

## ANÁLISE DE DADOS PARCIAIS SOBRE O CONSUMO ALIMENTAR DE ADOLESCENTES DAS ESCOLAS MUNICIPAIS DE MONTES CLAROS

**Autores:** DÉBORA MAGALHÃES PAIVA, LORENA NUNES MARTINS DE SANT'ANA, ANDRÉ AUGUSTO DIAS SILVEIRA, PEDRO HENRIQUE FERNANDES DE RESENDE, JULIENY DA CRUZ SANTOS, LUCINÉIA DE PINHO, ANTÔNIO PRATES CALDEIRA

### Introdução

A alimentação dos adolescentes brasileiros é rica em alimentos com alto teor de sódio, doces e refrigerantes, e por baixo consumo de frutas, legumes e verduras (CUNHA et al., 2015; SOUZA et al., 2009).

Este padrão de consumo alimentar observado na fase da adolescência, que compreende dos 10 aos 19 anos, está relacionado ao período de constantes e intensas transformações, as quais são induzidas por hábitos familiares, condições socioeconômicas, valores e imposições sociais, amizades e, além disso, experiências e conhecimentos individuais.

Costumes e aprendizados dessa fase possuem repercussão sobre o comportamento em vários aspectos da vida futura, como alimentação, autoimagem e saúde individual (BARUFALDI et al., 2016).

Sabe-se, que o consumo alimentar está intrinsecamente associado ao poder de aquisição da família. Pesquisas recentes confirmam essa ideia, a partir da análise de hábitos alimentares pouco saudáveis, especialmente nos adolescentes de classes econômicas mais altas, os quais têm maior acesso a informação e alimentos. Possuindo uma dieta baseada em alimentos ricos em gorduras, açúcares e sódio, com irrisória ingestão de hortaliças, verduras e frutas (LEVY et al., 2009).

Ainda, é observado que o consumo de cereais, verduras e leguminosas ocorrem com maior frequência em famílias de classe socioeconômicas menos favorecidas (LEVY et al., 2009).

O objetivo do presente estudo é avaliar o consumo alimentar dos adolescentes do 6º ao 9º ano, da rede municipal de educação da cidade de Montes Claros.

Mesmo sabendo da importância do consumo alimentar saudável, os estudos realizados em adolescentes, ainda são escassos, o que justifica a relevância e pertinência da pesquisa em curso, cujos dados terão relevância para a região.

### Materiais e Métodos

O presente estudo corresponde à apresentação parcial dos dados, do projeto de pesquisa intitulado "Saúde na Escola", que tem como proposta realizar a avaliação nutricional e risco cardiovascular entre adolescentes de escolas públicas.

Trata-se de uma pesquisa quantitativa, descritiva, com caráter epidemiológico e transversal, realizada entre maio e setembro de 2017, com discentes do ensino fundamental das escolas públicas municipais da cidade de Montes Claros - MG.

Para o desenvolvimento do estudo foi feito um cálculo amostral, com base nos seguintes parâmetros: um nível de significância de 5%, uma prevalência estimada de 50% e um erro amostral de 4%. A amostragem será conduzida por conglomerados (escolas) e, portanto, o número definido pelo cálculo amostral será multiplicado por um fator de correção (*deff*). Como critérios de inclusão estabeleceram-se, estar matriculado no 6º ao 9º ano, e frequentar regularmente a escola. Serão excluídos do estudo adolescentes portadores de doenças crônicas debilitantes.

O instrumento utilizado neste estudo foi um questionário estruturado e autoaplicável dividido em módulos por assunto: características sociodemográficas e consumo alimentar. Os grupos de alimentos consumidos analisados foram: feijão; hortaliças; frutas *in natura*; leite; refrigerantes; guloseimas; biscoitos doces e embutidos. Os quatro primeiros foram considerados alimentos marcadores de alimentação saudável e os quatro últimos marcadores de alimentação não saudável (LEVY et al., 2009).

O consumo de doces e alimentos foi expresso de duas formas: (1) pela distribuição percentual da frequência semanal de consumo de cada alimento; e (2) por um indicador que expressa-se a proporção de adolescentes que consumiam mais frequentemente (regularmente: em pelo menos cinco dos sete dias que antecederam o estudo) e menos frequentemente (entre zero e quatro dias que antecederam o estudo) cada um dos alimentos selecionados (LEVY et al., 2009).

O questionário foi aplicado em sala de aula, na presença do professor, após consentimento dos pais e/ou responsáveis.

Os dados obtidos foram analisados por meio do Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) IBM versão 20.0.

Esta pesquisa atendeu aos preceitos éticos estabelecidos pela Resolução n. 466/2012 e foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP), sob protocolo n° 1.908.982.

### Resultados e discussão

A investigação foi realizada com 86 adolescentes das escolas municipais. Foram observados que 46,5% dos alunos não haviam consumido feijão, leite, frutas ou hortaliças na semana anterior ao estudo. Registrou-se que 17,5% dos alunos não comiam feijão frequentemente/regularmente, ou seja, entre zero e quatro dias anterior a pesquisa, e que 82,5% alimentavam-se regularmente. Seguindo o mesmo padrão de regularidade, o estudo mostrou que 54,7%, 63,9%, 54,6% não ingeriram legumes ou verduras, frutas frescas e leite, respectivamente. Contra 45,3%, 36,1% e 45,4% dos que comeram os mesmos alimentos citados acima, entre cinco a sete dias antes do estudo, mantendo frequência regular. E em relação ao consumo dos alimentos considerados marcadores da alimentação não saudável notaram-se que 76,8% tomaram refrigerante pelo menos nos últimos quatro dias, e que 23,2% tomaram nos últimos cinco a sete dias. Em relação a guloseimas, biscoito doce e embutido contou-se que 52,4%, 63,3% e 79,0% comeram de forma não regular. Contra 47,6%, 36,1% e 21,0% dos alunos que afirmaram ingerir esses alimentos com frequência regular.



Pesquisa realizada por Levy et al. em 2009, abordando o mesmo tema discutido apresentou dados que também corroboram com a análise dos hábitos alimentares em adolescentes brasileiros. O estudo teve como base as mesmas variáveis; o consumo de feijão, hortaliças, frutas, leite, guloseimas, biscoito doce e embutidos. Os resultados apresentados foram: que 20% dos adolescentes não haviam consumido leite, frutas ou hortaliças na semana anterior ao estudo. Em relação ao consumo de alimentos considerados saudáveis, os dados obtidos foram: feijão 62,6%, hortaliças 31,2%, frutas 31,5% e leite 53,6%. Enquanto aos alimentos não saudáveis, observou-se que 37,2% tomaram refrigerante nos últimos cinco a sete dias antes da pesquisa, 50,9% comeram guloseimas, 33,6% biscoito doce e 18% embutidos.

Analisando-se os indicadores estudados e comparando-os com pesquisas que possuem resultados já definidos, é possível perceber com facilidade a mudança do consumo alimentar entre adolescentes, o que afeta de forma direta o comportamento alimentar. De acordo com a literatura os hábitos alimentares inadequados em adolescentes vão além de uma dieta rica em gorduras e açúcares, estão associados também a insatisfação corporal, atividade física, estado nutricional e poder aquisitivo (VALE et al., 2011).

### Conclusão

A partir da análise parcial dos dados da pesquisa pode concluir que os adolescentes possuem hábitos alimentares cada vez, mais associados a alimentos com alto teor de açúcares, gorduras, sódio e conservantes, os quais são prejudiciais para saúde, quando ingeridos de forma indiscriminada. Opondo-se a isso, pode ser observado que os alimentos ricos em nutrientes não são consumidos de forma adequada, ou seja, não estão presentes na dieta dos alunos de forma constante.

Logo, consumo e hábitos alimentares saudáveis no decorrer da adolescência são imprescindíveis para uma vida produtiva, sendo fundamentais para a promoção da vida adulta, sem doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), como diabetes, hipertensão, obesidade e doenças cardiovasculares, que associam-se as condições de nutrição e metabolismo.

### Agradecimentos

Ao Programa de Iniciação Científica Voluntária (ICV) da Universidade Estadual de Montes Claros (Unimontes), ao Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica para o Ensino Médico – PIBIC/EM, ao Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) e ao Programa de Iniciação Científica Voluntária (ICV) das Faculdades de Saúde Ibituruna (FASI).

### Referências Bibliográficas

- BARUFALDI, L. A. et al. **ERICA: prevalência de comportamentos alimentares saudáveis em adolescentes brasileiros**. Rev. Saúde Pública, São Paulo, v. 50, supl. 1, 6s, 2016.
- CUNHA, D. B. et al. **Prontidão para mudança de comportamento e variação do consumo alimentar de adolescentes participantes de ensaio comunitário de base escolar em Duque de Caxias**, RJ. Rev. bras. epidemiol., São Paulo, v. 18, n. 3, p. 655-665, Sept. 2015
- LEVY, R.B. et al. **Consumo e comportamento alimentar entre adolescentes brasileiros: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE)**, 2009. Ciênc. saúde coletiva, Rio de Janeiro, v. 15, supl. 2, p. 3085-3097, Oct.2010.
- SOUZA, A. M.; PEREIRA, R. A.; Yokoo, E.M.; Levy R. B.; Sichieri, R. **Most consumed foods in Brazil: National Dietary Survey 2008-2009**. Rev Saúde Pública 2013; 47 (Suppl 1): 190S-9S
- TAVARES, L. F. et al. **Padrões alimentares de adolescentes brasileiros: resultados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE)**. Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, v. 30, n. 12, p. 2679-2690, Dec. 2014.
- VALE, A.; KERR, R.L.S; BOSI, M.L.M. **Comportamento de risco para transtornos do comportamento alimentar entre adolescentes do sexo feminino de diferentes estratos sociais do Nordeste do Brasil**. Ciênc Saúde Coletiva. 2011;16(1):121-32.

# 11<sup>o</sup> FEPEG FÓRUM

ENSINO · PESQUISA  
EXTENSÃO · GESTÃO

**UNIVERSIDADE, SOCIEDADE E POLÍTICAS PÚBLICAS**

ISSN: 1806-549X

Realização:



SECRETARIA DE  
DESENVOLVIMENTO  
CIENTÍFICO, TECNOLOGIA  
E INOVAÇÃO SUPERIOR



Apoio:

