

ESTADO NUTRICIONAL DE ESCOLARES DE 11 A 13 ANOS, DE UMA ESCOLA PÚBLICA DO MUNICÍPIO DE VÁRZEA GRANDE – MT, 2016

Jackeline C. F. Arruda B. Massad¹, Barbara Nunes², Nadia Saggin²

1. Profa. Mestre, Docente do Curso de Graduação em Nutrição do Centro Universitário de Várzea Grande

2. Discente do Curso de Nutrição do Centro Universitário de Várzea Grande

Palavras chave: hábitos alimentares; estado nutricional; consumo alimentar; estudantes.

INTRODUÇÃO

As transformações de ordem econômica, social e demográfica pela qual o país passou nas últimas décadas modificaram consideravelmente o perfil nutricional e educacional da população brasileira. Assim, o conhecimento da situação nutricional da população infantil de um país é essencial para avaliar a evolução das condições de saúde e de vida da população (SILVA, 1998).

A alimentação saudável, como constituinte das condições de saúde, é imprescindível desde a infância, período que constitui a base da formação do ser humano. Segundo Pontes e Slompo (2008), o consumo de uma dieta balanceada desde essa fase da vida é extremamente importante para o crescimento e desenvolvimento intelectual, pois melhora o nível educacional e reduz transtornos de aprendizado causados por deficiências nutricionais, tais como anemia e desnutrição. É justamente nessa fase que se formam os hábitos alimentares, sendo os familiares e a escola elementos muito importantes, pois é por meio deles que os valores serão repassados e a criança passa a conhecer novos alimentos.

Além da alimentação, a avaliação do estado nutricional na infância representa uma importante informação sobre o status de saúde deste grupo populacional (ARAÚJO *et al*, 2003). Parece claro, na literatura, que crianças que apresentam alterações relacionadas a desnutrição ou ao excesso de peso, apresentam maior probabilidade de apresentar problemas de saúde (MONEGO, 2006).

Em um estudo realizado em uma escola da rede pública do Paraná mostrou que em relação ao estado nutricional, 56,4% dos escolares foram classificados como eutróficos, porém não houve associação significativa entre o sexo e as categorias do estado nutricional. Entretanto, as meninas apresentaram prevalência numericamente mais elevada de desnutrição e de excesso de peso quando comparadas aos meninos. As prevalências de sobrepeso e obesidade corresponderam a 19,5% e 22,3% para meninos e meninas, respectivamente. Não foram observadas diferenças estatísticas entre as categorias de excesso de peso em relação ao sexo. Porém, as meninas apresentaram prevalências numericamente superiores aos meninos para o sobrepeso e obesidade (SALOMONS *et al*, 2007).

Considerando a importância do estado nutricional para o desenvolvimento biológico e cognitivo da criança e que a maioria dos estudos feitos até então, mostraram que a maior parte dos escolares da rede pública estão eutróficos, porém, o sobrepeso e obesidade se somados, podem chegar próximos a porcentagem de adequados, sendo um agravamento à saúde das crianças.

OBJETIVO

Avaliar o estado nutricional de escolares de 11 a 13 anos, de uma escola pública do município de Várzea Grande - MT.

MÉTODOS

Trata-se de um estudo de corte transversal, em escolares do ensino fundamental, realizado em uma escola estadual no município de Várzea Grande – MT, no ano de 2016.

A cidade de Várzea Grande foi transformada em município em 23 de setembro de 1948, no governo de Arnaldo de Figueiredo, que nomeou o várzea-grandense major Gonçalo Romão de Figueiredo para exercer o cargo de prefeito, até que se realizassem eleições. O rápido crescimento

SEMINÁRIO TRANSDISCIPLINAR DA SAÚDE

de Várzea Grande, principalmente após o seu primeiro centenário, está ligado à grande imigração e à cessão, pela prefeitura, de áreas para a instalação de indústrias, bem como à tradicional aptidão do seu povo para o comércio e para o trabalho, povo que continua construindo a história do município com seu trabalho cotidiano (FERREIRA, 2011).

Segundo a Câmara Municipal (2014), na área da educação, Várzea Grande conta com 60 escolas municipais de educação básica, sendo 42 escolas na área urbana e 18 escolas na área rural. Conta ainda com 44 escolas estaduais, 47 escolas particulares e 2 escolas de nível superior.

Foram coletados dados de 60 alunos no período matutino do ensino fundamental da Escola Estadual Deputado Emanuel Pinheiro, município de Várzea Grande, Mato Grosso, durante o período de uma semana. A escolha deste local se deve à experiência anterior dos envolvidos, neste trabalho, no estágio supervisionado em nutrição social, durante o semestre letivo de 2015/2, que permitiu uma acessibilidade com a equipe gestora e uma demanda de avaliação do estado nutricional dos alunos deste ambiente escolar.

Para coleta de dados foi utilizado questionário que levantava informações socioeconômicas e das características da família da criança, tais como sexo, idade, raça/cor, situação conjugal dos pais, número de moradores no domicílio. Foram mensuradas também as variáveis antropométricas peso (kg) e estatura (cm) que foram utilizadas para o cálculo do Índice de massa corporal (IMC) e variáveis relacionadas ao consumo alimentar da criança, tais como o local e a companhia das refeições.

A aferição de estatura foi realizada utilizando estadiômetros portáteis da marca Sanny, com capacidade de até 2,11m e a aferição do peso com balanças digitais da marca Techline, com capacidade de até 180 kg e precisão de 100 g. Para a aferição dessas medidas antropométricas, os alunos retiravam seus sapatos e adornos, tais como pulseiras, grampos de cabelo, tiaras e/ou objetos que estavam nos bolsos. Ficavam na posição ereta, com os braços rentes ao corpo, com os pés paralelos e inspirando para que o mesmo fosse feito de acordo com o protocolo padrão de aferição dessas medidas.

Para a classificação do estado nutricional, calculou-se o Índice de Massa Corporal e utilizou-se as curvas de IMC por idade da Organização Mundial da Saúde (OMS) referentes aos sexos e as idades das crianças. A análise dos dados foi realizada com auxílio dos programas Word e Excel, versão 2010.

Foram realizadas estatísticas descritivas (frequência absoluta, frequência relativa, média e desvio padrão) e os resultados estão apresentados em tabelas e gráficos para melhor visualização dos mesmos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O presente estudo avaliou o estado nutricional, perfil socioeconômico e frequência alimentar de 60 adolescentes de ambos os sexos, sendo 43,3% (n=26) do sexo feminino e 56,7% (n=34) do sexo masculino.

Em relação ao estado nutricional, avaliado de acordo com a Organização Mundial da Saúde (WHO, 2007), observou-se uma maior prevalência de estudantes com eutrofia (60%) e valores relativamente significativos de escolares com obesidade (20%) e sobrepeso (17%), representados no Apêndice 1

Após essa avaliação, pode-se observar que os mesmos são caracterizados com risco nutricional para excesso de peso quando comparados com a média regional (11,1%) de escolares entrevistados pela PeNSE, em 2009 (ARAÚJO, et al. 2009). Já quando comparado com um estudo de Pelotas, que investigou, a prevalência de escolares acima do peso neste estudo (37,0%) foi maior do que a prevalência encontrada pelos autores (19,4%) do estudo da região Sul do país. Em contrapartida, a prevalência de desnutrição deste trabalho (3,0%) foi inferior à encontrada nos estudantes de Pelotas (10,5%) (GIGANTE, et al. 2003). Em virtude disso, podemos afirmar que as crianças do município de Várzea Grande acompanham a média regional de excesso de peso para adultos (VIGITEL, 2015), evidenciando risco nutricional e a importância de introduzir conceitos de alimentação saudável desde a infância.

De acordo com a pesquisa socioeconômica deste estudo, observou-se que a grande maioria

SEMINÁRIO TRANSDISCIPLINAR DA SAÚDE

dos escolares (85%) estão com a idade adequada para série cursada (Apêndice 2). Tendo em vista a Lei nº 11.274, de 6 de fevereiro de 2006 que visa ampliar o Ensino Fundamental para nove anos de duração, com a matrícula de crianças de seis anos de idade, considerando 11 e 12 anos para 6 e 7º ano respectivamente (MEC, 2006).

Segundo a variável raça/cor (Apêndice 2) observou-se que a maior porcentagem encontrada é a de estudantes não-brancos (56%), confirmado também na população de modo geral a partir do censo realizado pelo IBGE, 2010.

Ao analisar o número de moradores do domicílio, observou-se que a porcentagem de 2 a 3 moradores foi de 18,3%, 4 moradores (31,7%), 5 moradores (25%) e 6 ou mais também com 25%. Em estudo realizado no município de São Leopoldo, em 2011, com escolares do 1º ano, os resultados não foram tão diferentes dos encontrados nesse estudo, sendo 23% de 2 a 3 moradores, 4 moradores (36,3%), 5 moradores (21,1%) e 6 ou mais (19,63%) (RUSCHEL, et al. 2016). Já Castro et al. (1999), realizada com crianças de 24 a 72 meses de idade, assistidas em creches municipais de Viçosa, relatou em sua pesquisa que 44,4% moram em domicílios com 1 a 4 pessoas, 49,4% com 5 a 8 pessoas e mais que 9 pessoas 6,2%.

Sobre a situação conjugal dos pais observa-se que mais da metade (63,3%) encontravam-se separados (Apêndice 3). Sobre novos relacionamentos dos pais das crianças, observou-se que do lado materno a porcentagem de novo relacionamento é maior (63,2%), quando comparado ao novo relacionamento paterno (28,9%). Uma análise realizada em escolares do 1º ano em Belo Horizonte, 1998, relata que dos estudantes, 85,5% moravam com pai e mãe, 10,9% moravam apenas com a mãe e 3,6% com o pai ou responsável. Estar sob responsabilidade da mãe, pode ser um fator de proteção para o bom estado nutricional dos escolares.

Sobre o consumo alimentar, foram avaliados a realização das refeições, o local e a frequência de consumo de alguns alimentos. Verificou-se que a maioria dos escolares realizam as três principais refeições. Dos 60 alunos investigados, 37 realizam desjejum, 60 o almoço e 58 o jantar. Em relação aos lanches da manhã e da tarde, boa parte os realizam, sendo eles 49 e 40 alunos respectivamente, conforme a Apêndice 4.

O local onde são realizadas as refeições é predominantemente no domicílio (202 refeições ao total), com exceção do lanche da manhã em que todos os que consomem, o fazem na escola, sendo 49 alunos ao total, conforme evidência Apêndice 5.

Estudo realizado pelo IBGE em 2012 com escolares do 9º ano evidencia que apenas 30% dos alunos consomem a merenda oferecida pela escola na região Centro Oeste. Valores encontrados em Ilhabela, 2010 também são semelhantes aos aqui encontrados quanto as principais refeições, sendo desjejum (79%), almoço (93%) e jantar (94%) (LEAL, et al. 2010). Em contrapartida, o consumo do lanche da manhã se mostrou presente em 42% dos escolares, percentual abaixo do encontrado em nossa pesquisa (81,6%).

A respeito da ingestão de frutas e hortaliças observou-se que a maioria dos escolares consome frutas 1 a 3 vezes na semana (48,3%) e hortaliças 6 ou mais vezes na semana (35,0%). Já o consumo de arroz, feijão e carne bovina apresentaram valores $\geq 90\%$ dos alunos consumindo mais que 6 vezes na semana, enquanto que o ovo 1 a 3 vezes por semana (63,3%). Os doces, como o chocolate (40,0%) e biscoito recheado (48,3%) era consumido 1 a 3 vezes por semana, enquanto que balas, pirulitos e chicletes são consumidos de 4 a 5 vezes por 43,3%, resultando num alto consumo de açúcares refinados semanalmente. Adicionalmente, 46,7% dos escolares consomem refrigerante de 1 a 3 vezes por semana, porém os sucos industrializados são consumidos por 60% destes, 6 ou mais vezes por semana. *Fast food's* e frituras são ingeridos de 1 a 3 vezes por semana por 78,3% e 60% respectivamente (Apêndice 6).

Pesquisa realizada com estudantes do ensino fundamental (IBGE, 2012) encontrou valores inferiores aos nossos, quando somados de 1 a 6 ou mais dias por semana em relação as frutas (30,2%) e hortaliças (34,8%). Doces (41%), biscoito recheado (32,5%) e refrigerante (33,2%) também estão com percentual menor do que os encontrados em nossa pesquisa, demonstrando que o consumo está acima da média nacional para indivíduos em idade escolar.

Esses dados denotam a importância da educação alimentar e nutricional pois resultados

SEMINÁRIO TRANSDISCIPLINAR DA SAÚDE

melhores foram encontrados em inquérito telefônico realizado com indivíduos maiores que 19 anos nas capitais do país, que, em particular na capital do Mato Grosso, Cuiabá, evidenciou o consumo de doces em 5 ou mais dias da semana de 17,8% e refrigerantes 22,3%. Logo, ressaltamos o alto consumo de alimentos ricos em açúcares e gorduras pelos escolares investigados, contribuindo para que possivelmente o estado nutricional futuro desta população seja prejudicado, caso não haja mudanças em seus hábitos alimentares, uma vez que os hábitos alimentares de um indivíduo são consolidados na infância, essas crianças serão futuros adultos com os mesmos hábitos alimentares inadequados, sujeitos a sofrerem diversas doenças crônicas, tais como obesidade, diabetes *mellitus*, doenças cardiovasculares, entre outros.

CONCLUSÃO

Conclui-se que, apesar do alto consumo de açúcares e gorduras, considerados hábitos de risco para o desenvolvimento de obesidade, os escolares investigados encontravam-se em sua maioria eutróficos, porém ressalta um alarmante percentual de escolares acima do peso. Os fatores socioeconômicos podem interferir diretamente no estado nutricional, visto que a maioria dos alunos realizavam suas refeições na merenda escolar e/ou em casa.

Analisando o entorno do ambiente escolar destas crianças investigadas, notou-se a ausência de pontos de vendas que permitiriam o acesso a esses tipos, evidenciando que provavelmente estes alimentos são originados do ambiente familiar. Sendo assim, ressalta-se a importância da educação alimentar e nutricional dos integrantes das famílias destes escolares, contribuindo para que as escolhas sejam mais saudáveis favorecendo a proteção contra o desenvolvimento de doenças crônicas, como a obesidade.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

PONTES, Rosângela, et al. **Influência da merenda escolar no estado nutricional**. Piraquara- PR, 2008.

SILVA, Marina Vieira. Alimentação na escola como forma de atender às recomendações nutricionais de alunos dos Centros Integrados de Educação Pública (CIEPS). *Cad. Saúde Pública*, vol. 1, número 14, Pág. 171-180, jan-mar. Rio de Janeiro, 1998.

SALOMONS, Eline, et al. Estado nutricional de escolares de seis a dez anos de idade da rede municipal de ensino de Arapoti, Paraná. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**, vol. 3, número 9, Pag. 243-249, 2007.

MONEGO, Estelamaris; JARDIM Paulo César. **Determinantes de Risco para Doenças Cardiovasculares em Escolares**. Sociedade Brasileira de Cardiologia, 2006.

GIGANTE, Denise Petrucci, et al. Tendências no perfil nutricional das crianças nascidas em 1993 em Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil: análises longitudinais. **Cad Saúde Pública**, vol. 19, número 1, Pag.141-147, 2003.

ARAÚJO, Cora, et al. **Estado nutricional dos adolescentes e sua relação com variáveis sociodemográficas: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE)**. 2009.

MALTA, Deborah, et al. Estado nutricional e variáveis socioeconômicas na repetência escolar: um estudo prospectivo em crianças da primeira série em Belo Horizonte, Brasil. **Cad. Saúde Públ**, Rio de Janeiro, vol. 1, número 14, Pag. 157-164, jan/mar, 1998.

CASTRO, Teresa, et al. Caracterização do consumo alimentar, ambiente socioeconômico e estado nutricional de pré-escolares de creches municipais. **Rev. Nutr., Campinas**, vol. 3, número 18, Pag. 321-330, maio/jun., 2005.

RUSCHEL, Letícia, et al. Insegurança alimentar e consumo alimentar inadequado em escolares da rede municipal de São Leopoldo, RS, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, vol. 7, número 21, Pag. 2275-2285, 2016.

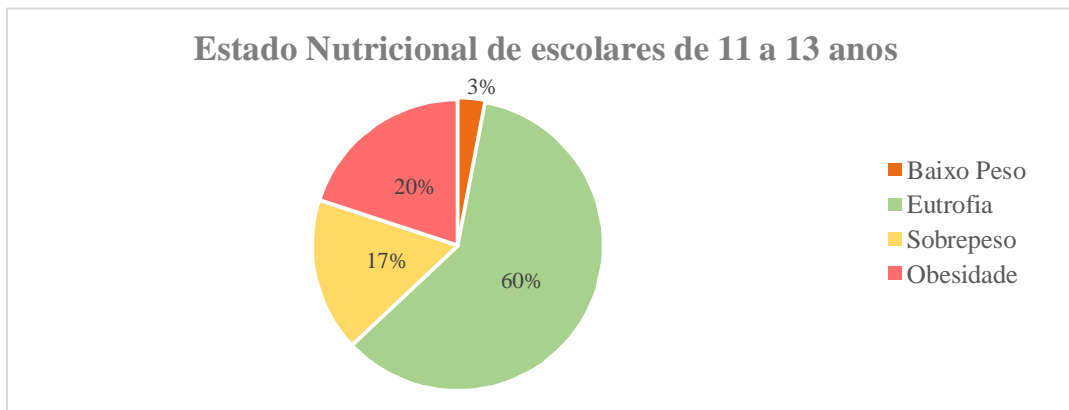
IBGE. **Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar**. Rio de Janeiro, 2013.

VIGITEL. **Saúde Suplementar: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico**. Brasília, 2015.

IBGE. **Distribuição da população por cor e raça.** Rio de Janeiro, 2010. LEAL, Greisse Viero da Silva, et al. Consumo alimentar e padrão de refeições de adolescentes, São Paulo, Brasil. Rev. bras. epidemiol. vol.13 no.3 São Paulo, 2010.

APÊNDICES

Apêndice 1 – Estado nutricional de escolares de 11 a 13 anos de uma escola pública do município de Várzea Grande, MT.



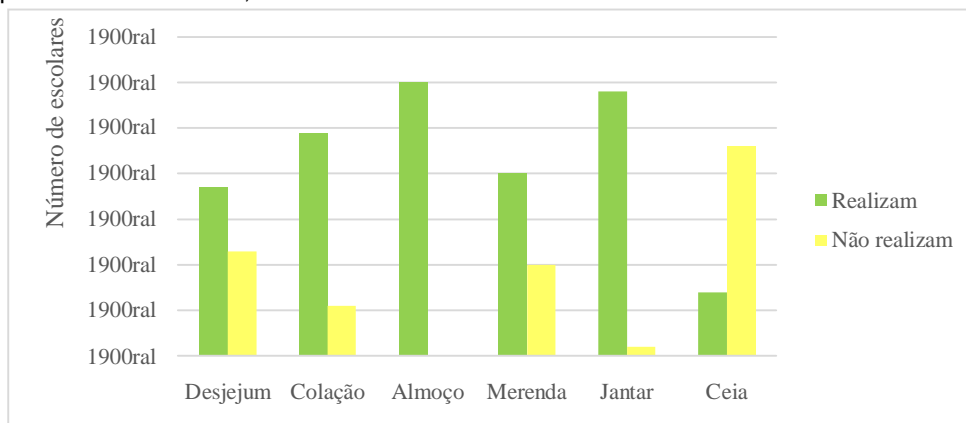
Apêndice 2 – Características dos escolares do 6º e 7º ano do ensino fundamental de uma escola pública do município de Várzea grande, MT.

Variáveis	Nº	%
Sexo		
Masculino	34	56,7
Feminino	26	43,3
Idade		
11	18	30
12	33	55
13	9	15
Raça/cor		
Branco	26	43,3
Não-branco	34	56,7

Apêndice 3 – Caracterização do nº de moradores e famílias dos escolares de uma escola pública no município de Várzea Grande, MT.

Variáveis	N	%
Nº de moradores no domicílio		
2 – 3	11	18,3
4	19	31,7
5	15	25,0
≥6	15	25,0
Situação conjugal dos pais		
Casados	22	36,7
Separados	38	63,3
Novo relacionamento materno		
Sim	24	63,2
Não	14	36,8
Novo relacionamento paterno		
Sim	11	28,9
Não	27	71,1

Apêndice 4– Realização ou não realização das refeições por escolares de uma escola pública no município de Várzea Grande, MT.



Apêndice 5 – Local da realização das refeições dos escolares de uma escola pública no município de Várzea Grande, MT.

Refeição	Casa	n	Escola	n	Outros	n	Total	n
Desjejum	35	0	2	0	37			
Lanche da manhã	0	49	0	49				
Almoço	60	0	0	60				
Lanche da tarde	37	2	1	40				
Jantar	56	0	2	58				
Ceia	14	0	0	14				

Apêndice 6 - Frequência alimentar dos escolares de uma escola pública no município de Várzea Grande, MT.

Alimento / Grupo alimentar	Frequência relativa de consumo (em dias)			
	Nenhum	1 a 3	4 a 5	6 ou +
Fruta	13,3	48,3	11,7	26,7
Hortaliças	13,3	26,7	25	35
Arroz	0	0	0	100
Feijão	3,3	0	3,3	93,3
Carne bovina	1,7	3,3	5	90
Ovo	26,7	63,3	6,7	3,3
Doces	25	40	25	6,7
Bala/chiclete/pirulito	13,3	11,7	43,3	31,7
Biscoite recheado	23,3	48,3	15	13,3
Refrigerante	3,3	46,7	16,7	33,3
Salgadinho de milho (Skiny)	35	28,3	23,3	13,3
Fast food	20	78,3	1,7	0
Sucos industrializados	6,7	25	18,3	50
Frituras	16,7	60	15	8,3