

AVALIAÇÃO DO CONSUMO ALIMENTAR SEGUNDO O GRAU DE PROCESSAMENTO ENTRE ESCOLARES DA ZONA RURAL DE PELOTAS, RS

RICELI RODEGHIERO OLIVEIRA¹; LUÍSA BORGES TORTELLI²; MARINA SOARES VALENÇA²; NATHALIA BRANDÃO PETER²; TERESA MELLO FONSECA³; LUDMILA CORREA MUNIZ⁴

¹*Universidade Federal de Pelotas - Programa de Pós-Graduação em Nutrição e Alimentos - riceli.oliveira@hotmail.com*

²*Universidade Federal de Pelotas - Programa de Pós-Graduação em Nutrição e Alimentos - nathaliabpeter@gmail.com; mvalenca.epi@gmail.com; luisa.tortelli@hotmail.com*

³*Universidade Federal de Pelotas, Faculdade de Nutrição – tekamelfonseca@gmail.com*

⁴*Universidade Federal de Pelotas – Programa de Pós-Graduação em Nutrição e Alimentos - ludmuniz@yahoo.com.br*

1. INTRODUÇÃO

O interesse pelo consumo alimentar durante a infância é crescente, visto que nessa fase da vida ocorre a formação dos hábitos alimentares (JONES et al., 2010). Além disso, padrões de alimentação inadequados entre as crianças podem ter repercussões negativas em curto e longo prazo, pois uma dieta inadequada pode causar carências nutricionais, bem como maior susceptibilidade à obesidade e doenças crônicas a ela relacionadas (POPKIN, 2012; MALIK et al., 2013).

Apesar das mudanças ocorridas nos últimos anos, o brasileiro mantém como base da sua alimentação, alimentos in natura e preparações culinárias caseiras, como arroz e feijão, sendo esse consumo mais evidente nas populações residentes em áreas rurais (BRASIL, 2013). Ao mesmo tempo, observa-se um aumento no consumo de alimentos industrializados como biscoitos recheados e refrigerantes (MARTINS et al., 2013). Verifica-se, ainda, que menos de 10% da população atinge as recomendações de consumo de frutas, verduras e legumes, caracterizando uma dieta com alto teor energético e pouco nutritiva (IBGE, 2011).

Tal cenário é preocupante, pois os alimentos industrializados são obtidos com adoção de elevado grau de processamento, cujo produto final contém alto teor de gordura, sal, açúcar, energia, além de corantes e aromatizantes, ingredientes esses que têm demonstrado potencial efeito nocivo à saúde (MONTEIRO et al., 2011). Além disso, a influência do mercado publicitário, através de propagandas, embalagens e rótulos atrativos, estimula o consumo em excesso desses produtos e acomete principalmente as crianças (BRASIL, 2014).

Contudo, acredita-se que a população rural apresente hábitos alimentares mais saudáveis, devido ao difícil acesso aos alimentos ultraprocessados e pela maior disponibilidade de alimentos in natura, especialmente oriundos da agricultura familiar (TOLONI et al., 2011).

O novo Guia Alimentar para a População Brasileira divide os alimentos em quatro grupos conforme o tipo de processamento empregado na sua produção (BRASIL, 2014). O grupo 1 é composto por alimentos in natura ou minimamente processados; o grupo 2, por ingredientes culinários processados; o grupo 3 por alimentos processados; e o grupo 4 por alimentos ultraprocessados.

Considerando o baixo consumo de alimentos in natura ou minimamente processados, juntamente, ao crescente consumo de alimentos ultraprocessados na infância e desconhecendo como esse comportamento alimentar atinge os escolares da zona rural, o objetivo do presente estudo foi descrever o consumo

de alimentos segundo o grau de processamento entre escolares da zona rural do município de Pelotas, Rio Grande do Sul.

2. METODOLOGIA

Estudo transversal, do tipo censo, realizado entre fevereiro de 2015 e abril de 2016, com escolares do 1º ao 5º ano do ensino fundamental das 21 escolas municipais da zona rural do município de Pelotas, no Rio Grande do Sul, Brasil. Esse estudo faz parte do projeto “Censo Rural da Rede Municipal de Ensino, Pelotas, RS”, aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UFPel, sob parecer nº 950.128/2015. Foram incluídos no estudo os escolares que tiveram autorização dos pais ou responsáveis mediante a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Os dados foram coletados através de um questionário autocompletado pelos pais ou responsáveis.

Foram avaliadas questões sociodemográficas, como sexo (feminino/masculino) e idade (em anos completos) e questões relacionadas ao consumo alimentar obtidas a partir do questionário do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional – SISVAN (BRASIL, 2008), o qual avalia o consumo de dez alimentos/itens alimentares nos últimos sete dias. Os alimentos foram classificados de acordo com a extensão e o propósito de seu processamento, em dois grupos, alimentos in natura ou minimamente processados (salada crua; legumes e verduras cozidos; frutas frescas ou salada de frutas; feijão; leite ou iogurte) ou alimentos ultraprocessados (batata frita, batata de pacote e salgados fritos; hambúrguer ou embutidos; bolachas/biscoitos salgados ou salgadinhos de pacote; bolachas/biscoitos doces ou recheados, doces, balas e chocolates; e refrigerantes). Não foi possível incluir os ingredientes culinários processados e alimentos processados, pois o questionário do SISVAN não abrange os alimentos pertencentes a esses grupos. O consumo alimentar foi descrito conforme a frequência com que tais alimentos foram consumidos nos últimos sete dias: não consumiu, consumiu de 1 a 2 dias, de 3 a 4 dias e de 5 a 7 dias.

Os dados coletados foram duplamente digitados no programa EpiData 3.1 e analisados no programa Stata 12.1.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram avaliados 1105 alunos, dos quais 50,6% eram do sexo masculino e 64,1% tinham menos de 10 anos de idade. Os resultados sobre o consumo alimentar segundo o grau de processamento entre os escolares estão apresentados na Tabela 1.

Quanto o consumo de alimentos in natura ou minimamente processados observou-se que 70,1%, 61,7% e 44,5% dos escolares consumiram feijão, leite ou iogurte e frutas frescas ou salada de frutas, respectivamente, em cinco ou mais dias na última semana. Em um estudo com escolares da zona urbana e rural em Chapada/RS, também se encontrou maior frequência de consumo semanal desses alimentos (POLLA e SCHERER, 2011). Por outro lado, no presente estudo, um terço dos escolares não consumiu salada crua e legumes e verduras cozidos nos últimos sete dias. Sabe-se que as crianças em idade escolar apresentam baixo consumo de vegetais (COSTA et al., 2012).

Tabela 1. Consumo alimentar segundo o grau de processamento dos últimos sete dias de escolares da zona rural de Pelotas/RS. 2016 (n=1105)

	Não consumiu		1 a 2 dias		3 a 4 dias		5 a 7 dias	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Alimentos in natura ou minimamente processados								
Salada crua	295	34,0	250	28,8	197	22,7	126	14,5
Legumes e verduras cozidos	292	33,6	303	34,9	186	21,4	88	10,1
Frutas frescas ou salada de frutas	85	9,7	169	19,7	227	26,1	387	44,5
Feijão	39	4,5	72	8,2	150	17,2	612	70,1
Leite ou iogurte	99	11,3	107	12,3	128	14,7	539	61,7
Alimentos ultraprocessados								
Batata frita, batata de pacote e salgados fritos	280	32,0	382	43,7	140	16,0	73	8,3
Hambúrguer ou embutidos	262	30,1	313	36,0	185	21,3	110	12,6
Bolachas/Biscoitos salgados ou salgadinho de pacote	85	9,9	284	33,0	251	29,1	241	28,0
Bolachas/Biscoitos doces, balas, chocolates	100	11,7	328	38,0	246	28,5	188	21,8
Refrigerantes	110	12,7	481	55,7	162	18,8	110	12,8

Em relação ao consumo de alimentos ultraprocessados, observou-se que 70% dos escolares consumiram batata frita, batata de pacote e salgados fritos e hambúrguer ou embutidos em pelo menos um a dois dias por semana. Essa proporção aumenta para cerca de 90% para alimentos do grupo dos biscoitos salgados e doces, e também refrigerantes. Segundo dados da Pesquisa de Orçamentos Familiares os biscoitos recheados, refrigerantes, doces e salgadinhos industrializados são os alimentos ultraprocessados mais consumidos pelos brasileiros (IBGE, 2011).

Esses resultados, corroboram com outros estudos que têm demonstrado um aumento na ingestão de alimentos com alto teor de gordura e/ou açúcar, lanches com alta densidade energética, doces e bebidas com adição de açúcar e um baixo consumo de frutas, legumes e verduras durante a infância (SOUZA et al., 2013). Ademais, a maioria dos alimentos ultraprocessados é consumida, ao longo do dia, em substituição a alimentos como frutas e leite, ou até mesmo nas refeições principais, limitando o consumo de alimentos in natura ou minimamente processados (BRASIL, 2014).

4. CONCLUSÃO

Os escolares da rede municipal de ensino da zona rural de Pelotas/RS apresentaram maior frequência de consumo semanal de alimentos in natura ou minimamente processados, como o feijão, leite ou iogurte e frutas. Entretanto, os alimentos ultraprocessados como biscoitos doces e refrigerantes, fazem parte da alimentação dos escolares no mínimo um a dois dias por semana. Diante disso, podemos observar que o padrão de alimentação dos brasileiros, de uma forma geral, sofreu modificações e atingiu, inclusive, os residentes nas zonas rurais.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Política Nacional de Alimentação e Nutrição 1. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2013. 84 p.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia alimentar para a população brasileira / Ministério da Saúde, 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014, 156 p.

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.

COSTA, F.F.; ASSIS, M.A. Perfil de atividade física e consumo alimentar autorrelatado de escolares de 7 a 10 anos da rede pública e privada. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**. v.14, n. 5, p.497-506, 2012.

IBGE. 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, 2011. 150 p

JONES, L.R.; STEER, C.D.; ROGERS, I.S.; EMMETT, P.M. Influences on child fruit and vegetable intake: sociodemographic, parental and child factors in a longitudinal cohort study. **Public Health Nutr**. v.13, p.1122-1130, 2010.

MALIK, V.S.; WILLETT, W.C.; HU, F.B. “Global obesity: trends, risk factors and policy implications”, **Nature Reviews Endocrinology**, v. 9, n. 1, p. 13-27, 2013.

MARTINS A.P.; LEVY, R.B.; CLARO, R.M.; MOUBARAC, J.C.; MONTEIRO, C.A. Increased contribution of ultra processed food products in the Brazilian diet (1987–2009). **Rev Saude Publica**, n.47, p.656–665, 2013.

MONTEIRO, C.A. Increasing consumption of ultra-processed foods and likely impact on human health: evidence from Brazil. **Public Health Nutr**, v.14, n.1, p. 5-13, 2011.

POLLA, S.F.; SCHERER, F. Perfil alimentar e nutricional de escolares da rede municipal de ensino de um município do interior do Rio Grande do Sul. **Cad. Saúde Colet.**, Rio de Janeiro, v.19, n.1, p.111-116, 2011.

POPKIN, B.M.; ADAIR, L.S.; NG, S.W. NOW AND THEN: The Global Nutrition Transition: The Pandemic of Obesity in Developing Countries. **Nutrition Reviews**, v. 70, n. 1, p. 3–21, 2012.

SOUZA, A.M.; PEREIRA, R.A.; YOKOO, E.M.; LEVY, R.B.; SICHERI, R. Most consumed foods in Brazil:National Dietary Survey 2008-2009. **Rev Saude Publica**, v. 47p.190-199, 2013.

TOLONI, M.H.; LONGO-SILVA G.; GOULART, R.M; TADDEI, J.A. Introdução de alimentos industrializados e de alimentos de uso tradicional na dieta de crianças de creches públicas no município de São Paulo. **Rev Nutr**, v.24, p.61-70, 2011.