

PERFIL ALIMENTAR E NUTRICIONAL DE ESCOLARES DE UMA ESCOLA ESTADUAL DO MUNICÍPIO DE PELOTAS - RS

LIMA, Natália Peixoto¹; MULLER, Cátia Regina¹; CASTILHOS, Cristina²; RAUBACH, Raquel¹; MINTEM, Gicele¹

¹Universidade Federal de Pelotas/Faculdade de Nutrição;² Secretaria Municipal de Pelotas- SMS. Email: natyplima@hotmail.com

1 INTRODUÇÃO

A transição nutricional tem sido evidenciada por uma diminuição da ocorrência de desnutrição em crianças e adultos, ao mesmo tempo em que aumenta a prevalência de sobrepeso e obesidade na população brasileira (BATISTA FILHO e ANETE, 2003).

Em 2009, um terço das crianças brasileiras de cinco a nove anos estava acima do peso recomendado pela Organização Mundial de Saúde. No Brasil, a prevalência de excesso de peso passou de 18,5% para 50,1% em homens adultos e de 28,7% para 48% nas mulheres. A Região Sul apresenta os maiores percentuais de obesidade: 15,9% e homens e 19,6% de mulheres (IBGE, 2010).

Excesso de peso na infância pode estar associado ao excesso de peso na vida adulta, assim como ao aumento do risco de morbidade (MUST et al, 1992). A avaliação nutricional é fundamental para determinar se existe necessidade de uma intervenção alimentar. Hábitos alimentares saudáveis na infância e adolescência são muito importantes na prevenção do adoecimento na vida adulta (BRASIL, 2009).

Considerando a importância da identificação precoce do risco nutricional, o presente estudo teve como objetivo descrever o estado nutricional e a prática alimentar de escolares matriculados em uma escola da rede estadual de ensino, na cidade de Pelotas, a fim de promover melhorias na saúde escolar.

2 METODOLOGIA

Foi realizado um estudo transversal, com os alunos de 1ª a 5ª séries, da Escola Estadual Nossa Senhora Aparecida, localizada no bairro Simões Lopes, na cidade de Pelotas, Rio Grande do Sul, no período de junho a agosto de 2011.

Segundo os dados da secretaria da escola, havia um total de 166 crianças matriculadas, com idade entre seis e quatorze anos. Para a avaliação antropométrica participaram 145 e as perdas totalizaram 12,7%. O consumo alimentar foi avaliado apenas na 3ª, 4ª e 5ª série, totalizando 102 crianças matriculadas, dentre as quais 84 foram entrevistadas, tendo uma perda de 16,7%.

Para avaliação antropométrica foram coletados peso e altura. O peso corporal foi obtido utilizando-se balança com capacidade de 150 kg e precisão de 100 gramas da marca Tanita, durante as medidas as crianças estavam descalças e usando o mínimo de roupas possível. A estatura foi aferida mediante estadiômetro portátil da marca Alturaexata.

O estado nutricional dos escolares foi classificado de acordo com o índice de massa corporal (IMC), obtido pela fórmula: $IMC = \text{peso (kg)} / \text{altura (m)}^2$ utilizando os critérios das Novas Curvas de Crescimento para população de 5 a 19 anos de idade (Estudo Multicêntrico de Referência do Crescimento – MGRS) propostos pela Organização Mundial da Saúde (WHO, 2007), através do Programa AnthroPlus.

Para avaliação de consumo alimentar foi utilizado o formulário de marcadores de consumo alimentar para indivíduos maiores de cinco anos de idade, do Ministério da Saúde (SISVAN). Os dados foram analisados no programa Microsoft Excel 2007.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Dos 145 escolares avaliados, 76 (52,4%) eram do sexo feminino. Neste total, a prevalência de alunos com IMC adequado foi de 67,6%, e a prevalência de sobrepeso e obesidade foi 19,3% e 13,1%, respectivamente. O sobrepeso foi de 19,7% entre os meninos e de 18,8% nas meninas. Em relação à obesidade, a prevalência foi maior nas meninas (15,9%) do que nos meninos (10,5%) (Tab. 1).

Resultado semelhante foi encontrado em estudo realizado com escolares, com idade entre 6 e 10 anos, na rede municipal da cidade de Chapada, Rio Grande do Sul, onde dos 214 alunos estudados, 68,7% apresentaram valores de IMC adequados. Sendo que 15,9% das meninas e 14,5% dos meninos apresentaram algum grau de excesso de peso (POLLA e SCHERER, 2011).

Tabela 1 - Descrição do estado nutricional de escolares segundo sexo. Pelotas-RS, 2011.

Variável	Estado nutricional		
	Eutrofia	Sobrepeso	Obesidade
Sexo	n (%)	n (%)	n (%)
Masculino	53 (69,7%)	15 (19,7%)	8 (10,5%)
Feminino	45 (65,2%)	13 (18,8%)	11 (15,9%)

Na tabela 2, está evidenciada a frequência média da ingestão alimentar semanal, de acordo com o formulário de marcadores de consumo alimentar para indivíduos maiores de cinco anos de idade (SISVAN). Em comparação com os dez passos para uma alimentação saudável para crianças maiores de 2 anos (BRASIL, 2007), o consumo médio de frutas de 4,2 vezes por semana foi abaixo do desejado, visto que este deveria ser diário, assim como o consumo médio de saladas cruas (2,3 vezes por semana) e legumes (1,6 vezes por semana). Em relação ao consumo de frituras (2 vezes por semana) e doces (3 vezes por semana) foi considerado acima do satisfatório, onde o ideal seria de 1 e 2 vezes por semana, respectivamente. Já o consumo semanal de feijão foi adequado, sendo de 5,3 vezes por semana e o desejado de, pelo menos, 4 vezes por semana.

O consumo em excesso de alimentos gordurosos proporciona um aumento de peso corporal, aumento de lipídeos no sangue e um possível comprometimento cardiovascular, assim como a ingestão de frutas, verduras e legumes é importante dentro de uma dieta saudável por serem fontes de micronutrientes, fibras e de nutrientes com propriedades funcionais. Os hábitos alimentares são estabelecidos nos primeiros anos e seguidos até a idade adulta. Estimular o consumo de frutas, verduras e legumes é uma maneira de promover um futuro mais saudável (SONATI, 2008).

Tabela 2 - Média e desvio-padrão (DP) de consumo alimentar semanal de escolares. Pelotas-RS, 2011.

Alimentos	Consumo semanal
	Média (DP)
Saladas cruas	2,3 (2,5)
Legumes	1,6 (1,8)
Frutas	4,2 (2,7)
Feijão	5,3 (2,6)
Leite e derivados	4,5 (2,8)
Frituras	2,0 (2,1)
Embutidos	2,9 (2,9)
Salgadinhos	2,7 (2,7)
Doces	3,0 (2,7)
Refrigerantes	3,7 (2,7)

4 CONCLUSÃO

Diante do exposto, observou-se que os escolares avaliados apresentaram uma dieta inadequada, com excesso de frituras, doces e embutidos, enquanto há um baixo consumo de frutas, legumes e verduras. As prevalências de excesso de peso foram consideradas acima do esperado, a qual pode estar relacionada com a dieta inadequada apresentada no estudo. Entretanto, tais resultados limitam-se apenas aos escolares avaliados nesta amostra. Dessa forma, seria recomendável a reformulação de estratégias focadas no desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis, a fim de proporcionar uma melhora no estado nutricional dos escolares.

5 REFERÊNCIAS

BATISTA FILHO, M.; RISSIN, A. A transição nutricional no Brasil: tendências regionais e temporais. **Cad. de Saúde Pública**. Rio de Janeiro, v. 19, sup.1, p.181-191, 2003.

BRASIL. Ministério do Planejamento, Orçamento e Gestão. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **POF 2008 2009** - Antropometria e estado nutricional de crianças, adolescentes e adultos no Brasil. Rio de Janeiro, 2010. Disponível em:

http://www.ibge.gov.br/home/presidencia/noticias/noticia_visualiza.php?id_noticia=1699&id_pagina=1

MUST, A.; JACQUES, P.F.; DALLAL, G.E.; BAJEMA, C.J.; DIETZ, W.H. Long-Term Morbidity and Mortality of Overweight Adolescents - A Follow-up of the Harvard Growth Study of 1922 to 1935. **N Engl J Med**, v.327, p. 1350-1355, 1992.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. Saúde na escola. **Cadernos de Atenção Básica**, n. 24, Série A. Textos Básicos de Saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 2009.

WHO: PROGRAMMES AND PROJECTS. The WHO Reference 2007: growth reference data for 5 – 19 years. Disponível em:

<http://www.who.int/growthref/en/>>. Acesso em: 10 ago. 2011.

BRASIL. Ministério da Saúde. SISVAN - Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional. Coordenação Geral da Política de Alimentação e Nutrição. Brasília: Ministério da Saúde. Disponível em:

http://nutricao.saude.gov.br/sisvan.php?conteudo=sistemas_informatizados.

Acesso em: 16 ago. 2011.

POLLA, S.F.; SCHERER, F. Perfil alimentar e nutricional de escolares da rede municipal de ensino de um município do interior do Rio Grande do Sul. **Cad. Saúde Colet.**, Rio de Janeiro, v.19, n.1, p. 111-6, 2011.

BRASIL. Ministério da Saúde. Os dez passos de uma alimentação saudável para crianças maiores de 2 anos. Disponível em:

http://portal.saude.gov.br/portal/arquivos/pdf/caderneta_crianca_2007_25.pdf.

Acesso em: 15 ago. 2011.

SONATI, J.G. A alimentação e a saúde do escolar. In: BOCCALETTO, E.M.; MENDES, R.T. (Orgs). **Alimentação, Atividade Física e Qualidade de Vida dos Escolares do Município de Vinhedo**. Campinas: FEF-UNICAMP, 2008. p. 31-37.