

AVALIAÇÃO DO CONSUMO ALIMENTAR E ESTADO NUTRICIONAL DE ESCOLARES DO ENSINO FUNDAMENTAL DE UMA ESCOLA RURAL LOCALIZADA NO MUNICÍPIO DE PELOTAS, RS

JÚLIA SOARES RIBEIRO CORRÊA¹; ELISA DOS SANTOS PEREIRA², KHADIJA BEZERRA MASSAUT³, ELIZABETE HELBIG⁴, MARIANA GIARETTA MATHIAS⁵

¹Universidade Federal de Pelotas – juliasrcorrea@gmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – lisaspereira@gmail.com

³Universidade Federal de Pelotas- khadijamassaut@gmail.com

⁴Universidade Federal de Pelotas - elizabetehelbig@gmail.com

⁵Universidade Federal de Pelotas – marimathias@hotmail.com

1. INTRODUÇÃO

O sobrepeso e a obesidade são considerados uma epidemia global, e são um dos problemas mais graves de saúde que a população enfrenta, além de ser cada vez mais prevalente e atingir os sistemas de saúde pública. De acordo com o Ministério da Saúde a obesidade em crianças de 5 e 9 anos de idade chegou a 12,9% (BRASIL, 2019).

O aumento da prevalência de obesidade entre crianças está associado às mudanças no padrão alimentar da população brasileira, que passou por diversas transformações ao longo dos anos. Observa-se que a transição nutricional no país abriu espaço para uma dieta rica em alimentos altamente calóricos e ultraprocessados, contendo grande quantidade de açúcar, sódio e gordura, resultando na diminuição do consumo de alimentos mais saudáveis, bem como os baixos níveis de atividade física e aumento do uso de telas (OLIVEIRA et. al 2024).

Os hábitos não saudáveis entre crianças e adolescentes apresentam um dos principais fatores de risco para doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs), tendo em vista que nesta fase da vida estes indivíduos são mais suscetíveis a influências externas em relação à sua alimentação (CRAIGIE et. al 2011). Hu et al. (2019) observaram que os hábitos alimentares saudáveis obtidos desde a infância podem se perpetuar até a vida adulta. Ainda, outro âmbito que influencia a alimentação das crianças é a escola, a qual tem o dever de oferecer refeições de qualidade e saudável para todas as crianças atendidas pelas escolas públicas do Brasil, e um dos programas que assegura esse direito à alimentação saudável e adequada aos estudantes é o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), que dispõe “o emprego da alimentação saudável e adequada, compreendendo o uso de alimentos variados [...]”(BRASIL 2020). Considerando a relação entre hábitos alimentares não saudáveis e sobrepeso e obesidade, torna-se essencial investigar e avaliar os alimentos mais consumidos por esse grupo, além do estado nutricional dessas crianças.

Diante desse contexto, o presente estudo tem como objetivo analisar o padrão de consumo alimentar de estudantes do 4º e 5º ano de uma escola rural localizada no município de Pelotas, RS.

2. METODOLOGIA

Trata-se de um estudo piloto, de delineamento transversal de caráter quantitativo. O presente estudo faz parte de um projeto maior intitulado

“Investigação de Hábitos Alimentares e Cultura Alimentar de Crianças Atendidas por Escolas Municipais da Zona Rural de Pelotas, RS”. A pesquisa foi realizada na Escola Municipal de Ensino Fundamental Erasmo Braga, localizada no Sétimo Distrito da zona rural do município de Pelotas, RS, a qual atualmente atende 23 alunos. Todos os estudantes matriculados no 4º e 5º ano do ensino fundamental foram convidados a participar da pesquisa, que ocorreu no mês de março de 2024.

Foram coletados dados antropométricos e informações sobre os hábitos alimentares das crianças. Para avaliação do estado nutricional dos alunos foram aferidos peso e altura, seguindo as orientações estabelecidas pelo manual de coleta e análise de dados antropométricos em serviço de saúde do Ministério da Saúde, e a classificação do estado nutricional foi feita através do IMC por idade, considerando os critérios de classificação de percentis da OMS (BRASIL 2007). A investigação do consumo alimentar dos escolares foi avaliada através de um recordatório 24 horas, seguindo o passo a passo da coleta de informações proposto por Fisberg e Marchioni (2012).

Para a avaliação do consumo alimentar dos escolares foram selecionados, a partir dos recordatórios 24 horas, sete marcadores alimentares com base no formulário dos marcadores do consumo alimentar do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN). Os sete marcadores alimentares se dividiram em marcadores de alimentação saudável (feijão, frutas e verduras) e quatro eram marcadores de uma alimentação não saudável (balas, chocolates, macarrão, sopas ou temperos instantâneos e bebidas adoçadas). Todos os dados coletados foram digitalizados em uma planilha Microsoft Excel® e avaliados no programa Stata versão 16.1. O estudo foi aprovado previamente pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Pelotas sob protocolo nº 6.298.227.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Participaram do estudo 7 alunos (de um total de 9) do 4º e 5º do ensino fundamental. Dos 7 alunos entrevistados, quatro eram do sexo masculino (57,14%) e três do sexo feminino (42,87%), a idade das crianças variou entre 9 e 10 anos. Com relação ao estado nutricional dos escolares, a maioria apresentou obesidade (42,86%) e o restante sobrepeso (28,57%) e peso normal (28,57%). Os resultados do estado nutricional encontrados se assemelham com o estudo de Andrade et al. (2022) o qual observou uma alta prevalência de sobrepeso em adolescentes.

O Gráfico 1 apresenta os resultados sobre o consumo alimentar dos marcadores de uma alimentação não saudável. O presente estudo observou elevado consumo de bebidas adoçadas (85,7%) e biscoitos recheados, doces ou guloseimas (71,4%), corroborando com o estudo de Chaves et al. (2018), que verificou que o consumo de bebidas adoçadas tem sido associado com o excesso de peso entre crianças e adolescentes, além de contribuir para o surgimento de alterações metabólicas. Também foi observado um alto consumo de hambúrguer e/ou embutidos (42,9%), vale ressaltar que o presente estudo foi realizado com alunos residentes da zona rural, e as carnes com excesso de gordura é considerado alimento tradicional da cultura alimentar desta população (COSTA et al., 2021). O consumo de alimentos saudáveis é apresentado no Gráfico 2. É possível perceber que todos os escolares relataram fazer o consumo de feijão, esse resultado pode estar associado com o fato de que o arroz e feijão são alimentos tradicionais, que fazem parte da dieta da população brasileira

(VELÁSQUEZ-MELÉNDEZ et al., 2012). Ainda, observou-se o consumo alto de verduras e/ou legumes (71,0%) e consumo moderado de frutas (43%), resultados semelhantes com a revisão de Rasmussen et al. (2006), que observou que o consumo de frutas e vegetais é mais frequente entre crianças e adolescentes residentes na zona rural do que na zona urbana.

Marcadores Alimentação Não Saudável

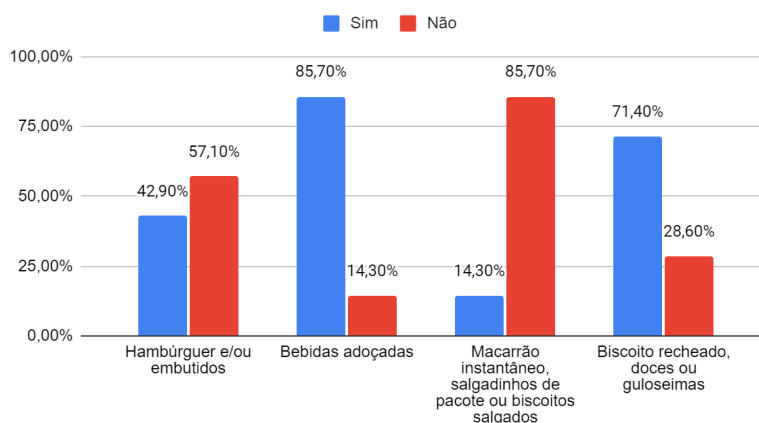


Gráfico 1. Frequência de consumo de marcadores de alimentação não saudável

Marcadores Alimentação Saudável

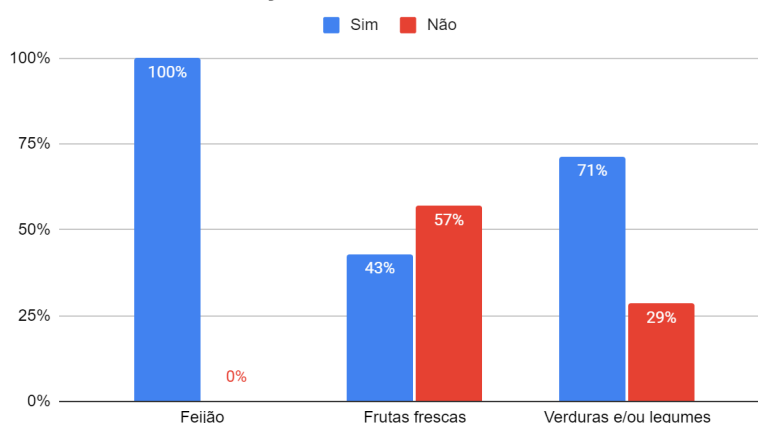


Gráfico 2. Frequência de consumo de marcadores de alimentação saudável

Para a avaliação do consumo alimentar dos escolares os alimentos foram divididos em marcadores, no entanto, cabe ressaltar que ao analisar o recordatório 24 horas foi possível observar a presença de alguns alimentos tradicionais da cultura dos residentes da zona rural do município de Pelotas, como pão, bolachas e doces caseiros, linguiça e leite de leitearia. Os resultados do presente estudo são preliminares, visto que o projeto terá continuidade até o ano de 2026. Ao longo do ano serão realizados mais dois questionários referentes à alimentação dos escolares, vale ressaltar que os resultados achados podem conter viés, em virtude de ser um recorte de um dia referente à alimentação dos escolares.

4. CONCLUSÕES

Com base nos resultados observados foi possível notar que a prevalência no consumo de bebidas adoçadas e doces é grande, fazendo-se necessário um cuidado maior em relação à oferta desses alimentos. Além disso, tornam-se essenciais políticas públicas que incentivem o consumo de alimentos saudáveis. Estudos com escolares da zona rural são escassos, evidenciando a importância

de uma maior atenção a esse grupo. Nesse contexto, o presente estudo é relevante para ampliação do conhecimento sobre os hábitos alimentares e estado nutricional da população rural, especialmente de crianças e adolescentes.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ABESO. **Mapa da Obesidade**. Acessado em 5 out. 2024. Online. Disponível em: <https://abeso.org.br/obesidade-e-sindrome-metabolica/mapa-da-obesidade/>

MARIA et al. Body mass index and abdominal waist values are related to increased cardiometabolic risk in schoolchildren aged five to ten years. **Revista Paulista De Pediatria**, v. 42, 1 jan. 2024.

CRAIGIE, A. M. et al. Tracking of obesity-related behaviours from childhood to adulthood: A systematic review. **Maturitas**, v. 70, n. 3, p. 266–284, nov. 2011.

HU et al. Parental Influence in Forming Preschool Children's Eating Behaviors—A Cross-Sectional Survey in Chongqing, China. **Healthcare**, v. 7, n. 4, p. 140, 7 nov. 2019.

Resolução nº 6, de 08 de maio de 2020 — Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. Disponível em: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/legislacao/resolucoes/2020/resolucao-no-6-de-08-de-maio-de-2020/view>.

World Health Organization. WHO Child Growth Standards. **Dev Med Child Neurol**. 2009;51(12):1002–1002.

ANDRADE, M. E. DA C. et al. Influence of federal feeding programs on the anthropometric indicators of nutritional status of adolescents. **Revista de Nutrição**, v. 35, 2022

CHAVES, O. C. et al. Consumo de refrigerantes e índice de massa corporal em adolescentes brasileiros: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 21, n. suppl 1, 2018.

COSTA, D. V. DE P. et al. Diferenças no consumo alimentar nas áreas urbanas e rurais do Brasil: Pesquisa Nacional de Saúde. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, p. 3805–3813, 30 ago. 2021.

VELÁSQUEZ-MELÉNDEZ, G. et al. Tendências da frequência do consumo de feijão por meio de inquérito telefônico nas capitais brasileiras, 2006 a 2009. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 17, n. 12, p. 3363–3370, dez. 2012.

RASMUSSEN, M. et al. Determinants of Fruit and Vegetable Consumption among Children and adolescents: a Review of the literature. Part I: Quantitative Studies. **International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**, v. 3, n. 1, p. 22, 2006.

