

**PERFIL NUTRICIONAL DE
ALUNOS EM ESCOLA PÚBLICA¹**
*PROFILE NUTRITIONAL OF
STUDENTS IN SCHOOL PUBLIC*

**Ana Paula Aires², Ariane de Oliveira Botega², Flaviana Pedron²,
Gabriela Pinto², Naiani Ramos², Priscila Pereira² e
Ana Lúcia de Freitas Saccol³**

RESUMO

Neste estudo, objetivou-se realizar avaliação antropométrica a fim de estabelecer o perfil nutricional de estudantes de uma Escola Municipal. Trata-se de um estudo diagnóstico realizado com escolares do 2º, 3º, 4º e 5º ano, entre 6 e 14 anos de idade, em Escola Pública de Santa Maria, RS. O trabalho foi realizado entre os meses de abril a junho de 2009, e para avaliação do estado nutricional foram coletadas medidas antropométricas, como peso e altura para a determinação do Índice de Massa Corporal e classificadas por meio das curvas de referências por percentis. A população total de escolares estudados somou 99 alunos, tendo participação de 98% dos estudantes. Os resultados encontrados indicam a prevalência do estado nutricional eutrófico (66%) entre os estudantes avaliados na escola, seguido de sobrepeso (13,4%), obesidade (12,4%) e desnutrição (8,2%). Portanto, conclui-se que a população avaliada encontra-se classificada em eutrofia, pois mais da metade dos escolares avaliados apresentaram esse perfil nutricional, entretanto, a escola apresenta alta incidência de alunos com estado nutricional de sobrepeso, obesidade e desnutrição.

Palavras-chave: estado nutricional, avaliação antropométrica, escolares.

ABSTRACT

This study aimed to carry out the literature to establish the nutritional profile of students in a School Hall. This is a diagnostic study conducted with children of 2nd, 3rd, 4th and 5th years, between six and fourteen years of age in School Public

¹ Trabalho de Iniciação Científica - UNIFRA.

² Acadêmicas do Curso de Nutrição - UNIFRA.

³ Orientadora - UNIFRA.

Santa Maria, RS. The study was conducted between april and june 2009, and for the status nutritional was available with measurements anthropometric, such as weight and height to determine the Body Mass Index and classified through the curves of the of references by percentiles. Ninety-nine students were evaluated, with participation of 98% of students in classes evaluated. The results indicate normal anthropometric indicator prevalence of nutritional status (66%) among the student assessed in the school, followed by overweight (13,4%), obesity (12,4%) and malnutrition (8,2%). Therefore, it is concluded that this population is classified as eutrophic, because more than half of students showed that status nutritional, however, the school has a high incidence of students with status nutritional of overweight, obesity and malnutrition.

Keywords: *nutritional status, anthropometric assessment, student.*

INTRODUÇÃO

Os escolares, de sete a quatorze anos de idade (entrada da puberdade), constituem grupo populacional de grande importância, visto que estão em constante desenvolvimento e maturação anátomo-fisiológica. É, nessa fase da vida, que ocorre a maior socialização e independência, caracterizando uma autonomia decisória frente ao novo, que deve ser levada em consideração na abordagem nutricional.

Essa maior segurança e independência das funções motoras remetem ao aumento da atividade física informal, entretanto, é nesse período que se inicia o comportamento sedentário, algumas vezes de origem social ou cultural. Salienta-se que a inapetência comum do pré-escolar transforma-se em apetite voraz nessa fase, o qual deve estar compatível com o estilo de vida do escolar, assim como o crescimento não se restringe apenas ao aumento de peso e altura, mas caracteriza-se por complexo processo que envolve dimensão corporal e número de células, que é influenciado por fatores genéticos, ambientais e psicológicos (VITOLLO, 2008).

Desse modo, a escola precisa promover a saúde e a produção de conhecimento e intelecto, por ser um ambiente no qual muitas pessoas passam grande parte do seu tempo, vivem, aprendem e trabalham (VITOLLO, 2008). Entende-se que o ensino sobre nutrição seja fundamental na promoção de saúde, e, por isso, a educação nutricional não pode deixar de compor, criticamente, um plano nacional oficial de ensino (LEDER; BIZZO, 2005).

Enfatiza-se a escola como um dos locais mais adequados para a realização de levantamentos do estado nutricional de crianças e adolescentes, porque maior parte dessa população é influenciada pelos professores e por profissionais da área de saúde atuantes nesse espaço, no que se refere à estruturação de comportamentos, atitudes e hábitos alimentares (ABRANTES; LAMOUNIER; COLOSIMO, 2002).

No Brasil, tem sido detectada a progressão da transição nutricional, caracterizada pela redução na prevalência dos déficits nutricionais e ocorrência expressiva de sobrepeso e obesidade, principalmente, em crianças e adolescentes, apresentando como causas às mudanças no estilo de vida e de hábitos alimentares (TRICHES; GIUGLIANI, 2005).

Diante dessa complexidade e variabilidade do perfil nutricional brasileiro, pode-se considerar que a avaliação antropométrica no espaço escolar é uma ferramenta de extrema importância para a compreensão da dinâmica nutricional de crianças e adolescentes e, conseqüentemente, formulação de políticas e ações mais efetivas (ANJOS et al., 1999).

Os escolares constituem um dos principais grupos-alvo para estratégias de prevenção e controle do estado nutricional, não só devido as suas características como grupo de risco a desnutrição, sobrepeso e obesidade, mas também por conta das possibilidades de sucesso das ações a serem implementadas. É importante ressaltar que independente do padrão utilizado, os desvios do estado nutricional identificados exigem ações imediatas no âmbito da saúde pública. O comprometimento da estatura apresenta-se associado com a desnutrição, provocando o comprometimento da função imune, o aumento das taxas de infecções e o prejuízo da função cognitiva e do rendimento escolar.

Esses desequilíbrios nutricionais podem causar anormalidades metabólicas a longo prazo, tornando os estudantes mais vulneráveis a doenças decorrentes da alimentação inadequada.

A obesidade, mundialmente considerada epidêmica, tem se tornado o maior problema de saúde nos países emergentes, como o Brasil, pois o ganho de peso verificado em ambos os sexos nos diversos grupos etários e, mesmo em populações desfavorecidas, coexiste com a desnutrição.

Vários fatores são importantes na gênese da obesidade, como os genéticos, fisiológicos e os metabólicos, no entanto, pode-se explicar que esse crescente aumento do número de indivíduos obesos parece estar mais relacionados às mudanças no estilo de vida e hábitos alimentares. O aumento no consumo de alimentos ricos em açúcares simples e gordura com alta densidade energética e a diminuição da prática de exercícios físicos são os principais fatores relacionados ao meio ambiente (VITOLLO, 2008).

Portanto, neste estudo, objetivou-se realizar avaliação antropométrica a fim de estabelecer o perfil nutricional de estudantes de uma Escola Municipal.

MATERIAL E MÉTODOS

O presente estudo faz parte das atividades do estágio em Nutrição no Ciclo da Vida I, desenvolvido no quinto semestre do curso de Nutrição do Centro Universitário Franciscano (UNIFRA), Santa Maria, RS. Trata-se de um estudo diagnóstico realizado em uma Escola Municipal de Santa Maria, RS, Brasil, com escolares do 2º, 3º, 4º e 5º ano, entre seis e quatorze anos de idade, no período de abril a junho de 2009. A população total de escolares estudados somou 99 alunos.

Para avaliação do estado nutricional, foram coletadas medidas antropométricas, como peso e altura, para determinação do Índice de Massa Corporal (IMC) e classificados por meio das curvas da Organização Mundial de Saúde (WHO, 2007), nas escalas dos percentis peso/estatura e estatura/idade, por grupo etário, nos quais se classificam em eutrofia, entre os percentis 3 a 85, sobrepeso, percentis 85 a 97, obesidade acima do percentil 97 e baixo peso, percentil abaixo de 3.

As medidas antropométricas foram coletadas na escola de maneira padronizada segundo Jelliffe (1968). Os estudantes foram pesados com roupas leves e descalços, com balança de uso pessoal tendo como capacidade 120 Kg e a estatura foi obtida por meio de fita métrica com 150 cm fixada a 50 cm do piso. Ambas medidas foram coletadas por quatro avaliadores, sempre com os mesmos equipamentos, rotineiramente, calibrados.

Realizada a avaliação nutricional, os dados foram tabulados e utilizados para estabelecer o perfil nutricional dos estudantes da escola. Além disso, todos os professores envolvidos receberam o resultado das avaliações por meio de cartões nominais e a escola recebeu na forma de relatório e tabelas impressas.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

No presente estudo, apresenta-se resultados que refletem o perfil nutricional de alunos do 2º, 3º, 4º e 5º ano da escola pesquisada. Foi avaliada uma população total de 99 estudantes, sendo que destes, dois alunos não realizaram avaliação antropométrica, um não estava presente nos dias da avaliação e o outro se

recusou a participar do estudo, perfazendo total de perdas de 2% e de participação 98% de estudantes das turmas convidadas da escola.

Conforme a figura 1, pelos resultados encontrados constatam-se prevalência do estado nutricional eutrófico entre os estudantes avaliados na escola, seguido de sobrepeso, obesidade e desnutrição. Essa última não se apresenta como problema relevante entre os escolares, evidenciando baixas incidências de baixo peso/desnutrição para a idade. Conforme Anjos (2000) e Monteiro et al. (1999), os resultados das avaliações corroboram com os achados de estudos de base populacional representativos da população brasileira, que indicam queda da desnutrição entre crianças e adolescentes (ANJOS et al., 2003), bem como com estudo realizado por Ruiz et al. (2009), com escolares de 1° a 4° série da rede pública de ensino de Santa Maria, RS, no qual os resultados das avaliações nutricionais também verificaram prevalência de eutrofia na população estudada, seguido de sobrepeso, obesidade e baixo peso.

Wang et al. (2000) despontam o excesso de peso como agravo nutricional que merece atenção entre escolares, confirmando a tendência do aumento de massa corporal para estatura e o conseqüente aumento da obesidade em escolares brasileiros (ANJOS, et al. 2003).

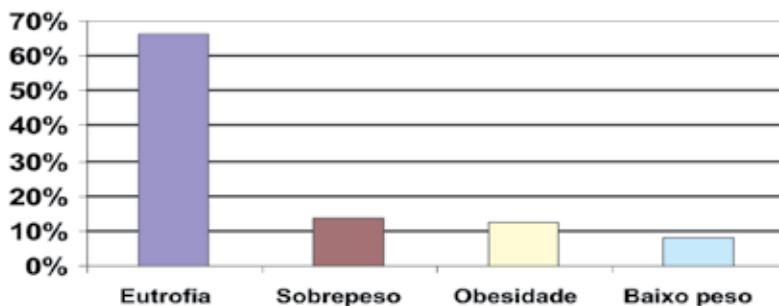


Figura 1 - Perfil nutricional dos estudantes avaliados em Escola Pública de Santa Maria, RS, 2009.

O espaço escolar tornou-se local privilegiado e oportuno para a obtenção de informações representativas locais sobre saúde e nutrição. Na figura 2, apresenta-se os resultados da análise do estado nutricional de estudantes do 2° ano, faixa etária de 6 a 7 anos, na qual pode-se observar a prevalência de eutrofia (67%), porém destaca-se uma incidência de sobrepeso (25%) na população do sexo feminino. Já o sexo masculino, demonstra predominância de eutrofia (87%) entre os estudantes.

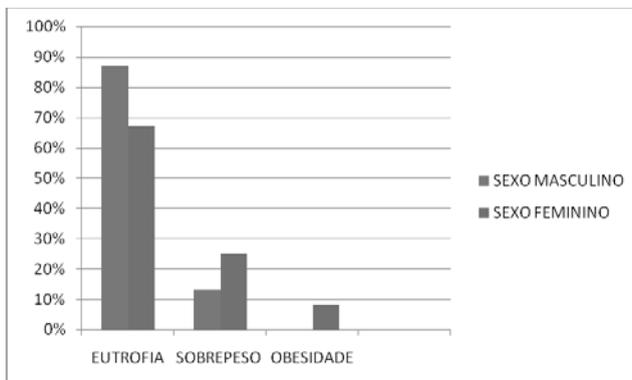


Figura 2 - Classificação do estado nutricional de alunos do 2º ano em Escola Pública de Santa Maria, RS, 2009.

Na figura 3, apresenta-se os resultados do estado nutricional de estudantes do 3º ano, idades entre 8 a 10 anos. No sexo masculino, verifica-se maior prevalência de eutrofia (59%) e obesidade (25%). Já o sexo feminino, verifica-se prevalência de eutrofia (50%), bem como obesidade (20%) e baixo peso para a idade (20%).

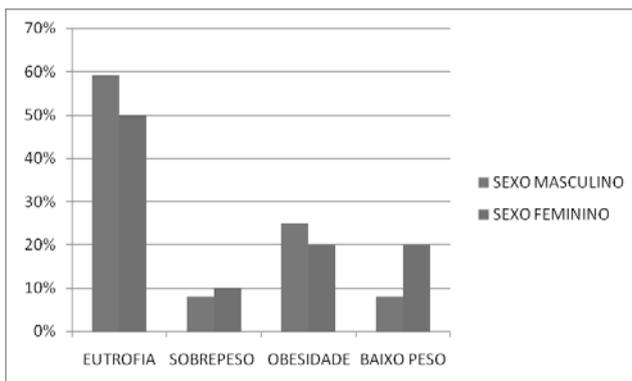


Figura 3 - Classificação do estado nutricional de alunos do 3º ano em Escola Pública de Santa Maria, RS, 2009.

Na figura 4, verifica-se como resultados do estado nutricional de estudantes do 4º ano, faixa etária de 9 a 11 anos. Na população do sexo masculino, verifica-se predominância de eutrofia (63%), porém destaca-se incidência de obesidade (25%). Já o sexo feminino, evidencia a alta prevalência de eutrofia (83%) entre as alunas.

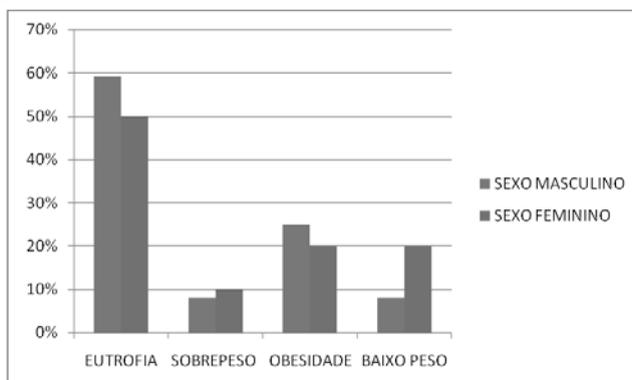


Figura 4 - Classificação do estado nutricional de alunos do 4º ano, em Escola Pública de Santa Maria, RS, 2009.

Na figura 5, evidencia-se os resultados do estado nutricional de estudantes do 5º ano, turma 51, idades entre 10 a 14 anos, na qual se verifica alta prevalência de eutrofia no sexo masculino (78%) e feminino (72%), respectivamente.

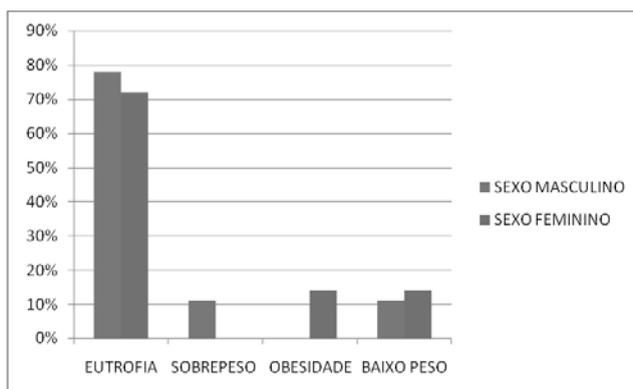


Figura 5 - Classificação do estado nutricional de alunos do 5º ano, turma 51, em Escola Pública de Santa Maria, RS, 2009.

Na figura 6, apresenta-se os resultados da análise do estado nutricional de estudantes do 5º ano, turma 52, idades entre 10 a 14 anos. Verificou-se a prevalência de eutrofia (56%), entretanto destaca-se incidência de sobrepeso (22%) na população do sexo masculino. Já o sexo feminino, evidencia a prevalência de eutrofia (62%), no entanto destaca-se incidência de baixo peso para a idade (25%).

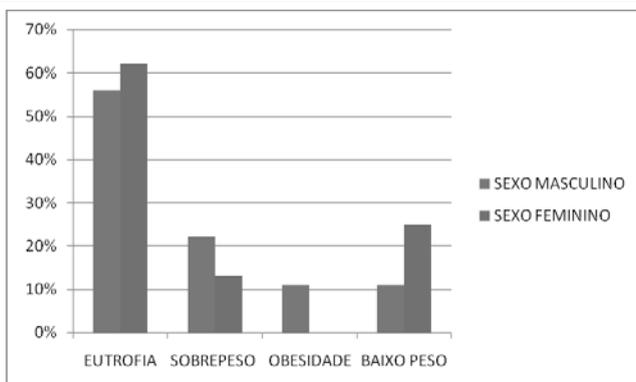


Figura 6 - Classificação do estado nutricional de alunos do 5º ano, turma 52, em Escola Pública de Santa Maria, RS, 2009.

Estudo realizado por Vieira et al. (2008), na cidade de Pelotas/RS, foi observado prevalência de sobrepeso maior no sexo feminino independente do grupo etário, o que corrobora com este estudo, no qual se encontrou uma tendência a aumento do sobrepeso com o aumento da idade e aparente redução da obesidade em meninas. Já nos meninos, essa mesma tendência não se fez clara e relevante. O consolidado de sobrepeso para os escolares, de seis a quatorze anos, foi de 13,4%, os valores de obesidade, são de 12,4% e os de baixo peso para a idade foram de 8,2%.

Entretanto, Ruiz et al. (2009) demonstram, no estudo, que os resultados das avaliações nutricionais entre os sexos feminino e masculino foram semelhantes, exceto no que diz respeito a obesidade, em que os meninos apresentaram maior prevalência do que as meninas, e que, no presente estudo, demonstra-se com incidência semelhante entre os estudantes nos diferentes grupos etários estudados.

Embora não tenha sido o objetivo deste estudo avaliar as prevalências de sobrepeso e obesidade, salienta-se que os dados encontrados são muito semelhantes a de outros estudos realizados, no país, em populações de escolares. Como verificado no estudo realizado na cidade de Pelotas, RS, que destaca que o problema nutricional de maior prevalência entre os escolares pelotenses é o excesso de peso, no qual as prevalências de sobrepeso e de obesidade encontradas foram maiores do que as observadas em escolares de demais escolas públicas brasileiras (VIEIRA et al., 2008).

Em busca de novas estratégias de combate ao aumento de peso versus baixo peso, a educação nutricional vem sendo abordada como novo binômio a ser seguido, educação/nutrição. As crianças têm conhecimentos em nutrição e hábitos

alimentares, porém evidencia-se que os pais e a mídia têm veiculado mensagens errôneas e insuficientes quanto a hábitos alimentares mais saudáveis.

O papel do ambiente e da família aparece de forma clara em relação à etiologia da obesidade infantil, visto que o maior risco para a obesidade infantil é a obesidade dos pais. Uma criança tem 80% de chance de ser obesa quando ambos, pai e mãe, são obesos e 40% quando tem um dos pais obesos, reduzindo esse índice para 7% quando a obesidade familiar não acontece. Essa relação tem sido bem descrita na literatura e envolve herança genética, fatores relacionados ao desenvolvimento de atitudes, tendo os pais como referência e a decisão desses ou de familiares sobre os hábitos da criança (CHAVES et al., 2008).

Portanto, as intervenções devem ir além da promoção de conhecimentos nutricionais. São necessárias ações integradas que visem à saúde desses escolares, envolvendo famílias, escola e comunidade, além de um sistema de saúde que priorize a prevenção de doenças decorrentes da alimentação inadequada. Estudos que controlem a obesidade são necessários para impedir o avanço dessa epidemia, visto que essa é uma doença crônica que requer atenção permanente em relação aos hábitos alimentares e à atividade física (CHAVES et al., 2008).

Por fim, os resultados desse estudo, que identificou o perfil nutricional de estudantes de uma Escola Municipal de Santa Maria, RS, servem como subsídio para a implementação de ações de promoção da saúde no ambiente escolar, bem como de linha de base para o monitoramento de tendências ao baixo peso, sobrepeso e obesidade desse grupo.

CONCLUSÃO

Conclui-se que a população estudada encontra-se classificada em eutrofia, visto que mais da metade dos escolares avaliados apresentaram esse perfil nutricional. Entretanto, constatou-se alunos com sobrepeso, obesidade e baixo peso.

Quando analisados por turmas, verificou-se maior prevalência de eutrofia em todas as turmas, com maiores percentuais para os meninos do que para as meninas, com exceção de uma turma de 5º ano. Constatou-se que as meninas apresentaram maiores percentuais de baixo peso.

Os resultados desse estudo servem de alerta e auxílio para o monitoramento do perfil nutricional de estudantes e o desenvolvimento de ações preventivas em saúde específicas para essa população.

REFERÊNCIAS

ABRANTES, M. M.; LAMOUNIER, J. A.; COLOSIMO, E. A. Prevalência de sobrepeso e obesidade em crianças e adolescentes das regiões Sudeste e Nordeste. **Jornal de Pediatria (RJ)**, Porto Alegre, v. 78, n. 4, 2002.

ANJOS et al. Crescimento e estado nutricional em amostra probabilística de escolares no Município do Rio de Janeiro, 1999. **Caderno de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 19, n. 1, 2003.

CHAVES, M. G. A. M. et al. Estudo da relação entre a alimentação escolar e a obesidade. **HU Revista**, Juiz de Fora, v. 34, n. 3, p. 191-197, 2008.

JELLIFFE, D. B. **Evaluación del estado de nutrición de la comunidad**. Ginebra: Organización Mundial de la Salud, 1968.

LEDER, L.; BIZZO, M. L. G. Educação nutricional nos parâmetros curriculares nacionais para o ensino fundamental. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 18, n. 5, 2005.

RUIZ et al. Estado nutricional de escolares da rede pública de ensino de Santa Maria- RS. **Revista Brasileira de Nutrição Clínica**, v. 22, n. 2, 2009.

TRICHES, R. M.; GIUGLIANI, E. R. J. Obesidade, práticas alimentares e conhecimentos de nutrição em escolares. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 39, n. 4, 2005.

VIEIRA, M. F. A. et al. Estado nutricional de escolares de 1º a 4º séries do Ensino Fundamental das escolas urbanas da cidade de Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil. **Caderno de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 24, n. 7, p. 1667-1674, 2008.

VITOLO, M. R. **Nutrição da gestação ao envelhecimento**. Rio de Janeiro: Ed. Rubio, 2008.

World Health Organization. Child growth standards. Genebra: WHO, 2007 and VITOLO, M. R. **Nutrição da gestação ao envelhecimento**. Rio de Janeiro: Ed. Rubio, 2008.