do ponto de vista nutritivo, como guloseimas, salgadinhos ou bebidas com aditivos e açúcar. “Desta maneira sua conduta alimentar se altera – afirma - A criança sabe que se não comer, obterá o que quer”.

Às vezes, a inapetência fisiológica ou normal, se estabelece por circunstância do contexto familiar, mas também, a inapetência pode ser secundária a uma patologia aguda.

São freqüentes as consultas relacionadas a falta de apetite quando a criança padece de um transtorno respiratório ou gastrointestinal. Tanto as crianças como os adultos, ficam inapetentes quando doentes, e isto é normal.

Alimentos e afetos A relação da família com a criança através da comida tem uma grande importância, mas deve-se tentar que esta não se torne super dimensionada, para que a necessidade de agradar ao filho e de cuidá-lo não se estabeleça somente através da comida, comenta Trifone.

Quando a inapetência se estabelece, deve-se verificar o aumento de peso e a estatura da criança. Os médicos dispõem de tabelas de referência, segundo o sexo. Com estas informações vão avaliando o paciente. Se a criança está fora da curva de crescimento adequada, sem uma causa aparente, os especialistas avaliarão se esta inapetência é relevante em relação à uma doença ou patologia.

O importante, segundo especialistas, é ver em que contexto está inserida a inapetência, porque as vezes está relacionada com a história familiar. Não se pode analisar somente o componente orgânico, do ponto de vista dos nutrientes que são incorporados, mas também investigar o lado familiar, recomenda a especialista. Há crianças que por falta de afeto, não se alimentam.

Podem também haver outros motivos, como por exemplo, a competição com os irmãos. A inapetência surge sempre dentro de um contexto; com quem a criança se alimenta, se quando chega da escola encontra uma comida rápida preparada, ou se trata-se de uma criança que nunca realiza as refeições com a mãe e seus irmãos. Todos estes são fatores que devem ser considerados quando se está frente a uma criança inapetente.