



**AVALIAÇÃO DO PERFIL ALIMENTAR DOS ALUNOS DE ENSINO
FUNDAMENTAL DA ESCOLA ESTADUAL AURINO MACIEL
MUNICÍPIO DE ARAPIRACA – AL**

Jadla Higino Vieira

Universidade Federal de Alagoas (UFAL)
jadlahigino@gmail.com

Roberta de Almeida Caetano

Universidade Federal de Alagoas (UFAL)
robertacaetano1991@gmail.com

Tácia Michelle dos Santos Silva

Universidade Federal de Alagoas (UFAL)
taciamicelle@gmail.com

Solma Lucia Souto Maior de Araújo Baltar

Universidade Federal de Alagoas (UFAL)
slbaltar@hotmail.com

PALAVRAS-CHAVE: Alimentação. Saúde. Educação.

INTRODUÇÃO

Atualmente, a alimentação cotidiana tornou-se um tema muito discutido, principalmente pela importância que temas relacionados à saúde e bem estar possuem diante dos meios de comunicação. O grande avanço da ciência na área da nutrição, por sua vez, contribui para compreensão do papel dos alimentos na promoção e recuperação da saúde.

Como Danelon (2006) ressalta, a alimentação desempenha um papel importante durante todo o ciclo de vida dos indivíduos. Entre as distintas fases da vida pode-se destacar a idade escolar, que se caracteriza como a fase em que a criança apresenta um metabolismo mais ativo e dinâmico, quando comparado ao da fase adulta do indivíduo.

Neste sentido, Pegolo e Silva (2010) comentam que uma alimentação equilibrada em relação ao conteúdo de energia, macronutrientes, vitaminas e minerais, e adaptada às peculiaridades de cada estágio da vida, é essencial, especialmente durante a infância e adolescência para um adequado crescimento e desenvolvimento e para a promoção da saúde.

Nesse contexto a escola possui papel fundamental na formação de hábitos alimentares e atitudes saudáveis, seja através de conteúdos expostos em sala, a fim de demonstrar os benefícios de uma alimentação adequada, seja através da merenda escolar, uma refeição importante e disponibilizada entre todos os estudantes deste ambiente. Neste aspecto o PNAE (Programa Nacional de Alimentação Escolar), um programa de assistência financeira que oferece refeições nas escolas públicas do país, desempenha uma função relevante para a escola.

Sobre este programa, Sturion (2005) destaca que por meio da distribuição de refeições durante o intervalo das atividades escolares, o PNAE visa suplementar a alimentação do aluno, melhorando suas condições nutricionais e sua capacidade de aprendizagem, além de objetivar a formação de bons hábitos alimentares.

Entretanto, a literatura tem registrado a ocorrência de intensas mudanças no comportamento alimentar da população brasileira, com especial destaque para o grupamento de crianças e adolescentes. Entre essas modificações merece atenção a substituição das refeições tradicionalmente realizadas no ambiente doméstico por refeições rápidas, com maior frequência àquelas ocorridas fora do domicílio. (MAESTRO; SILVA, 2004)

Neste caso, o consumo de lanches rápidos tem aumentado consideravelmente em meio aos estudantes, tanto pela maior facilidade em adquiri-los, já que ocupam uma parcela cada vez maior no mercado de alimentos, como por sua praticidade, muitas vezes rápido para o preparo e consumo. Desta forma, as crianças e adolescentes expostos a um mundo de guloseimas, comidas rápidas ou refeições pobres em nutrientes, tornam-se vulneráveis às condições impostas por uma má alimentação, uma vez que esta não corresponde as necessidades fisiológicas básicas.

Nessa perspectiva, o estudo objetivou analisar a alimentação dos alunos de ensino fundamental da Escola Estadual Aurino Maciel, a partir do consumo diário de alimentos na escola, o cardápio da merenda escolar e dos produtos comercializados na instituição.

PROCEDIMENTO METODOLÓGICO

O presente trabalho foi realizado em agosto de 2013 na Escola Estadual Aurino Maciel, durante o período de execução do projeto de intervenção da disciplina de Estágio supervisionado III. A referida instituição está situada no centro da cidade de Arapiraca no estado de Alagoas e possui todas as séries do ensino fundamental, a modalidade de ensino EJA e apenas uma turma do 1º ano do ensino médio.

Para conhecer os alimentos consumidos pelos alunos, inicialmente, foram aplicados questionários estruturados a 97 alunos matriculados no segundo ciclo do ensino fundamental, os quais foram selecionados de forma aleatória entre as turmas do 6º, 7º, 8º e 9º ano.

Posteriormente solicitou-se o cardápio da merenda da escola e entrevistaram-se funcionários do estabelecimento situado nas dependências da escola que comercializa produtos para o lanche, com o intuito de identificar os produtos consumidos na alimentação diária dos alunos.

Para tabulação e análise dos dados foram elaboradas tabelas em que os dados foram distribuídos em frequência relativa, transformando valores inteiros em valores percentuais para a apresentação dos resultados e classificação da alimentação dos alunos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A amostra constou de 97 estudantes com faixa etária entre 10 e 17 anos. Destes 76 eram alunos residentes da zona urbana de Arapiraca enquanto que 21 da zona rural do município e 22 alunos eram do 6º ano, 22 do 7º ano, 23 do 8º ano e 30 alunos estudavam o 9º ano do ensino fundamental.

Quando analisada a alimentação cotidiana dos alunos, em relação ao consumo de alimentos mais saudáveis, como frutas, verduras, legumes, cereais, entre outros e a frequência de frituras, massas e alimentos industrializados, verificou-se que a alimentação dos alunos variou em relação à série que cursavam. Conforme a tabela 1 abaixo:

Tabela 1: Classificação da alimentação dos alunos de ensino fundamental (6º ao 9º ano) da Escola Estadual Aurino Maciel – Arapiraca /AL

Classificação	6º ano	7º ano	8º ano	9º ano
Ótima	18,18%	13,63%	8,69%	10%
Boa	50%	50%	39,13%	26,6%
Moderada	31,81%	31,81%	34,78%	46,6%
Ruim	0	4,54%	17,39%	16,6%
Total de alunos	22	22	23	30

Em relação a uma ótima alimentação os alunos do 6º ano apresentaram o maior percentual (18,18%) quando comparado às demais turmas e como reflexo desses dados não foi observado nenhum estudante com alimentação considerada ruim nesta série. Já as turmas de 6º e 7º ano obtiveram valores iguais (50%) referentes à alimentação boa, enquanto os alunos do 9º ano apresentaram o maior percentual (46,6%) de alunos com alimentação moderada.

Os alunos com ótima alimentação foram aqueles que no decorrer das respostas demonstraram uma dieta com equilíbrio e diversidade entre frutas, verduras, proteínas, massas e outros carboidratos. Apesar de não haver conteúdos referentes à alimentação nas séries com melhores percentuais (6º e 7º ano), estes alunos demonstraram uma alimentação mais equilibrada em relação às demais turmas, o que pode refletir a influência e controle dos pais.

Neste caso, constatou-se que o número de alunos que possuem uma alimentação ótima baixou de acordo com o avanço das séries, enquanto o percentual de alunos com alimentação moderada e ruim aumentou (tabela 1). Isso reflete o alto consumo de lanches rápidos e produtos industrializados entre os adolescentes, principalmente pela grande disponibilidade desses produtos em estabelecimentos nas mediações do ambiente escolar.

Sobre esse aspecto Pegolo; Silva (2010) comentam que a manutenção de hábitos alimentares inadequados, principalmente quando combinados a um estilo de vida sedentário, constituem fatores agravantes para a saúde que, quando consolidados nos primeiros anos de vida, podem causar implicações metabólicas imediatas e potencializar o risco de doenças crônicas na vida adulta.

Nesse intuito quando avaliada a preferência dos alunos observou-se diferentes tipos de alimentos na dieta cotidiana, tais como massas e frituras, alimentos naturais, produtos industrializados e doces, como visto na tabela a seguir:

Tabela 2: Tipos de alimentos consumidos pelos alunos de ensino fundamental (6º ao 9º ano) da Escola Estadual Aurino Maciel – Arapiraca /AL

Tipo de Alimento	Massas e frituras	Alimentos naturais	Produtos industrializados	Doces	Não tem preferência
Percentual de alunos	53,6%	19,58%	15,46%	2,1%	9,26%
Total					97

Nesse caso verifica-se um alto consumo de massas, frituras e produtos industrializados. Vale salientar, todavia que para possuir o sabor, a praticidade e durabilidade, os produtos industrializados contêm corantes e conservantes, que prejudicam o funcionamento do organismo e quando consumidos com frequência tornam-se inadequados à nutrição apropriada.

Lucero et al. (2010) avaliando o perfil nutricional de estudantes da rede pública de Santa Maria no Rio grande do sul observou indícios de sobrepeso e obesidade entre adolescentes e crianças estudados, bem como casos de desnutrição através de medidas de peso, altura, Índice de Massa Corporal para a Idade (IMC/I) entre outras. Isso acontece justamente por falta de uma alimentação equilibrada que quando acompanhada de atitudes saudáveis torna-se fundamental para o desenvolvimento e crescimento, principalmente de crianças e adolescentes.

A disponibilidade de alimentos mais naturais e saudáveis tanto nas merendas escolares como em estabelecimentos é fundamental para a adequação a hábitos mais saudáveis, principalmente por parte dos jovens que sempre estão expostos a produtos que buscam atrair esse público através de aromas e sabores agradáveis.

Em relação ao cardápio da escola foi verificada uma dieta bem diversificada composta por cereais, massas, frutas, verduras, legumes e leite e seus derivados. Já em relação aos produtos oferecidos na cantina escolar não foi notado nenhuma opção mais saudável, além de frituras, sorvetes, doces e pipocas, o que restringe à adequação de hábitos mais saudáveis por parte dos alunos. Em sua maioria os alunos consideram a merenda oferecida pela escola boa, entretanto apenas 33% a consomem, ao passo que 46% dos estudantes preferem comprar seu lanche na cantina da escola. 14,43% compram em algum estabelecimento fora do âmbito escolar e somente 6,18% trazem o lanche de casa.

Flavio, et al. (2004) analisando a composição química e aceitação sobre a merenda escolar em uma escola estadual de Lavras – MG observou que apenas 25% dos alunos entrevistados consumiam a merenda oferecida diariamente, enquanto 32% tinham o hábito de trazer alimentos para a escola. Em relação ao serviço fornecido observou-se que a maioria dos alunos entrevistados, cerca de 76%, opinaram que o serviço de merenda está entre bom e ótimo.

Contraditoriamente, Pegolo; Silva (2010) avaliando o consumo de energia e nutrientes e a adesão ao PNAE por escolares com idade entre 7 e 14 anos matriculados na rede pública de ensino de Piedade – SP, identificou que em uma amostra de 150 estudantes 64,4% declararam que não apreciam as preparações ou alimentos oferecidos pela merenda escolar, fazendo-se necessária a adequação dos cardápios escolares para a efetiva aceitação das refeições oferecidas.

Nos dois casos, bem como na presente pesquisa, verifica-se que mesmo considerando bons os serviços de merenda oferecidos pelas escolas públicas, os alunos não possuem o hábito regular de consumir esses alimentos preferindo muitas vezes produtos industrializados como guloseimas, pipocas, doces, entre outros.

Vale ressaltar também que os alimentos fornecidos pelas merendas escolares são muitas vezes rejeitados pelo modo como os cardápios, com propostas mais saudáveis, são implantados. Assim é essencial que o conhecimento dos alunos seja explorado de forma a focar a relação entre alimentação e saúde e sua importância promovendo o interesse dos alunos e desenvolvendo diferentes habilidades, para que estes possam individualmente posicionar-se de maneira crítica e criativa, em meio à alimentação cotidiana.

CONCLUSÃO

De acordo com os dados citados identifica-se um crescimento razoável a favor de uma alimentação mais saudável por parte dos alunos, entretanto o percentual de adeptos de uma alimentação baseada em massas, frituras, refrigerantes, doces e outros alimentos desse tipo, ainda permanecem altos. Já os serviços de merenda escolar fornecido pela instituição contemplam um cardápio com alimentos variados e saudáveis, contudo não se identificou produtos saudáveis comercializados no estabelecimento que se encontra nas dependências da instituição.

Espera-se com essa pesquisa que as escolas adotem medidas que possa influenciar melhores hábitos, como a possibilidade de restrição da comercialização de produtos não saudáveis no âmbito escolar.

REFERÊNCIAS

LUCERO, M. L. et al. Acompanhamento nutricional de crianças de baixa renda que se beneficiam do programa nacional de alimentação escolar (pnae). *Revista. amrigs*, porto alegre, v. 54, n. 2, p. 156-161 abr-jun, 2010.

FLAVIO, E. F. et al. Avaliação química e aceitação da merenda escolar de uma Escola Estadual de Lavras – MG. *Ciênci. Agrotec*, Lavras v. 28, n. 4, p. 840-847 jul-ago, 2004.

DANELON, M. A. S. et. al. Serviços de alimentação destinados ao público escolar: análise da convivência do Programa de Alimentação Escolar e das cantinas. *Segurança Alimentar e Nutricional*, Campinas, v. 13, n. 1, p. 85-94, 2006.

MAESTRO, V; SILVA, M. V. A participação dos alimentos industrializados na dieta de alunos de escolas públicas brasileiras. *Cadernos de debates*, Campinas, v. 11, n. 1, p. 98-111, dez, 2004.

PEGOLO, G. E.; SILVA, M. V. Consumo de energia e nutrientes a adesão ao Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) por escolares de um município paulista. *Segurança Alimentar e Nutricional*, Campinas, v. 17, n. 2, p. 50-62, 2010.

STURION, G. L. et. al. Fatores condicionantes da adesão dos alunos ao Programa de Alimentação Escolar no Brasil. *Revista de Nutrição*, Campinas, v. 18, n. 2, mar- abr, 2005.