

CONSUMO ALIMENTAR EM BENEFICIÁRIOS DE PENSÃO ALIMENTÍCIA DE SANTA MARIA – RS¹

ALIMENTARY CONSUMPTION IN BENEFICIARIES OF ALIMONY OF SANTA MARIA - RS

**Simone Pieniz², Ana Júlia de Azevedo Ferrony², Cristiane Copetti²,
Bruna Bortolotto², Renata Quartieri Nascimento² e
Viviani Ruffo de Oliveira³**

RESUMO

A história dietética, por ser um método que busca registrar a alimentação habitual, pressupõe alguma rotina alimentar; todavia possíveis fontes de erros podem distorcer as informações sobre a real ingestão alimentar. A memória seletiva leva o sujeito a lembrar-se dos alimentos mais aceitos socialmente, ou a enfatizar o consumo desejável e pode subnotificar grandes quantidades ingeridas ou superestimar as pequenas quantidades. O objetivo neste trabalho foi avaliar o consumo alimentar de mães e filhos beneficiários de pensão alimentícia e atendidos no Núcleo de Prática Jurídica (NPJ) do Centro Universitário Franciscano - UNIFRA, Santa Maria - RS. Foram avaliados 59 beneficiários, sendo 30 crianças, com idade entre 1 a 11 anos; 29 mães com idade entre 23 a 52 anos e, para a coleta de dados, utilizou-se como instrumento um formulário contendo informações socio-econômicas, dados antropométricos, além de inquérito alimentar realizado por meio de um recordatório de 24h. De acordo com os resultados obtidos observou-se que dentre as mães, o consumo de carnes foi de 52% e entre as crianças 34%. Em relação às frutas observou-se entre as mulheres um consumo de 28% e entre as crianças de 13%. Já para as hortaliças, o consumo observado foi de 23% para as mães e 11% para os filhos. Sobre os fast-food, verificou-se entre as mães um consumo de 5% e 41% para as crianças. Quanto ao consumo de refrigerantes, notou-se que a ingestão foi de 10% para as mães e 21% para as crianças. Conclui-se que esse grupo realmente necessitava de orientações nutricionais que esclarecessem a importância de não substituir grandes refeições por lanches, assim como demonstrá-los que, com os recursos financeiros destinados a fast-food, poderia se ter uma alimentação caseira mais saudável e de menor custo.

Palavras-chave: recordatório, consumo alimentar, história dietética.

1 Trabalho Final de Graduação - TFG.

2 Acadêmicas do Curso de Nutrição - UNIFRA.

3 Orientadora - UNIFRA.

ABSTRACT

Dietary history, is a method that registers the habitual feeding, it estimates some alimentary routine, however possible sources of errors can give wrong information about the real alimentary ingestion. The selective memory takes people to remember foods most accepted or to focus the desirable consumption and it can reduce great ingested amounts or overestimate the small amounts. The objective of this work was to evaluate the alimentary consumption of mothers and children of alimony in the Núcleo de Práticas Jurídicas (NPJ) of the Centro Universitário Franciscano - UNIFRA, Santa Maria - RS. 59 It was evaluated 59 people were, being 30 children with age between 1 to 11 years and 29 mothers with age between 23 to 52 years. To collect the data it was used an instrument, to inform parents economic situation and questions about what they had eaten 24 hours before the interview. According to the results, it was observed that amongst the mothers, the consumption of meat was of 52% and among children 34%. In relation to the fruits, a consumption of 28% was observed in the the women group and 13% in the children's group. About the vegetables it was observed a consumption of 23% for mothers and 11% for children. Fast-food consumption was 5% and 41% respectively, and the beverage ingestion was 10% in mothers group and 21% in the children's group. This group really needed nutritional support, some directions clarified the importance about not substitute lunch and dinner for snacks, as well as demonstrating them that the financial resources should not be destined for fast-food because their more expensive and not so healthful.

Key words: *dietary history, alimentary routine, habitual feeding.*

INTRODUÇÃO

O direito aos alimentos é previsto no ordenamento jurídico nacional, estando expresso na própria Constituição Federal e nas leis infraconstitucionais, especialmente no Código Civil e na lei que regula a ação de alimentos (Lei Federal 5.478, 25 de julho de 1968). Esta trata da questão das pensões alimentícias, que os parentes podem pleitear entre si, e que, em geral, é utilizada por filhos menores em relação aos pais, mais comumente, em casos de separação dos cônjuges. O valor justo da pensão alimentícia em um caso particular está associado a um valor suficiente para adquirir uma cesta de alimentos capaz de suprir as necessidades nutricionais de acordo com o sexo e idade. Nesse sentido, é preciso considerar também as diferenças socioeconômicas entre os beneficiários, uma vez que a renda mostra-se diretamente proporcional à variedade de alimentos existentes no consumo das famílias (CIRYLLO et al., 2004).

Conhecer exatamente a ingestão alimentar de grupos ou mesmo de

indivíduos é sempre uma tarefa complexa, pois as práticas alimentares estão mergulhadas nas dimensões simbólicas da vida social. Essas estão envolvidas nos mais diversos significados, desde o âmbito cultural até as experiências pessoais, conferindo-lhes menos objetividade do que se espera ao abordá-las por meio de métodos de investigação sobre consumo alimentar (GARCIA, 2004).

No modo de vida urbano, sobretudo nas grandes cidades, a alimentação tem se deslocado do ambiente doméstico, condição essa que dificulta abordar o consumo alimentar por meio dos métodos de inquérito alimentar devido à diversidade de alimentos e preparações que podem compor um prato. Isso dificulta não só a descrição do consumido, mas também a variedade de utensílios e itens alimentares que prejudicam as condições para se registrar mentalmente as porções ingeridas e o desconhecimento dos ingredientes (LOPES et al., 2003).

A história dietética, por ser um método que busca registrar a alimentação habitual, pressupõe alguma rotina alimentar, a qual pode estar estruturada refeição em horários estabelecidos e alimentos e preparações estáveis determinados culturalmente, ou pode ser desestruturada, sem horários fixos e fazendo uso de alimentos variáveis sem seguir qualquer regra alimentar (WILLETT et al., 1997).

Nas situações em que predomina a alimentação mais desestruturada, a qualificação e quantificação do consumo tendem a ser mais vulnerável à imprecisão, uma vez que essa maneira aumenta a diversidade de itens alimentares e reduz sua previsibilidade. Refeições formais podem ser mais facilmente memorizadas do que o consumido junto a outras atividades e nos intervalos das grandes refeições (GARCIA, 2004).

Witschi (1990) menciona possíveis fontes de erros que podem distorcer as informações sobre ingestão alimentar: a percepção do que se come, a memória do entrevistado, efeitos decorrentes da idade, sexo e ambiente da entrevista, a própria coleta de dados pode afetar as informações de ingestão; a variação alimentar diária e a sazonalidade, os dias em que são realizadas as entrevistas podem ser mais ou menos representativos que outros, além da habilidade do entrevistador em obter informações e a disposição em colaborar com a investigação.

A ingestão de nutrientes também pode variar com o dia da semana, tendendo a ser maior nos finais de semana. No entanto, esse efeito é observado de forma diferencial, dependendo do nutriente (HOFFMANN et al., 2002). Por exemplo, naqueles em que as variações entre e intra-indivíduos são grandes, como a vitamina A, o colesterol e o sódio, o efeito pode não ser extremamente evidente. Para minimizar essa variação, pode-se

ajustar o nutriente pela ingestão calórica total, conhecida como densidade de nutrientes, ou ainda incorporar, aleatoriamente, todos os dias da semana no estudo, quando se tratar do recordatório de 24h, ou ainda utilizar o questionário de frequência alimentar (CARRASCO SIPONS, 1992).

No método recordatório alimentar de 24 horas, em que consta a refeição, o alimento e a quantidade consumida, e, na história dietética, que depende, respectivamente, do relato do que foi consumido ou do que é habitualmente ingerido, a memória e a percepção são condições para garantir a qualidade da informação (SLATER et al., 2003). Todavia, a memória pode produzir distorções consideráveis, tanto de forma consciente como inconsciente. A memória seletiva leva o sujeito a lembrar-se dos alimentos mais aceitos socialmente, ou a focar o consumo desejável e pode, com isso, subnotificar grandes quantidades ingeridas ou superestimar as pequenas quantidades (CASSIDY, 1994).

Uma pessoa, ao referir o que come, pode manifestar uma idealização de sua alimentação. Em algumas situações, como na obesidade, por exemplo, o registro da ingestão alimentar tende a ser subestimado. O próprio fato de sentir-se observado produz mudanças na dieta, seja para demonstrar uma dieta idealizada, seja para impressionar o investigador (WILLETT, 1998).

A magnitude e a direção do efeito provocado por um observador vão depender das normas culturais locais, da expectativa do entrevistado com relação àquela investigação, da interação entre investigador e o sujeito entrevistado (BRATTEBY et al., 1998).

Um modelo de consumo alimentar mais hegemônico pode estar sendo manifestado numa situação de inquérito alimentar, não por falta de sinceridade, mas pelo próprio descompasso entre o que a pessoa acha que come e o que propriamente come, de modo a expressar um sentimento de pertencer ao padrão alimentar idealizado socialmente. Um exemplo disso ocorre quando é exacerbado o consumo de alimentos mais aceitos como de boa qualidade e subnotificado aqueles tidos como negativos, por exemplo: *fast food*, *snacks*, bebida alcoólica, cigarro (GIBSON, 1990).

Investigações sobre o consumo de alimentos, que utilizam instrumentos idênticos em períodos diferentes, são considerados estudos de aferição da validade, tendo em vista que os hábitos alimentares são altamente passíveis de mudanças e que respostas diferentes podem não significar falta de precisão, mas alteração no padrão de consumo alimentar. Portanto, estudos de repetibilidade não são adequados em investigações que envolvam a estimação da dieta do passado remoto devido às eventuais mudanças no padrão alimentar (PEREIRA; KOIFMAN, 1999).

O objetivo neste trabalho foi avaliar-se o consumo alimentar de mães e filhos beneficiários de pensão alimentícia atendidos no Núcleo de

Prática Jurídica (NPJ) do Centro Universitário Franciscano - UNIFRA, Santa Maria - RS.

METODOLOGIA

Foram avaliados 59 beneficiários, sendo 30 crianças com idade entre 1 a 11 anos e 29 mães com idade entre 23 a 52 anos. Para a coleta de dados, utilizou-se como instrumento um formulário contendo informações socioeconômicas, dados antropométricos e inquérito alimentar, realizado por meio de um recordatório de 24h, aplicado com a utilização da técnica de entrevista, durante o atendimento desses beneficiários. Este estudo teve início em março de 2004 e continuou em andamento durante o ano de 2005.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

De acordo com os resultados obtidos, observou-se que, dentre as mães, o consumo de carnes foi de 52% e, entre as crianças, 34%. Em relação às frutas, observou-se entre as mulheres um consumo de 28% e entre as crianças de 13%. Já para as hortaliças, o consumo observado foi de 23% para as mães e 11% para os filhos. Sobre os *fast-food*, verificou-se entre as mães um consumo de 5% e 41% para as crianças. Quanto ao consumo de refrigerantes, notou-se que a ingestão foi de 10% para as mães e 21% para as crianças (Figura 1).

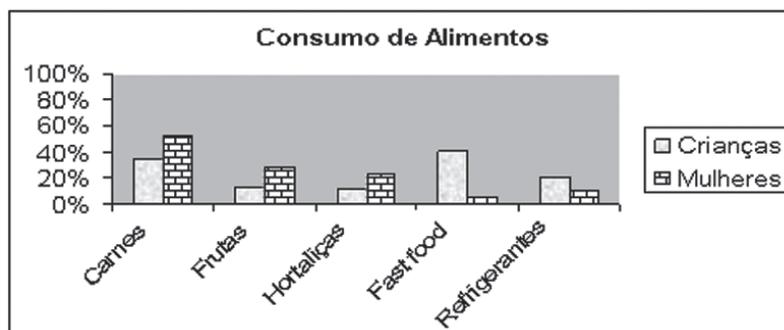


Figura 1. Consumo de alimentos relatados pelos beneficiários de pensão alimentícia.

Verificou-se uma baixa ingestão de carnes, de frutas e hortaliças, em contraste com uma alta ingestão de alimentos do tipo *fast food*, assim como de refrigerantes e isso, provavelmente, está relacionado aos modismos sugeridos pelos meios de comunicação que acarretam erros de hábitos alimentares.

Segundo Willett (1998), o aumento na proporção de lipídios acarreta aumento no rendimento energético das dietas, o que, em determinadas situações, pode ser considerado útil, como por exemplo, na prevenção da desnutrição infantil associada a dietas com baixa densidade energética, porém um aumento do consumo de gorduras pode trazer problemas futuros, como a dislipidemia e a obesidade.

O baixo consumo ou a exclusão dos alimentos com vitamina A, reconhecidamente associados a fatores culturais e hábitos alimentares, também são achados importantes e servem para provocar uma reflexão sobre a prática da educação nutricional no nosso país, que tende a desenvolver técnicas que conduzam a modificações de práticas alimentares, principalmente dos grupos de risco (BRÜNKEN; FLORES, 1993; COELHO et al., 1995).

Para Mondini e Monteiro (1994), os inquéritos dietéticos, realizados através de diferentes metodologias, apresentam como principal vantagem a possibilidade da medida direta do consumo de alimentos, o que propicia condições para se inferir com maior precisão a quantidade de alimentos efetivamente consumida por famílias ou mesmo indivíduos. Suas limitações ficam por conta da dificuldade em se captar a grande variabilidade do consumo alimentar em um período curto de tempo e o custo elevado do estudo domiciliar, que será tanto maior quanto maior for o tempo dedicado à observação do consumo. Inquéritos nutricionais têm apontado, com frequência, a inadequação dos hábitos alimentares e do grau de conhecimento de nutrição de populações de baixa renda dentre os fatores determinantes da subnutrição, ao invés de considerá-los também como integrantes de uma situação na qual aparecem como resultado de normas estabelecidas e de condições criadas pelo sistema produtivo vigente, pois sabe-se que a boa alimentação e boa nutrição dependem da produção e distribuição dos alimentos, que são influenciados pela economia do país e também pela educação da população (RAMALHO; SAUNDERS, 2000).

CONCLUSÃO

Ressalta-se que um adequado planejamento dietético, associado ao estímulo do aumento do consumo de alimentos ricos em vitaminas e minerais, é necessário para a prevenção de patologias associadas à nutrição. Também foi detectado que essas pessoas realmente necessitam de orientações nutricionais que esclareçam a importância de não substituir refeições por lanches, bem como demonstrar-lhes que, com os recursos destinados a *fast-food*, poderia se ter uma alimentação caseira mais saudável e de menor custo.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRATTEBY, L.E. et al. Total energy expenditure and physical activity as assessed by the doubly labeled water method in Swedish adolescents in whom energy intake was underestimated by 7 day diet records. **Am J Clin Nutr.**, n. 67, p. 905-911, 1998.

BRÜNKEN, G.S., FLORES, H. Consumption of vitamin A rich foods. **Xerophthalmia Club Bulletin**, London, v.54, p.3-4, 1993.

CARRASCO SIPONS. **Antropologia i alimentació - Una proposta per l'estudi de la cultura alimentària**. Bellaterra: Servei de Publicacions de la Universitat Autònoma de Barcelona, p. 124, 1992.

CASSIDY C. Walk a mile in my shoes: culturally sensitive food habits research. **Am J Clin Nutr**, n. 59, p. 190-197, 1994.

CYRILLO, D. C.; CONTI, J. M.; BARRETO, S. A. J. **Atualização do Valor de Cestas de Consumo de Baixo Custo: Parâmetros para pensões Alimentícias**. 2004. (Escola Paulista de Magistratura). Acesso em 22 de setembro de 2007 às 22:29h. Disponível em http://jusvi.com/doutrinas_e_pecas/ver/14575.

COELHO, C.S.P., RAMALHO, R.A., ACCIOLY, E. O inquérito dietético na avaliação do estado nutricional de vitamina A em gestantes. **Ars Cvrandi Clínica Médica**, Rio de Janeiro, v. 6, n. 28, p. 44-60, 1995.

GARCIA, Rosa Wanda Diez. Representações sobre consumo alimentar e suas implicações em inquéritos alimentares: estudo qualitativo em sujeitos submetidos à prescrição dietética. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 17, n. 1, p. 15-28, 2004.

GIBSON R.S. **Principles of nutritional assessment**. New York: Oxford University Press, p.85-96, 1990.

HOFFMANN, K. et al. Estimating the distribution of usual dietary intake by short-term measurements. **Eur J Clin Nutr**, v.56, n.2, pág. 53-62, 2002.

LOPES, Aline Cristine Souza et al. Ingestão alimentar em estudos epidemiológicos. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 6, n. 3, p. 209-219, São Paulo, 2003.

MONDINI, Lenise; MONTEIRO, Carlos A. Mudanças no padrão de alimentação da população urbana brasileira (1962-1988). **Revista de Saúde Pública**, v. 28, n. 6, p. 433-439, São Paulo, 1994.

PEREIRA, R. A, KOIFMAN, S. Uso do Questionário de Frequência na Avaliação do Consumo Alimentar Progresso. **Revista de Saúde Pública**, n. 33, p. 610-621, 1999.

RAMALHO, Rejane Andréa; SAUNDERS, Cláudia. O papel da educação nutricional no combate às carências nutricionais. **Revista de Nutrição**, Campinas, v.13, n.1, p. 11-16, 2000.

SLATER, B. et al. Validation of a semi-quantitative adolescent food frequency questionnaire applied at a public school in São Paulo, Brazil. **Eur J Clin Nutr**, n. 57, p. 629-635, 2003.

WILLETT, W. C; HOWE, G. R; KUSHI, L. H. Adjustment for total energy intake in epidemiologic studies. **Am J Clin Nutr**, v. 65, n. 4, pág. 1220-1228, 1997.

WILLETT, W. C. Reproducibility and validity of food-frequency questionnaires. **Nutritional epidemiology**, 2 ed. Oxford: University Press; p. 101- 147, 1998.

WITSCHI, J.C. Short-term dietary recall and recording methods. In: Willett W. **Nutritional epidemiology**. New York: Oxford University Press, p.52-68, 1990.