

AVALIAÇÃO DO COMPORTAMENTO ALIMENTAR DE ESCOLARES DA REDE PÚBLICA MUNICIPAL DE ENSINO DE TERESINA, PIAUÍ, A PARTIR DE UM PROGRAMA DE EDUCAÇÃO NUTRICIONAL.

Vanessa Passos Oliveira (Orientando ICV), Prof^a Dr^a Marize Melo dos Santos (Orientador, Departamento de Nutrição/UFPI), Ianamara Seabra Borges (Colaborador, UFPI)

Introdução

A mudança nos padrões de consumo alimentar da população brasileira nas últimas três décadas evidenciou diminuição no consumo de alimentos tradicionais, como o arroz e o feijão. Houve aumentos de até 400% no consumo de produtos industrializados, como biscoitos e refrigerantes, consumo excessivo de açúcar e aumento sistemático no teor da dieta em gorduras (WHO, 2003).

O presente trabalho foi realizado considerando-se que após um programa de educação nutricional, seus resultados podem proporcionar: estímulo à adoção de hábitos alimentares saudáveis; contribuição acerca do comportamento alimentar; importante passo na formação acadêmica e prática científica dos participantes.

Metodologia

O desenho da amostra e seu cálculo foram realizados em etapas, considerando escolas cadastradas na SEMEC de Teresina (2011). Por sorteio definiu-se a região Norte, escolheu-se aleatoriamente 5% das escolas que tinham alunos na faixa etária da população do estudo (4 escolas).

O modelo é composto por 03 temas (conhecimento, higiene e preparo dos alimentos), sendo realizadas 03 sessões a cada tema, uma vez por semana. Foram adotados 02 tipos de avaliação: uma diagnóstica e outra somativa. O comportamento alimentar foi analisado considerando as respostas dos escolares sobre os seus hábitos alimentares. Em seguida os dados foram inseridos no software SPSS versão 16.0, para interpretação. Para efeito de significância estatística, considerou-se $p < 0,05$. Na análise de associação, antes e depois, foi utilizado o teste de contingência (χ^2).

O projeto foi aprovado pelo Comitê de ética em pesquisa da UFPI (0076/2011) e os pais/responsáveis foram informados sobre os objetivos da pesquisa. Em seguida assinaram o “Termo de Consentimento Livre e Esclarecido”, de acordo com a Resolução MS/CNS nº 196, de 10/10/1996. O projeto contou com a anuência do SEMEC e recursos financeiros garantidos pelo ILSI-Brasil.

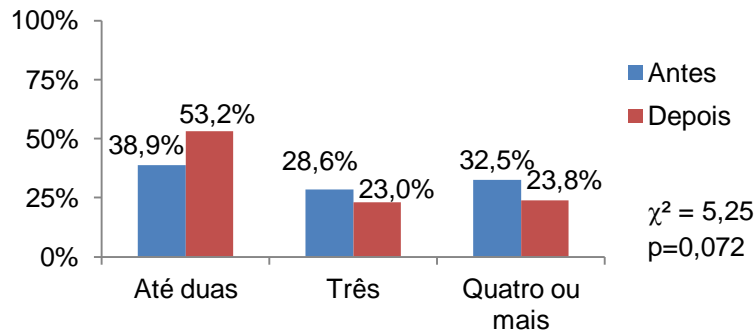
Resultados e Discussão

A pesquisa contou com 126 escolares. O consumo de embutidos na amostra pesquisada apresentou-se elevada antes da intervenção e diminuiu após programa educativo (FIGURA 1).

Em relação ao consumo de doces pode-se verificar que antes da intervenção apresentou-se elevado, com mais de 40% dos alunos possuindo um consumo de mais de quatro vezes por semana (FIGURA 2). Estes resultados corroboram com o encontrado por Carvalho (2010), onde quase 50% dos escolares consumiam balas e doces diariamente.

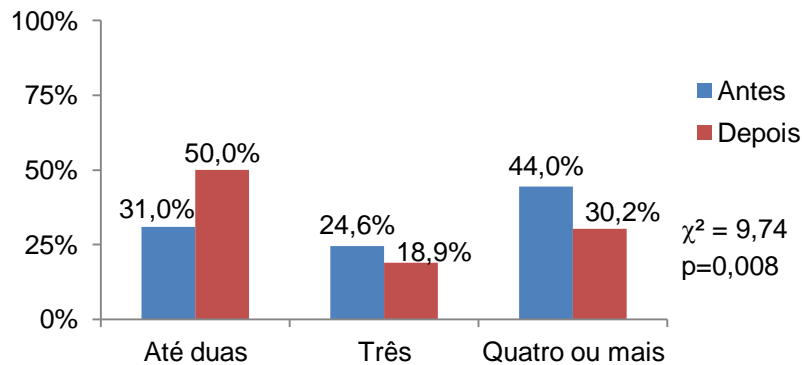
Após a intervenção, porém, houve uma diminuição significativa neste consumo (FIGURA 2). Resultados semelhantes foram encontrados por Fernandes (2009), onde se observou redução do percentual no consumo de doces de 12,7 antes da intervenção para 3,6% após intervenção educativa.

FIGURA 1 - QUANTAS VEZES POR SEMANA VOCÊ COME EMBUTIDOS COMO MORTADELA E LINGUIÇAS?



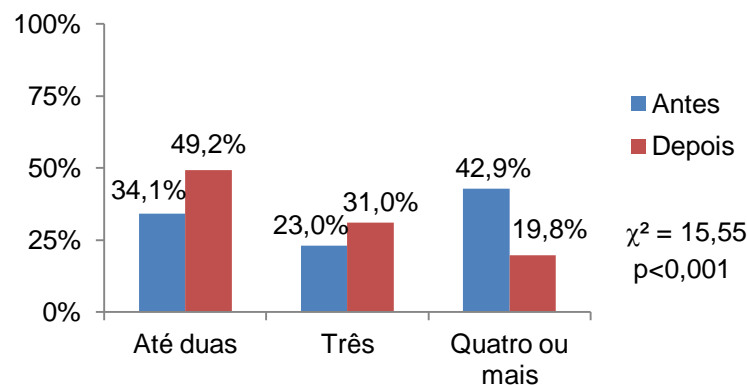
Pesquisas desenvolvidas nas últimas décadas, no Brasil, destacam o consumo excessivo de açúcar, que chega a representar cerca de 1/4 do total de carboidratos na dieta dos brasileiros. Além dos doces, a preferência pelo consumo de salgados e refrigerantes também é uma tendência observada em pesquisas com escolares (GARCIA *et al*, 2003).

FIGURA 2 - QUANTAS VEZES POR SEMANA VOCÊ COME DOCES (BOLOS RECHEADOS, BOMBONS, SORVETES)?



A ingestão elevada de frituras e salgadinhos de pacote pelos adolescentes do presente estudo (FIGURA 3) se assemelhou aos registrados por Conceição *et al.*, 2010, em escolares da rede pública e particular de ensino de São Luiz, Maranhão.

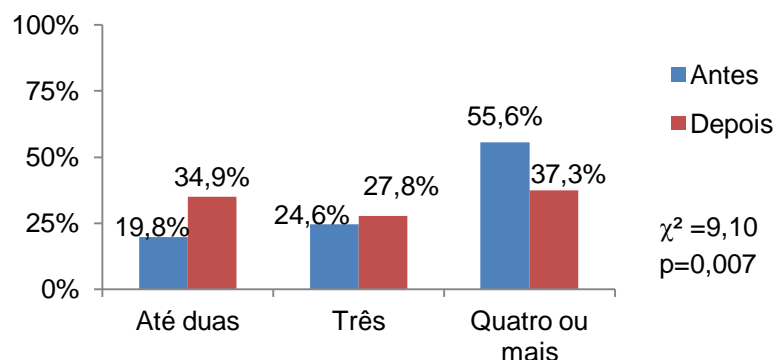
FIGURA 3 - QUANTAS VEZES POR SEMANA VOCÊ COME FRITURAS, SALGADINHOS DE PACOTE?



No presente estudo observou-se ainda um elevado consumo de bebidas açucaradas, sendo estes indicadores reduzidos após intervenção nutricional (FIGURA 4). As preferências dos escolares por refrigerantes e sucos artificiais, muitas vezes, substitui o consumo de bebidas mais nutritivas (BRASIL, 2008).

Estudo realizado por Fernandes (2009), para avaliar o impacto da educação nutricional no consumo alimentar de escolares, notou-se que houve diminuição significativa no consumo salgadinho industrializado, diminuído de 38,2 para 29,1% nas turmas intervencionadas, apontando melhora na escolha alimentar dos alunos que passaram pela educação nutricional.

FIGURA 4 - QUANTAS VEZES POR SEMANA VOCÊ TOMA REFRIGERANTE OU SUCO INDUSTRIALIZADO (DE PACOTE OU CAIXINHA)?



Conclusão

Os dados apresentados mostram que programas de Educação Nutricional são efetivos na melhora do comportamento alimentar de escolares. Isso evidencia a necessidade de se incluir temas sobre alimentação saudável nos projetos pedagógicos do ensino básico, visando aumentar o nível de conhecimento e melhorar o hábito alimentar dos estudantes.

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

Referências

BRASIL, Ministério da Saúde. Secretaria Executiva. Mais saúde: direito de todos: 2008-2011. Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2008.

CARVALHO, A. P.; OLIVEIRA, V.B.; SANTOS, L.C. Hábitos alimentares e práticas de educação nutricional: atenção a crianças de uma escola municipal de Belo Horizonte, Minas Gerais. *Pediatria, São Paulo*, v. 32: 20-27, 2010.

Conceição S. I. O.; Santos C. J. N.; Silva S. S. M., Consumo alimentar de escolares das redes pública e privada de São Luis, Maranhão. *Rev. Nutr., Campinas*. Nov/dez., 2010. 23(6): 993-1004.

FERNANDES, P.S.; BERNARDO, C.O.; CAMPOS, R.M.M.B.; VASCONCELOS, F.A.G. Avaliação do efeito da educação nutricional na prevalência de sobrepeso/obesidade e no consumo alimentar de escolares do ensino fundamental. *Jornal de Pediatria*, 2009- Vol. 85, Nº 4.

World Health Organization. Food and Agriculture Organization [WHO/FAO]. Diet, nutrition and the prevention of chronic diseases. Geneva; 2003. [WHO - Technical Report Series, 916]

Palavras-chaves: escolar; comportamento alimentar; intervenção nutricional.