

**CONSUMO DE ALIMENTOS NA CANTINA ESCOLAR ENTRE ADOLESCENTES DE UMA ESCOLA ESTADUAL DE VÁRZEA GRANDE – MT**

Bárbara Grassi Prado<sup>1</sup>, Leticia Pereira Cavalcante<sup>2</sup>, Letricia Gonçalves De Aguiar<sup>2</sup>, Waira Dias Oliveira<sup>2</sup>,

1. Doutora em Saúde Pública (USP). Docente do Curso de Graduação em Nutrição do Centro Universitário Várzea Grande

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

**Palavras-chave:** Adolescentes, bebidas açucaradas, cantina escolar, escolares, preferências alimentares.

### **INTRODUÇÃO**

A transição nutricional é um processo caracterizado pela mudança no estado nutricional e alimentação da população. Por meio do desenvolvimento econômico dos países, a prevalência de desnutrição mundial vem diminuindo, mas em contrapartida, a má alimentação permanece, levando ao aumento da prevalência de sobrepeso e obesidade, incluindo a população infanto-juvenil (PEIXINHO *et al.*, 2011).

A nutrição na adolescência desempenha papel fundamental no desenvolvimento, pois é uma etapa de transformação física intensa caracterizada por uma elevada demanda nutricional (BERTIN *et al.*, 2008). Entretanto, a literatura aponta para a menor ingestão de frutas e hortaliças e para o aumento no consumo de açúcares simples e alimentos industrializados. Além disso, o aumento de atividades que requerem um menor gasto de energia como assistir televisão, usar computador e jogar vídeo game, está associado à redução da prática de atividade física (ENES *et al.*, 2009).

A alimentação dos adolescentes baseia-se nos alimentos ofertados em casa, na escola, advindos da merenda escolar, cantina escolar ou trazidos de casa, além dos alimentos consumidos em estabelecimentos comerciais fora do ambiente familiar e escolar.

A cantina escolar é definida como uma dependência dentro do estabelecimento de ensino, destinada a fornecer serviços de alimentação a alunos, professores e demais funcionários, mediante pagamento. Entretanto, cabe destacar, que a grande maioria das cantinas escolares fornecem alimentos com baixo valor nutricional e altos teores de gordura, açúcar e sódio, sendo estes os alimentos preferidos dos escolares e assim, podendo interferir na redução do consumo da alimentação escolar (FNDE, 2012).

Apesar de existir a regulamentação dos alimentos comercializados em cantinas, há estudos que apontam que os alimentos proibidos são vendidos livremente, pois não há fiscalização suficiente para que o regulamento seja cumprido. Nota-se que somente a regulamentação não é eficiente para mudança de hábitos alimentares, esta mudança começa a ser construída desde a infância no âmbito familiar e a escola é um ambiente propício para inserção de hábitos alimentares saudáveis (FREITAS, *et al.*, 2014).

### **OBJETIVO**

Avaliar o consumo de alimentos da cantina escolar e percepção de alimentos saudáveis e não saudáveis na cantina escolar, entre adolescentes de uma escola estadual de Várzea Grande – MT, em 2015.

### **MÉTODOS UTILIZADOS**

Trata-se de um estudo transversal descritivo, realizado em uma escola estadual do município de Várzea Grande – MT, em 2015.

O critério de seleção da escola foi por conveniência, sendo o local de estágio em Nutrição Social. A instituição escolhida atende alunos do ensino fundamental e ensino médio. Em 2015, havia, aproximadamente, 1.209 alunos nos períodos matutino, vespertino e noturno.

## SEMINÁRIO TRANSDISCIPLINAR DA SAÚDE

A amostra foi composta por todos os escolares dos períodos matutino e vespertino, matriculados no 3º ciclo com faixa etária de 11 a 19 anos, presentes na escola, no dia da pesquisa.

Para coleta de dados foi utilizado o questionário “Consumo Alimentar de Alunos nas Escolas do ensino Fundamental” (ZANCUL, 2008). O questionário continha 14 perguntas referentes ao consumo alimentar dos estudantes no ambiente escolar e sobre o nível de conhecimento de uma alimentação saudável.

O questionário foi aplicado no mês de novembro de 2015. Os alunos foram orientados quanto ao preenchimento correto do questionário na própria sala de aula. Para os alunos que apresentaram dúvidas, as respostas eram sanadas particularmente. Todos os questionários foram avaliados no momento da entrega para minimizar erros de preenchimento. Para autorizar a participação do escolar na pesquisa, os pais ou responsáveis dos escolares assinaram um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Os escolares participantes não sofreram nenhum tipo de risco à saúde. As informações levantadas foram tratadas de modo confidencial.

A análise dos dados foi realizada com auxílio do programa Excel, utilizando-se tabela com medidas de frequência relativa e absoluta.

### **DESCRIÇÃO DE RESULTADOS**

O estudo contou com a participação de 258 escolares, com idade média de 14,9 anos, sendo a maioria do sexo feminino (53,9%; n=139) (Tabela 1).

Ao serem questionados se compravam alimentos na cantina escolar, 95% afirmaram comprar alimentos na cantina, sendo que 27,9% compravam alimentos uma vez por semana (n=72), 26,7% compravam duas vezes por semana (n=69) e aproximadamente 40,6% (n=105) compravam três ou mais vezes por semana (Tabela 1).

Os cinco alimentos mais consumidos na cantina foram o salgado assado (85,3%; n= 220) e o suco de laranja (62,0%; n=214) (Tabela 2). Por outro lado, os menos consumidos foram o biscoito de polvilho e pipoca. Mediante o alto consumo de alimentos na cantina, nota-se a necessidade de melhorar a qualidade dos alimentos ofertados, principalmente retirando-se o açúcar do suco de laranja e adicionando mais frutas e hortaliças nas preparações.

Em relação a percepção dos alimentos saudáveis e não saudáveis abordados pelo questionário, os alimentos mais citados pelos escolares como saudáveis foram o suco (91,5%; n=236), seguido pela barra de cereal (13,2% n=34), salgado (12,8% n= 33), sanduíche natural (12,4% n= 31) e as frutas (11,2% n= 29). A respeito dos alimentos não saudáveis o salgado (70,5%; n=182), o refrigerante (62,0%; n=160) e os doces (52,3%; n=135) foram os mais citados (Tabela 2).

### **CONCLUSÃO**

A maioria dos adolescentes comprava alimentos em três vezes ou mais por semana, sendo os alimentos mais consumidos, o salgado assado e o suco de laranja, sendo que neste, por meio de degustação dos pesquisadores, foi detectado alto teor de açúcar no suco.

Mediante os resultados do presente estudo, faz-se necessário realizar ações de educação alimentar e nutricional para os alunos e também para os proprietários e funcionários da cantina com o intuito de explicar os benefícios do suco de frutas e a importância da sua ingestão natural, sem a adição do açúcar, bem como incentivar a oferta de alimentos saudáveis como lanches naturais e frutas.

Portanto, sugere-se ampliar a fiscalização dos alimentos vendidos na cantina, sensibilizando os funcionários e pais dos escolares para que cobrem o cumprimento da legislação, pois se considera que atitudes em conjunto com a comunidade escolar possam aumentar a adesão aos hábitos alimentares saudáveis, trazendo benefícios à saúde dos escolares.

### **REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

BERTIN, R. L., *et al.* Estado nutricional e consumo alimentar de adolescentes da rede pública de ensino da cidade de São Mateus do Sul, Paraná, Brasil. **Rev. Bras. Saúde Matern. Infant.**, Recife, v. 8, n. 4 p. 435-443, 2008.

BRASIL. Ministério da Educação. Secretária de Educação Básica. Políticas de Alimentação Escolar. Pro funcionário – **curso técnico de formação para funcionários da educação**. Lorena Gonçalves Chaves e Rafaela Ribeiro de Brito – CEAD, Universidade de Brasília, 2006.

BRASIL. Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. Coordenação Geral do Programa Nacional de Alimentação Escolar. **Manual de orientação para a alimentação escolar na educação infantil, ensino fundamental, ensino médio e na educação de jovens e adultos**. 2. ed. - Brasília : PNAE : CECANE-SC, 2012. 48 p.

ENES C. C.; PEGOLO, G. E.; SILVA, M. V. Influência do consumo alimentar e do padrão de atividade física sobre o estado nutricional de adolescentes de Piedade, São Paulo. **Rev. Paul. Pediatr.**, São Paulo, v. 27, n. 3, p. 265-71, 2007.

FREITAS, P. O.; COELHO, S. M. Reflexões sobre alimentos consumidos no lanche escolar. 4º Congresso Internacional Comunicação e Consumo, out 2014.

PEIXINHO, A. *et al.* Alimentação escolar no Brasil e nos Estados Unidos. **O Mundo da Saúde**, São Paulo, v. 35, n. 2, p. 128-136, 2011.

PRADO, B. G. *et al.* Ações de educação alimentar e nutricional para escolares: um relato de experiência. **Demetra**, Rio de Janeiro, v. 11, n. 2, p. 369-382, 2016.

ZANCUL, Mariana de Sensi. **Consumo alimentar de alunos nas escolas de ensino fundamental em Ribeirão Preto (SP)**, em Ribeirão Preto-SP. 2004. Dissertação (Mestrado em Saúde na comunidade) – Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto, Ribeirão Preto, São Paulo.

#### Apêndice

**Tabela 1.** Distribuição percentual dos escolares segundo sexo e frequência de compra de alimentos na cantina escolar. Várzea Grande/MT, 2015.

| Variáveis   | N   | %    |
|---|-----|------|
| Sexo  |     |      |
| Masculino   | 119 | 46,1 |
| Feminino  | 139 | 53,9 |
| Total   | 258 | 100  |
| Frequência que se compra alimentos na cantina escolar |     |      |
| Sim   | 245 | 95,0 |
| Não   | 13  | 5,0  |
| Total   | 258 | 100  |
| Quantas vezes na semana compra-se alimento na cantina |     |      |
| Nenhuma   | 12  | 4,7  |
| Uma   | 72  | 27,9 |
| Duas  | 69  | 26,7 |
| Três  | 46  | 17,8 |
| Quatro  | 21  | 8,1  |
| Cinco   | 38  | 14,7 |
| Total   | 258 | 100  |

**Tabela 2.** Distribuição percentual dos escolares segundo os tipos de alimentos mais adquiridos na cantina escolar, os tipos de alimentos considerados saudáveis e os não saudáveis. Várzea Grande/MT, 2015.

| <b>Variáveis</b>   | <b>N</b> | <b>%</b> |
|--|----------|----------|
| Alimentos mais adquiridos na cantina por escolares       |          |          |
| Salgado  | 220      | 85,3     |
| Sucos  | 214      | 82,9     |
| Pirulitos  | 163      | 63,2     |
| Balas  | 143      | 55,4     |
| Chiclete   | 116      | 45,0     |
| Alimentos considerados saudáveis vendidos na cantina     |          |          |
| Suco   | 236      | 91,5     |
| Barra de Cereal  | 34       | 13,2     |
| Salgado  | 33       | 12,8     |
| Sanduíche Natural  | 31       | 12,4     |
| Fruta  | 29       | 11,2     |
| Alimentos considerados não saudáveis vendidos na cantina |          |          |
| Salgado  | 182      | 70,5     |
| Refrigerante   | 160      | 62,0     |
| Doces  | 135      | 52,3     |
| Chocolate  | 38       | 14,7     |
| Mini pizza   | 38       | 14,7     |