

CONHECIMENTOS DE ADOLESCENTES DA REDE PÚBLICA MUNICIPAL DE ENSINO SOBRE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL A PARTIR DE UM PROGRAMA DE EDUCAÇÃO NUTRICIONAL.

Clovis de Oliveira Monteiro Neto (Bolsista ICV/CNPq), Marize Melo dos Santos (Orientador, Departamento Nutrição/UFPI), Patrícia Almendra de Araújo (Colaborador, UFPI)

Introdução

Ao longo das duas últimas décadas, os estudos enfatizaram a importância da nutrição e da alimentação saudável para a saúde, desenvolvimento e bem estar. As pesquisas mostraram que a desnutrição e a carência de micronutrientes atingem bem mais pessoas do que o esperado, sendo os impactos causados também um fator muito importante a ser considerado (LE BIHAN; DELPEUCH; MAIRE, 2003).

Um estilo de vida saudável precisa ser introduzido de forma gradual e mantido na idade escolar, priorizando a formação de hábitos alimentares adequados mediante estratégias de educação nutricional (BERTIN, 2011).

Neste sentido, este estudo teve como objetivo avaliar os conhecimentos adquiridos de escolares da rede pública municipal de ensino, sobre alimentação saudável, a partir de um programa de educação nutricional.

Metodologia

A intervenção educativa foi realizada com 129 adolescentes, resultando em 119 alunos, na faixa etária 09 a 14 anos, de ambos os sexos, matriculados em 2011 e 2012, em escolas da rede pública municipal de Teresina-Piauí.

As sessões educativas foram realizadas uma vez por semana, durante 09 semanas consecutivas abordando temas relacionados à importância dos alimentos, cuidado com os alimentos e preparo adequado dos alimentos. Foram realizadas 03 (três) para cada tema trabalhado, sendo o conteúdo desenvolvido a partir de dinâmicas, problematizando cada tema específico, e com aplicação de atividade/tarefas para avaliação da aprendizagem.

Para avaliação da eficácia da intervenção foram aplicados questionários antes e após, abordando questões relativas aos temas estudados, conforme relação a seguir:

1. Quais são os alimentos de origem animal e vegetal?
2. Conhecendo a Pirâmide de Alimentos;
3. Ligar o alimento para o seu nutriente;
4. O que é alimentação saudável?
5. Quais dessas comidas podemos dizer que são saudáveis?
6. Quais são os alimentos que se estragam com facilidade?
7. Quais as figuras você acha corretas para cuidar dos alimentos?
8. O que são perigos físicos, químicos e biológicos para os alimentos?
9. O que você sabe sobre a higiene do ambiente?

Em cada item do questionário supracitado os conhecimentos dos alunos foram classificados em Suficiente, quando o percentual de acerto apresentou-se acima de 60%, e Insuficiente, quando o percentual de acerto foi igual ou abaixo de 60%.

Resultados e Discussão

Participaram da pesquisa 119 alunos de ambos os sexos. Os resultados relativos aos conhecimentos dos alunos antes e após a intervenção apresentados nas Tabelas 1 e 2.

Em todos os itens apresentados nas tabelas 1 e 2 houve melhora dos conhecimentos apresentados pelos alunos. No entanto esse conhecimento mostrou-se estatisticamente significantes ($p < 0,001$) nos itens que envolviam a pirâmide dos alimentos, alimentos e nutrientes, alimentação saudável e perigos alimentares. Na tabela 1 observa-se que os alunos que apresentaram conhecimentos suficientes sobre pirâmide dos alimentos representaram 7,6% da turma antes da intervenção. Após a intervenção esse percentual aumentou para 58%, indicando melhora considerável dos conhecimentos. Ocorre o mesmo nos itens referentes a nutrientes dos alimentos e alimentação saudável, onde o percentual de alunos com conhecimentos suficientes passou de 21% para 49,6% e de 40,3% para 57,1%, respectivamente (tabela 1).

Na tabela 2 o aumento mais significativo ($p = 0,001$) ocorreu no item referente perigos alimentares. Neste item o percentual de alunos com conhecimentos suficientes era de 51,3% e subiu para 88,2% após a intervenção.

Tabela 1. Estudo comparativo sobre conhecimentos de adolescentes acerca da alimentação saudável, antes e após intervenção educativa. Teresina – PI, 2012

Variáveis	Antes de IE	Depois de IE	p
	n (%)	n (%)	
Quais são os alimentos de origem animal e vegetal?			
Insuficiente	18 (15,1)	06 (5,0)	$\chi^2 = 6,67$ $p = 0,010$
Suficiente	101 (84,9)	113 (95,0)	
Pirâmide de Alimentos			
Insuficiente	110 (92,4)	50 (42,0)	$\chi^2 = 68,65$ $p < 0,001$
Suficiente	09 (7,6)	69 (58,0)	
Ligue o alimento ao seu nutriente			
Insuficiente	94 (79,0)	60 (50,4)	$\chi^2 = 21,27$ $p < 0,001$
Suficiente	25 (21,0)	59 (49,6)	
O que é alimentação saudável?			
Insuficiente	71 (59,7)	51 (42,9)	$\chi^2 = 6,73$ $p = 0,009$
Suficiente	48 (40,3)	68 (57,1)	
Quais dessas comidas podemos dizer que são saudáveis			
Insuficiente	41 (34,5)	33 (27,7)	$\chi^2 = 1,25$ $p = 0,263$
Suficiente	78 (65,5)	86 (72,3)	

IE= intervenção educativa

Tabela 2. Estudo comparativo sobre conhecimentos de adolescentes acerca dos cuidados com os alimentos, antes e após intervenção educativa. Teresina – PI, 2012

Variáveis	Antes n (%)	Depois n (%)	p
Quais são os alimentos que se estragam com facilidade?			
Insuficiente	80 (67,2)	68 (57,1)	$\chi^2 = 2,60$
Suficiente	39 (32,8)	51 (42,9)	$p=0,109$
Quais as figuras você acha corretas para cuidar dos alimentos?			
Insuficiente	12 (10,1)	06 (5,0)	$\chi^2 = 2,16$
Suficiente	107 (89,9)	113 (95,0)	$p=0,141$
O que são perigos físicos, químicos e biológicos para os alimentos?			
Insuficiente	58 (48,7)	14 (11,8)	$\chi^2 = 38,55$
Suficiente	61 (51,3)	105 (88,2)	$p<0,001$
O que você sabe sobre a higiene do ambiente?			
Insuficiente	41 (34,5)	38 (31,9)	$\chi^2 = 0,17$
Suficiente	78 (65,5)	81 (68,1)	$p=0,680$

IE= intervenção educativa

Conclusão

Através dos resultados obtidos pode-se concluir que o programa teve êxito na melhora dos conhecimentos dos escolares sobre alimentação e nutrição, sendo isso indicado pelo aumento do percentual de alunos com conhecimentos suficientes após a intervenção.

Faz-se necessário e de importância inquestionável a realização de intervenções nutricionais em escolares para que assim esta população venha a ter mais conhecimento na busca por hábitos de vida saudáveis e melhora qualidade de vida.

Apoio: International Life Sciences Institute - Brasil (ILSI-Brasil).

Referências

- LE BIHAN, G.; DELPEUCH, F.; MAIRE, B. Alimentação, nutrição e políticas públicas. São Paulo, Instituto Pólis, 2003. 132 p. (Cadernos de Proposições para o Século XXI);
 BERTIN, R. L.; MALKOWSKI, J.; ZUTTER, L. C. I.; ULBRICH, A. Z. Estado nutricional, hábitos alimentares e conhecimentos de nutrição em escolares. Rev Paul Pediatr 2010;28(3):303-8.

Palavras-chave: conhecimento, adolescente, alimentação saudável.