

AValiação DO CONSUMO ALIMENTAR DE PAIS OU RESPONSÁVEIS DE ESCOLARES MATRICULADOS EM UMA ESCOLA DA ZONA RURAL DE PELOTAS, RS

**RICELI RODEGHIERO OLIVEIRA¹; MARINA SOARES VALENÇA²; IVANA
LORAINÉ LINDEMANN³, LUDMILA CORREA MUNIZ³, SAMANTA MADRUGA
WINCK³; CHIRLE DE OLIVEIRA RAPHAELLI⁴**

¹Universidade Federal de Pelotas - Faculdade de Nutrição - riceli.oliveira@hotmail.com

²Universidade Federal de Pelotas - PPG Nutrição e Alimentos - mvalenca.epi@gmail.com

³Universidade Federal de Pelotas - Faculdade de Nutrição - ivanaloraine@hotmail.com;
ludmuniz@yahoo.com.br; samantamadruga@gmail.com

⁴Universidade Federal de Pelotas - PPG Ciência e Tecnologia de Alimentos -
chirleraphaelli@hotmail.com

1. INTRODUÇÃO

A alimentação saudável deve estar baseada em práticas alimentares com significado sociocultural e contemplar aspectos como acessibilidade física e financeira, sabor, variedade, cor, harmonia e segurança sanitária (BRASIL, 2006). Além disso, deve estar em acordo com as necessidades alimentares especiais, respeitando a cultura alimentar e medidas de gênero, raça e etnia, sendo ainda equilibrada e prazerosa, fundamentada em práticas produtivas adequadas e sustentáveis (BRASIL, 2014). Os estudos demonstram que a alimentação habitual do brasileiro é a combinação de uma dieta considerada tradicional, baseada no arroz e feijão, acrescida de alimentos ultraprocessados, que apresentam elevados teores de gordura, sódio, açúcar e densidade energética, além disso, são pobres em micronutrientes (BRASIL, 2012).

O perfil alimentar de uma população está fortemente associado a fatores culturais, nutricionais, socioeconômicos e demográficos, sendo fundamental uma melhor compreensão desses aspectos e seus mecanismos para o entendimento das transformações do comportamento alimentar (BONOMO et al., 2003).

Avaliar os hábitos alimentares dos indivíduos ao longo do tempo é importante, considerando os estudos já realizados, que relacionam a alimentação à prevenção e ao tratamento de inúmeras doenças (CERVATO; VIEIRA, 2003). Através de estudos a respeito do consumo alimentar de uma população, é possível conhecer uma série de informações que, de algum modo, representam a sua organização social, pois a alimentação constitui a necessidade prioritária em qualquer sociedade (ROMANI; AMIGO, 1986).

Portanto, o objetivo deste estudo foi avaliar o consumo alimentar de pais ou responsáveis de escolares matriculados em uma escola municipal da zona rural de Pelotas, RS.

2. METODOLOGIA

Foi realizado um estudo transversal descritivo com pais ou responsáveis de escolares do 1º ao 5º ano de uma escola, localizada na zona rural do município de Pelotas, no Estado do Rio Grande do Sul, Brasil. Este trabalho faz parte do projeto "Censo Rural da Rede Municipal de Ensino, Pelotas, RS", previamente, autorizada a sua realização pela Secretaria Municipal de Educação e Desporto da cidade de Pelotas, RS. Foram incluídos no estudo, somente os pais ou responsáveis que concordaram em participar mediante a assinatura do Termo de Consentimento Livre

e Esclarecido (TCLE). A coleta de dados ocorreu entre os meses de março e abril de 2015, sendo realizada por entrevistadores previamente treinados da Faculdade de Nutrição da Universidade Federal de Pelotas (UFPel).

A escola convocou uma reunião no início do ano letivo com os pais ou responsáveis pelos escolares, e permitiu a participação da equipe de pesquisadores, nessa ocasião foi realizada a explicação do projeto e também a coleta de dados através de um questionário auto aplicado. O instrumento coletou dados sociodemográficos: sexo (masculino ou feminino), idade (em anos completos), cor da pele ou raça (branca, preta, indígena, parda ou amarela, posteriormente categorizados em branca e não branca), escolaridade (em anos completos de estudo) e situação conjugal (casado ou mora com companheiro ou solteiro, divorciado ou viúvo), e questões relacionadas ao hábito alimentar baseadas no questionário do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (BRASIL, 2008), entre elas a frequência do consumo de alimentos nos últimos sete dias. Foram adicionados ao questionário alimentos devido a particularidade da região, como banha ou torresmo; conservas; chimia, geleia, doces em calda ou cristalizados; mel ou melado. Os dados de consumo alimentar foram, posteriormente, categorizados em consumo semanal de 1 a 3 dias, 4 a 6 dias, todos os dias ou não consumiu nenhum dia na última semana.

Os dados coletados foram duplamente digitados no programa EpiData 3.1 e posteriormente analisados no programa Stata 13. O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UFPel, sob parecer nº 950.128.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Totalizaram 27 pais ou responsáveis respondentes ao questionário, com média de idade 38 (DP $\pm 9,7$) anos. Destes 17 indivíduos eram do sexo feminino, e a maior parte declarou-se de cor branca (96%). Em relação à escolaridade, 16 indivíduos afirmaram ter mais de quatro anos completos de estudo, e 25 indivíduos referiram ser casados ou moravam com companheiro. Os resultados sobre o consumo alimentar dos pais ou responsáveis de escolares estão apresentados na Tabela 1.

Em relação ao consumo de alimentos observou-se que 44,5% dos pais ou responsáveis consumiam diariamente salada crua, apenas 22,2% consumia frutas frescas ou salada de frutas, mais da metade consumia feijão diariamente, e menos da metade consumia diariamente leite ou iogurte e também carne vermelha. Segundo dados da Pesquisa de Orçamentos Familiares de 2008-2009, os residentes da zona rural, quando comparados aos residentes da zona urbana, relatam maior frequência no consumo de alimentos como arroz, feijão, batata-doce, mandioca, farinha de mandioca, frutas, peixes e carnes salgadas (INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA, 2011). Estudo realizado na zona rural do município de Ibatiba no Espírito Santo observou que a população apresentava um consumo habitual de arroz, pães, folhosos, feijão, leite de vaca, gordura animal, margarina, açúcar, café e farinha de mandioca. O consumo destes alimentos deve-se ao fato de serem oriundos do plantio e o hábito de consumi-los estava associado ao fácil acesso, assim determinando o consumo excessivo (CARVALHO; ROCHA, 2011).

Em contrapartida, verificou-se maior consumo de biscoitos salgados e doces e também de refrigerantes de um a três dias por semana. Esse resultado, corrobora com estudos nacionais que indicam aumento expressivo e preocupante, visto que, são alimentos fontes de calorias, sal ou açúcar, e ainda não são nutritivos (BRASIL,

2006). A avaliação do consumo alimentar permite conhecer a qualidade da dieta de uma população, sendo assim, pode-se relacionar a estreita ligação das características da dieta e a ocorrência de doenças crônicas não transmissíveis como as cardiovasculares, diabetes mellitus, câncer e obesidade, que atualmente compõem um grave problema para a saúde pública (BONOMO et al., 2003).

Tabela 1. Consumo alimentar dos últimos sete dias de pais ou responsáveis de escolares matriculados em uma escola da zona rural de Pelotas/RS. 2015. (n=27)

Variável	Não consumiu		1 a 3 dias		4 a 6 dias		Todos os dias	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Salada crua	1	3,7	5	18,5	9	33,3	12	44,5
Legumes e verduras cozidos	4	14,8	12	44,5	5	18,5	6	22,2
Frutas frescas ou salada de frutas	4	14,8	8	29,6	6	22,2	9	33,4
Feijão	0	0	2	7,7	8	30,8	16	61,5
Leite ou iogurte	7	26,9	8	30,8	1	3,8	10	38,5
Frituras	11	44,0	12	48,0	1	4,0	1	4,0
Hamburger ou embutidos	8	32,0	12	48,0	3	12,0	2	8,0
Bolachas/Biscoitos salgados ou salgadinho de pacote	8	32,0	14	56,0	3	12	0	0
Bolachas/Biscoitos doces, balas, chocolates	10	38,5	13	50,0	3	11,5	0	0
Refrigerante	4	15,4	19	73,1	1	3,9	2	7,6
Banha ou torresmo	15	57,7	7	26,9	1	3,9	3	11,5
Conservas	7	26,9	12	46,2	3	11,5	4	15,4
Chimia, geleia, doce em calda ou cristalizado	2	8,0	12	48,0	6	24,0	5	20,0
Mel ou melado	19	76,0	4	16,0	0	0	2	8,0
Carne vermelha	1	4,0	4	16,0	9	36,0	11	44,0
Carne branca	2	8,0	15	60,0	5	20,0	3	20,0

Quanto à ingestão de salada crua constatou-se que a maioria dos entrevistados (44,5%) consumiu diariamente nos últimos sete dias, enquanto que o consumo de legumes e verduras cozidos apresentou menor frequência, sendo ingeridos entre um e três dias por semana. As frutas foram mais presentes na alimentação dos indivíduos (33,4%), sendo consumidas diariamente. Diferente do encontrado com residentes da zona rural de Ibatiba, ES, que apresentaram consumo de frutas inferior a quatro vezes por semana (CARVALHO; ROCHA, 2011). Um estudo realizado na zona urbana de Pelotas, RS, mostrou que apenas 20,9% dos entrevistados consumiam frutas, legumes e verduras regularmente, ou seja, o consumo mínimo de pelo menos cinco porções diárias, conforme a recomendação do Ministério da Saúde através do Guia Alimentar para a população brasileira (NEUTZLING et al., 2009; BRASIL, 2006).

Entretanto, observou-se nesse estudo, que os alimentos característicos da zona rural como a banha ou torresmo apresentaram baixo consumo, quase 58% dos entrevistados não consumiu na última semana este tipo de alimento. Esse resultado demonstra que em algumas regiões está ocorrendo à descaracterização das tradições, conduzindo a perda da identidade cultural alimentar (BRASIL, 2012).

4. CONCLUSÕES

Desta forma, pode-se observar que os pais ou responsáveis por escolares da zona rural possuem entre seus hábitos alimentares o consumo, ainda que

apresentando baixos percentuais, de certos alimentos considerados protetores à saúde, como as frutas, legumes e verduras. Ainda, verificou-se maior consumo de alimentos ultraprocessados que, em excesso, são considerados prejudiciais como as bolachas salgadas ou doces e refrigerantes com alto teor calórico, gordura, sal e/ou açúcar. Além disso, ressaltam-se que essas modificações de hábitos alimentares conduzem a perda da identidade cultural alimentar.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BONOMO E.; CAIAFFA W.T.; CÉSAR S.C.; LOPES A.C.S.; COSTA M.F.L. Consumo alimentar da população adulta segundo perfil socioeconômico e demográfico: Projeto Bambuí. **Cad. Saúde Pública**, v.5, n.19, p.57-69, 2003.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia alimentar para a população brasileira: promovendo a alimentação saudável. Brasília: Ministério da Saúde, p.210, 2006.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia Alimentar para a População Brasileira. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Política Nacional de Alimentação e Nutrição. Brasília: Ministério da Saúde; p.84, 2011.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Protocolos do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional – SISVAN na assistência à saúde. Brasília: Ministério da Saúde, p.61, 2008.

CARVALHO, E.O.; ROCHA, E.F. Consumo alimentar de população adulta residente em área rural da cidade de Ibatiba (ES, Brasil). **Ciênc. Saúde Coletiva**, v.16, n.1, p.179-185, 2011.

CERVATO A.M.; VIEIRA V.L. Consumo alimentar: como avaliar a qualidade. **Rev Nutrição em Pauta**, v.2, p.12-16, 2003.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009: Análise do Consumo Alimentar Pessoal no Brasil / IBGE, Coordenação de Trabalho e Rendimento. Rio de Janeiro: IBGE, p.150, 2011.

NEUTZLING, M. B.; ROMBALDI, A.J.; AZEVEDO, M.R.; HALLAL, P.C. Fatores associados ao consumo de frutas, legumes e verduras em adultos de uma cidade no Sul do Brasil. **Cad. Saúde Pública**, v.25, n.11, p. 2365-2374, 2009.

ROMANI S.M.; AMIGO H. Perfil alimentar e posse de terra na área rural do estado de Pernambuco, Nordeste do Brasil. **Rev Saúde Pública**, v.5, n.20, p.376-369, 1986.