

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE MATO GROSSO DO SUL  
CAMPUS DO PANTANAL  
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

**AVALIAÇÃO DO PERFIL ALIMENTAR E DO ESTADO NUTRICIONAL  
DE CRIANÇAS DE UMA ESCOLA DAS ÁGUAS DO PANTANAL SUL-  
MATO-GROSSENSE**

**THAMIRES CAVALCANTI CABALLERO**

**CORUMBÁ  
2019**

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE MATO GROSSO DO SUL  
CAMPUS DO PANTANAL  
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

**AVALIAÇÃO DO PERFIL ALIMENTAR E DO ESTADO NUTRICIONAL DE  
CRIANÇAS DE UMA ESCOLA DAS ÁGUAS DO PANTANAL SUL-MATO-  
GROSSENSE**

Monografia apresentada por Thamires Cavalcanti Caballero, ao Curso de Educação Física da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul – Câmpus do Pantanal, como um dos requisitos para a obtenção do título de licenciada em Educação Física.

Orientadora:  
Profa. Dra. Edineia Aparecida Gomes Ribeiro.

**CORUMBÁ  
2019**

THAMIRES CAVALCANTI CABALLERO

**AVALIAÇÃO DO PERFIL ALIMENTAR E DO ESTADO NUTRICIONAL DE  
CRIANÇAS DE UMA ESCOLA DAS ÁGUAS DO PANTANAL SUL-MATO-  
GROSSENSE**

**BANCA EXAMINADORA**

Profa. Dra. Edineia Aparecida Gomes Ribeiro – UFMS -  
CPAN

Profa. Dra. Cléia Renata Teixeira de Sousa – UFMS - Naviraí

Profa. Dra. Silvia Beatriz Serra Baruki – UFMS - CPAN.

Data de Aprovação 12/06/2019

Dedico este trabalho aos meus pais que contribuíram para o ser humano que venho batalhando para ser. Sem eles nada disso seria possível e foi o real motivo para que eu não desistisse no decorrer do curso. Tudo por vocês!

## **AGRADECIMENTOS**

Agradeço imprescindivelmente a Deus pelo dom da vida, da saúde e da sabedoria.

Aos meus pais Fabrício Corrêa Barboza e Elisângela Cavalcanti de Carvalho novamente por terem sido minha base durante toda a vida e principalmente nessa fase acadêmica. No meio do curso não puderam estar presentes fisicamente, porém nunca esqueceram de me apoiar, estando ao meu lado mesmo nos momentos mais difíceis. Grata por tudo que fizeram e ainda fazem. Amo vocês.

Agradeço a minha orientadora Edineia Aparecida Gomes Ribeiro que se interessou na minha proposta de pesquisa, sempre esteve em contato comigo sendo presencial ou virtualmente. Deixando uma certa liberdade para que eu pudesse procurá-la quando precisasse.

Agradeço a minha banca, a professora Cléia Renata Teixeira de Sousa, por ter facilitado o acesso à escola Jatobazinho na qual eu desempenhava o “Projeto Educação Social e Brincadeiras com Crianças e Adolescentes”, colaborando para essa pesquisa; e a professora Silvia Beatriz Serra Baruki por ter aceito fazer parte da banca, colaborando para a melhoria desse estudo.

Agradeço a todos os meus professores, aos presentes e aos que já não estão mais ministrando aula nessa instituição de ensino, que no decorrer da graduação contribuíram no aprendizado dessa futura profissional de Educação Física.

Ao meu namorado Diego Lopez que me encorajou nos momentos em que achei que não ia conseguir. Me apoiou, zelou com todo amor me tornando uma pessoa mais confiante e melhor em todos os aspectos, sempre acreditando em mim.

A minha irmã Gabrielle, que a cada mensagem de saudades, só me dava forças para chegar ao final dessa trajetória, para poder estarmos juntas logo.

Agradeço a minha tia Elisama Cabalheiro, por ter me acolhido, na metade do curso, com casa, comida e um apoio estrutural fora do comum. Contribuiu para o ser humano que eu estou batalhando para ser, além de me mostrar que posso ir mais longe que eu pensava.

Agradeço a minha madrinha Nádia Avelar, que abriu as portas de sua casa quando eu me deslocava à cidade vizinha para realizar meu estágio obrigatório e não seria possível por questões de tempo e financeiras a volta para casa.

A Brenda Farias, Karina Arruda e Larissa Ellen, minhas melhores amigas desses 4 anos de curso. Foram a minha família, meus alicerces diários. Passamos por diversas situações, uma segurando a outra sempre para que ninguém abandonasse o barco, Obrigada pelas risadas, conversas, conselhos, festas, choros, a forma como nossa amizade foi verdadeira foi o que nos sustentou até aqui, com sol ou chuva elas estavam comigo e eu não imaginaria concluir essa etapa da minha vida sem tê-las ao meu lado. Pretendo levar para vida, amo vocês, meninas.

Aproveitando essa deixa, quero agradecer ao resto da turma de 2015.2. A união da turma ajudou a chegarmos até aqui e não vejo sala melhor para eu ter feito parte, cada um contribuiu significativamente em algum momento ao decorrer do curso, em especial ao Ranon Louran a quem tenho um carinho enorme e uma amizade verdadeira e a Eveline Melo, que assumiu um papel importantíssimo ao cuidar e se preocupar comigo.

A importância de uma alimentação saudável e natural pode determinar sobre o estado da sua saúde ao longo dos anos. Quanto você realmente está disposto a viver de forma saudável? Se você sabe ler, ver e ouvir, então essa escolha é só sua.  
(Fábio Ibrahim El Khoury)

## RESUMO

Desde que o indivíduo iniciou a prática da agricultura, a qual sabia-se da procedência dos alimentos, bem como sua qualidade, o resultado era um cardápio saudável. Os tempos, no entanto, mudaram e a aceleração do ritmo de vida fez com que muitos consumissem em excesso alimentos que contribuem para doenças como diabetes, aumento da pressão arterial e índices de colesterol elevados. Diante dessas informações, o objetivo desse estudo foi diagnosticar o perfil do padrão alimentar de escolares do ensino fundamental advindos de uma escola das águas da região do pantanal sul-mato-grossense. Aplicou-se um questionário intitulado e validado Dia Típico de Atividades Físicas e Alimentação - DAFA aos escolares de 5 a 11 anos de idade. Destacou-se na pesquisa os alimentos que mais apareceram nas refeições do dia anterior e a preferência para determinados tipos de alimentos de cada um. As frutas aparecem em maior quantidade em períodos de café da manhã (100%) e no lanche da manhã (97,2%), acompanhados de pães (94,5%) e leite (56,7%). No almoço, há uma prevalência do arroz (86,4%), da carne (81%), verduras (72,9%) e por último aparece o feijão (67,5%). Na janta, esses alimentos aparecem com um percentual maior, sendo o arroz (89,1%), carne (91,8%), verduras (86,4%) e o feijão (83,7%). Sobre como se sentem ao consumirem certos alimentos 94,5% declararam gostar muito de frutas e 21,6% declararam detestar verduras. Foi feita a avaliação do índice de massa corporal (IMC) com o intuito de avaliar o estado nutricional de todos os escolares, na qual a maioria se encaixava na zona saudável segundo critérios do Proesp – BR. Com isso, medidas para conscientização desses sujeitos em questão, se fazem necessárias principalmente por ainda estarem na fase precoce da vida.

**Palavras chaves:** Hábitos alimentares, escola das águas, escolares.



## ABSTRACT

Since one started the practice of agriculture, from which were known the procedures of food, as well as its quality, the result was a healthy menu. Times, however, changed and the acceleration of life's pace made many consume in excess food that contribute to problems such as diabetes, high blood pressure and high cholesterol levels. In view of these informations, the goal of this study was to diagnose the profile of the feeding pattern from middle school students from a water region near the swamp area of Mato Grosso do Sul. A study titled and validated Typical Day of Physical Activities – DAFA and Feeding) was applied to students from 5 to 11 years old. It stood out in the research of food that appeared more in the meals of the previous day and a preference for the types of foods of each one. The fruits appear in greater quantity in breakfast days (100%) and without morning snack (97.2%), accompanied by breads (94.5%) and milk (56.7%). No lunch, with forecast for rice (86.4%), meat (81%), vegetables (72.9%) and finally beans (67.5%). In fact, foods appear with a higher percentage, being rice (89.1%), meat (91.8%), vegetables (86.4%) and beans (83.7). Regarding food consumption conditions, 94.5% declared that they liked fruits and 21.6% declared that they detest vegetables. The measurement was performed with the purpose of evaluating the nutritional status of all schoolchildren, according to the state standard according to Proesp - BR. As a result, the measures to raise awareness about the issues in question are realistic even in the early stages of life.

**Key words:** Eating habits, water school, school children.

## SUMÁRIO

<b>1. INTRODUÇÃO .....</b>	<b>11</b>
1.1. Objetivo Geral .....	13
Objetivo Específico.....	13
 <b>2. REVISÃO DE LITERATURA .....</b>	<b>14</b>
2.1. Hábitos Alimentares e a Desnutrição .....	14
2.2. Educação Física Escolar e o tema transversal da saúde .....	19
 <b>3. METODOLOGIA .....</b>	<b>21</b>
3.1. Caracterização do estudo.....	21
3.2. Caracterização dos sujeitos .....	21
3.3. Instrumento e procedimentos .....	22
3.4. Análise de dados.....	24
 <b>4. RESULTADOS E DISCUSSÃO .....</b>	<b>25</b>
 <b>5. CONCLUSÃO .....</b>	<b>32</b>
 <b>REFERÊNCIAS.....</b>	<b>34</b>
 <b>APÊNDICE .....</b>	<b>37</b>
 <b>ANEXO.....</b>	<b>39</b>

## 1. INTRODUÇÃO

No mundo contemporâneo a sociedade sofreu fortes influências, principalmente nos aspectos relacionados ao estilo de vida, com a adoção de hábitos alimentares não saudáveis, comportamento sedentário, inatividade física, podendo impactar na saúde das pessoas ao longo da vida.

Com relação aos hábitos alimentares, as evidências mostram que o consumo elevado de alimentos gordurosos e açucarado tem contribuído para a prevalência elevada dos casos de excesso de peso, decorrente do maior aporte energético, em crianças. A obesidade é um transtorno caracterizado pelo aumento desmedido de gordura corporal e de acordo com relatos da Organização Mundial da Saúde (2017) o número de crianças e adolescentes obesas aumentou drasticamente dez vezes mais nos últimos 40 anos.

Por outro lado, temos a desnutrição infantil que segundo o Comitê Administrativo de Coordenação Subcomité de Nutrição (2000), a desnutrição é considerada uma doença de origem multicausal e complexa, decorrente de uma ingesta insuficiente, fome, e/ou doenças. Contudo, na maioria das vezes a desnutrição tem relação com a pobreza e é um problema de saúde pública nos países em desenvolvimento, citando o Brasil. Diante do exposto, torna-se necessária intervenções que minimizem os impactos negativos referentes à condição socioeconômica, buscando contribuir na melhoria da qualidade de vida das famílias menos favorecidas, (MONTE, 2000), como, as famílias moradoras à beira dos rios.

Além disso, as escolas também podem ser consideradas espaços para intervenções sobre temas transversais referentes à saúde, por exemplo, a alimentação. Em suma, a escola juntamente com a família deve se preocupar em propor intervenções relacionadas aos hábitos saudáveis. Sabe-se que a alimentação adequada também contribui na etapa de crescimento e desenvolvimento da criança, auxiliando inclusive na aprendizagem, de acordo com Ribeiro e Silva (2014). Segundo Sonati (2009) a maior parte da vida da criança está dividida entre escola e família, que

juntas poderiam desenvolver hábitos saudáveis auxiliando na construção de indivíduos saudáveis.

Diante do exposto, identificar o perfil alimentar de crianças de uma escola das águas torna-se relevante devido à carência de evidências sobre o tema nessa população à beira dos rios. Além disso, os resultados poderão nortear estratégias de ações que busquem a prevenção de doenças não transmissíveis, bem como minimizar os possíveis casos de desnutrição e estimular o gosto por alimentos saudáveis, alimentos da região e aqueles considerados de época.

A presente pesquisa se desenvolveu após uma experiência sobre alimentação das crianças na escola para a disciplina de Nutrição do curso de Educação Física. Com isso, despertou o interesse pelo aprofundamento da questão alimentação dos escolares. A fase escolar requer uma atenção essencial para o desenvolvimento holístico do sujeito, cabendo também contemplar o aspecto nutricional porque ele auxilia no crescimento físico e desenvolvimento cognitivo de crianças, de acordo com Philippi (2003). Outro aspecto importante é a seleção dos alimentos feitos pelas crianças e a socialização alimentar que na maioria das vezes, depende de padrões da cultura alimentar do grupo social ao qual ela pertence, tendo influência desde os primeiros anos de vida até a adolescência (RAMOS e STEIN. 2000). Partindo deste pressuposto, o estudo buscará compreender os seguintes questionamentos: Qual é o perfil alimentar das crianças que estudam na escola das águas do pantanal sul-mato-grossense? As crianças possuem contato com alimentos de alto teor de gordura e açúcar? Haverá presença de desnutrição em crianças frequentadoras de uma escola das águas?

## **1.1 OBJETIVOS**

### **1.1.1 OBJETIVO GERAL:**

Avaliar o perfil do padrão alimentar e o estado nutricional de crianças de uma escola das águas da região do pantanal sul-mato-grossense.

### **1.1.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS:**

Identificar a frequência e os tipos de refeições oferecidos às crianças pela escola das águas.

Identificar os tipos de alimentos consumidos pelas crianças.

Diagnosticar o baixo peso e excesso de peso em crianças de uma escola das águas do pantanal sul-mato-grossense.

## 2. REVISÃO DE LITERATURA

A revisão de literatura é um dos itens primordiais na fundamentação de um trabalho de pesquisa. Nesse estudo é indispensável a definição de certos conceitos que estarão presentes no decorrer da pesquisa. São eles: Hábitos alimentares e a desnutrição e, por fim, Educação Física Escolar e o tema transversal da saúde.

### 2.1 Hábitos Alimentares e a desnutrição

O hábito alimentar é classificado como o conjunto de atos e atitudes que visam à manutenção da saúde e qualidade de vida (BRASIL, 2013, p. 27).

Com o avanço da tecnologia, marketing, etc. sofremos alterações em nossos hábitos inconscientemente. Quando ouvimos ou lemos algo relacionado a um novo produto alimentício, promoção, algo prático para seu cotidiano, acabamos por nos levar pelo desejo e satisfação em consumir determinado produto. Não que seja errado se alimentar de algo que não está em suas refeições diárias, mas o consumo exacerbado torna-se preocupante pela carência nutricional que proporciona, caso isso vire rotina. Um bom exemplo disso são os *fast-foods*, nos grandes centros urbanos devido a falta de tempo decorrente da correria diária essas “comidas rápidas” acabam substituindo uma refeição saudável, favorecendo o consumo excessivo de alimentos ricos em gordura, sal e açúcar.

Consideramos que a idade dos 10 anos é uma fase de transição em que a criança está em constante transformação física e intelectual, na qual se tem mais facilidade em inserir o hábito saudável, com refeições ou alimentos ricos em nutrientes necessários para que cresçam e adotem um estilo de vida saudável.

As mudanças no estilo de vida são difíceis de se conseguir dadas as interações deste com outros aspectos do cotidiano e da vida urbana como seja: falta de tempo, falta de tranquilidade e, portanto, ansiedade e difícil acesso a padrões mais satisfatórios do ponto de vista da saúde.

As dificuldades em alterar os hábitos de vida são manifestas também no que se refere à alimentação. Apesar de serem conhecidas as implicações para a saúde do consumo exagerado de gorduras e proteínas animais, ou das dietas desequilibradas e deficitárias em nutrientes, alterar os hábitos alimentares é tarefa difícil de conseguir. Mais difícil ainda será manter as mudanças entretanto realizadas. Adquirir e manter um novo comportamento requer mais esforço do que continuar com os velhos hábitos arraigados e associados a outros fatores de ordem social e cultural. (VIANA, SANTOS; GUIMARÃES, 2008).

Segundo Paiva (2010), hábitos saudáveis e uma dieta balanceada inserida logo na infância deve alcançar índices ideais de saúde, contribuindo para o físico e cognitivo, diminuindo doenças como obesidade e outros transtornos alimentares.

Mesmo a escola sendo de grande ajuda para a implementação de uma dieta adequada, o ambiente familiar é primordial para garantir a promoção de uma melhor qualidade de vida a seus pequenos, já que os alimentos fazem parte de suas vidas desde que nasceram.

Os pais terão o árduo dever de garantir a melhoria na dieta de seus filhos, estando interligados com a escola, havendo uma parceria com o intuito de conseguirem realizar o mesmo objetivo, já que são influentes nas decisões de seus filhos.

Segundo Barbosa, Sampaio et. al. (2005) no estudo “Consumo alimentar de crianças com base 4 na pirâmide alimentar brasileira” foi criado um mecanismo de fácil orientação para que a população possa compor uma dieta nutricional adequada.

O mais recente guia alimentar, a pirâmide alimentar, foi desenvolvido pelo Departamento de Agricultura dos Estados Unidos (USDA) em 1992, sendo representado graficamente por uma pirâmide e tendo como princípio a variedade, moderação e proporcionalidade. Amplamente reconhecida como uma ferramenta de educação nutricional, a pirâmide é utilizada para monitorar o consumo atual e recomendado dos cinco maiores grupos de alimentos. (BARBOSA, SAMPAIO et. al. 2005).

A pirâmide permite nortear qualquer pessoa, visando uma alimentação de qualidade, baseada em seus respectivos oito grupos de alimentos, além da ingestão de água e exercícios físicos.

**Figura 1. Pirâmide Alimentar**



Fonte: Unimed Fortaleza (2019)

Com os pais cientes que deve haver mudanças logo no começo da vida de seus filhos, torna-se fácil a adoção de um estilo de vida mais saudável em relação aos dados da atualidade. É aconselhável optar por um cardápio colorido, com todas as cores presentes, garantindo que nada irá faltar na sua dieta.

Aparício (2010) destaca que “as crianças devem ser introduzidas aos processos de manipulação e confecção alimentar, sendo encorajadas a participar neste processo sempre que possível.” Segundo a autora, isso é uma das recomendações necessárias



para incitar à uma boa alimentação. Outra opção é diversificar e montar pratos ilustrando rostos ou bichos para as crianças, fazendo com que consumam certos alimentos que não são do agrado da criança. Considerando que o hábito alimentar interfere no estado nutricional, bem como na desnutrição de crianças, é importante discutir sobre a desnutrição alimentar, uma vez que ainda pode estar presente na vida das crianças, podendo impactar no baixo peso.

Segundo Recine e Radaelli (2001), a desnutrição é um transtorno alimentar ocasionado pela carência ou excesso de um ou vários nutrientes necessários. A desnutrição pode apresentar características primárias ou secundárias conforme a causa de origem. As causas primárias são definidas quando a criança come pouco ou come de maneira errônea. O que significa que o que comem são pequenas quantidades ou não suprem a necessidade nutricional adequada. As causas secundárias ocorrem quando o que é ingerido se torna insuficiente em decorrência do aumento das necessidades nutricionais ou em decorrência de qualquer outro motivo que não esteja associado ao alimento.

De acordo com Monte (2000):

A desnutrição infantil é uma doença de origem multicausal e complexa que tem suas raízes na pobreza. Ocorre quando o organismo não recebe os nutrientes necessários para o seu metabolismo fisiológico, devido a falta de aporte ou problema na utilização do que lhe é ofertado. Assim sendo, na maioria dos casos, a desnutrição é o resultado de uma ingesta insuficiente, ou fome, e de doenças.

Nos países em desenvolvimento, a desnutrição é a segunda maior causa de morte em crianças com menos de 5 anos de idade e 20 a 30% de crianças desnutridas em alto grau, não resistem no decorrer do tratamento e vem a ocorrer o óbito (MONTE, 2000).

Uma criança desnutrida é mais suscetível à exposição de doenças. Há alguns anos atrás surgiu a necessidade de mensurar os níveis de desnutrição da população, foram feitas análises com crianças de 0 a 10 anos, esse foi o objetivo da Pesquisa Nacional sobre Saúde e Nutrição (1989). Os dados indicam que 31% de crianças menores de 5 anos são desnutridas, além de 49,4% se localizarem na área rural.

Segundo Frota e Barroso (2005, p 998), deve ser levado em consideração que as famílias de crianças desnutridas muitas vezes são relativamente grandes, podendo haver mais de um indivíduo desnutrido, além de frisar que o problema da fome está correlacionado a pobreza.

A guerra contra a pobreza deu lugar à luta contra suas vítimas. A desnutrição infantil está seguramente relacionada à difícil condição em que vivem as famílias pobres, e advém de fatores muitas vezes obscuros, tanto para essas famílias como para a própria sociedade, tornando-se não só restrita às áreas rurais como também atinge principalmente a periferia das grandes cidades, marcadas pelos elevados níveis de desigualdades sociais que possibilitam a formação da pobreza. (FROTA; BARROSO, 2005, p. 1000).

Na maioria das vezes a desnutrição é diagnosticada pelo histórico médico da criança, seguido de um exame para classificação do estado nutricional.

Como a maioria das doenças, as deficiências nutricionais podem ser diagnosticadas por meio de exames clínicos e laboratoriais. Por serem biologicamente mais vulneráveis a diversas deficiências nutricionais, as crianças são habitualmente escolhidas como grupo indicador da presença de desnutrição na população, admitindo-se que o percentual de crianças com retardo de crescimento, uma das primeiras e mais precoces manifestações de desnutrição na infância, propicie uma excelente indicação do risco de deficiências nutricionais a que está exposta uma coletividade. (MONTEIRO, 2003)

Segundo Monte (2000) apesar de existir o direito de não morrer de fome, a desnutrição infantil ainda é um dos problemas mais extremos em relação a saúde pública atualmente em todo o mundo. Pelo fato de causar consequências no desenvolvimento, crescimento e no que diz respeito a sobrevivência de cada criança.

Para que se consiga penetrar a complexidade que cerca a desnutrição infantil e sua repercussão nos diversos aspectos, deve ser considerada a perspectiva da família, ou seja, sua visão de mundo, sua compreensão do binômio saúde-doença, sua afetividade, além da relação do seu cotidiano e contexto cultural. (FROTA; BARROSO, 2005, p. 997)

Com isso fica explícita a importância de um bom estado nutricional das crianças. É nessa fase que requer um olhar mais atencioso para cada escolar, já que as

experiências vividas nos anos iniciais vão moldando hábitos e costumes que levarão para o resto da vida. No momento em que a criança se alimentar bem, gradativamente haverá uma melhora significativa e natural refletindo em seu comportamento alimentar.

As aulas de educação física podem contribuir para a orientação nutricional desde a fase da educação infantil e no ensino fundamental.

## **2.2 Educação Física Escolar e o tema transversal da saúde**

Segundo Daolio (1996), a Educação Física é uma área de conhecimento que estuda um conjunto de práticas ligadas ao corpo e movimento desenvolvidos pelo ser humano no decorrer da existência. Darido (2012) diz “problematizar, interpretar, relacionar, compreender com seus alunos as amplas manifestações da cultura corporal, de tal forma que os alunos compreendam os sentidos e significados impregnados nas práticas corporais.” A Educação Física se tornou parte da cultura corporal de cada indivíduo e está inserida nos conteúdos estruturantes e em diversos movimentos realizado: jogos, lutas, ginástica, esportes e dança. Todo esse conteúdo fará parte da construção de um cidadão que utilizará esses conceitos para reproduzir o que foi aprendido em sua vida, obtendo benefícios à saúde e qualidade de vida.

Segundo Gaglianone et al. (2006), a figura do professor é de grande influência já que possui um contato significativo em relação à escola. Os alunos veem o professor como alguém que precisam respeitar na escola, principalmente os profissionais de Educação Física, já que o aluno tem maior proximidade com a disciplina, sendo ela na maioria das vezes a predileta para crianças na idade dos 10 anos. Com isso, espera-se que o professor de Educação Física, busque integrar aos conteúdos pedagógicos de suas aulas a ênfase na saúde, atividade física, uma alimentação de qualidade, oportunizando um crescimento saudável.

A escola sendo um espaço de transmissão de conhecimento que auxilia a criança a adquirir um estilo de vida mais saudável, é responsável pela tarefa de inserir o tema “alimentação saudável” nas salas de aula. Mendes e Antonio (2010) afirmam que alimentação e educação estão correlacionados e que a melhoria nesses hábitos alimentares se dá através da informação e por medidas adotadas pela unidade escolar.

Essa melhoria deve começar dentro da cozinha/cantina da escola inserindo alimentos que supram as necessidades nutricionais de cada criança frequente nessa instituição de ensino.

A educação e conscientização sobre o tema alimentação, amplia esse conhecimento não só dentro da escola como também em seu âmbito familiar, de forma coletiva, podendo reduzir um dos grandes problemas da saúde pública que são as doenças crônicas não transmissíveis.

De acordo com Ribeiro et al. (2006):

As crianças vêm se tornando cada vez mais vulneráveis ao excesso de peso, numa versão “júnior” da epidemia global da obesidade adulta, inclusive com a presença de resistência a insulina, diabetes melito tipo II e aterosclerose precoce, compondo o quadro da síndrome metabólica.

Além de haver essa significativa conscientização nas salas de aula, a escola deve oferecer uma merenda de qualidade, juntamente com a cantina, lugar no qual a maioria das vezes encontra-se os principais vilões da alimentação saudável: alimentos com alto índice calórico e ricos em sal/açúcar e gordura.

### 3. METODOLOGIA

#### 3.1 Caracterização do estudo

Trata-se de uma pesquisa de campo no qual permite que tenha uma aproximação com o objeto de pesquisa gerando com isso um conhecimento advindo da realidade (MINAYO, 2011). Além de ser explicativa, que de acordo com Gil (2008) é o tipo de pesquisa que mais se aproxima da realidade, pois distingue as causas pelas quais colaboram para que tal fato possa ocorrer. Para isto, foi aplicada a pesquisa descritiva que tenta descrever o status do foco do estudo, por meio de questionário. Desta forma, a natureza do método é uma quantitativa, buscando realizar análise de medidas (THOMAS, NELSON; SILVERAMAN, 2012).

#### 3.2 Caracterização dos sujeitos

Participaram do estudo crianças entre 5 à 11 anos do 1º ao 5º ano de uma escola das águas do Pantanal sul-mato-grossense, selecionada por conveniência. Justifica-se a conveniência, uma vez que houve o fácil acesso até a escola por meio de barco no período de visita do Projeto de Extensão Educação Social e Brincadeiras com Crianças e Adolescentes.

As crianças que frequentam esta escola possuem a peculiaridade de residirem em forma de semi internato no ambiente escolar. Elas dão entrada na escola nas segundas-feiras, no período matutino; permanecem na escola durante a semana; e aos sábados, após o almoço, regressam para suas casas. O transporte é realizado por meio do barco escolar.

A escola possui uma rotina para as crianças, tais como acordar, vestir-se, comer, estudar, brincar e dormir. As refeições são divididas da seguinte forma:

- A) Café da manhã (06:30h) = cardápio com pães, biscoitos, café, leite, chá e bolo;
- B) Lanche da manhã (09:00h) = cardápio com frutas;
- C) Almoço (11:30) = cardápio com saladas, arroz, feijão e dois tipos de carnes (vermelha ou branca)

- D) Lanche da tarde (15:00) = cardápio com frutas, pães e café.
- E) Jantar (18:30) = o cardápio segue a linha do almoço, saladas, arroz, feijão e os acompanhamentos (carne branca e vermelha)
- F) Esporadicamente as crianças assistem a filmes, uma sessão com direito a pipoca.

Os escolares podem repetir as refeições se sentirem vontade, porém não é permitido o desperdício dos alimentos disponibilizados, eles são orientados e educados diariamente para que isso não ocorra.

### 3.3 Instrumentos e procedimentos de coletas

A coleta de dados foi realizada em março do ano de 2019 em uma das escolas das águas do Pantanal sul-mato-grossense. Inicialmente foi realizado o convite à direção da escola, seguido do encaminhamento do projeto para análise e Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (Apêndice) para a autorização da escola.

Houve a presença de uma acadêmica do curso de Educação Física, outra acadêmica do curso de Pedagogia e uma Professora Doutora que possui um projeto social na escola, sendo todas da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul e se disponibilizaram a participar da coleta de dados.

Para a coleta aplicou-se o questionário validado conhecido como Dia Típico de Atividades Físicas e Alimentação (DAFA) (Anexo). O instrumento possui perguntas objetivas sobre o que foi consumido por eles no dia anterior e a percepção quanto aos determinados alimentos. As respostas são expressas em figuras ilustrando diversos grupos de alimentos que se fazem necessários diariamente. Esse questionário foi desenvolvido por Barros et al. (2003), visando obter dados de consumo alimentar de um dia típico da semana.

O instrumento foi desenvolvido para as crianças de sete a dez anos de idade, da primeira a quarta série do ensino fundamental. O termo dia típico ou habitual se refere aos tipos de atividades físicas, de refeições, grupos de alimentos e itens alimentares

escolhidos pelas crianças como representativos de um dia típico de semana. (LOBO, 2003, p. 18).

O questionário foi aplicado com 37 escolares, sendo 15 do sexo feminino e 22 do sexo masculino, que reuniram-se na brinquedoteca da escola para a coleta. Em seguida foram distribuídos os questionários, acompanhados de um lápis para cada um, aguardando as explicações fizeram perguntas tentando adivinhar do que se tratava. Logo, por partes foi explicado o que deviam fazer, sempre esperando para que não fizessem errado, já que o questionário é dividido em 6 partes, Café da manhã, lanche da manhã, almoço, lanche da tarde, janta e o questionário de preferência por determinados alimentos. A equipe de alunos e professores auxiliou as crianças nas recordações de suas refeições do dia anterior, porém sem haver interferência nas respostas dos mesmos.

Em seguida, houve a coleta das medidas antropométricas (massa=kg corporal e estatura=m), com a utilização de uma balança e depois pela fita métrica, colocada presa na parede de baixo para cima. Posteriormente com os dados antropométricos, calculou-se o Índice de Massa Corporal (IMC) para mensurar o estado nutricional. Utilizou-se então a fórmula  $\text{kg/m}^2$

[...] vários pesquisadores e entidades profissionais têm sugerido o uso do IMC em estudos da relação entre sobrepeso e o risco de mortalidade e morbidade das doenças crônicas. Já que o IMC não mede a composição corporal, ele também não expressa a distribuição da gordura corporal, fator que parece importante na determinação de risco de doenças cardiovasculares, hipertensão, diabetes e acidentes vasculares cerebrais. (ANJOS, 1992).

Para a classificação do estado nutricional, adotou-se o critério proposto no PROESP - BR – Projeto Esporte Brasil. O manual do projeto propõe testes e avaliações com formando uma espécie de banco de dados armazenando as informações para nortear pesquisas, análises e propor um padrão de avaliação dos escolares brasileiros.

O Projeto Esporte Brasil (PROESP-BR) é um observatório permanente de indicadores de crescimento e desenvolvimento corporal, motor e do estado nutricional de crianças e jovens entre 6 e 17 anos. Com o objetivo de auxiliar os professores de educação física na avaliação

desses indicadores, o PROESP-BR propõe, através de um método, a realização de programa cujas medidas e testes podem ser realizados na maioria das escolas brasileiras. (PROJETO ESPORTE BRASIL, 2009)

Segundo o Manual de testes e avaliação PROESP - BR, com a sua versão de 2016, Consideram-se valores de IMC acima dos pontos de corte como zona de risco à saúde e os valores abaixo como zona saudável. Como se vê na figura 2, os valores são divididos em idades e sexo.

**Figura 2.** Valores críticos de IMC para a saúde:

<b>Idade</b>	<b>Rapazes</b>	<b>Moças</b>
6	17,7	17,0
7	17,8	17,1
8	19,2	18,2
9	19,3	19,1
10	20,7	20,9
11	22,1	22,3
12	22,2	22,6
13	22,0	22,0
14	22,2	22,0
15	23,0	22,4
16	24,0	24,0
17	25,4	24,0

**Fonte:** Manual do Projeto Esporte Brasil 2016 – Adroaldo Gaya e Anelise Gaya

### 3.4 Análise dos dados

Os dados foram categorizados em uma planilha no programa Microsoft Office Excel para a melhor compreensão das respostas dadas pelos escolares. Foram analisadas as respostas mais relevantes, as quais apareceram com mais frequência entre os alunos.



#### 4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Participaram da pesquisa 37 crianças, sendo 22 do sexo masculino (59,4%) e 15 do sexo feminino (40,5%). Com média de idade igual a 10,3 anos (com idades de 05 a 11 anos). Correspondem ao número total de alunos presentes na instituição naquele dia em questão.

No quadro 1, encontram-se as porcentagens dos grupos de alimentos que todos consumiram no dia anterior, separados por refeições feitas e destacando as que apareceram em maior quantidade.

Ficou evidente que 100% dos escolares consomem frutas no café da manhã. Observou-se a presença do consumo de pães e biscoitos de água e sal com 94,5%, seguido do consumo de leite em 56,75% e um percentual menor entre elas consomem o achocolatado com 27,02% porém é o único período do dia em que esses alimentos aparecem nessa proporção.

No lanche da manhã constatou-se a prevalência das frutas significativamente com 97,29%, já que é a refeição servida nesse período. No almoço, 86,48% declararam consumir o arroz, 81,08% consomem a carne, 72,97% comem verduras e 67,56% o feijão.

No lanche da tarde com 67,56 aparecem somente as frutas em grande quantidade. No jantar, foi possível identificar a presença dos mesmos alimentos do almoço, porém em proporção pouco mais elevadas, sendo 91,89% comem a carne, 89,18% consomem o arroz, 86,48% comem verduras e 83,78% feijão.

É incontestável a relevância de uma alimentação apropriada inserida logo, para criar uma aceitação no início da vida com o objetivo de promover hábitos saudáveis que não se esquecerão. Segundo o Guia Alimentar para População Brasileira (2008) os grupos alimentares abordados nesse estudo desempenham uma função diferente no prato do brasileiro. Um exemplo é a orientação da presença de arroz, pães, massas garantindo fonte de energia e imprescindível componente na maior parte das refeições e ainda é recomendado o consumo diário de seis porções para esse grupo. O guia traz a importância do consumo de leguminosas, como o feijão que são ricos em fibra

alimentar, vitaminas do complexo B, cálcio entre outros e alerta que todos os tipos de carne (vermelha, frango) são fontes de ferro em “alta biodisponibilidade”, nutrientes necessários para o desenvolvimento de uma criança.

Segundo a Organização Mundial da Saúde (2004), o consumo de frutas e verduras ajuda na prevenção a doenças crônicas não transmissíveis entre obesidade, alguns tipos de câncer e cardiopatias e o mínimo que é recomendável são 400gm diariamente, combatendo

**Quadro 1.** Perfil alimentar das crianças de uma escola das águas do Pantanal Sul-mato-grossense.

<b>Refeições</b>	<b>Café da manhã (FR%)</b>	<b>Lanche da manhã (FR%)</b>	<b>Almoço (FR%)</b>	<b>Lanche da tarde (FR%)</b>	<b>Jantar (FR%)</b>
Frutas	<b>100%</b>	<b>97,2%</b>	2,7%	<b>67,5%</b>	5,4%
logurte	-	-	-	-	-
Pães	<b>94,5%</b>	2,7%	2,7%	10,8%	5,4%
Leite	<b>56,7%</b>	2,7%	2,7%	-	-
Achocolatados	<b>27,0%</b>	-	2,7%	13,5%	-
Sucos	-	-	-	-	-
Bolos/Bolachas	8,1%	-	-	-	-
Guloseimas	-	-	-	-	-
Refrigerante	2,7%	-	-	-	-
Feijão	5,4%	8,1%	<b>67,5%</b>	-	<b>83,7%</b>
Arroz	2,7%	8,1%	<b>86,4%</b>	5,4%	<b>89,1%</b>
Carne	8,1%	10,8%	<b>81,0%</b>	2,7%	<b>91,8%</b>
Peixe	-	5,4%	-	-	-
Ovos	-	2,7%	-	-	-
Verduras	5,4%	-	<b>72,9%</b>	5,4%	<b>86,4%</b>
Batata Frita	2,7%	-	-	-	-

**Fonte:** Pesquisa de Campo.

Após todos responderem sobre o que consumiram no dia anterior, os escolares deveriam circular as figuras que expressavam seu sentimento ao comerem determinado grupo de alimento.

O quadro 2. apresenta a percepção dos escolares. Em relação a verduras, observou-se que 21,6 % deles classificaram como “detesto”. Contudo, a maioria dos escolares apontou como “gosto muito” em relação aos grupos de frutas, refrigerantes, arroz/feijão e verduras (quadro2).

**Quadro 2.** Percepção das crianças em relação aos tipos de alimentos.

<b>Percepção</b>	<b>Frutas</b>	<b>Refrigerante</b>	<b>Arroz/Feijão</b>	<b>Verduras</b>
Detesta	2,7%	2,7%	5,4%	<b>21,6%</b>
Não gosta	-	-	-	10,8%
Indiferente	-	-	8,1%	10,8%
Gosta	-	2,7%	5,4%	5,4%
<b>Gosta Muito</b>	<b>94,5%</b>	<b>83,7%</b>	<b>75,6%</b>	<b>51,3%</b>
Não respondeu	2,7%	10,8%	5,4%	-

**Fonte:** Pesquisa de Campo.

Apesar de a instituição não oferecer refrigerante para os escolares, houve uma aparição significativa do produto na pesquisa entre as preferências deles. Sugerindo que esse consumo seja feito no âmbito familiar, nos finais de semana, o que ocasiona a tais variáveis encontradas na pesquisa

Segundo a Pesquisa de Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico (Vigitel, 2017), observou-se um dado um tanto quanto significativo e que chama bastante atenção, a queda no consumo de refrigerantes e bebidas açucaradas, reduzindo em 52,8% entre os brasileiros.

De acordo com a Associação Brasileira das Indústrias de Refrigerantes e Bebidas não Alcoólicas “Uma lata de refrigerante do tipo cola contém cerca de sete a

nove colheres de sopa de açúcar” tudo isso em excesso causa graves consequências como as já citadas nesse estudo.

Em 2011, foi realizado um estudo com adolescentes de rede pública na cidade de São Paulo para avaliar o consumo de bebidas açucaradas e de refrigerantes. A bebida mais consumida nas refeições foi o suco de frutas (38%), seguido pelo refrigerante (29%). E onde mais consumiam esse produto eram em suas casas (38%). Os adolescentes afirmaram que o principal motivo para ingestão dessas bebidas, era devido ao sabor.

Baseado nas informações coletadas do questionário realizado com os escolares, foi possível perceber que os alunos possuem uma alimentação muito bem regrada e saudável. Tudo que é consumido na escola é feito com hortaliças frescas, alguns levados da cidade para escola e outros que são frutos da oficina agrícola e culinária criada há um ano atrás.

Na escola do presente estudo, observou-se a existência de uma horta feita pelos próprios escolares, que estudaram e cultivaram diversos legumes e verduras, além de variadas frutas. Os escolares ainda podem usufruir desses alimentos e colocar em prática receitas aprendidas nas aulas teóricas, as quais as professoras responsáveis abordam os benefícios do consumo de tal alimento, incentivam os escolares o plantio e levam sempre receitas diferentes das que estão habituados a comer. Os alunos sempre realizam a manutenção dessa horta, fazendo a limpeza dos canteiros, plantando ou recolhendo os frutos do que foi plantado.

A oficina agrícola busca informar os escolares sobre a importância de fazer uso dos alimentos mais naturais possíveis, de cuidar do meio ambiente e mostrar os benefícios de uma alimentação saudável no presente visando um adulto mais consciente sobre suas responsabilidades no futuro.

A finalidade do programa de horta na escola é fornecer hortaliças de qualidade, conscientizar e sensibilizar a comunidade escolar alunos, professores e funcionários sobre a importância da mesma para a saúde, meio ambiente e economia. Assim, pretende-se: • Inserir os alunos da escola nas atividades relacionadas à horta; • Criar uma área produtiva na escola onde todos se sintam responsáveis; • Incentivar os alunos em relação à preservação da horta; • Extrair da horta um complemento para a alimentação escolar. (FIOROTTI, 2011, p. 02)

Medidas como essa refletem significativamente em hábitos de cada escolar, já que os mesmos residem como “simi internos” na instituição de ensino, as refeições feitas na escola são o que contribuem para criação de um estilo de vida saudável adotado por eles, apesar de não estarem na escola aos finais de semana podendo lá adotar um perfil alimentar diferente do costumeiro.

Levando em consideração que a pesquisa foi realizada em uma escola ribeirinha, é indiscutível que o assunto “desnutrição” seja abordado. Apesar de os escolares não terem problemas com a situação de consumo alimentício diário, já que a instituição proporciona toda uma alimentação que em vista supre as necessidades nutricionais, a desnutrição faz parte da realidade de famílias baixa renda de diversos lugares do país, inclusive famílias ribeirinhas locais.

A família ribeirinha nada mais é que indivíduos que moram próximo as águas, plantam para o próprio consumo ou tem a pesca como subsistência. O problema é quando isso não é o suficiente para complementar a necessidade nutricional de uma criança. As famílias ribeirinhas de Corumbá, contam com auxílio de projetos sociais, que levam mantimentos, atendimento médico, odontológico, social e educacional e ainda assim, não é o bastante para garantir conforto a essa população.

Como se trata de escolares do 1º ao 5º ano do ensino fundamental, requer cuidados importantes por dois fatores primordiais. Primeiramente, os sujeitos da pesquisa são crianças ribeirinhas e, em segundo é nessa faixa etária que os escolares estão aprendendo a se tornar mais independentes, fazendo suas próprias escolhas, criando certa autonomia e sendo assim essa fase se torna de extrema importância para o desenvolvimento de hábitos benéficos para a saúde dos mesmos, tornando-se fácil habituá-los adequadamente garantindo uma melhor qualidade de vida. Segundo Philippi (2003) é primordial uma alimentação de qualidade e quantidade adequada, porque propicia um acúmulo de energia para a execução de atividades diárias no geral dessas crianças.

Quanto ao estado nutricional 85,2% das crianças foram classificadas na zona saudável e 14,7% delas estão acima do peso ideal, considerável zona de risco à saúde. Conforme descrito no quadro 3.

**Quadro 3.** Percentual do IMC, relacionado ao sexo das crianças.

<b>Sexo</b>	<b>Ideal</b>	<b>Acima</b>
Meninos	80,0%	20,0%
Meninas	92,8%	7,1%

**Fonte:** Pesquisa de Campo.

Estudo realizado na cidade de Natal com 1.927 crianças de 6 a 11 anos, para estimar a prevalência de excesso de peso em escolares de rede pública e privada, constatou-se que 33,4% estavam acima do peso e não havia distinção de sexo ou idade. Além disso, foi detectado que a prevalência de excesso de peso se encontrava em escolas com um melhor índice de qualidade de vida.

Em um estudo maior envolvendo 5.037 crianças de 6 a 10 anos de idade, da cidade de Maringá-PR, verificou-se que 24% dos sujeitos pesquisados estava acima do peso, 7% eram obesos e 17% apresentavam excesso de peso, entre crianças de classe econômica A e B. Manfrinato et al. (2012) comparam os resultados do estudo como próximos aos dados reportados em pesquisas nacionais e também propõe iniciar medidas preventivas ainda na infância.

Coelho et al. (2008) avaliaram 1.875 escolares com idades de 5 a 17 anos e determinou que 9,5% (181) desses escolares eram obesos e 21% (390) apresentavam excesso de peso, com incidência maior em pré-escolares (5 a 7 anos) e de crianças no primeiro ciclo escolar (entre 6 e 12 anos). No grupo de pré-escolares, foram avaliados 78 alunos, sendo que em 19% deles identificou-se o excesso de peso e 15% com obesidade. Já no grupo do primeiro ciclo de escolaridade foram avaliadas 660 escolares os quais 20% estavam classificados como acima do peso e 13,6% eram obesos.

Apesar dos resultados do quadro 3 apresentar uma maioria na zona saudável, exprimem uma preocupação com o percentual de escolares que se encontram acima do peso considerável saudável. Daí a necessidade de iniciar medidas na idade precoce como melhor solução para moderar esse problema de saúde pública.

Apesar de esses estudos contarem com um número maior de sujeitos pesquisados, os resultados desta pesquisa concordam em tratar a obesidade como problema de saúde pública, tratando-se de uma doença de difícil controle, por isso é importante precaver antecipadamente, ou seja, nessa fase inicial da vida gerando benefícios gradativos.

## 5. CONCLUSÃO

Esse estudo é produto de uma pesquisa realizada em uma escola das águas do pantanal-sul-mato-grossense, no qual buscou-se diagnosticar o perfil alimentar de escolares ribeirinhos, trazendo dados e resultados ainda não explorados devido as poucas pesquisas realizadas na instituição. O que torna preocupante, já que são eles os mais afetados devido a distância da área urbana, o que convém um olhar mais atencioso, voltado especialmente para o desenvolvimento desses escolares.

As refeições são tão bem preparadas, que faz com que quem quer que seja sinta vontade de saboreá-las, o que é de extrema importância quando o assunto é criança. Oferecer alimentos com “boa aparência” faz com que prefiram consumir alimentos saudáveis e a descartar alimentos que não trazem benefícios a saúde, regados de sal e açúcar em excesso.

A escola oferece os melhores alimentos, tanto os que vem de fora ou os que são plantados pelos próprios alunos dali. Tudo regado, sem que haja desperdício e sem faltar nada que compreendam as necessidades nutricionais de todos da escola, os resultados encontrados mostram que uma minoria encontra-se acima do peso classificado como ideal.

Medidas como implementações pedagógicas e campanhas nas escolas, são úteis para a conscientização não só dos presentes no âmbito escolar, mas também irá ser levado para o âmbito familiar assim que todos deixarem a escola e forem para seus lares.

Apesar das limitações como distância entre escola – cidade, além de pouco tempo para coletar os dados a pesquisa se faz de devida importância por permitir a apresentação e reflexão de dados do estado nutricional de crianças ribeirinhas, as quais necessitam de um cuidado maior por estarem afastadas e limitadas a informações. Contudo, esse estudo se torna um primeiro passo para contribuir na iniciação de pesquisas voltadas a esse tema, voltados ao conhecimento científico. Deve-se considerar também, que esses escolares são de um grupo específico e que



não se pode generalizar a realidade ribeirinha pantaneira, sendo que há escolares que não estão em situação de semi internato, ou seja, não possuem a alimentação garantida como na escola Jatobazinho.

A escola não possui profissionais de Educação Física na instituição, as professoras encarregadas se empenham para tentar suprir a inexistência de um Professor de Educação Física. É possível observar, nas reuniões ou rodas de conversas aleatórias que todos sempre procuraram discutir assuntos pertinentes ou sanar dúvidas referentes a essa disciplina.

Contudo, é perceptível a falta que faz não somente um profissional de Educação Física, para acompanhar esses escolares carentes, não somente para expor os benefícios de uma mudança nos hábitos atuais para que não gere consequências no futuro, mas também estar a par do estado nutricional de todos, incentivando uma vida mais saudável, diminuindo os valores que estão rondando a atualidade.

## REFERÊNCIAS

ACC/SCN. Nutrition throughout life. 4th Report on the world nutrition situation. Geneva; ACC/SCN./World Health Organization: 2000.

ANJOS, Luiz A. Índice de massa corporal (massa corporal. estatura-2) como indicador do estado nutricional de adultos: revisão da literatura. **Revista de Saúde Pública**, v. 26, p. 431-436, 1992.

APARÍCIO, Graça. Ajudar a desenvolver hábitos alimentares saudáveis na infância. **Millenium**, p. 283-298, 2010.

BARBOSA, Roseane Moreira Sampaio et al. Consumo alimentar de crianças com base 4 na pirâmide alimentar brasileira infantil. **Revista de Nutrição**, 2005.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria-Executiva. Glossário temático: alimentação e nutrição. 2. Brasília: Ministério da Saúde, 2013. Disponível em: [http://bvsms.saude.gov/bvs/publicações/glossário temático alimentação nutrição 2ed.pdf](http://bvsms.saude.gov/bvs/publicações/glossário%20alimentação%20nutrição%202ed.pdf).

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Guia alimentar para a população brasileira : promovendo a alimentação saudável / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, . – Brasília : Ministério da Saúde, 2008.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia alimentar para a população brasileira.2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

BRASIL, Lana do Monte Paula; FISBERG, Mauro; MARANHÃO, Hécio de Sousa. Excesso de peso de escolares em região do Nordeste Brasileiro: contraste entre as redes de ensino pública e privada. **Revista brasileira de saúde materno infantil**, 2007.

COELHO, Raquel et al. Excesso de peso e obesidade: prevenção na escola. **Acta Médica Portuguesa**, p. 341-344, 2008.

DAOLIO. Jocimar. Educação Física Escolar: em busca da pluralidade. Revista Paulista de Educação Física, p. 40-42, 1996.

DARIDO, S. C. Temas Transversais e a Educação Física Escolar. In: Universidade Estadual Paulista. Prograd. Caderno de formação: Formação de professores didática geral: São Paulo, Cultura Acadêmica, p. 76-89, v. 16, 2012

ESTIMA, Camilla Chermont P. et al. Consumo de bebidas e refrigerantes por adolescentes de uma escola pública. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 29, n. 1, p. 41-45, 2011.

FIOROTTI, Josiana Laporti et al. Horta: a importância no desenvolvimento escolar. **Anais... XIV Encontro Latino-Americano de Iniciação Científica. Universidade Vale do Paraíba**, 2011.

FREITAS, Paulo G. **Saúde um Estilo de Vida. Baseado no Equilíbrio de Quatro Pilares**. São Paulo: IBRASA, 2002.

FROTA, Mirna Albuquerque; BARROSO, Maria Grasiela Teixeira. Repercussão da desnutrição infantil na família. **Rev. latinoam. enferm**, v. 13, n. 6, p. 996-1000, 2005.

GAGLIONANE, C. P Alimentação no segundo ano de vida, pré-escolar e escolar.

GAYA, Adroaldo et al. Projeto Esporte Brasil PROESP-Br. **Manual de Aplicação de Medidas e Testes, Normas e Critérios de Avaliação. Porto Alegre-RS**, 2009.

GIL, Antonio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6. ed. Editora Atlas SA, 2008.

LOBO, Adriana Soares et al. DAFA (Dia Típico de Atividades Físicas e Alimentação): Reprodutibilidade e validade concorrente relativas ao consumo alimentar. 2003.

MANFRINATO, Carla Barreto, et al. "**Avaliação da prevalência e de determinantes nutricionais e sociais do excesso de peso em uma população de escolares: análise transversal em 5.037 crianças.**" *Revista da Associação Médica Brasileira* 58.4 (2012): 472-476.

MENDES, R.T E; ANTONIO, M.A.R.G.M Estado nutricional e Qualidade de vida na Criança e Adolescente. BOCCALETTO, E.M.A., MENDES, R.T, VILARTA, R. Estratégias de Promoção da Saúde do Escolar: Atividade física e alimentação Saudável, IPES Editorial, Campinas, p.15-22, 2010.

MINAYO, Maria Cecília. Pesquisa social: teoria, método e criatividade. Editora Vozes Limitada, 2011.

MONTE, Cristina MG. Desnutrição: um desafio secular à nutrição infantil. **J Pediatr**, v. 76, n. Supl 3, p. S285-97, 2000.

MONTEIRO, Carlos Augusto. A dimensão da pobreza, da desnutrição e da fome no Brasil. **Estudos avançados**, v. 17, n. 48, p. 7-20, 2003.

(Organização Mundial da Saúde, 2017)

PHILLIPI, S. T.; CRUZI, A.T.R.; COLUCCI, A. C. A Pirâmide alimentar para crianças de 2 a 3 anos. *Revista de Nutrição*. Campinas, v. 16, n. 1, jan./mar. 2003.

PROJETO ESPORTE BRASIL. Disponível em: <<https://www.proesp.ufrgs.br>> Acesso em: 09 julho 2009.

RAMOS, M.; STEIN, L. M. Desenvolvimento do comportamento alimentar infantil. *Jornal de Pediatria*, Rio de Janeiro, v. 76, p. S229-S237, nov./dez. 2000.

RECINE, Elisabetta; RADAELLI, Patrícia. Obesidade e desnutrição. **FS/UnB, DAB/SPS/MS. Brasília: Ed. Ministério da Saúde**, 2001.

SONATI, J.G. A alimentação e a Saúde do Escolar. VILARTA, R. BOCCALETTO, E.M.A. Alimentação, Atividade Física e Qualidade de Vida dos Escolares do Município de Vinhedo /SP. 1ª edição, IPES Editora, pp. 31-38, 2010.

RIBEIRO, Gisele Naiara Matos; SILVA, João Batista Lopes da. A alimentação no processo de aprendizagem. **Eventos Pedagógicos**, v. 4, n. 2, p. 77-85, 2014.

RIBEIRO, Robespierre QC et al. Fatores adicionais de risco cardiovascular associados ao excesso de peso em crianças e adolescentes: o estudo do coração de Belo Horizonte. **Arq Bras Cardiol**, v. 86, n. 6, p. 408-18, 2006.

THOMAS, J. R.; NELSON, J. K.; SILVERMAN, S. J. Métodos de pesquisa em atividade física. 6ª Ed. Porto Alegre: Artmed. 2012.

VIANA, Victor; SANTOS, Pedro Lopes dos; GUIMARÃES, Maria Júlia. Comportamento e hábitos alimentares em crianças e jovens: uma revisão da literatura. **Psicologia, saúde & doenças**, v. 9, n. 2, p. 209-231, 2008.

WORLD HEALTH ORGANIZATION et al. Global strategy on diet, physical activity and health. 2004.

## Apêndice



Serviço Público Federal  
Ministério da Educação

**Fundação Universidade Federal de Mato Grosso do Sul**



### **TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO**

Eu, \_\_\_\_\_, RG nº \_\_\_\_\_ responsável pelos alunos da Escola Jatobazinho, autorizo os alunos do 1º ao 5º ano participarem da pesquisa intitulada “Padrão Alimentar de escolares do ensino fundamental da escola das águas do Pantanal sul-mato-grossense”. Esta pesquisa faz parte do Grupo de Estudo e Pesquisa em Educação Física e Saúde sob a coordenação da professora Edineia Aparecida Gomes Ribeiro, docente na Universidade Federal do Mato Grosso do Sul, Campus Pantanal, CPAN.

O objetivo do estudo é diagnosticar o perfil do padrão alimentar de escolares do ensino fundamental advindos de uma escola das águas da região do pantanal sul-mato-grossense. A pesquisa será realizada no ambiente escolar pela acadêmica Thamires Cavalcanti Caballero e supervisionada pela docente Dr<sup>a</sup> Cleia Renata Teixeira de Souza que atua com o Projeto de Extensão na Escola Jatobazinho. As crianças receberão o Questionário Dia típico de atividade física e de consumo alimentar (DAFA - seção alimentar) que busca obter informações sobre as escolhas de cinco refeições e 16 grupos de alimentos e itens alimentares representativos de um dia típico de semana.

Todas as informações serão mantidas em sigilo garantindo a segurança das crianças, somente os responsáveis pelo estudo terão acesso às informações fornecidas. Os resultados da pesquisa farão parte do Trabalho de Conclusão de Curso da acadêmica envolvida. Esta pesquisa nos permitirá propor possibilidades de intervenções para adoção de um estilo de vida saudável na escola em que os alunos estão sendo avaliados.

Declaro estar devidamente e, suficientemente informado (a) sobre os procedimentos da Pesquisa que será realizada na escola em horário de aula. Assim concordo com a participação dele (a) e para isso eu DOU O MEU CONSENTIMENTO SEM QUE PARA ISSO EU TENHA SIDO FORÇADO (A) OU OBRIGADO (A). Eu recebi uma via do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e sempre que desejar, serão fornecidos esclarecimentos sobre o estudo.

Assinatura do Responsável pela escola:

---

Nomes da Acadêmica responsável e Assinatura:

Thamires Cavalcanti Caballero

**Dados da Coordenadora da Pesquisa**



Drª Edineia Aparecida Gomes Ribeiro

RG: 12.498.852-7 CPF: 257.970.568.60

Professora, curso de Educação Física, Universidade Federal do Mato Grosso do Sul, CPAN

Endereço: Av. Rio Branco, nº 1.270, Jd. Universitário

Contatos: (67) 3234-6813 (Universidade)

Celular: (67) 9933-4166

E-mail: [edineia.edf@gmail.com](mailto:edineia.edf@gmail.com)/ [edineia.ag.ribeiro@ufms.br](mailto:edineia.ag.ribeiro@ufms.br)

Corumbá, 22 de março de 2019









Como você se sente em relação a estes alimentos?

