

## PERFIL ALIMENTAR E ESTADO NUTRICIONAL DE ADOLESCENTES ATENDIDOS PELOS CENTROS DE REFERÊNCIA DA ASSISTÊNCIA SOCIAL DA CIDADE DE PELOTAS/RS

**ELIZANDRA ALDRIGHI PETER<sup>1</sup>, NATHALIA BRANDÃO PETER<sup>2</sup>; CAMILA IRIGONHÉ RAMOS<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>Universidade Federal de Pelotas, Faculdade de Nutrição – elizandraapeter@gmail.com

<sup>2</sup>Universidade Federal de Pelotas, Faculdade de Nutrição – nathaliabpeter@gmail.com

<sup>3</sup>Universidade Federal de Pelotas, Faculdade de Nutrição – mila85@gmail.com

### 1. INTRODUÇÃO

A Organização Mundial da Saúde (OMS) define que a adolescência é um período compreendido dos 10 aos 19 anos de idade (WHO, 1995). Essa fase é entendida como a transição da infância para a vida adulta, na qual ocorrem grandes transformações biopsicossociais e gasto energético, associado ao aumento das necessidades nutricionais, podendo causar desequilíbrios nutricionais (ACCIOLY et al., 2009).

Durante a adolescência, vários fatores podem influenciar no perfil alimentar, entre eles, valores socioculturais, imagem corporal, situação financeira, alimentos consumidos fora de casa, aumento do consumo de alimentos ultraprocessados e publicidade (BERTIN et al., 2008). Segundo Neutzling et al. (2010) os hábitos alimentares desenvolvidos durante essa etapa da vida, quando inadequados, podem acabar contribuindo para o aumento de ocorrência de excesso de peso e doenças crônicas na vida adulta.

As práticas alimentares inadequadas são cada vez mais frequentes em adolescentes, sendo o padrão alimentar caracterizado pelo consumo excessivo de refrigerantes, açúcares e alimentos de preparação rápida, além da reduzida ingestão de hortaliças e frutas (SILVA et al., 2012). Devido ao aumento nas prevalências de excesso de peso e acesso a alimentos marcadores de uma alimentação não saudável estarem cada vez mais presente entre jovens em vulnerabilidade social, torna-se importante estudar a alimentação e o estado nutricional de adolescentes de diferentes realidades sociais e econômicas (DALLA COSTA et al., 2011).

O presente estudo tem como objetivo caracterizar o perfil alimentar e o estado nutricional dos adolescentes de ambos os sexos atendidos pelos Centros de Referência de Assistência Social (CRAS) da cidade de Pelotas/RS.

### 2. METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de delineamento transversal descritivo, realizado no primeiro semestre de 2016, nos CRAS de diferentes bairros do município de Pelotas/RS. Fizeram parte da pesquisa adolescentes de ambos os性os, com idade entre 10 e 19 anos, presentes em diferentes momentos da coleta de dados, escolhidos por conveniência, e atendidos pelos CRAS.

Os adolescentes foram avaliados através de questionário contendo questões sociodemográficas – idade, sexo e cor da pele – e de consumo de alimentos considerados saudáveis, além da mensuração das medidas antropométricas de peso e altura. Para a coleta de dados das medidas antropométricas de peso e altura, foram utilizados, respectivamente, balança digital da marca Tanita® com capacidade máxima de 150 kg e precisão de 100 gramas e fita métrica com escala invertida afixada em uma parede lisa a 50 cm do chão.

Para descrever o estado nutricional dos adolescentes, foi realizada avaliação antropométrica a partir do índice de massa corporal-para-idade (IMC/I), proposto pela Organização Mundial da Saúde (OMS), em que é dada a classificação de magreza ( $IMC/I < -2$  escore Z), eutrofia ( $IMC/I \geq -2$  e  $\leq +1$  escore Z) e excesso de peso ( $IMC/I > +1$  e  $> +2$  escore Z) (WHO, 2007). Para traçar o perfil alimentar, foi analisado o consumo de alimentos considerados saudáveis foi analisado a partir da frequência, nas últimas 24 horas, do consumo de alimentos marcadores de alimentação saudável – saladas cruas, legumes e verduras cozidas (verduras e/ou legumes), salada de frutas ou frutas frescas (frutas) e feijão – através do formulário do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN) (BRASIL, 2015).

Todos os adolescentes obtiveram autorização dos pais ou responsáveis para a participação na pesquisa, mediante a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). A pesquisa foi autorizada pela Secretaria de Segurança e Justiça Social e aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Medicina, da Universidade Federal de Pelotas, sob o parecer número 908.617. Os dados foram duplamente digitados no software EpiData 3.1® e analisados no programa Stata 12.1.

### 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

O presente estudo contou com 47 adolescentes, dos quais 53% (n=25) eram do sexo feminino, 54% da cor de pele preta, com idade média de 12 anos. Quanto ao número de residentes na casa dos adolescentes, foi encontrada uma média de sete moradores.

Em relação ao estado nutricional, a prevalência de excesso de peso entre os participantes do sexo feminino foi de 24%, enquanto para o sexo masculino, foi de 14%. Além disso, foi encontrada uma taxa de 4% de baixo peso entre os meninos.

Ao analisar os marcadores de alimentação considerada saudável, foi possível verificar que, independentemente do sexo, o feijão é o alimento mais consumido; entretanto, as meninas consomem mais frutas, verduras e/ou legumes.

**Tabela 1.** Classificação do perfil antropométrico dos adolescentes, segundo o sexo. Pelotas, 2016. n=47

| Perfil antropométrico | Masculino n(%) | Feminino n(%) |
|-----------------------|----------------|---------------|
| Baixo peso            | 1 (4,0)        | 0 (0,0)       |
| Eutrofia              | 18 (82,0)      | 19 (76,0)     |
| Excesso de peso       | 3 (14,0)       | 6 (24,0)      |

**Tabela 2.** Proporção de consumo de feijão, frutas e verduras e/ou legumes, de acordo com o estado nutricional (IMC/Idade) dos adolescentes dos CRAS. Pelotas, 2016. n= 47

| Variável                     | Baixo peso<br>n(%) | Eutrofia<br>n(%) | Excesso de peso<br>n(%) |
|------------------------------|--------------------|------------------|-------------------------|
| <b>Feijão</b>                |                    |                  |                         |
| Sim                          | 1 (100)            | 35 (95,0)        | 7 (78,0)                |
| Não                          | 0 (0,0)            | 2 (5,0)          | 2 (22,0)                |
| <b>Frutas frescas</b>        |                    |                  |                         |
| Sim                          | 0 (0,0)            | 20 (54,0)        | 4 (44,0)                |
| Não                          | 1 (100)            | 17 (46,0)        | 5 (56,0)                |
| <b>Verduras e/ou legumes</b> |                    |                  |                         |
| Sim                          | 1 (100)            | 25 (68,0)        | 4 (44,0)                |
| Não                          | 0 (0,0)            | 12 (32,0)        | 5 (56,0)                |

Encontrou-se 19% excesso de peso entre os adolescentes, sendo semelhante ao valor registrado em estudo realizado por Neto *et al.*, (2015) com adolescentes na cidade Vitória de Santo Antão, Pernambuco, em 2015, de 17,8 %.

Em relação ao consumo de frutas, verduras e/ou legumes, foram encontradas maiores prevalências entre os adolescentes do sexo feminino, sendo semelhante ao encontrado em estudo com adolescentes de Sorocaba, São Paulo, onde os indivíduos do sexo feminino apresentaram um consumo de frutas, legumes e verduras em torno de 20%, superior ao sexo masculino. Essa variação entre os sexos pode ser atribuída à maior preocupação com a imagem corporal e com a prática de dietas, pelas adolescentes do sexo feminino. Além de, maior dificuldade dos meninos para adotar hábitos alimentares saudáveis.

Em estudo realizado no município de Guarapuava, Paraná, por Castilho e Masiero (2009) verificou-se que o grupo de adolescentes eutróficos consome mais feijão e verduras do que o grupo de excesso de peso, concordando com os achados do presente estudo, no qual adolescentes com excesso de peso referiram um consumo inferior de alimentos considerados saudáveis, como frutas frescas e verduras e/ou legumes, quando comparados aos participantes eutróficos.

#### 4. CONCLUSÕES

Pode-se concluir que o perfil alimentar e estado nutricional dos adolescentes estão de acordo com a tendência que tem sido observada, com elevada prevalência de excesso de peso e hábitos alimentares não saudáveis.

Diante do exposto, ressalta-se a necessidade de realizar mudanças nos padrões alimentares de adolescentes atendidos pelos CRAS, visto que essa população possui um menor nível socioeconômico e permanece longos períodos nesses centros. Para isso, acredita-se que políticas públicas que assegurem a formação de hábitos alimentares saudáveis e facilitem o acesso a frutas e hortaliças por essa população, são de suma importância na promoção da saúde e prevenção de doenças crônicas na adolescência e vida adulta.

## 5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Physical Status: Use and Interpretation of Anthropometry.** Report of WHO Expert Committee. Geneva, 1995 [WHO Technical Report Series, 854].

BARROS, D.C; ENGSTROM, E.M. Avaliação nutricional Antropométrica de Adolescentes. In: ACCIOLY, E; SAUNDERS, C; LACERDA, E.M.A. **Nutrição em Obstetrícia e Pediatria.** 2.ed. Rio de Janeiro: Cultura Médica: Guanabara Koogan, 2009. p. 216.

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**, Campinas, v23. n.3, p. 379-388, 2010.

SILVA, J.G; TEIXEIRA, M.L.O; FERREIRA, M.A. Alimentação e saúde: sentidos atribuídos por adolescentes. **Escola Anna Nery Revista de Enfermagem** (impr.), Rio de Janeiro, v.16, n.1, p.88- 95, 2012.

DALLA COSTA, M.C; BARRETO, A.D.C; BLEIL, R.A.T; OSAKU, N; RUIZ, F.S. Estado nutricional de adolescentes atendidos em uma unidade de referência para adolescentes no Município de Cascavel, Estado do Paraná, Brasil. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, Brasília, v.20, n.3, p.355-361, 2011.

BRASIL. **Vigilância Alimentar e Nutricional: SISVAN.** Acessado em 03 dez. 2015. Online. Disponível em: [http://dab.saude.gov.br/portaldab/ape\\_vigilancia\\_alimentar.php?conteudo=sisvan](http://dab.saude.gov.br/portaldab/ape_vigilancia_alimentar.php?conteudo=sisvan)

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Growth reference 5-19 years.** Acessado em 03 dez. 2015. Online. Disponível em: [http://www.who.int/growthref/who2007\\_bmi\\_for\\_age/en/](http://www.who.int/growthref/who2007_bmi_for_age/en/)

NETO, A.C.B; ANDRADE, M.I.S; LIMA, V.L.M; DINIZ, A.S. Peso corporal e escores de consumo alimentar em adolescentes no nordeste brasileiro. **Revista Paulista de Pediatria**. São Paulo, v.33, n.3, p.318-325, 2015.

CASTILHO, A.J; MASIERO, A. **Relação entre consumo alimentar e a presença de sobrepeso e obesidade na adolescência em alunos de escolas públicas do município de Guarapuava-PR.** 2009 [Trabalho de Conclusão de Curso]. Universidade Estadual do Centro-Oeste.

SOUZA, J.B; ENES, C.C. Influência do consumo alimentar sobre o estado nutricional de adolescentes de Sorocaba-SP. **Jornal of the Health Sciences Institute.** Estados Unidos, v.31, n.1, p.65-70, 2013.

MENDES, K.L; CATÃO, L.P. Avaliação do consumo de frutas, legumes e verduras por adolescentes de Formiga – MG e sua relação com fatores socioeconômicos. **Alimentos e Nutrição**, Araraquara, v. 21, n.2, p. 291-296, 2010.