

CONSUMO ALIMENTAR DE ESTUDANTES DA REDE MUNICIPAL DE ENSINO DA ZONA RURAL DE PELOTAS, RS

**NATÁLIA ROSA GOMES¹; LUISA BORGES TORTELLI²; MARINA SOARES
VALENÇA³; NATHALIA BRANDÃO PETER⁴; LUDMILA CORREA MUNIZ⁵**

¹*Universidade Federal de Pelotas – natirosa.gomes@hotmail.com*

²*Universidade Federal de Pelotas – luisa.tortelli@hotmail.com*

³*Universidade Federal de Pelotas – marinavalenca@outlook.com*

⁴*Universidade Federal de Pelotas – nathaliabppeter@gmail.com*

⁵*Universidade Federal de Pelotas – ludmuniz@yahoo.com.br*

1. INTRODUÇÃO

A Organização Mundial da Saúde (OMS) define a adolescência como o período de transição entre a infância e a idade adulta, compreendido entre os 10 e 19 anos (WHO, 2005). Essa fase é caracterizada por mudanças físicas e psicológicas que influenciam os hábitos alimentares (COZZOLINO, 2013; LEVY et al, 2010). Padrões de alimentação inadequados entre adolescentes podem ter repercussões negativas em curto e longo prazo, visto que uma dieta inadequada pode causar carências nutricionais, bem como maior susceptibilidade a obesidade (COZZOLINO, 2013).

Dentro de uma alimentação saudável é recomendado o consumo regular de carnes, aves, ovos e peixes, leite e derivados, cereais, frutas e vegetais, priorizando produtos alimentícios com baixo teor de gordura saturada e colesterol, além de pouca ou inexistente adição de sal e açúcar (CASTILHO, 2009). Dados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PENSE), de 2015, mostraram que mais de 60% dos estudantes de escolas públicas consomem refrigerantes, guloseimas e salgadinhos vendidos nas cantinas escolares. Ainda, segundo essa pesquisa, 60,7% dos adolescentes consomem feijão cinco ou mais dias na semana, porém, apenas 32,7% têm essa frequência de consumo em relação a frutas e vegetais (IBGE, 2009).

Tal cenário é preocupante, pois tanto o excesso de peso, quanto o consumo alimentar inadequado são fatores de risco para doenças crônicas não transmissíveis, que têm acometido precocemente crianças e adolescentes residentes nas zonas urbanas e rurais (NOGUEIRA e SICCHIERI, 2009). Dada a escassez de estudos conduzidos com adolescentes residentes em áreas rurais, o objetivo do estudo foi descrever o consumo alimentar de estudantes da rede municipal de ensino da zona rural de Pelotas, RS.

2. METODOLOGIA

Estudo transversal, do tipo censo de base escolar, cuja população em estudo compreendeu todos os alunos matriculados do 6º ao 9º ano do ensino fundamental das 21 escolas municipais rurais de Pelotas, RS. A coleta de dados foi realizada no período de fevereiro de 2015 a abril de 2016.

O consumo alimentar dos estudantes foi avaliado através do formulário de marcadores de consumo alimentar do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN), que avalia o consumo de 10 itens/grupos alimentares nos últimos sete dias. Os 10 itens/grupos alimentares são: salada crua; legumes e verduras cozidos; frutas frescas ou salada de frutas (frutas); feijão; leite ou iogurte; batata frita, batata

de pacote e salgados fritos (salgados fritos); hambúrguer e embutidos; bolachas/biscoitos salgados ou salgadinhos de pacote (salgadinhos de pacote); bolachas/biscoitos doces ou recheados, doces, balas e chocolate (doces); refrigerante. Os cinco primeiros foram considerados marcadores de alimentação saudável e os demais, marcadores de alimentação não saudável. Foi considerado regular o consumo em cinco ou mais dias na última semana. As variáveis de exposição utilizadas para descrever o desfecho foram: sexo (masculino e feminino), idade (11-14 e ≥ 15 anos), educação física na escola na última semana e consumo da alimentação oferecida pela escola.

A coleta de dados foi realizada em sala de aula, através de questionário preenchido pelo próprio aluno. Durante o preenchimento dos questionários, os alunos foram acompanhados pela equipe de pesquisa. Somente participaram da pesquisa os alunos que apresentaram o TCLE assinado pelos pais ou responsáveis.

Os dados foram duplamente digitados no software EpiData e, posteriormente, analisados no Stata 12.1. Nas análises bivariadas, utilizou-se o teste qui-quadrado, assumindo-se um nível de significância de 5% (valor $p < 0,05$).

O protocolo de pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa da Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Pelotas, mediante número do parecer 950.128/2015.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Dos 477 adolescentes avaliados, 53,3% eram do sexo masculino, 80,4% tinham entre 11 e 14 anos de idade e cerca de 90% participaram das atividades de educação física na última semana e informaram consumir a alimentação oferecida pela escola.

O consumo regular de marcadores de alimentação saudável variou de 12,9% a 66,0%, sendo menor o percentual de estudantes que consumiram legumes e verduras cozidos e maior daqueles que consumiram feijão. Verificou-se, ainda, que 28,6% e 37,3% não consumiram salada crua e legumes e verduras cozidos, respectivamente, na semana anterior a entrevista (Tabela 1). O consumo regular de feijão foi semelhante ao observado por Levy et al (2010), em estudo realizado com alunos do 9º ano do ensino fundamental, onde 62,6% dos estudantes avaliados relataram consumir o alimento em cinco ou mais dias na semana. Entretanto, o consumo regular de feijão foi inferior aos achados de Meireles et al (2013), em que 83,8% relataram consumo em cinco dias por semana.

Em relação aos marcadores de alimentação não saudável, o consumo em cinco ou mais dias na última semana variou de 14,0% a 25,3%, sendo menor o percentual de adolescentes que consumiram salgados fritos e maior o percentual daqueles que consumiram doces. Verificou-se, ainda, que aproximadamente 85% dos adolescentes consumiram salgadinhos de pacote, doces e refrigerantes em pelo menos um a dois dias na semana anterior a entrevista (Tabela 1). Seguindo esses achados, um estudo realizado com alunos de 5^a a 8^a série do ensino fundamental, mostrou que 52,4% dos estudantes informaram consumir de 4 a 7 vezes na semana balas, chocolates e refrigerantes (NOVAES; PRIORE; FRANCESCHINI, 2004). Já, Nogueira e Sichieri (2009), em estudo realizado com estudantes entre nove e 16 anos de idade, constatou que 39,9% dos meninos e 42,2% das meninas consumiam refrigerante de 2 a 4 vezes na semana.

Tabela 1. Distribuição da frequência de consumo semanal de alimentos marcadores de alimentação saudável e não saudável entre adolescentes. Pelotas-RS, 2017. (N=477)

Variável	Frequência de consumo na última semana (N,%)			
	Não comeu	1-2 dias	3-4 dias	≥5 dias
Alimentos saudáveis				
Salada crua	135 (28,6)	134 (28,4)	108 (22,9)	95 (20,1)
Legumes e verduras cozidos	176 (37,3)	158 (33,5)	77 (16,3)	61 (12,9)
Frutas	54 (11,4)	156 (32,9)	110 (23,3)	153 (32,4)
Feijão	39 (8,3)	66 (13,9)	56 (11,8)	312 (66,0)
Leite ou iogurte	92 (19,6)	128 (27,2)	93 (19,8)	157 (33,4)
Alimentos não saudáveis				
Salgados fritos	114 (24,2)	199 (42,3)	92 (19,5)	66 (14,0)
Hambúrguer e embutidos	110 (23,4)	180 (38,3)	85 (18,1)	95 (20,2)
Salgadinhos de pacote	59 (12,5)	183 (38,9)	114 (24,3)	114 (24,3)
Doces	66 (14,1)	168 (35,7)	177 (24,9)	119 (25,3)
Refrigerantes	73 (15,6)	211 (45,0)	103 (21,9)	82 (17,5)

Na análise do consumo regular de marcadores de alimentação saudável segundo variáveis de exposição, observou-se maior prevalência de consumo de salada crua (26,0%) e legumes e verduras cozidos (16,1%) entre as meninas. Maiores prevalências de consumo regular de frutas foram observadas em adolescentes com idade entre 11 e 14 anos (34,5%) e entre aqueles que informaram consumir a alimentação oferecida pela escola (34,6%). As demais variáveis de exposição não se mostraram associadas de forma estatisticamente significativa com os desfechos. Maior prevalência de consumo de alimentos saudáveis pelas meninas também foi observada em outros estudos. Levy et al (2010) encontrou que 31,3% das meninas do 9º ano escolar tinham um consumo regular de hortaliças, superior ao verificado entre os meninos. Monticelli et al (2013), também verificou maior consumo de frutas ou sucos naturais entre estudantes da faixa etária entre 12 e 13 anos (28,3%).

Em relação ao consumo regular de marcadores de alimentação não saudável segundo variáveis de exposição, os adolescentes com 15 anos ou mais apresentaram maior prevalência de consumo regular de refrigerantes (28,4%) em comparação aos mais jovens. Maior prevalência de consumo regular de salgados fritos foi observada entre aqueles que informaram não consumir a alimentação oferecida pela escola (24,1%) em relação aos que consomem. Nogueira & Sichieri (2009), também observaram uma prevalência maior entre adolescentes com idade igual ou maior a 13 anos (20,6%). Novaes et al (2004) mostraram que o alimento mais comprado pelos estudantes de 5^a a 8^a série, na cantina da escola, foram os salgados assados (37,8%).

4. CONCLUSÕES

O presente estudo ao descrever o consumo alimentar dos adolescentes residentes na zona rural de Pelotas, mostrou um baixo consumo dos marcadores de alimentação saudável em relação ao recomendado para a faixa etária e, um consumo regular daqueles não saudável. Também foi possível observar que o consumo de alimentos saudáveis prevalece entre as meninas, estudantes mais

jovens e que consumem a alimentação oferecida pela escola. Tratando-se de adolescentes isso mostra-se interessante, uma vez que os hábitos praticados nessa fase da vida normalmente permanecem na idade adulta, influenciando na qualidade de vida das pessoas. Além disso, por se tratar de uma população residente em área rural, acreditava-se que o consumo de alimentos saudáveis fosse mais prevalente, dada a facilidade de acesso aos mesmos. Desse modo, torna-se importante promover uma melhora nos hábitos alimentares dessa população, através de programas de educação nutricional direcionados ao ambiente escolar.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

WHO – WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Nutrition in adolescence – issues and challenges for the health sector: issues in adolescent health and development.** Geneve, 2005.

COZZOLINO, S. M. F.; COMINETTI, C. **Bases bioquímicas e fisiológicas da nutrição: nas diferentes fases da vida, na saúde e na doença**, 1^a Ed. Barueri, SP: Manole; 2013.

LEVY, R. B.; CASTRO, I. R. R. de; CARDOSO, L. de O.; TAVARES, L. F.; SARDINHA, L. M. V.; GOMES, F. da S.; COSTA, A. W. N. da. Consumo e comportamento alimentar entre adolescentes brasileiros: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), 2009. **Ciência & Saúde Coletiva**, v.15, n.2, p.3085-3097, 2010.

CASTILHO, A. J. **Relação entre consumo alimentar e a presença de sobrepeso e obesidade na adolescência em alunos de escolas públicas do município de Guarapuava – PR.** 2009. Tese (Trabalho de Conclusão de Curso) Departamento de Nutrição, Universidade Estadual do Centro-Oeste.

IBGE – INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Pesquisa Nacional de Saúde Escolar.** Rio de Janeiro: IBGE; 2009.

NOGUEIRA, F. de A. M.; SICHLER, R. Associação entre consumo de refrigerantes, sucos e leite, com o índice de massa corporal em escolares da rede pública de Niterói, Rio de Janeiro, Brasil. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v.25, n.12, p.2715-2724, 2009.

MEIRELES, A. L. ; XAVIER, C. C.; SALES, A. D. F.; ABREU, M. N. S.; MALTA, D. C.; CAILLA, W. T. Perfil alimentar de adolescentes e adultos jovens em Belo Horizonte segundo perfil antropométrico e contexto de moradia, **Rev Med Minas Gerais**, Belo Horizonte, v.23, n.2, p.12-19, 2013.

NOVAES, J. F.; PRIORE, S. E.; FRANCESCHINI, S. do C. Estado nutricional e hábitos alimentares de adolescentes de escola privada. **Biosej. J.**, Uberlândia, v.20, n.1, p.97-105, 2004.

MONTICELLI, F. D. B.; SOUZA J. M. P. de; SOUZA, S. B. de. Consumo de frutas, legumes e verduras por escolares adolescentes. **Journal of Human Growth and Development**, Curitiba, v.23, n.3, p.331-337, 2013.