

Avaliação do Consumo Alimentar de Escolares da Rede Pública de Ensino Fundamental de Piracicaba

Autores

Bruna Mungai Sartori

Orientador

Miriam Coelho de Souza

1. Introdução

Para que a criança tenha um crescimento e desenvolvimento normal e uma boa saúde, é necessário que desde a infância ela tenha uma nutrição adequada. Portanto, uma alimentação adequada e equilibrada assume uma importância fundamental em todas as fases do desenvolvimento, já que contribui para a expressão máxima de marcadores genéticos de crescimento e imunocompetência (SPINELLI et al., 2003; SETIAN et al, 1994 apud ALBUQUERQUE; MONTEIRO, 2002).

Todo o ser humano tem o direito de ter uma alimentação suficiente e adequada, especialmente nos países em desenvolvimento, onde há milhares de crianças que não estão desfrutando deste direito. Ter o direito à alimentação adequada não significa apenas ter uma quantidade mínima de calorias, proteínas e outros nutrientes específicos, mas também se refere às condições sociais, econômicas, culturais, etc (MAZZILLI, 1987; COSTA et al., 2001).

Há uma profunda mudança no padrão alimentar das crianças, já que está ocorrendo pouco consumo de frutas, hortaliças e leite, e um aumento de alimentos como bolachas recheadas, salgadinhos, doces, refrigerantes, entre outros, bem como a omissão do café da manhã (TRICHES; GIUGLIANI, 2005). Por isso, pode-se dizer que a escola é fundamental na recuperação do perfil nutricional das crianças, recuperação que muitas vezes é decorrente do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), onde são servidas, hoje em dia, 37 milhões de refeições nas escolas públicas, tendo como objetivo de suplementar a alimentação dos escolares, visando melhorar os hábitos alimentares, as condições nutricionais, a capacidade de aprendizagem e a redução dos níveis de evasão escolar e repetência. (FUNDO NACIONAL DE DESENVOLVIMENTO EDUCACIONAL, 2004; OLIVEIRA *et al*, 2004). Esse programa tem como público alvo às crianças matriculadas nas pré-escolas e nos estabelecimentos de ensino básico e fundamental (oficiais e filantrópicos), proporcionando-lhes a assistência alimentar suplementar, cujo conteúdo nutricional visa cobrir 15% a 30% das necessidades nutricionais diárias dos alunos, durante 180 dias letivos (SPINELLI e CANESQUI, 2002).

2. Objetivos

Avaliar o consumo alimentar dos escolares matriculados na rede pública de Piracicaba por meio do inquérito alimentar.

3. Desenvolvimento

A população do estudo foi constituída por crianças matriculadas em 51 escolas públicas, sendo 29 de pré-escolas e 22, distribuídas na diferentes regiões administrativas da área urbana do município de Piracicaba (SP). A escolha foi feita aleatoriamente entre os alunos do mesmo sexo e idade. No primeiro momento o estudo levantou dados de 264 escolares e de suas mães ou outro responsável, sendo 145 pré-escolares e 119 escolares. Num segundo momento, e após 1 ano, foi levantado dados de 24 escolares e suas mães ou responsáveis matriculados na 1º série (11) e na 2º séries (13). Para a realização da pesquisa todas as crianças tiveram autorização prévia da direção da escola e de seus responsáveis, os quais assinaram um termo de consentimento livre e esclarecido antes da realização das entrevistas.

Na primeira etapa os dados foram coletados por meio de entrevista individual com a mãe ou com o responsável do escolar, no horário de entrada ou saída escolar, sendo registrados em um questionário semi-estruturado. E na segunda etapa, a entrevista também foi realizada com as mães ou responsáveis da criança, mas os dados foram coletados pelo telefone.

O questionário continha perguntas direcionadas ao estado de saúde atual e pregressa da criança, procedência ao ingresso na escola (casa, creche, pré-escola) e a respeito do consumo alimentar, o dia alimentar habitual da criança.

O cálculo do dia alimentar habitual referido pelas mães ou responsável dos escolares foi desenvolvido utilizando-se do Programa de Apoio à Nutrição (Nutwin), versão 2.5 (CIS-EPM), para energia total e a composição de macronutrientes (carboidrato, proteína, lipídeo). Os valores de macronutrientes obtidos foram expresso em porcentagens. A média diária de energia foi calculada a fim de ser comparada com as recomendações nutricionais, de acordo com a idade, peso e altura do escolar conforme a Necessidade de Energia Estimada (EER, Estimated Energy Requirement, 2002). Os macronutrientes foram comparados com a Recomendação Dietética Diária (RDA, Recommend Dietary Allowances), obtida por meio da ingestão dietética de referência (NRC 2002).

Todos os dados coletados foram tabulados em planilha no Excel (Microsoft), sendo realizadas tabelas expressando média e desvio padrão.

4. Resultados

A partir da avaliação dos recordatórios do consumo alimentar habitual tanto dos escolares quanto dos pré-escolares, pode-se perceber que a média da energia consumida em casa ultrapassava a média de energia necessária estimada (EER). O mesmo foi observado com as crianças um ano após a primeira entrevista, como pode ser observado na Tabela 01.

A alimentação tem um papel importante no desenvolvimento e crescimento das crianças. Para atender a elevada demanda de energia e nutriente, o indivíduo necessita consumir grandes quantidades e diversidades de alimentos (PHILIPPI et al., 2000).

Nota-se que em geral os pré-escolares estão tendo um consumo energético, em média, muito acima do esperado ($1389,15 \pm 157,58$ Kcal), mesmo depois de 1 ano. Os escolares da 1ª série, tiveram também média de consumo energéticos superior à sua necessidade nutricional ($1549,75 \pm 528,70$ Kcal), sendo observado o mesmo após 1 ano da primeira entrevista.

A transformação do estilo de vida e alimentação da população brasileira mostra aumento de consumo de produtos gordurosos, açúcares, doces e bebidas açucaradas (com índice elevado de glicêmico) e diminuição da ingestão de cereais e/ou produtos integrais, frutas e verduras, os quais são fontes de fibra (LIMA; ARRAIS; PEDROSA, 2004).

Na Tabela 02, pode-se observar que tanto os pré-escolares como os escolares tiveram um consumo elevado de lipídeo ao comparar com os valores encontrados de RDA.

A gordura é a principal fonte de reserva de energética e seu excesso pode ocasionar o aparecimento da obesidade e por consequência causar diabetes, hipertensão, elevação dos níveis de colesterol e triglicérides (VITOLLO, 2003; VARELLA, 2005).

Ainda nesta tabela, observa-se que a ingestão de proteína e carboidrato estão dentro do recomendado, ou seja, o consumo destes macronutrientes está adequado de acordo com a Recomendação Dietética Diária (RDA, 2002).

5. Considerações Finais

Os resultados obtidos da avaliação do consumo alimentar dos escolares no estudo permite concluir que o consumo de energia não atende as recomendações diárias para a faixa etária estudada.

Dentre os macronutrientes, o lipídeo foi o único nutriente que está com níveis elevado de consumo ao comparar os valores com o recomendado pela RDA.

Assim conclui-se que em função da observada tendência de obesidade e consumo excessivo de gordura entre as crianças em fase de pré-escola e escolar no estudo, reforça-se a necessidade de se criar políticas públicas voltadas a alimentação escolar de forma a rever procedimentos sobre a alimentação infantil nessa faixa etária para atender as necessidades da crianças e de se prevenir a obesidade e de doenças correlacionadas.

Referências Bibliográficas

COSTA, E.Q. et al. Programa de Alimentação Escolar: espaço de aprendizagem e produção de conhecimento. **Revista de Nutrição**, Campinas v. 14 n. 3, p.225-29, set./dez. 2001.

www.mds.gov.br. Acessado: 20/04/2006 LIMA, S.C.V.C.; ARRIAS, R.F.; PEDROSA, L.F.C. Avaliação da dieta habitual de crianças e adolescentes com sobrepeso e obesidade. **Revista de Nutrição**, Campinas, vol 17, nº4: 469 – 477, outubro / dezembro, 2004.

http://www.drauziovarella.com.br/artigos/obesidade_criancassedentarias.asp. Acessado: 14/08/2006.

VITOLLO, M.R. **Nutrição: da gestação à adolescência**. Rio de Janeiro: Reichmann & Autores Editores, 2003.

Anexos

Tabela 01 – Consumo energético e estimativo de energia dos pré-escolares e escolares

	Pré-escolares			Escolares		
	EER* (kcal)	Energia 1** (kcal)	Energia 2*** (kcal)	EER* (kcal)	Energia 1** (kcal)	Energia 2*** (kcal)
Média	1389,15	2292,8	2457,73	1549,75	2190,65	2.574,61
Desvio padrão	157,58	651,26	503,53	528,7	662,51	752,63
Máximo	2136,99	3922,69	3728,09	4550,57	3953,3	3.929,10
Mínimo	1150,71	1205,7	1958,7	1094,9	1061,96	1.444,10

*Necessidade de Energia Estimada (EER, Estimate d Energy Requirement, 2002)

**Energia 1= energia consumida pelas crianças na primeira entrevista

***Energia 2= energia consumida pelas crianças depois de 1 ano da primeira entrevista

Tabela 02 - Composição nutricional dos macronutrientes dos pré-escolares e escolares

		Média 1*	RDA***	Média 2**	RDA***
Pré-escolares	Proteína	15,06%	10 - 30%	15,50%	10 - 30%
	Lipídeo	39,45%	25 - 35%	40,71%	25 - 35%
	Carboidrato	45,22%	45 - 60%	45,14%	45 - 60%
Escolares	Proteína	14,81%	10 - 30%	15,40%	10 - 30%
	Lipídeo	41,70%	25 - 35%	39,58%	25 - 35%
	Carboidrato	39,17%	45 - 60%	46,12%	45 - 60%

*Média 1 = média da ingestão dos macronutrientes da primeira entrevista

**Média 2 = média da ingestão dos macronutrientes depois de 1 ano da primeira entrevista

***Recomendação Dietética Diária (RDA, Recommended Dietary Allowances, 2002)