

CONSUMO ALIMENTAR E ESTADO NUTRICIONAL DE ESTUDANTES DO 9º ANO DE ESCOLAS PÚBLICAS DE PELOTAS

BRUNA MADRUGA DE OLIVEIRA; PROF.DR. LEONARDO POZZA DOS SANTOS

¹Universidade Federal de Pelotas 1 – bruninha.madruga@hotmail.com 1

²Universidade Federal de Pelotas 2 – leonardo_pozza@yahoo.com.br 2

1. INTRODUÇÃO

De acordo com o Ministério da saúde, as Doenças Crônicas Não-Transmissíveis (DCNT) são a principal causa de morte no Brasil e no mundo. Dentre as DCNT mais comuns, a obesidade se destaca, sendo fator de risco para outras patologias como diabetes mellitus tipo 2, hipertensão arterial sistêmica, doença do fígado e alguns tipos de câncer (BRASIL, MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2022).

Apesar da obesidade ser de cunho multifatorial, é válido o reconhecimento de que as mudanças ambientais se dão nos principais fatores propulsores para o aumento do excesso de peso e da obesidade, especialmente em relação ao consumo excessivo de energia e ao baixo gasto energético (ENES, 2010). As alterações nos padrões dietéticos e nutricionais da população brasileira de todos os extratos sociais e faixas etárias vêm sendo analisados no processo da transição nutricional, caracterizada pela redução nas prevalências dos déficits nutricionais e expressivo aumento do sobrepeso e obesidade (BATISTA, 2003).

A obesidade em adolescentes em São Paulo, segundo uma pesquisa da Associação Brasileira para estudo da Obesidade e Síndrome Metabólica, mostrou que a taxa de prevalência de sobrepeso/obesidade é cerca de 30%, semelhante ao da população norte-americana (ABESO, 2013). Diante disso, o objetivo foi avaliar a associação entre o consumo alimentar e o estado nutricional de estudantes do 9º ano do ensino fundamental de escolas públicas da cidade de Pelotas RS.

2. METODOLOGIA

O presente trabalho é um recorte de um projeto maior intitulado “Implementação das orientações contidas no Guia Alimentar para a População Brasileira em escolas de Pelotas, RS”. O estudo teve um delineamento transversal e foi baseado nos dados do baseline, fase inicial do projeto. O estudo foi realizado em turmas do 9º ano de oito escolas da rede municipal da zona urbana de Pelotas. A escolha das escolas foi feita com base na prevalência de consumo regular de marcadores de uma alimentação de risco, observado no Censo Escolar Urbano da rede municipal. Todos os estudantes foram convidados a participar. A coleta dos dados foi feita por acadêmicos da FN/UFPEL, previamente treinados e as entrevistas foram realizadas nas próprias escolas.

O estado nutricional dos adolescentes foi avaliado a partir do índice de massa corporal (IMC), e a classificação do estado nutricional dos estudantes foi realizada de acordo com as curvas de crescimento da OMS, sendo considerados com sobrepeso aqueles estudantes com IMC-para-idade entre $>+1$ e $\leq +2$ desvios-padrão, e com obesidade aqueles estudantes com IMC-para-idade $>+2$ desvios-padrão. O consumo alimentar dos estudantes foi avaliado utilizando-se um

questionário de frequência alimentar (QFA) qualitativo com período recordatório de sete dias e contendo 30 itens alimentares que foram divididos em quatro grupos, conforme o grau de processamento dos alimentos. A avaliação do consumo alimentar foi feita com base nos marcadores alimentares de uma alimentação saudável e de uma alimentação de risco oriundos do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional. Assim, foram selecionados sete marcadores, sendo três marcadores de uma alimentação saudável (feijão, fruta, verdura e legumes) e quatro marcadores de uma alimentação de risco (hambúrguer e/ou embutidos, macarrão instantâneo, salgadinho de pacote e biscoito salgado, bebidas adoçadas, biscoitos recheados, doces e guloseimas).

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram analisados 147 estudantes matriculados no 9º do ensino fundamental e presentes no dia da entrevista. Em relação ao consumo regular de marcadores de uma alimentação saudável, observou-se que o consumo regular de feijão foi referido por 66,7% dos entrevistados. Por outro lado, observou-se que menos da metade dos estudantes relatou consumir frutas e verduras ou legumes regularmente (38,4% e 46,9%, respectivamente). No que diz respeito ao consumo regular de marcadores de uma alimentação de risco, observou-se que 48,3% dos entrevistados relataram consumir bebidas adoçadas por, pelo menos, cinco vezes na semana. Já a frequência de consumo regular de chocolate, balas ou outras guloseimas foi de 25,2%. Por fim, o consumo regular de alimentos como hambúrguer e/ou embutidos e macarrão instantâneo, salgadinho de pacote e biscoito salgado foi inferior, não chegando a 20% em ambos os casos (15,1% para hambúrguer e/ou embutidos e 4,8% para macarrão instantâneo, salgadinho de pacote e biscoito salgado) (Tabela 1).

Tabela 1. Consumo regular de marcadores alimentares dos alunos do 9º ano de oito escolas municipais. Pelotas, RS (N = 147).

Consumo de marcadores alimentares	N	%
Marcadores de alimentação saudável		
Feijão	98	66,7
Frutas	56	38,4
Verdura e legumes	69	46,9
Marcadores de uma alimentação de risco		
Hambúrguer e/ ou embutidos	22	15,0
Macarrão instantâneo, salgadinho de pacote ou biscoito salgado	7	4,8
Bebidas adoçadas	70	48,3
Chocolates, balas ou outras guloseimas	36	25,2

Em relação às características antropométricas dos estudantes, a média de peso foi de 64,5 Kg, enquanto a média de altura foi de 164,7 cm. No que tange ao

estado nutricional, quase metade dos estudantes apresentaram excesso de peso (45,9%). Observou-se que não houve associação significativa entre o consumo de marcadores de uma alimentação saudável e de risco com a prevalência de excesso de peso dos estudantes. Porém, alguns resultados chamaram a atenção. Por exemplo, a prevalência de excesso de peso foi mais de 10 pontos percentuais maior em quem relatou consumir feijão e hambúrguer e/ou embutido por, pelo menos, cinco vezes na semana. Além disso, a prevalência de excesso de peso foi 10 pontos percentuais maior em quem consumia regularmente bebidas adoçadas. Por fim, a prevalência de excesso de peso foi mais de 10 pontos percentuais maior em quem não consumia frutas com regularidade.

Tabela 2. Associação entre prevalência de excesso de peso e consumo regular de marcadores alimentares em estudantes do 9º ano de oito escolas municipais. Pelotas, RS (N = 90).

Consumo de marcadores alimentares	Prevalência de excesso de peso		Valor-p
	Não N (%)	Sim N (%)	
Marcadores de alimentação saudável			
Feijão	17 (37,78)	45 (50,0)	0,203
Frutas	40 (47,62)	22 (44,0)	0,723
Verdura e legumes	31 (42,5)	31(50,0)	0,393
Marcadores de uma alimentação de risco			
Hambúrguer e/ou embutidos	50 (44,6)	11 (50,0)	0,649
Macarrão instantâneo, salgadinho de pacote ou biscoito salgado	60 (46,5)	2 (33,3)	0,687
Bebidas adoçadas	29(42,0)	32(50,0)	0,388
Biscoitos recheados, doces ou guloseimas	44(45,4)	17 (48,6)	0,844

4. CONCLUSÕES

Em conclusão, apesar de não ter havido associação significativa entre o consumo de marcadores alimentares e o estado nutricional dos estudantes, pôde-se observar alta prevalência de excesso de peso, bem como alta prevalência de consumo regular de biscoitos, doces ou guloseimas e de bebidas adoçadas. Por outro lado, a prevalência de consumo regular de frutas e hortaliças foi baixa.

Todos esses resultados indicam que atividades de educação alimentar e nutricional no ambiente escolar são necessárias de modo a propagar as recomendações presentes no Guia Alimentar, a diminuir o consumo de

ultraprocessados e promover o consumo de frutas e hortaliças e, assim, prevenir e/ou combater o excesso de peso e suas consequências

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Brasil. Ministério da Saúde: Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Promoção da Saúde e da Alimentação Adequada e Saudável [Internet]. Brasília, 2015. [Acessado em 15 mai. 2022]. Disponível em: <https://aps.saude.gov.br/ape/promocaosaude/excesso>
2. Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade. Obesidade na Adolescência. [Internet]. Brasília, 2013. [Acessado em 24 abr. 2022]. Disponível em: <https://abeso.org.br/obesidade-na-adolescencia/#:~:text=O%20estudo%20foi%20realizado%20com,a%2019%20anos%20de%20idade>
3. Enes, C. C., & Slater, B. Obesidade na adolescência e seus principais fatores determinantes. Revista Brasileira de epidemiologia, 2010; 13: 163-171
4. Batista, M, Anete r. A transição nutricional no Brasil: tendências regionais e temporais. Cadernos de saúde pública 2003; 19: p.181-191. Disponível em : <https://www.scielo.br/j/csp/a/r3GLHShDsgtt5JPKBYL7G3x/?lang=pt>