



NUTRIÇÃO

NAYANNE RAMOS GOULART

**CONSUMO ALIMENTAR DE ESCOLARES MATRICULADOS EM UMA ESCOLA
PÚBLICA DO MUNICÍPIO DE PIRAPETINGA, MG.**

Itaperuna

2022

NAYANNE RAMOS GOULART

**CONSUMO ALIMENTAR DE ESCOLARES MATRICULADOS EM UMA ESCOLA
PÚBLICA DO MUNICÍPIO DE PIRAPETINGA, MG.**

Projeto para o Trabalho de Conclusão de Curso apresentado como requisito parcial para a obtenção do título de Bacharel em Nutrição ao Centro Universitário Redentor.

Orientador: Beatriz Della Líbera da Silva

Itaperuna

2022

FOLHA DE APROVAÇÃO

Autor (a) (es): NAYANNE RAMOS GOULART

Título: CONSUMO ALIMENTAR DE ESCOLARES MATRICULADOS EM UMA ESCOLA PÚBLICA DO MUNICÍPIO DE PIRAPETINGA, MG.

Natureza: Trabalho de Conclusão de Curso

Objetivo: Título de Bacharel em Nutrição

Instituição: Centro Universitário Redentor

Área de Concentração: Nutrição com ênfase em Consumo Alimentar

Aprovada em: 05/12/2022

Banca Examinadora:

Prof^a. Beatriz Della Líbera da Silva
Dr^a. Em Ciências Nutricionais - UFRJ
Instituição: UniRedentor

Prof. Renato Antunes Pereira
Especialista em Gestão Pública - UFF
Instituição: FEAP

:

Prof. Vagner Rocha Simonin de Souza
Dr. Em Química Biológica - UFRJ
Instituição: UniRedentor

RESUMO

A infância é marcada por diversas alterações de comportamento e adoção de hábitos alimentares. O presente estudo teve como objetivo avaliar o consumo alimentar e o perfil antropométrico de escolares matriculados em escola pública de Pirapetinga (MG). Para avaliar o consumo alimentar, foi aplicado um questionário de marcadores do consumo do SISVAN (2009). Para avaliação antropométrica foram utilizados balança e estadiômetro digitais e as crianças foram classificadas de acordo com IMC/idade. Quanto aos resultados de escolaridade das famílias, a maioria dos responsáveis terminou o ensino médio e todos frequentaram a escola. Com relação à avaliação do consumo nos últimos sete dias, foi possível observar o consumo alto de gorduras, doces e refrigerantes e baixo consumo de frutas, legumes e verduras durante a semana. Os resultados do perfil antropométrico mostraram que, apesar de a maioria das crianças avaliadas apresentar eutrofia (51%), foram observados percentuais significativos para sobrepeso (21%) e obesidade (22%). O comportamento alimentar identificado pelo marcador de consumo e antropometria evidencia a necessidade de conscientização nas escolas sobre alimentação saudável e o risco de doenças crônicas buscando prevenção de agravos futuros. Vale ressaltar a importância de um nutricionista presente na instituição para trazer a educação nutricional, além de planejar estratégias que levem o conhecimento até os familiares, incentivando a prevenção de problemas de saúde referentes à alimentação.

Palavras-chave: escolares, consumo alimentar, estado nutricional, hábitos alimentares, doenças crônicas.

ABSTRACT

Childhood is marked by several changes in behavior and adoption of eating habits. The present study aimed to evaluate the food consumption and the anthropometric profile of schoolchildren enrolled in a public school in Pirapetinga (MG). To assess food consumption, a questionnaire on consumption markers from SISVAN (2009) was applied. For anthropometric assessment, digital scales and stadiometers were used and the children were classified according to BMI/age. As for the schooling results of the families, most of those responsible finished high school and all of them attended school. Regarding the assessment of consumption in the last seven days, it was possible to observe the high consumption of fats, sweets and soft drinks and low consumption of fruits and vegetables during the week. The results of the anthropometric profile showed that, despite the fact that most of the children evaluated were eutrophic (51%), significant percentages were observed for overweight (21%) and obesity (22%). The eating behavior identified by the consumption marker and anthropometry evidences the need to raise awareness in schools about healthy eating and the risk of chronic diseases, seeking to prevent future diseases. It is worth mentioning the importance of a nutritionist present at the institution to bring nutritional education, in addition to planning strategies that bring knowledge to family members, encouraging the prevention of health problems related to food.

Keywords: schoolchildren, food consumption, nutritional status, eating habits, chronic diseases.

SUMÁRIO

RESUMO.....	1
ABSTRACT.....	2
1 INTRODUÇÃO.....	1
2 METODOLOGIA.....	1
3 RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	2
4 CONCLUSÃO.....	4
5 PRINCIPAIS REFERÊNCIAS.....	5

CONSUMO ALIMENTAR DE ESCOLARES MATRICULADOS EM UMA ESCOLA PÚBLICA DO MUNICÍPIO DE PIRAPETINGA, MG.

Nyanne Ramos Goulart¹

¹Graduando em Bacharel em Nutrição, Centro Universitário Redentor, Itaperuna, Rio de Janeiro.

PALAVRAS-CHAVE: Consumo alimentar. Escola. Crianças.

ÁREA TEMÁTICA: Saúde da Criança.

INTRODUÇÃO

A infância é marcada por diversas fases e envolve principalmente as mudanças fisiológicas e comportamentais. Nesse contexto a alimentação adequada possui suma importância, pois contribui para o crescimento e desenvolvimento cognitivo saudável, ofertando todos os nutrientes necessários para manutenção do estado de saúde (CONCEIÇÃO *et al*, 2010). Atualmente é possível observar que os casos de obesidade infantil e doenças crônicas têm aumentado conforme o passar dos anos, o que está diretamente relacionado ao consumo inadequado de frutas, legumes e verduras e a alta ingestão de gorduras, açúcares e produtos ultraprocessados (OLIVEIRA; VIANA; SANTOS, 2013). Diante desse contexto, o presente estudo teve como objetivo avaliar o consumo alimentar e o estado nutricional antropométrico de escolares de 6 a 10 anos matriculados na rede pública municipal de Pirapetinga, MG.

METODOLOGIA

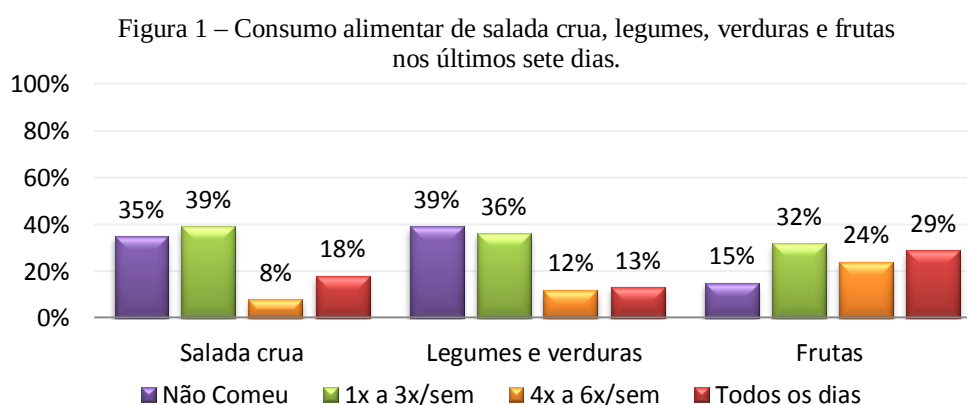
Trata-se de um estudo transversal envolvendo alunos de 6 a 10 anos matriculados em rede escolar pública do município de Pirapetinga, MG. Para a coleta de dados foi aplicado aos pais um formulário com perguntas sobre tempo de tela, atividade física e o marcador de consumo alimentar disponibilizado pelo SISVAN 2009 que possibilita identificar a frequência que a criança ingeriu alguns grupos alimentares nos últimos 7 dias, buscando avaliar as práticas alimentares saudáveis e não saudáveis dos mesmos. Além disso, as medidas antropométricas de peso e altura foram aferidas na escola utilizando balança e estadiômetro digital a fim de avaliar os riscos de sobrepeso, obesidade e desnutrição. A pesquisa foi aprovada pela Secretaria de Educação do Município de Pirapetinga, MG, e recebeu aprovação do Comitê de Ética de Pesquisa n. 153/2013. Ademais, foi aplicado um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido para os pais autorizarem seus filhos a contribuírem com as atividades que foram aplicadas no período de outubro de 2022 e os dados foram analisados na forma de frequência simples por meio do programa Excel.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

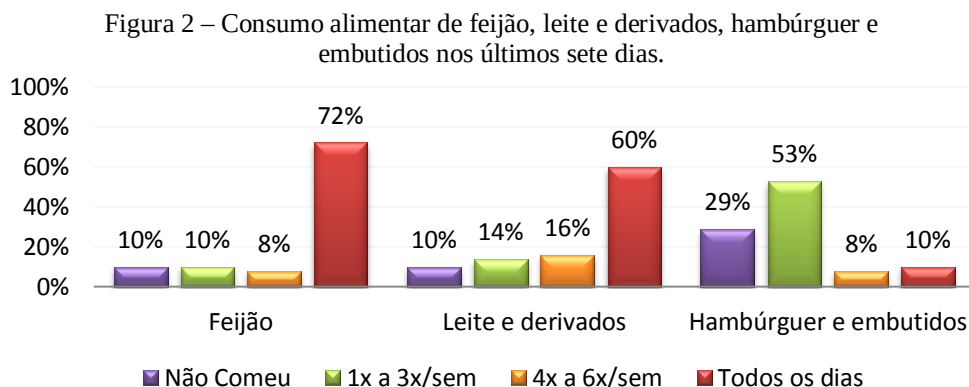
Dos 150 alunos convidados à participação na pesquisa, 83 (55%) aceitaram participar e retornaram com o Termo de Consentimento assinado e com o questionário e marcador de consumo alimentar do SISVAN 2009 preenchido pelos responsáveis. Com relação à utilização de eletrônicos durante a semana utilizam cerca de 1 a 3x na semana (8%), 4x a 6x na semana (16%), utilizam todos os dias (76%) e nenhum aluno não utiliza (0%). De acordo com as respostas abertas sobre o tempo de uso houveram respostas variadas entre 5 a 30 horas de uso por dia e aos finais de semana cerca de 6 a 40 horas. Sabe-se que as mídias sociais podem influenciar e afetar o comportamento da criança bem como suas escolhas alimentares já que grande parte das propagandas evidencia o consumo de alimentos de maior preferência pelos mesmos como doces e *fast-foods* sendo os principais exemplos (BAUERMANN *et al*, 2020). Segundo Alcântara *et al* (2019) a mídia se aproveita de estratégias de marketing para atingir seu público alvo, sendo o infantil considerado como o mais fácil de ser convencido, ou seja, se utilizam de embalagens coloridas e personagens famosos para chamar a atenção das crianças incentivando a compra de determinado item. De acordo com os resultados de BAUERMANN *et al* (2020), os alunos de uma escola pública no Paraná utilizam eletrônicos cerca de 3 a 4 horas por dia; e dos responsáveis entrevistados 65% deles relatam que as crianças são influenciadas pela mídia principalmente com relação ao comportamento e escolhas alimentares.

Sobre a prática de atividade física 40% praticam atividades entre futebol, vôlei, circuito kids, ginástica artística, natação, caminhada, jiu-jitsu, funcional kids e educação física de 2x a 5x na semana de 01h30min a 3 horas e 60% não praticam nenhuma atividade física. A prática de atividade física nesta fase exerce papel fundamental para o desenvolvimento dos escolares, pois a partir dela é possível prevenir o sedentarismo e garantir melhor qualidade de vida no futuro. Segundo os dados de MOURA (2010), realizado com crianças e adolescentes de 10 a 14 anos no estado do Rio de Janeiro, 85% dos meninos e 94% das meninas não realizam atividade física fora do ambiente escolar, divergindo do atual estudo.

De acordo com as respostas do questionário de frequência alimentar, foi possível observar que houve um número significativo de crianças que consumiram salada crua de um a três dias na última semana (39%) e que não consumiram (35%), legumes e verduras cozidos a maior parte das crianças não consumiu na última semana (39%) e a outra parte consumiu de um a três dias (36%), sobre as frutas frescas ou salada de frutas consumiram entre um a três dias na última semana (33%) (**Figura 1**).

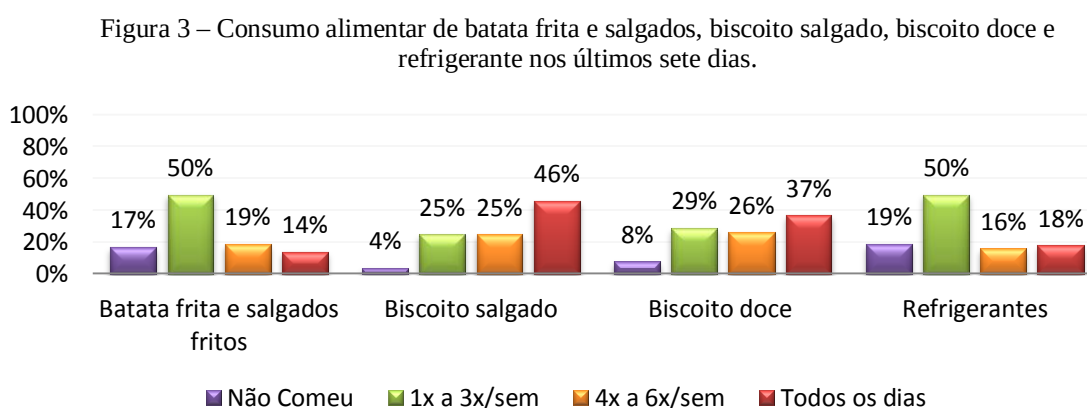


Em relação ao feijão consumiram todos os dias (72%), assim como leite e derivados onde a maioria das crianças também consumiu nos últimos sete dias (60%). Em relação a hambúrguer e embutidos o maior percentual de consumo foi de 1x a 3x na semana (53%) (**Figura 2**).



Fonte: Dados da Pesquisa a partir do Marcador de Consumo Alimentar (Sisvan, 2009)

Além disso, a ingestão de frituras como batata frita/salgados apresentou número expressivo que consumiram nos últimos três dias (50%). Entretanto, apresentaram alta ingestão de biscoitos salgados (46%) e biscoitos doces (37%) sendo maiores nos últimos sete dias, bem como, o uso de refrigerantes que demonstrou percentual expressivo de um a três dias (50%) na última semana (**Figura 3**).



Fonte: Dados da Pesquisa a partir do Marcador de Consumo Alimentar (Sisvan, 2009)

A partir dos resultados do questionário de frequência alimentar foi possível analisar que o consumo de saladas, legumes e frutas (FLV) regularmente foram baixos quando comparados com outros grupos alimentares. Segundo CONCEIÇÃO *et al* (2013), estudos realizados com crianças e adolescentes no Brasil e em outros países demonstram elevada ingestão de bebidas açucaradas, alimentos ricos em gorduras e açúcares, redução no consumo de frutas, hortaliças e também alta ingestão de leite. Diferente da análise recolhida por STEIL, POLL (2017), onde dos 55 escolares avaliados a maior prevalência de consumo foi de frutas, feijão e carnes todos os dias e os demais alimentos foram consumidos com menor frequência. Porém, o consumo de guloseimas e refrigerantes também obteve resultados expressivos sendo “de vez em quando” e “quase todos os dias” os mais relevantes.

Ademais, o presente estudo também avaliou dados antropométricos de 132 (88%) alunos sendo com 6 anos de idade (11%); com 7 anos de idade (18%); com 8 anos de idade (23%); com 9 anos de idade (29%); com 10 anos de idade (19%). De acordo com a classificação da amostra, apresentaram Baixo Peso (6%), Eutrofia (51%), Sobrepeso (21%) e Obesidade (22%). A classificação do estado nutricional constatou neste estudo que a categoria “Eutróficos” possui o maior percentual de alunos assim como os resultados de SARAIVA *et al* (2015) e seu estudo têm demonstrado que as taxas de sobrepeso e obesidade têm sido maiores em relação ao baixo peso, sendo este representado por apenas 6% dos escolares avaliados. As classes de excesso de peso e obesidade contabilizaram prevalências similares entre 21% a 22% dos alunos, trazendo sinal de alerta uma vez que, o excesso de gordura corporal é considerado grande problema de saúde pública. Os dados de Spinelli *et al* (2013) trazem valores superiores de 40% dos estudantes de uma escola particular de São Paulo, classificadas a partir do IMC/idade com sobrepeso e obesidade, além disso o consumo alimentar em seus dados demonstrou-se inadequado da maioria dos grupos alimentares, o que pode justificar as classificações de IMC. LOBO *et al.* (2008) avaliou em Florianópolis o conhecimento dos estudantes de 7 a 10 anos sobre os alimentos e realizou antropometria e a partir dos resultados obtidos observou-se que das 342 crianças avaliadas 26,9% apresentou percentual considerável para sobrepeso e obesidade.

Conforme os dados de 2019 do Ministério da Saúde, as crianças acompanhadas pelo SUS de 5 a 9 anos apresentam prevalência de 13,2% dos casos de obesidade e 28% de excesso de peso, sendo um sinal de alerta para o risco de evolução para DCNT ainda na infância ou na idade adulta (BRASIL. Ministério da Saúde). A análise de consumo alimentar do presente estudo constatou que os escolares não possuem hábito de consumir alimentos nutricionalmente adequados com frequência podendo estar associados com os valores de IMC por idade. Por isso, a educação nutricional com esses alunos pode assegurar que os mesmos sejam capazes de entender a importância de uma boa alimentação e os riscos associados aos maus hábitos alimentares (STEIL; POLL, 2017).

CONCLUSÃO

Os resultados deste estudo mostram que a maioria dos alunos está em eutrofia, porém há número considerável de sobrepeso e obesidade nestas faixas etárias assim como alimentação inadequada, caracterizada por baixo consumo de saladas, legumes, frutas e alto consumo de leite, batata frita e salgados fritos, biscoitos salgados, doces e refrigerante pela comunidade escolar. Diante disso, a escola exerce papel fundamental para garantir a promoção de saúde aos alunos juntamente com equipe de profissionais adequada, bem como pode levar estes conhecimentos para os responsáveis, garantindo maior conscientização sobre a respectiva alimentação de seus filhos buscando prevenir que doenças crônicas não transmissíveis sejam desenvolvidas no futuro.

PRINCIPAIS REFERÊNCIAS

Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional – **SISVAN**: Uso de Formulários das Informações no Novo Sistema Informatizado da Vigilância Alimentar e Nutricional. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2009. 4. BRASIL. Disponível em: <http://189.28.128.100/nutricao/docs/geral/informe_sisvan_web_040608.pdf>. Acesso em 29 de outubro de 2022.

STEIL, W. F., POLL, F. A. Estado Nutricional, Práticas E Conhecimentos Alimentares De Escolares. **Cinergis**, Santa Cruz do Sul, 18(3):226-232, jul./set. 2017 ISSN: 2177-4005. Disponível em: <https://online.unisc.br/seer/index.php/cinergis/article/view/9385>. Acesso em 24 de março de 2022.

BRASIL. **Ministério da Saúde**. Gabinete do Ministro. Obesidade Infantil. Brasil, 2021.

TERMO DE AUTORIZAÇÃO PARA PUBLICAÇÃO DE TCC NO SITE DA UNIREDENTOR

Autor (a): Nayanne Ramos Goulart

Matrícula: 1900219

RG: MG – 19.981.514

CPF: 129.709.066-78

Título do Trabalho: CONSUMO ALIMENTAR DE ESCOLARES MATRICULADOS EM UMA ESCOLA PÚBLICA DO MUNICÍPIO DE PIRAPETINGA, MG.

Número de Páginas: 4 páginas

Data da defesa: 05/12/2022

Orientador: Prof. Beatriz Della Líbera da Silva

Curso: Nutrição

Autorizo o Centro Universitário Redentor, de acordo com a Lei nº 9.610, de 19 de fevereiro de 1998, a disponibilizar gratuitamente, sem ressarcimento dos direitos autorais, o texto integral da publicação supracitada, de minha autoria, em seu site, em formato PDF ou similar, para fins de leitura e/ou impressão pela Internet, a título de divulgação da produção científica gerada por seus cursos.

Itaperuna, 10 de Dezembro de 2022.

Nayanne Ramos Goulart.
Assinatura do (a) autor