

PERFIL ANTROPOMÉTRICO E CONSUMO ALIMENTAR DE BENEFICIÁRIOS DE PENSÃO ALIMENTÍCIA¹

SOCIO-ECONOMIC, ANTHROPOMETRIC AND FOOD CONSUMPTION PROFILE OF FOOD PENSION BENEFICIARIES

Caroline Zucchetto Freitas², Taise Moro Balconi³, Andréia Teófilo da Silva⁴, Paulo Renato Ferrony⁵ e Cristiana Basso⁶

RESUMO

Na fase de crescimento e desenvolvimento de crianças e adolescentes, as necessidades de nutrientes são altas e as escolhas feitas nesse período afetam a saúde, tanto no presente quanto no futuro. Assim sendo, o objetivo deste trabalho foi verificar o perfil antropométrico e, analisar o consumo alimentar dos beneficiários de pensão alimentícia vinculados ao Núcleo de Práticas Jurídicas da Universidade Franciscana, bem como disponibilizar material educativo acerca de escolhas alimentares condizentes com o diagnóstico realizado. Participaram 16 beneficiários, os quais possuíam renda familiar de um a três salários mínimos; casa própria, com saneamento básico e quatro a cinco habitantes por domicílio. Os beneficiários apresentaram-se majoritariamente com eutrofia e sobrepeso, como também maior classificação de adequada estatura para a idade. Após a coleta de dados e em posse dos resultados, foram elaborados e entregues informativos a respeito de melhores escolhas alimentares; receitas com aproveitamento integral dos alimentos e orientações para plantio de diversos tipos de alimentos. Concluiu-se que os beneficiários, maioria eutróficos ou com sobrepeso, apresentaram um alto consumo de alimentos industrializados, como doces ultra processados e refrigerantes. O material educativo se referiu a melhores escolhas alimentares, com oferecimento de receitas com aproveitamento integral de alimentos e com sugestões de alimentos que pudessem ser plantados em seu próprio quintal.

Palavras-chave: Adolescentes; Antropometria; Crianças; Consumo alimentar; Socioeconômico.

ABSTRAC

In the growth and development phase of children and adolescents, nutrient needs are high and the choices made during this period affect health, both now and in the future. Thus, the objective of this study was to verify the anthropometric profile and to analyze the food consumption of the alimony beneficiaries linked to the Franciscan University's Center for Legal Practices, as well as providing educational material about food choices consistent with the diagnosis made. 16 beneficiaries participated, who had family income of one to three minimum wages; own house, with basic sanitation and four to five inhabitants per household. The beneficiaries were mostly eutrophic and overweight, as well as higher classification of appropriate height for age. After data collection and in possession of the results, informative information about better food choices were prepared and delivered; recipes with full utilization of food and guidelines for planting various types of food. It was concluded that the beneficiaries, mostly eutrophic or overweight, had a high consumption of processed foods, such as ultra-

¹ Trabalho de Iniciação Científica - UFN.

² Acadêmica do Curso de Nutrição - UFN. E-mail: caroline.zf@hotmail.com

³ Nutricionista formada na UFN. E-mail: taisebalconi@gmail.com

⁴ Nutricionista formada na UFN. E-mail: tecateofilo@gmail.com

⁵ Coorientador- Professor do Curso de Direito - UFN. E-mail: pauloferrony@gmail.com

⁶ Orientadora - Professora do Curso de Nutrição - UFN. E-mail: cristiana@ufn.edu.br

processed sweets and soft drinks. The educational material referred to better food choices, offering recipes with full use of food and suggestions for food that could be planted in your own backyard.

Keywords: *Adolescents; Anthropometry, Children; Food consumption; Socioeconomic.*

INTRODUÇÃO

O direito humano à alimentação adequada está contemplado no artigo 25 da Declaração Universal dos Direitos Humanos de 1948, incluindo além do acesso à alimentação, à água, ao saneamento, ao vestuário, à habitação e aos cuidados médicos (ORGANIZAÇÕES DAS NAÇÕES UNIDAS DO BRASIL/DUDH, 1948). O direito à alimentação surge do primeiro direito fundamental do ser humano, o direito à vida, sendo dever do Estado e da família protegê-lo. No Brasil, baseado nesse princípio da dignidade humana, sustentada constitucionalmente pela Constituição de 1988, assegura-se a inviolabilidade do direito à vida e à integridade física. Dessa forma, o direito à alimentação é inserido no rol constitucional de direitos sociais (DIAS, 2010).

Uma forma de assegurar esse direito é a pensão alimentícia, valor pago a uma pessoa para o suprimento de suas necessidades básicas de sobrevivência e manutenção, não se limitando apenas aos recursos necessários à alimentação, devendo abranger também custos com moradia, vestuário, educação, lazer e saúde. Podem receber pensão alimentícia os filhos e os ex-cônjuges e ex-companheiros de união estável. Aos filhos de pais separados ou divorciados, o pagamento da pensão alimentícia é obrigatório até atingirem a maioridade ou se estiverem cursando o pré-vestibular, ensino técnico ou superior e não tiverem condições financeiras para arcar com os estudos até os 24 anos (DIAS, 2014).

No que tange à alimentação, se adequada, em conjunto com modificações dos hábitos alimentares, concomitantemente ao estilo de vida de crianças e adolescentes. Esse comportamento assume importante papel na determinação da obesidade. Todavia, evidências demonstram que a condição socioeconômica antecede a influência desses determinantes, tornando-se significativo fator de associação ao desenvolvimento do excesso ponderal. Vale destacar que o nível social e econômico pode interferir de forma direta ou inversa no estado nutricional, uma vez que, nos países em desenvolvimento, como o Brasil, famílias de melhor poder aquisitivo têm mais chances de apresentar sobrepeso, quando comparadas às de menores recursos (LEAL, *et al.*, 2012).

Estudos indicam que as famílias atendidas por programas de transferência condicionada de renda tendem a gastar uma parcela importante do benefício recebido com a compra de alimentos, principalmente para as crianças. Entretanto, o aumento na aquisição de alimentos não necessariamente indica diminuição da insegurança alimentar ou bem-estar nutricional das famílias. Além de razões econômicas, existem outros fatores que interferem na escolha dos alimentos, como a disseminação de propagandas de produtos ultra processados, os quais têm preços relativamente acessíveis (COTTA E MACHADO, 2013). Na fase de desenvolvimento e crescimento das crianças e adolescentes,

as necessidades de nutrientes são altas e as escolhas feitas nesse período afetam a saúde, tanto no presente quanto no futuro, por isso o incentivo de alguns hábitos é importante, como por exemplo, o envolvimento das crianças e adolescentes na elaboração de refeições saudáveis, desde a prática de plantar, colher, higienizar e preparar seus alimentos e de sua família.

A criação da horta acaba sendo reconhecida como um espaço de aprendizado, em que as trocas interpessoais apresentam uma perspectiva horizontal e dialógica entre os envolvidos, em que todos possam contribuir com seus conhecimentos e experiências na construção do projeto. Sob essa perspectiva, a horta se revela como um espaço de produção de cuidado, compreendido a partir da participação ativa dos sujeitos e a partir da produção da sociabilidade, resgatando e construindo vínculos de cuidado consigo, com o outro e com a natureza (COELHO e BÓGUS, 2016).

Proporcionar uma oferta maior de nutrientes por meio do aproveitamento integral dos alimentos e desenvolvimento de receitas culinárias, respeitando-se os padrões culturais de uma determinada comunidade, é duplamente proveitoso: à medida em que diminui o impacto ambiental causado pelo descarte de resíduos provenientes do pré-preparo de hortaliças e frutas (entre outros) e ainda pode contribuir para o combate à fome e à desnutrição (CARDOSO *et al.*, 2015).

Nesse contexto, o objetivo deste trabalho foi verificar o perfil antropométrico e consumo alimentar dos beneficiários de pensão alimentícia vinculados ao Núcleo de Práticas Jurídicas da Universidade Franciscana e, com base nos resultados encontrados, disponibilizar material educativo acerca de escolhas alimentares condizentes com a realidade dos envolvidos.

METODOLOGIA

Tratou-se de uma pesquisa transversal realizada no Núcleo de Práticas Jurídicas da Universidade Franciscana, com beneficiários de pensão alimentícia de ambos os gêneros, com idade menor ou igual a 19 anos; no período de agosto de 2017 a julho de 2018, no município de Santa Maria - RS.

Foram convidados a participar do projeto os beneficiários que mantinham vínculo com o Núcleo de Práticas Jurídicas da Universidade. As acadêmicas do Curso de Nutrição envolvidas no projeto receberam uma lista com os contatos dos beneficiários ou responsáveis, sendo então realizado via telefone o convite e explanação detalhada acerca de como deveria ocorrer a participação de cada um dos envolvidos, com a intenção de já fazer o agendamento do dia, horário e local para coleta de informações.

Os beneficiários de pensão alimentícia que aceitaram participar se apresentaram no dia agendado, em que foram coletados inicialmente os dados socioeconômicos, através de um questionário preenchido pelos pais ou responsáveis pelas crianças, com auxílio das acadêmicas de Nutrição. As variáveis analisadas foram renda familiar; escolaridade da mãe; condições de moradia; número de pessoas por domicílio; número de pessoas que trabalhavam por domicílio; números de filhos; serviço de água, esgoto, e coleta de lixo; pavimentação da rua, e, cultivo de horta.

A avaliação do estado nutricional das crianças e adolescentes foi realizada durante atendimento por meio da verificação do peso, estatura e cálculo do IMC (Índice de Massa Corporal), seguido da aplicação do Recordatório de 24 horas para as mães dos beneficiários. A pesagem foi realizada com as pessoas descalças, vestindo roupas leves, em posição ereta, em uma balança digital com capacidade de 0 a 150Kg. Para a estatura, utilizou-se uma fita métrica inelástica com medida máxima até 150cm, sendo esta fixada em posição vertical sobre uma parede reta. Os beneficiários foram posicionados numa superfície plana vertical, braços pendentes com as mãos espalmadas sobre as coxas, calcanhares unidos e as pontas dos pés afastadas, formando um ângulo de 60° e joelhos em contato, parte posterior da cabeça tocando a fita e os olhos alinhados com o ápice da orelha formando um ângulo reto com a parede. Para avaliar o crescimento de crianças e adolescentes, foi utilizado o programa *Anthro Plus* e o estado nutricional foi classificado segundo as Curvas da Organização Mundial de Saúde (OMS, 2007). Foram utilizados os indicadores peso para idade, estatura para idade e IMC para idade, sendo os resultados expressos em percentil e escore - z.

Quanto ao Recordatório 24 horas, todos os beneficiários foram entrevistados quanto ao tipo de alimentos consumidos, quantidade em medida caseira, fracionamento e horário das refeições; sendo as crianças auxiliadas por seus responsáveis. Os resultados foram tabulados no programa Excel e apresentados em frequência relativa, média e desvio padrão.

Após a coleta de todos os dados, foi disponibilizado material educativo impresso e de fácil entendimento acerca de escolhas alimentares condizentes com o diagnóstico realizado. A coleta de dados foi realizada mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) pelos participantes e/ou acompanhantes. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa da UFN sob o número 76876517.3.0000.5306.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

A lista nominal entregue para as acadêmicas de Nutrição continha sessenta nomes de beneficiários de pensão alimentícia ou de seu responsável, juntamente com o contato telefônico. De posse da lista, foram realizadas várias tentativas de contato, contabilizando um total de quarenta e quatro beneficiários que não foram incluídos na pesquisa devido aos seguintes motivos: o responsável trabalhava e não tinha quem pudesse levar o filho(a) beneficiário(a); o responsável alegava falta de tempo; a família não morava em Santa Maria, dificultando o encontro; o responsável tinha dificuldade de deslocamento; não atenderam as ligações; o número de telefone para contato não existia mais; ou ainda, a confirmação de participação pelo responsável era aceita porém não compareciam no dia agendado.

Assim, obteve-se uma amostra final de 16 beneficiários de pensão alimentícia, com idade entre 2 a 18 anos, média de $8,4 \pm 4,3$ anos, sendo 56,25% (n=9) do sexo feminino e 43,75% (n=7) masculino, os quais foram inicialmente avaliados quanto ao perfil socioeconômico (Tabela 1).

Tabela 1 - Caracterização socioeconômica das famílias dos beneficiários de pensão alimentícia, vinculados ao Núcleo de Práticas Jurídicas da Universidade Franciscana de Santa Maria - RS.

Variáveis	Número	Frequência %
Renda familiar		
0 a 1 salário mínimo	7	43,75%
1 a 3 salários mínimo	9	56,25%
Escolaridade da mãe		
Ensino fundamental incompleto	5	31,25%
Ensino fundamental completo	0	0%
Ensino médio incompleto	3	18,75%
Ensino médio completo	7	43,75%
Ensino superior completo	1	6,25%
Condições de moradia		
Casa própria	10	62,5%
Casa alugada	6	37,5%
Número de pessoas por domicílio		
1 a 3	7	43,75%
4 a 5	9	56,25%
Número de pessoas que trabalham por domicílio		
0 a 1	15	93,75%
2 a 3	1	6,25%
Quantos filhos		
1 a 3	12	75%
4 a 5	4	25%
6 a 9	0	0%
Recebe bolsa família		
Sim	8	50%
Não	8	50%
Rua pavimentada		
Sim	10	62,5%
Não	6	37,5%
Horta domiciliar		
Sim	4	25%
Não	12	75%
Água tratada		
Sim	16	100%
Não	0	0%
Serviço de esgoto		
Sim	16	100%
Não	0	0%
Coleta de lixo		
Sim	16	100%
Não	0	0%

Constatou-se que a maioria das famílias tinha renda entre um e três salários mínimos; mães com ensino médio completo; tinham um a três filhos; e, que além de receber o benefício de pensão alimentícia, metade da amostra participava do Programa Bolsa Família; ainda, também a maior parte possuía casa própria, em que residiam de quatro a cinco membros; 100% das residências

dispunham de água tratada, rede de esgoto e coleta regular de lixo; a maior parte das famílias não cultivavam horta domiciliar.

Em relação aos critérios analisados, encontra-se na tabela 2 os parâmetros de peso para idade, conforme classificação do SISVAN (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2009).

Tabela 2 - Distribuição de frequência de peso para idade, estatura para idade e índice de massa corporal para idade dos beneficiários de pensão alimentícia, vinculados ao Núcleo de Práticas Jurídicas da Universidade Franciscana de Santa Maria - RS.

Índice	Classificação	N	%	
Peso para Idade (n=10) *	Adequada	7	70	
	Peso elevado	2	20	
	Baixo peso	1	10	
Índice de Massa Corporal para Idade (n=16)	0 a 5 anos (n=4)	Eutrofia	4	100
	5 a 19 anos (n=12)	Eutrofia	9	75
		Sobrepeso	3	25
Estatura para idade (n=16)	Adequada estatura	15	93,7	
	Baixa estatura	1	6,3	

De acordo a tabela 2, a estatura para idade 87,5% (n=14) das crianças e adolescentes avaliados foram classificados como estatura adequada para idade, segundo os valores do SISVAN (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2009) de z-escore ≥ -2 (percentil ≥ 3). Já 6,25% (n=1) foram classificados com baixa estatura para idade e 6,25% (n=1) classificados como adequada estatura para idade.

No que se diz respeito ao índice de massa corporal (IMC) para idade, em relação aos 4 beneficiários de pensão alimentícia de 0 a 5 anos, 100% (n=4) apresentaram eutrofia, segundo SISVAN (2009) o z-escore ≥ -2 e $\leq +1$ (percentil ≥ 3 e ≤ 85). Já os 12 beneficiários com idade entre 5 e 19 anos, 75% (n=9) apresentaram eutrofia, porém nota-se percentuais elevados de risco de sobrepeso 25% (n=3).

Estudo semelhante foi realizado em uma rede municipal de ensino de Mogi Guaçu/SP, com 261 escolares, com idade entre sete e nove anos, os quais foram avaliados através de avaliação antropométrica, determinando peso, estatura e circunferência da cintura. Para o diagnóstico nutricional, foram utilizados também os dados expressos em escores z de E/I e do IMC/I com base no referencial do *World Health Organization* de 2007. Os resultados mostraram um percentual de classificação de 172 escolares eutróficos (65,9%); 41 (15,7%) sobrepeso, 32 (12,3%) obesidade, 14 (5,4%) obesidade grave, 1 (0,4%) magreza e 1 (0,4%) magreza acentuada, evidenciando ocorrência expressiva de excesso de peso nos escolares avaliados e adiposidade central nos meninos com nove anos (JESUS; SIMÕES, 2011).

Outro estudo, realizado em escolas públicas e privadas da cidade de Santa Maria - RS, teve o objetivo de avaliar o estado nutricional e o consumo alimentar de 130 adolescentes. Desses, 75% apresentaram eutrofia, 15% magreza e 10% sobrepeso e obesidade. Conclui-se que, apesar da menor prevalência de obesos quando comparado com outros estudos, os adolescentes apresentaram um alto consumo de alimentos industrializados, doces e refrigerantes, os levando à má alimentação

e conseqüentemente podendo trazer riscos futuros à saúde, resultado muito semelhante com o estudo atual em relação ao consumo excessivo de doces e refrigerantes (BEQUE; STORCK, 2015).

Nota-se que apesar de estudos sobre a realidade alimentar nacional que apontam para um aumento do consumo alimentar fora de casa e do consumo de alimentos processados e ultra processados ao invés de preparações *in natura* ou minimamente processados, a maior parte das crianças e jovens entrevistados nesse estudo relatou fazer suas refeições predominantemente em casa, porém com quantidade significativa de alimentos ultra processados. Os resultados avaliados qualitativamente, a partir do Recordatório 24h, demonstraram maioria das refeições realizadas no domicílio, compostas majoritariamente por alimentos convencionais como arroz, feijão, carne e massas; além de um consumo elevado de alimentos processados e ultra processados nos intervalos das principais refeições (bolacha recheada, salgadinho, refrigerante, suco artificial), os quais são altamente calóricos; e baixo consumo de alimentos *in natura* (frutas e hortaliças), que são saudáveis.

No final das coletas, após diagnóstico completo e conhecimento suficiente para reconhecer quais os alimentos mais consumidos pela amostra, os responsáveis pelos beneficiários receberam um material explicativo impresso, identificando quais seriam as melhores escolhas de alimentos, usando exatamente o que eles alegaram gastar no mês com alimentação (Tabela 3).

Tabela 3 - Substituição de alimentos industrializados por opções mais saudáveis, para beneficiários de pensão alimentícia, vinculados ao Núcleo de Práticas Jurídicas da Universidade Franciscana de Santa Maria - RS.

Ultra processados/guloseimas	Substituição por alimentos mais saudáveis
Achocolatado em pó 400g (75% açúcar)	Cacau em pó 400g (25%) açúcar
Salgadinhos, bolachas recheadas	Frutas práticas para levar de lanche
Refrigerante 2L	Fruta <i>in natura</i> , para suco
Macarrão tipo instantâneo (rende 1 porção)	Macarrão integral qualquer tipo
Maionese/margarina	Manteiga
Cachorro quente/xis	Sanduíche de frango/queijo/alface /tomate/cenoura

Para melhor entendimento dos responsáveis de que a opção de substituição seria mais adequada para os beneficiários, foi entregue um esquema mostrando as quantidades de açúcares, sódio e gorduras que cada alimento ultra processado continha em sua composição. Foi entregue também um conjunto de receitas com opções doces e salgadas com Aproveitamento Integral de Alimentos. Isso serviu para tornar as refeições mais econômicas, práticas e nutritivas, já que com o aproveitamento integral se utiliza partes dos alimentos muitas vezes descartadas no momento do preparo, como folhas, talos, cascas e sementes, e, que na maioria das vezes são as partes mais nutritivas, com maior quantidade de fibras, vitaminas e sais minerais; além de aumentar o rendimento, proporcionando menor custo às refeições.

As receitas entregues foram baseadas no conhecimento de que ingredientes faziam parte do hábito alimentar dos beneficiários, sendo elas: couve com talos e sobras de arroz; assado de chuchu

com casca; empadão integral de vegetais; farofa de folhas e talos de vegetais; torta de repolho; gratinado integral de carne moída; pudim de casca de bergamota; geleia de banana com casca; bolo de casca de banana, e, bolo de casca de abóbora com chocolate. Segundo Cardoso *et al.* (2015), o aproveitamento integral dos alimentos pode contribuir para melhorar a qualidade alimentar, assim como promover a redução dos resíduos e uma melhora nutricional do cardápio.

Junto ao conjunto de receitas também foi distribuído um material explicativo para que os responsáveis juntamente com os beneficiários pudessem cultivar uma horta domiciliar (Tabela 4). O mesmo, explicava todo o processo de produção e colheita, com informações quanto ao melhor local da horta; se deveria receber sol o dia todo; se o terreno deveria ser plano ou levemente inclinado; estar livre de encharcamento; ter água de boa qualidade para irrigar as plantas e evitar a contaminação das hortaliças; estar afastado de instalações sanitárias, pocilgas ou esgotos. E, o preparo do terreno, que deve ser limpo ou capinado, terreno cavado ou arado a 20 centímetros de profundidade e sem torrões, deixando o terreno bem fofo e destorroado (MAKISHIMA *et al.*, 2010).

Tabela 4 - Informativo sobre cultivo de horta domiciliar aos beneficiários de pensão alimentícia, vinculados ao Núcleo de Práticas Jurídicas da Universidade Franciscana de Santa Maria - RS.

Hortaliças	Época de plantio	Espaçamento (cm)	Tipo de plantio	Tempo para Colheita (dias)
Abóbora	OUT./FEV.	250x250	Em cova	90 - 120
Agrião	FEV./OUT.	20x10	Em mudas	80 - 90
Alface	ANO TODO	20x20	Em mudas	60 - 80
Batata-doce	OUT./DEZ.	80x10	Direto no canteiro	150
Beterraba	ANO TODO	20x10	Direto no canteiro	90
Brócolis de verão	OUT./DEZ.	80x40	Em mudas	60 - 80
Brócolis de inverno	FEV./SET.	80x40	Em mudas	60 - 80
Cenoura inverno	FEV./AGO	20x05	Direto no canteiro	80
Cenoura verão	NOV./JAN.	20x05	Direto no canteiro	80
Couve manteiga	FEV./JUL.	40x40	Em mudas	100
Couve-flor de inverno	FEV./JUN.	40x40	Em mudas	130
Couve-flor de verão	DEZ./ JAN.	40x40	Em mudas	130
Espinafre	FEV./SET.	30x30	Em mudas	80
Mandioca (Inhame)	JUN./SET.	100x50	Em cova	210 - 360
Nabo	ABR./MAIO	30x20	Direto no canteiro	90
Pimentão	SET./FEV.	100x50	Em mudas	120
Quiabo	OUT./DEZ.	80x20	Em cova	80
Rabanete	MAR./AGO	20x15	Direto no canteiro	35 - 45
Repolho de inverno	FEV./SET.	50x50	Em mudas	100
Repolho de verão	NOV./JAN.	50x50	Em mudas	100
Salsa	MAR./SET.	15x15	Em mudas	60
Tomate	SET./FEV.	80x40	Em mudas	70
Vagem	ANO TODO	100x50	Em cova	70

Fonte: SEBRAE, 2010.

Foi informado de que se deve ter cuidado com as plantas para que cresçam saudáveis e viçosas, fazendo a rega periódica delas por exemplo. De forma geral, um metro quadrado de área cultivada necessita de 2 a 5 litros de água por dia, embora a reposição deva ser feita de acordo com as exigências das plantas em relação à época do ano e à idade da cultura. Em relação a capinar, deve-se ter o cuidado para eliminar as ervas daninhas entre as plantas para não prejudicar o crescimento das hortaliças. O período de capina é variável, dependendo do ciclo de cultivo de cada hortaliça. Também há a importância de afofar o solo quando os canteiros estiverem muito compactados: deverá ser feita a operação de escarificação ou afofamento dos canteiros para facilitar o desenvolvimento das plantas (MAKISHIMA *et al.*, 2010).

Coelho e Bógus (2016) trazem em seu estudo que em relação ao aprendizado sobre a horta que ela proporciona um espaço de trocas interpessoais tanto relacionados ao plantio como aos alimentos em si. Assim, o envolvimento e a participação dos beneficiários juntamente com seus responsáveis proporciona a construção de uma relação importante com o alimento que ele próprio produz, o que acaba sendo um estímulo a experimentá-lo e comê-lo.

Após o término da pesquisa, percebeu-se que foi de grande relevância dentre as contribuições oferecidas aos beneficiários e responsáveis, porém foi encontrada limitação em relação a amostra ter sido inferior a esperada, instigando quanto a importância de dar continuidade a esse trabalho, talvez articulando maneiras de maior adesão, como realizar o diagnóstico no endereço do beneficiário ou proporcionar meio de locomoção, assim como disponibilizar mais horários para os encontros.

CONCLUSÃO

Com base na pesquisa realizada, os beneficiários que mantinham vínculo com o Núcleo de Práticas Jurídicas da Universidade Franciscana apresentaram-se majoritariamente com eutrofia e sobrepeso, assim como maior classificação de adequada estatura para a idade. Com base nos resultados obtidos na avaliação qualitativa do RECORDATÓRIO 24H, verificou-se um elevado consumo de alimentos processados (refeições realizadas em casa, mas com adição de sal, açúcar e gordura), e ultra processados nos intervalos das principais refeições, além de baixo consumo de alimentos *in natura*.

Após a coleta de dados e avaliação nutricional, foram elaborados e entregues informativos a respeito de melhores escolhas alimentares; receitas com Aproveitamento Integral dos Alimentos e orientações para cultivo de horta domiciliar.

Sugere-se que continue sendo tratado esse assunto com atenção, para que beneficiários de pensão alimentícia possam continuamente ter acesso a informações referente a melhores escolhas alimentares, porém condizentes com o benefício recebido.

REFERÊNCIAS

BEQUE, C. T.; STORCK, C. R. Estado nutricional e consumo alimentar de adolescentes de escolas públicas e privadas da cidade de Santa Maria - RS. **Rev. Ciências da saúde**, Santa Maria, v. 16, n. 2, p. 231-245, 2015.

CARDOSO, F. T. *et al.* Aproveitamento integral de alimentos e o seu impacto na saúde. **Rev. Sustentabilidade em debate**, Brasília, v. 6, n. 3, p. 131-143, 2015.

COELHO, D. E. P.; BÓGUS, C. M. Vivências de plantar e comer: a horta escolar como prática educativa, sob a perspectiva dos educadores. **Rev. Saúde Soc.**, São Paulo, v. 25, n. 3, p. 761-771, 2016.

COTTA, R. M. M.; MACHADO, J. C. Programa bolsa família e segurança alimentar e nutricional no Brasil: revisão crítica da literatura. **Rev. Pan-americana Saúde Pública**, Viçosa, v. 33, n. 1, jan. 2012.

DIAS, A. D. C. **A obrigação de alimentos devidos a menores enquanto objeto da responsabilidade parental após o divórcio perante a solidariedade estadual em matéria alimentícia**. Dissertação (Dissertação em Ciências Jurídico-Civilísticas) - Faculdade de Direito da Universidade de Coimbra, Portugal. 2014.

DIAS, M. B. **Manual de direito das famílias**. 7 ed. São Paulo: RT, 2010; IBGE - INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. Estatísticas do registro civil de 2006. Rio de Janeiro: 16 de dezembro de 2006. Disponível em: <https://bit.ly/33RuHMW>. Acesso em: 03 mar. 2018.

JESUS, A. M. ; SIMÕES, Maria Jacira Silva. Avaliação antropométrica de escolares de sete a nove anos de idade da rede municipal de ensino de Mogi Guaçu, São Paulo. **Rev. Alimentação e Nutrição**, Araraquara, v. 22, n. 2, p. 161-166, 2011.

LEAL, V. S. *et al.* Excesso de peso em crianças e adolescentes no estado de Pernambuco, Brasil: prevalência e determinantes. **Rev. Caderno de Saúde pública**, Pernambuco, v. 28, n. 6, p. 1175-1182, jun. 2012.

MAKISHIMA, N. *et al.* **Projeto horta solidária: cultivo de hortaliças**. 2 ed. Jaguariúna: Embrapa Meio Ambiente, 2010. p. 6-10.

ORGANIZAÇÕES DAS NAÇÕES UNIDAS DO BRASIL. **Declaração universal dos direitos humanos (DUDH)**. Disponível em: <https://bit.ly/34TUPb5>. Acesso em: 21 ago. 2019.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Sistema de Vigilância alimentar e Nutricional. Classificação do estado nutricional**. Brasília: MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2009. Disponível em: <https://bit.ly/2Pfe2J4>.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Padrões de crescimento infantil**. 2007. Disponível em: <http://www.who.int/growthref/en/>. Acesso em: 22/05/2018.

SEBRAE. EMBRAPA. **Conheça o catálogo brasileiro de hortaliças**, 2010. Disponível em: <https://bit.ly/2RuozaV>. Acesso em: 03 mai. 2019.

ANEXO 1**DECLARAÇÃO DE REVISÃO GRAMATICAL**

Declaro que procedi à revisão gramatical e estilística ao artigo **PERFIL ANTROPOMÉTRICO E CONSUMO ALIMENTAR DE BENEFICIÁRIOS DE PENSÃO ALIMENTÍCIA**.

A revisão foi entregue em arquivo aberto, cabendo ao autor a versão final do trabalho.

Os originais e o material revisado foram apagados do meu computador, como garantia de confidencialidade.

Santa Maria, 26 de novembro de 2019.

Assinatura: Isabele Pereira

Isabele Corrêa Vasconcelos Fontes Pereira

Licenciada em Letras Português pela Universidade Franciscana (UFN), Santa Maria, Brasil.

Mestre em Letras pela Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões (URI), Campus de Frederico Westphalen, Brasil.

CPF: 031718321-43

RG: 9075828476 - SSP - RS - 2/01/2013