

Guia de Determinação do Estado Nutricional em Crianças

MATERIAL COMPLEMENTAR

Consulta Nutricional Segura e Estruturada

www.limeassessoria.com.br



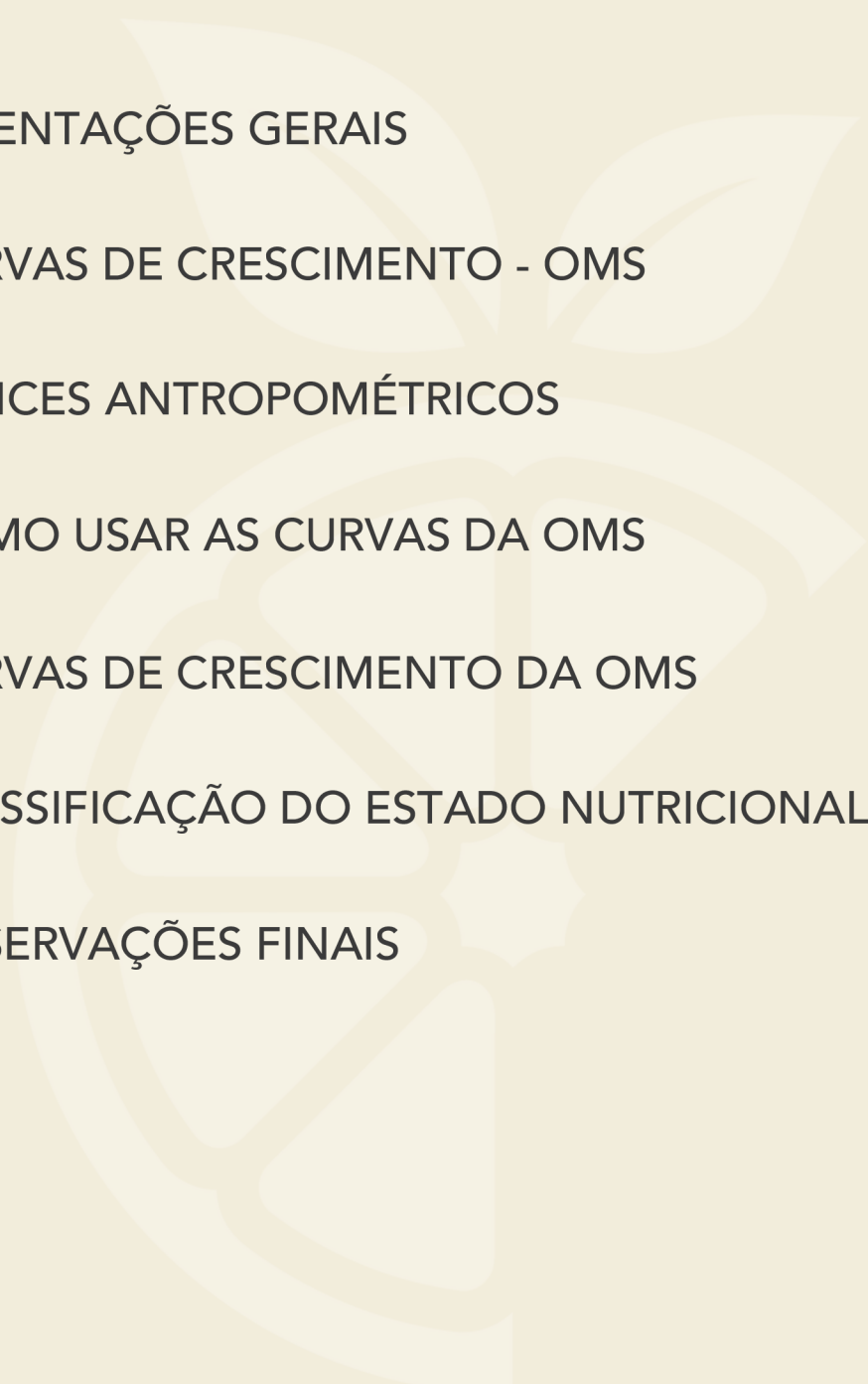
Apresentação

A avaliação do estado nutricional infantil é uma das ferramentas mais importantes da prática clínica em nutrição. Diferentemente do adulto, a criança encontra-se em constante crescimento e desenvolvimento, o que exige instrumentos específicos, padronizados e validados internacionalmente para uma análise segura e precisa.

As curvas de crescimento da Organização Mundial da Saúde (OMS) são atualmente o padrão ouro para monitoramento nutricional de crianças e adolescentes. Elas permitem identificar precocemente desvios de crescimento, alterações ponderais e riscos nutricionais, auxiliando na tomada de decisão clínica, no planejamento terapêutico e no acompanhamento longitudinal.

Este guia foi desenvolvido com o objetivo de oferecer uma abordagem clara, prática e fundamentada sobre os principais índices antropométricos utilizados na infância — Peso/Idade (P/I), Estatura/Idade (E/I), Peso/Estatura (P/E) e IMC/Idade (IMC/I) — além de explicar a lógica correta de plotagem e interpretação nas curvas da OMS. Mais do que saber marcar um ponto no gráfico, é essencial compreender o que ele representa no contexto fisiológico, nutricional e clínico da criança.

Índice

- 
- 01** ORIENTAÇÕES GERAIS
 - 02** CURVAS DE CRESCIMENTO - OMS
 - 04** ÍNDICES ANTROPOMÉTRICOS
 - 07** COMO USAR AS CURVAS DA OMS
 - 11** CURVAS DE CRESCIMENTO DA OMS
 - 25** CLASSIFICAÇÃO DO ESTADO NUTRICIONAL
 - 28** OBSERVAÇÕES FINAIS

Orientações Gerais



A avaliação do estado nutricional infantil deve começar com medidas antropométricas coletadas de forma padronizada e precisa. Peso e estatura precisam ser aferidos com equipamentos calibrados e técnica adequada para cada faixa etária, pois pequenos erros podem alterar significativamente a posição da criança na curva. A escolha correta do gráfico (sexo e faixa etária: 0–5 anos ou 5–19 anos) e o uso da idade exata são fundamentais para uma plotagem confiável.

A interpretação deve considerar o escore-Z como referência técnica. De modo geral, valores entre -2 e $+2$ escores-Z indicam adequação na maioria dos índices, enquanto valores abaixo ou acima desses limites sinalizam possíveis desvios nutricionais (magreza ou sobrepeso/obesidade). No entanto, um ponto isolado não define diagnóstico — a análise deve sempre integrar contexto clínico, histórico alimentar, presença de doenças e condições como prematuridade.

Mais importante do que a posição momentânea no gráfico é a trajetória de crescimento ao longo do tempo. A manutenção do canal de crescimento costuma indicar desenvolvimento adequado, enquanto cruzamentos abruptos de curvas ou desacelerações exigem investigação. As curvas da Organização Mundial de Saúde (OMS) são ferramentas de vigilância e permitem intervenções precoces, tornando o acompanhamento nutricional mais seguro e baseado em evidências.