

HÁBITO ALIMENTAR E CONHECIMENTO DE NUTRIÇÃO DE MERENDEIRAS

MARINA SCHUMANN PERELLÓ¹; PATRICIA DA ROCHA TIETZ²; ANDRESSA LASCANO PINTO ABRANTES²; CÁTIA DA SILVA SILVEIRA²; MÁRCIA RÚBIA DUARTE BUCHWEITZ³

*Universidade Federal de Pelotas-Faculdade de Nutrição¹ -
marinaperello.rs@hotmail.com*

*Universidade Federal de Pelotas-Faculdade de Nutrição²
Universidade Federal de Pelotas-Faculdade de Nutrição³ -
marciabuchweitz@yahoo.com.br*

1. INTRODUÇÃO

Segundo Neutzling et al. (2010), os hábitos alimentares exercem grande influência sobre a saúde, crescimento e o desenvolvimento dos indivíduos. Também relatam que alguns padrões de ingestão dietética durante a infância e adolescência podem predizer a ocorrência de Doenças Crônicas Não Transmissíveis - DCNT.

Saraiva et al. (2013), relatam que o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) é a mais antiga e maior política pública no Brasil. A alimentação escolar é definida como direito dos estudantes, além de ser uma das estratégias de promoção de Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) tendo como objetivo suprir no mínimo 15% das necessidades nutricionais diárias da criança no período escolar.

Leal (2011), reforça que intervenções centradas na educação nutricional são fundamentais para aumentar o conhecimento nutricional dos indivíduos e, consequentemente, melhorar os hábitos alimentares. Constata também que a alimentação inadequada é freqüente entre adultos de um modo geral e inclusive entre trabalhadores que preparam alimentação de coletividades.

Segundo Moraes et al. (2011), as merendeiras são profissionais que possuem um papel fundamental na alimentação escolar, pois sob orientação do profissional nutricionista, são as responsáveis por todo o processo de produção, distribuição e higiene dos alimentos, das áreas, assim como na conservação e uso dos materiais pertencentes a alimentação escolar.

No Brasil, informações sobre o conhecimento em nutrição, hábitos alimentares e de saúde de merendeiras são escassos e, quando existentes, apresentam caráter qualitativo. Pesquisas avaliando esses fatores seriam relevantes, pois poderiam contribuir para melhoria da qualidade de vida dessa população e possibilitaria influenciar no preparo mais saudável da alimentação escolar (LEAL, 2011).

O objetivo do estudo foi o de verificar o nível de conhecimento dos assuntos de nutrição e alimentação e dos hábitos alimentares das merendeiras de escolas de ensino infantil do município de Pelotas/RS.

2. METODOLOGIA

O trabalho faz parte de projeto multicêntrico realizado simultaneamente nas cidades de Fortaleza-Ce, Manaus-Am, Santo Antônio de Jesus-Ba, e Santa Fé-Argentina, que tem como objetivo central realizar capacitações sobre alimentação e nutrição no âmbito da escola para professores, merendeiras e agricultores familiares. Em Pelotas foi realizada capacitação de 22 merendeiras de escolas de

educação infantil da rede municipal de ensino, por alunas do curso de graduação em nutrição, sob orientação de professores da Faculdade de Nutrição-UFPeL. As merendeiras assinaram previamente Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, autorizando sua participação na pesquisa. O projeto foi previamente submetido e autorizado pelo comitê de ética da Faculdade de Medicina-UFPeL, sob número 1.354.377/2015 e também autorizado pela Secretaria de Educação do município de Pelotas.

Antes de iniciarem a capacitação as merendeiras foram submetidas a teste que tinha como objetivo mensurar o nível de conhecimento das mesmas sobre assuntos de nutrição e alimentos e dos seus hábitos alimentares. O questionário era composto por 14 questões que abordava temas relacionados ao consumo de alimentação saudável e equilibrada, carências e doenças relacionadas a alimentação e recomendações para alimentação do escolar. Também foi investigado o hábito das merendeiras quanto ao seu consumo de frutas, legumes e verduras, aproveitamento integral dos alimentos e prática de leitura de rótulos nutricionais nos produtos alimentícios comercializados. Em todas as alternativas havia a opção “não sei/não tenho certeza” que deveria ser assinalada caso houvesse uma mínima dúvida sobre a resposta correta. As respostas dos questionários foram tabuladas em planilha excel e expressas em percentuais.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Verifica-se na Figura 1 que houve 62,4% de acertos, apesar de importante parcela informar respostas erradas (30%) ou desconhecer sobre o assunto (7,6%) abordado.

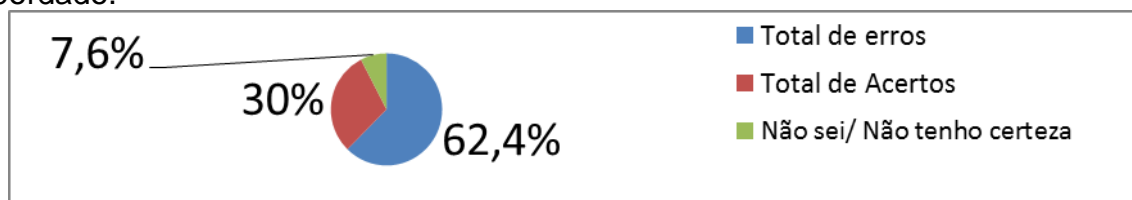


Figura 1. Conhecimentos das merendeiras sobre nutrição e alimentação

Observa-se na Figura 2 que 59,1% e 31,9% consomem, respectivamente, fruta pelo menos uma vez ao dia ou duas vezes ao dia ou mais.

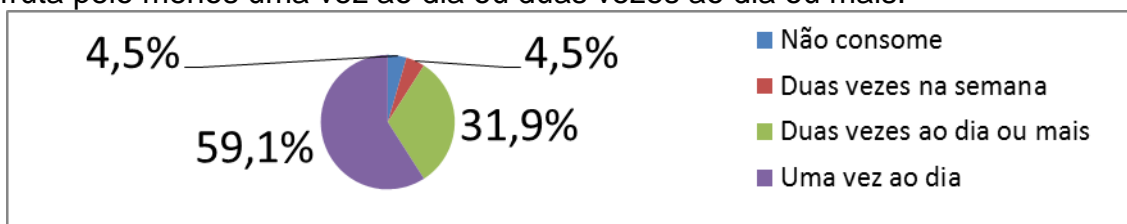


Figura 2. Frequência de consumo de frutas pelas merendeiras

Em pesquisa realizada em duas creches localizadas no Rio de Janeiro (RJ), Oliveira et al (2008) também mostraram que a maior parte das merendeiras tem seu consumo de frutas considerado suficiente ou alto.

A figura 3 mostra que metade das merendeiras (50%), referiram que consumiam legumes e verduras pelo menos uma vez ao dia.

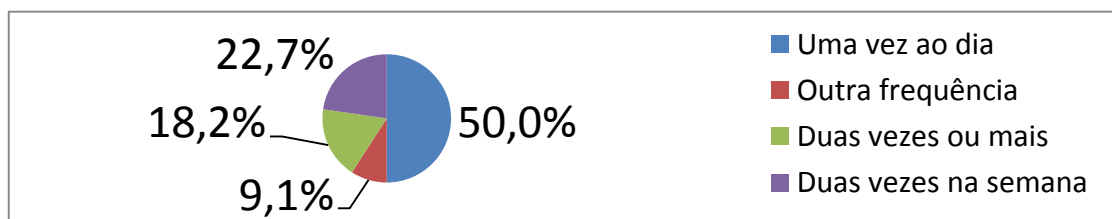


Figura 3. Frequência de consumo de legumes e verduras pelas merendeiras

Segundo Yokota et. al (2010), a frequência do consumo de frutas e verduras tem relação ao conhecimento sobre nutrição, e na presente pesquisa a maioria das merendeiras apresentou um nível de acerto das questões de nutrição superior a metade das questões feitas, o que pode ter concorrido para um melhor consumo dos alimentos investigados.

Na figura 4, verificou-se que a maioria das merendeiras informaram que não desprezam sementes, entrecascas e cascas de frutas e legumes dos alimentos que consomem (72,7%).

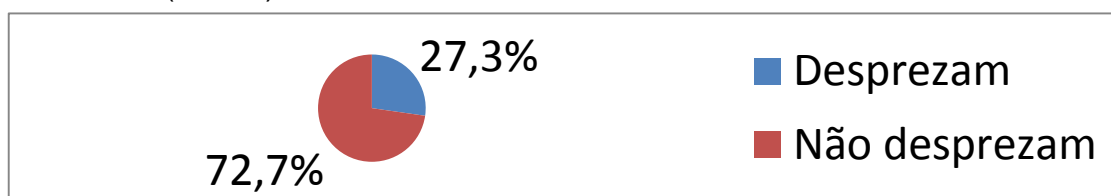


Figura 4. Destino dado pelas merendeiras a sementes, entrecascas e cascas de frutas e legumes que consomem.

Os vegetais mais citados pelas merendeiras que desprezam sementes, entrecascas e cascas foram: couve (11), cheiro verde(9), melancia (6) e abóbora (4).

Silva et al (2010) afirmam que o hábito alimentar da criança é formado pelo ambiente em que ela está inserida, sendo também responsabilidade da escola. Ao realizar o aproveitamento integral dos alimentos, a merendeira estará contribuindo para um maior repertório alimentar da criança, auxiliando também para a formação do hábito alimentar mais saudável.

A Figura 5 mostra que menos da metade das merendeiras (40,9%), relataram ter o costume de ler as informações nutricionais e a validade dos produtos alimentícios.

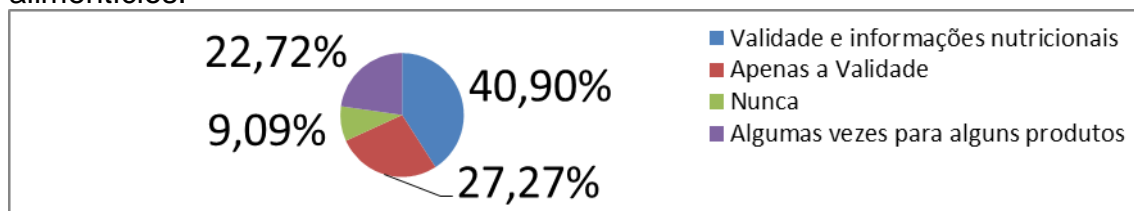


Figura 5. Comportamento das merendeiras sobre avaliação de rotulagem nutricional.

O comportamento das merendeiras parece ser o mesmo da população em geral pois segundo estudo realizado em um supermercado na cidade de Santa Fé do Sul, estado de São Paulo, 33.7% dos participantes leem frequentemente os rótulos dos alimentos, enquanto 35.7% leem raramente e 30.6% nunca leem (MACHADO et al, 2013).

4. CONCLUSÕES

As merendeiras apresentaram nível de conhecimento de nutrição regular e bons hábitos de consumo de frutas, legumes e verduras. O comportamento de aproveitamento integral dos alimentos foi considerado bom, no entanto a maioria não possui incorporado o hábito de avaliar os rótulos dos alimentos antes de adquirí-los para o consumo.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- LEAL, C. M. A. **Conhecimento em nutrição de merendeiras das escolas do ensino infantil e fundamental da rede pública da cidade de Pelotas/RS**. 2011. 73f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Curso de Mestrado em Educação Física, Universidade Federal de Pelotas.
- MACHADO, C. B.; NOGUEIRA, S. E.; BRIANCINI, T. P. Avaliação do hábito de leitura e entendimento dos rótulos dos alimentos: um estudo em um supermercado na cidade de Santa Fé do sul-São Paulo. **REVISTA FUNEC CIENTÍFICA-NUTRIÇÃO**, v. 1, n. 1, 2013.
- MORAIS, I.M.; ZANATTA, L.; SILVEIRA, T.M. **Cartilha de orientação sobre a fiscalização da alimentação escolar terceirizada no âmbito da rede pública estadual de ensino de Santa Catarina**. Secretaria da Fazenda de Santa Catarina, agosto, 2011. 29p.
- NEUTZLING, M. B.; ASSUNÇÃO, M. C. F.; MALCON, M. C.; HALLAL, P. C.; MENEZES, A. M. B. Hábitos alimentares de escolares adolescentes de Pelotas, Brasil. **Revista de Nutrição**, v.23. n.3, Campinas, 2010.
- OLIVEIRA, S. P.; TABAI, K. C.; SOARES, M.; MANSO, T. C. R.; MATTA, V. **Promoção do consumo de frutas, legumes e verduras em Unidades de Educação infantil: diagnóstico inicial**. Rio de Janeiro: Embrapa Agroindústria de Alimentos, 2008. Disponível em: http://www.agencia.cnptia.embrapa.br/Repositorio/pub119_000gc4vi11302wx5ok01dx9lcukb19am.pdf. Acesso em: 04 ago. 2016.
- SARAIVA, E. B.; SILVA, A. P. F.; SOUZA, A. A.; CERQUEIRA, G. F.; CHAGAS, C. M. S.; TORAL, N. Panorama da compra de alimentos da agricultura familiar para o Programa Nacional de Alimentação Escolar. **Ciência e Saúde Coletiva**, v.18, n.4, p.927-936, 2013.
- SILVA, A. C. de A.; TELAROLLI JÚNIOR, R.; MONTEIRO, M. I.. Analisando conhecimentos e práticas de agentes educacionais e professoras relacionados à alimentação infantil. **Ciência e Edu.**, São Paulo, v. 16, n. 1, p.199-214, 2010.
- YOKOTA, R. T.; VASCONCELOS, T. F.; PINHEIRO, A. R. O; SCHMITZ, B. A. S.; COITINHO, D. C.; RODRIGUES, M. L. C. R. Projeto "A escola promovendo hábitos alimentares saudáveis": comparação de duas estratégias de educação nutricional no Distrito Federal, Brasil. **Revista de Nutrição**. Campinas, v. 23, n. 1, p. 37-47, 2010.