

CONSUMO ALIMENTAR DE ESCOLARES DA ZONA RURAL

LETÍCIA WILLRICH BRUM¹; NATHALIA BRANDÃO PETER²; CHIRLE OLIVEIRA RAPHAELLI³; LUDMILA CORREA MUNIZ⁴; SAMANTA WINCK MADRUGA⁴; IVANA LORAIN LINDEMANN⁴

¹*Universidade Federal de Pelotas. Faculdade de Nutrição. Curso de Nutrição – leticia.brum94@hotmail.com*

²*Universidade Federal de Pelotas. Faculdade de Nutrição. Programa de Pós-Graduação em Nutrição e Alimentos – nathaliabpeter@gmail.com*

³*Universidade Federal de Pelotas. Faculdade de Agronomia Eliseu Maciel. Programa de Pós-Graduação em Ciência e Tecnologia de Alimentos – chirleraphaeli@hotmail.com;*

⁴*Universidade Federal de Pelotas. Faculdade de Nutrição. Departamento de Nutrição – ludmuniz@yahoo.com.br; samantamadruga@gmail.com; ivanaloraine@hotmail.com*

1. INTRODUÇÃO

Nos últimos anos vem sendo observado no Brasil uma diminuição da desnutrição e um aumento nas prevalências de obesidade e de outras doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) (SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA, 2012). Estudos têm apontado mudanças na alimentação, onde os ultraprocessados são preferidos, em detrimento de alimentos *in natura*, como feijão, arroz, carnes e verduras (IBGE, 2011; TARDIDO; FALCÃO, 2006), o que contribui para conformação do perfil epidemiológico atual.

Entre escolares a alimentação é um dos principais fatores associados ao excesso de peso e ao seu estado de saúde (TRICHES; GIUGLIANI, 2005) e, tendo em vista que os hábitos alimentares saudáveis são imprescindíveis desde a infância para se ter uma vida saudável (MADRUGA et al., 2012), a escola é vista como um espaço ideal para a promoção de práticas alimentares (SANTOS; CAETANO, MOREIRA, 2009), que podem ser estruturadas para a vida toda.

As escolas públicas são atendidas pelo Programa Nacional de Alimentação Escolar, o qual tem, entre outros, o objetivo de contribuir com a formação de hábitos alimentares saudáveis, por meio de ações de educação alimentar e nutricional (EAN) (BRASIL, 2015). A importância da promoção da alimentação saudável nas escolas é reforçada com a publicação da Portaria Interministerial 1.010/2006, documento no qual os Ministérios da Educação e da Saúde, em ação conjunta e de âmbito nacional, indicam as diretrizes para esta ação. Está prevista, entre outras ações, a incorporação do tema alimentação saudável no Projeto Pedagógico da Escola, contemplando o desenvolvimento contínuo de programas de promoção de hábitos alimentares saudáveis (BRASIL, 2006), reforçando o que é recomendado pelos Parâmetros Curriculares Nacionais (BRASIL, 1997).

Ainda segundo a Portaria 1.010/2006, as instituições de Ensino e Pesquisa podem prestar apoio aos estados e municípios para a implementação da alimentação saudável nas escolas (BRASIL, 2006), colaborando com o diagnóstico, a execução e a avaliação das ações.

A rede escolar municipal de Pelotas é constituída de 61 escolas de ensino fundamental, das quais 21 estão na zona rural (PREFEITURA MUNICIPAL DE PELOTAS, 2015). Considerando que, na maioria das vezes, em virtude da facilidade de acesso, as ações se concentram na zona urbana, a Faculdade de Nutrição da Universidade Federal de Pelotas, por meio de um projeto de extensão, intitulado

Educação alimentar e nutricional para comunidade escolar rural da rede municipal de ensino de Pelotas, RS, estabeleceu uma parceria com a Secretaria Municipal de Educação, com o intuito de conhecer o estado nutricional e o consumo alimentar da comunidade escolar e, posteriormente, realizar ações de EAN nesse contexto.

Sendo assim, este trabalho apresenta o diagnóstico referente ao consumo alimentar de parte dos escolares contemplados com o referido projeto, informações estas que serão utilizadas para subsidiar o planejamento e a execução de ações de EAN.

2. METODOLOGIA

No início do ano letivo, na Escola Municipal de Ensino Fundamental Júlio de Castilhos, localizada no 8º Distrito de Pelotas, RS, a equipe do projeto participou da reunião com pais/responsáveis de escolares do 1º ao 5º ano, para explicação do trabalho. Foi solicitado que os pais/responsáveis preenchessem um questionário autoaplicado, referente à alimentação dos escolares. O questionário englobava os marcadores de consumo do Sistema de Vigilância Alimentar (SISVAN), referentes aos últimos sete dias, contendo os seguintes alimentos: saladas cruas; legumes e verduras cozidos; frutas frescas ou saladas de frutas; feijão; leite ou iogurte; batata frita, batata de pacote e salgados fritos; hambúrguer e embutidos, bolachas, biscoitos salgados ou chips; bolachas doces ou recheadas, doces, balas e chocolates e refrigerantes (BRASIL, 2008a). Além disso, foi também avaliado o consumo de banha ou torresmo; conservas como pepino, cebola, pimentão e outras; chimia, geleia, doce em calda ou cristalizado; mel ou melado; carne vermelha e carne branca. Também foram avaliadas variáveis sociodemográficas como sexo, cor da pele (branca, não branca) e idade (em anos completos). Os pais/responsáveis que não estavam presentes na reunião foi enviada uma carta convite contendo a explicação do estudo e o questionário, o qual depois de preenchido foi devolvido pelos escolares. Os dados coletados foram duplamente digitados no programa Epidata 3.1 e as análises estatísticas descritivas feitas no programa Stata 12.1.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram avaliados 28 escolares, sendo 53,6% sexo feminino, 96,3% cor da pele branca, com média de idade de 8,1 anos. Os dados sobre consumo alimentar podem ser verificados na Tabela 1.

Um estudo realizado em São Paulo, SP, verificou que o feijão foi um dos alimentos que mais contribuiu na ingestão energética dos escolares, porém, refrigerantes, biscoitos doces recheados, salgados de pacote, salgados fritos e guloseimas contribuíram em menor proporção do que no presente estudo (HINNIG; BERGAMASCHI, 2012).

Em estudo realizado com escolares de cinco a 14 anos da zona rural do Distrito Federal, verificou-se que o consumo diário de leite e derivados, carnes, hortaliças e frutas é semelhante a este estudo. Já em relação ao consumo diário de feijão, outras leguminosas e refrigerantes, os resultados obtidos neste estudo superam aos de Pelotas (RIVERA; SOUZA, 2006).

Na idade escolar recomenda-se o consumo diário de três porções de legumes e verdura, uma de leguminosa, três de frutas, três de leites e derivados e uma de carnes (BRASIL, 2008b). No presente estudo, 53% consumiam leite e derivados diariamente e verifico-se um baixo consumo diário de legumes, verduras e frutas.

Tabela 1. Descrição do consumo alimentar de escolares da Escola Municipal de Ensino Fundamental Júlio de Castilhos. Pelotas, RS. 2015 (n=28).

Variáveis	Consumo Alimentar nos últimos 7 dias n(%)			
	Não comeu	1-3 Dias	4-6 dias	7 dias
Banha ou torresmo	17(65,4)	5(19,2)	2(7,7)	2(7,7)
Batata frita ou salgados fritos	14(51,9)	11(40,7)	2(7,4)	0
Biscoitos salgados ou chips	3(11,5)	12(46,2)	9(34,6)	2(7,7)
Bolachas doces, doces, balas, chocolate	3(11,5)	15(57,7)	6(23,1)	2(7,7)
Carne branca	2(7,4)	19(70,4)	3(11,1)	3(11,1)
Carne vermelha	2(7,4)	6(22,2)	8(29,6)	11(40,8)
Chimia, geleia, doce em calda ou cristalizado*	10(41,6)	9(37,5)	1(4,2)	4(16,7)
Conservas	11(40,7)	11(40,7)	2(7,5)	3(11,1)
Feijão	0	3(10,7)	11(39,3)	14(50,0)
Frutas ou saladas de frutas	3(10,7)	4(14,3)	11(39,3)	10(35,7)
Hambúrguer e embutidos	8(29,6)	12(44,4)	5(18,6)	2(7,4)
Legumes e verduras cozidos	8(29,6)	13(48,2)	3(11,1)	3(11,1)
Leite ou iogurte	3(10,7)	8(28,6)	2(7,1)	15(53,6)
Mel ou melado	22(81,5)	4(14,8)	0	1(3,7)
Refrigerantes	3(11,5)	20(76,9)	1(3,9)	2(7,7)
Salada crua	6(22,2)	12(44,4)	5(18,5)	4(14,9)

*Perda máxima de dados de quatro participantes.

4. CONCLUSÕES

Embora encontrado um elevado consumo de alimentos considerados essenciais para a faixa etária estudada, foi observado ingestão de ultraprocessados. Sendo assim, as ações de EAN deverão incentivar o consumo dos primeiros em detrimento dos ultraprocessados. Os temas serão trabalhados em oficinas culinárias e em outras atividades lúdicas, tais como jogos de quebra-cabeça, bingo, dominó, boliche e trilhas, além de vídeos educativos.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. Guia Alimentar para a população brasileira: Promovendo a alimentação saudável. Brasília: Ministério da Saúde. 2008b. Acessado em 08 jul. 2015. Online. Disponível em:http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2008.pdf

BRASIL. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE). 2015. Acessado em 03 jul. 2015. Online. Disponível em: <http://www.fnde.gov.br/programas/alimentacao-escolar/alimentacao-escolar-apresentacao>

BRASIL. Parâmetros curriculares nacionais: introdução aos parâmetros curriculares nacionais. Brasília: Secretaria de Educação Fundamental. 1997.

Acessado em 08 jul. 2015. Online. Disponível em:
<http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/livro01.pdf>

BRASIL. Portaria interministerial nº1.010 de 8 de maio de 2006: Institui as diretrizes para a promoção da alimentação saudável nas escolas de educação infantil, fundamental e nível médio das redes públicas e privadas, em âmbito nacional. Diário Oficial da União, 2006. Acessado em 03 jul. 2015. Online. Disponível em: crn3.org.br/legislação/doc/1.010_2006.pdf

BRASIL. Protocolos do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional – SISVAN. Brasília: Ministério da Saúde. 2008a. Acessado em 28 jun. 2015. Online. Disponível em: http://189.28.128.100/nutricao/docs/geral/protocolo_sisvan.pdf

HINNIG P.F.; BERGAMASCHI, D.P. Itens alimentares no consumo alimentar de crianças de 7 a 10 anos. **Rev Bras Epidemiol.** v.15, n.2, p.324-334, 2012.

IBGE. Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009. Análise do consumo alimentar pessoal no Brasil. Rio de Janeiro: Ministério do Planejamento, Orçamento e Gestão. 2011. Acessado em 01 jul. 2015. Online. Disponível em: http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/condicaodevida/pof/2008_2009_analise_consumo/pofanalise_2008_2009.pdf

MADRUGA, S.W. et al. Manutenção dos padrões alimentares da infância à adolescência. **Rev Saúde Pública.** v.46, n.2, p.376-386, 2012.

PREFEITURA MUNICIPAL DE PELOTAS. Escolas Municipais de Ensino Fundamental. Secretaria Municipal de Educação. 2015. Acessado em 03 jul. 2015. Online. Disponível em: http://www.pelotas.com.br/educacao/centraldematriculas/menu/arquivos/escolas_Re de_Municipal.pdf

RIVERA, F.S.R.; SOUZA, E.M.T. Consumo alimentar de escolares de uma comunidade rural. **Comun Ciênc Saúde**, v.17, n.2, p.111-119, 2006.

SANTOS, Z.M.S.A.; CAETANO, J.A., MOREIRA, F.G.A. Atuação dos pais na prevenção da hipertensão arterial - uma tecnologia educativa em saúde. **Ciência & Saúde Coletiva**, v.16, n.11, p.4385-4394, 2011.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. Obesidade na infância e na adolescência. Departamento Científico de Nutrologia. 2012. Acessado em 28 jun. 2015. Online. Disponível em: http://www.sbp.com.br/pdfs/14297c1-Man_Nutrologia_COMPLETO.pdf

TARDIDO, A.P.; FALCÃO, M.C. O impacto da urbanização na transição nutricional e obesidade. **Rev Bras Nutr Clín.** v.21, n.2, p.117-124, 2006.

TRICHES, R.M.; GIUGLIANI, E.R.J. Obesidade, práticas alimentares e conhecimentos de nutrição em escolares. **Rev Saúde Pública.** v.39 n.4, p.541-547, 2005.