

Flávia Sá Roriz Rivera¹
Elizabeth Maria Talá de Souza²

¹ Faculdade de Ciências da Saúde,
Universidade de Brasília, Brasília,
Brasil.

² Departamento de Biologia
Celular, Instituto de Ciências
Biológicas, Universidade de
Brasília, Brasília, Brasil.

Correspondência

Flávia Rivera
SQS 203 bloco F apto 201
Brasília, Distrito Federal, Brasil
70233-060
flaviarivera@terra.com.br

Recebido em 2/fevereiro/2006
Aprovado em 26/abril/2006

Resumo

Objetivo: avaliar o consumo alimentar de escolares de uma escola pública rural do Distrito Federal.

Metodologia: foram avaliados 141 escolares (idade entre 5 e 14 anos). Os dados foram obtidos por entrevistas com os responsáveis pelos alunos e a qualidade da dieta foi avaliada pela frequência de ingestão de alimentos (opções de consumo diário, semanal, mensal e raramente). Já a análise quantitativa, realizada por método recordatório de 24 horas, permitiu estimar o consumo de energia e macronutrientes pelo registro dos alimentos e bebidas ingeridas no dia anterior ao da entrevista.

Resultados: observou-se a presença marcante de cereais, tubérculos e leguminosas na dieta, e ainda um alto consumo de “gorduras e doces”. Por outro lado, houve uma menor participação de frutas, hortaliças e principalmente de pescados, alimentos fontes de fibras e/ou nutrientes essenciais. Não foram encontradas diferenças significativas para a frequência de consumo dos alimentos entre as faixas etárias (crianças e adolescentes) ou entre os sexos ($p > 0,05$). Pelo recordatório de 24 horas notou-se elevado consumo de lipídeos e proteínas, e insuficiência quanto aos carboidratos.

Conclusão: grande parcela dos escolares apresenta desequilíbrio da dieta, dados que justificam ações de intervenção e educação nutricional voltadas a esse público alvo. Merece destaque, no entanto, a ampla participação de cereais, tubérculos e leguminosas, o que significa que essa comunidade ainda conserva parte do hábito alimentar tradicional do país, diferente do que já ocorre nas populações urbanas, mais expostas aos produtos industrializados e ao *fast-food*.

Palavras-chave: consumo alimentar, inquéritos nutricionais, estudantes, população rural.

Abstract

Objective: to evaluate the children food consumption in a public rural school in Distrito Federal, Brazil.

Methods: food consumption was studied in 141 school children (aged 5 to 14). The data were obtained from a nutritional questionnaire filled in by the

parents or guardians of the students children, where the quality of the diet was evaluated by the frequency of food intake (daily, weekly, monthly or rarely) and the quantitative analysis was estimated by a 24h-dietary recall method, recording all foods and beverages ingested during the day prior to the interview.

Results: a marked presence of cereals, tubers and legumes was observed in the diet, as well as the high consumption of “fat and sweet foods”. On the other hand, fruits, vegetables and fishes, foods staple fiber sources and/or essential nutrients, were less eaten. There were no significant differences for the consumption of foods between age groups (young children and adolescents) or between gender ($p>0.05$). The findings of this study showed high consumption of lipids and proteins, and insufficiency of carbohydrates.

Conclusions: It can be concluded that great parcel of the school children in this study presents an unbalanced diet. Therefore, an intervention and nutritional education that aimed at this target population is justified. On the other hand, the broad consumption of cereals, tubers and legumes should be praised. It means that this community still preserves the traditional eating habits of the country not observed in urban populations, where people are more exposed to industrialized products and fast food.

Key words: food consumption, nutrition surveys, students, rural population.

Introdução

A população brasileira, nos últimos quarenta anos, tem incorporado hábitos alimentares típicos dos países desenvolvidos, isto é, um maior consumo de alimentos industrializados (refrigerantes e embutidos) em detrimento do consumo de produtos regionais e com tradição cultural, como o arroz, feijão, farinhas de mandioca e de milho¹. Estas mudanças observadas no padrão alimentar repercutem na ingestão elevada de lipídeos e carboidratos simples, e trazem como conseqüência o aumento na prevalência da obesidade e outras doenças crônicas não transmissíveis².

Em países em desenvolvimento, como México, as comunidades rurais já começam a seguir o padrão de dieta similar ao das populações urbanas, com aumento no aporte energético proveniente de alimentos de origem animal e industrializados (ricos em gorduras, açúcares e sal e pobres em fibras), com conseqüente aumento no consumo de colesterol e gorduras saturadas³.

Em relação às crianças e adolescentes, avaliar seu consumo alimentar merece destaque, pois tais etapas do ciclo vital caracterizam-se por diversas alterações de crescimento e composição corporal,

deixando-as mais vulneráveis fisiologicamente aos agravos da desnutrição e da deficiência de micronutrientes⁴. Nessas fases os hábitos alimentares são formados e se consolidam, e quando pouco saudáveis constituem fatores de risco para o desenvolvimento de doenças crônicas².

Estudos realizados no Brasil demonstram que, no final da infância, as dietas caracterizam-se pelo baixo conteúdo de carboidratos, e em contrapartida, pelo elevado teor de proteínas e lipídeos^{5,6}. Devido à escassez de dados referentes à alimentação de crianças e adolescentes de área rural do país, e ao importante papel da nutrição na saúde e qualidade de vida, o presente estudo teve como meta avaliar os hábitos alimentares de escolares de uma comunidade rural do Distrito Federal e para tanto, foram analisados a frequência de ingestão de alimentos e o consumo de energia e macronutrientes.

Métodos

1 População

Participaram do estudo 166 escolares de ambos os sexos com idade entre 5 e 14 anos, de uma escola pública vinculada à Secretaria de Educação do Governo do Distrito Federal (Escola-Classe

Osório Bacchin), cujos pais ou responsáveis diretos autorizaram sua participação mediante assinatura de termo de consentimento livre e esclarecido. A escola está situada no Loteamento Rural Jardins do Morumbi, cidade satélite de Planaltina - Distrito Federal, distante 50 km da capital Brasília, na região do entorno da Estação Ecológica de Águas Emendadas. Os escolares são filhos de trabalhadores rurais, a maioria deles empregada em chácaras de lazer. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Ciências da Saúde, Universidade de Brasília, sob o nº 016/2003, na 55ª Reunião do referido comitê realizada no dia 29 de abril de 2003.

2 Consumo Alimentar

O consumo alimentar dos escolares foi investigado por entrevistas com a mãe ou responsável direto na presença do escolar participante do estudo. Um questionário quantitativo e qualitativo foi aplicado e elaborado especificamente para o estudo e previamente testado (piloto) em uma amostra aleatória de cerca de 20% dos escolares. As entrevistas foram realizadas por duas nutricionistas previamente treinadas, de modo a minimizar a margem de erro.

A avaliação qualitativa das dietas foi realizada por registro de frequência de consumo de alimentos, com as opções de consumo diário, semanal, mensal e raramente/não consome. Esse instrumento foi composto por lista de grupos de alimentos que constituíam o padrão alimentar da comunidade, diagnosticado pela aplicação do questionário piloto. Os grupos foram designados: cereais e tubérculos (arroz, batata, farinha de mandioca entre outros), feijões e outras leguminosas (todas as variedades de feijão, lentilhas, ervilhas), carnes (bovina, suína ou de frango), peixes, ovos, leite e derivados, frutas e sucos naturais, hortaliças (alface, couve, tomate, cenoura entre outras). O grupo gorduras e doces incluiu alimentos essencialmente calóricos como manteiga, toucinho, margarina, mel, rapadura e sucos industrializados além de preparações ricas em gordura como batata frita e/ou em açúcar

simples como sorvetes, doces, balas e gomas de mascar. Refrigerante foi considerado à parte uma vez que no inquérito piloto foi observado alta frequência de citação quanto ao consumo isolado da bebida.

A análise quantitativa foi realizada por método recordatório de 24 horas, registrando-se todos os alimentos e bebidas ingeridas no domicílio e escola no dia anterior ao da entrevista, com o objetivo de avaliar o consumo de energia, proteínas, carboidratos e lipídeos. Foi utilizado instrumento ilustrado com desenhos de pratos e talheres a fim de facilitar a resposta dos entrevistados, e a quantidade dos alimentos registrada na forma de medida caseira (colher, copo etc).

Ressalta-se que as entrevistas não foram realizadas às segundas-feiras ou após feriados, minimizando-se desta forma a obtenção de dados atípicos uma vez que no final de semana e em feriados a alimentação habitual é menos representativa. Pelo mesmo motivo também não se incluíram os inquéritos nos quais os responsáveis declararam dieta não usual do escolar no dia anterior. Considerou-se o consumo alimentar de 141 escolares, sendo que 25 indivíduos não foram questionados por mudança de endereço, transferência de escola ou alimentação atípica no dia anterior ao da entrevista. Em sua maioria, os pais ou responsáveis constituíam-se de chacareiros, comunidade rural que apresenta alta rotatividade devido a mudanças de emprego e consequentemente de residência.

3 Análise dos dados

O cálculo do conteúdo de energia e nutrientes da dieta foi realizado pelo *software* Virtual Nutri⁷. Os alimentos e as preparações consumidos pela comunidade e que não constavam no referido programa, como pequi e cuscuz de milho, foram cadastrados e seu valor calórico e nutrientes incluídos de acordo com tabela de composição de alimento disponível⁸. O consumo energético e de macronutrientes foi analisado segundo os critérios da Sociedade Brasileira de Alimentação

e Nutrição (SBAN)⁹, sendo o consumo de energia considerado adequado entre 90% e 110% da recomendação energética por idade e sexo. Quanto à contribuição percentual dos macronutrientes, foi aceito como adequada participação de carboidratos, proteínas e lipídeos, respectivamente 60% a 70%, 10% a 12% e 20% a 25% do Valor Energético Total (VET).

4 Análises Estatísticas

Os dados coletados foram armazenados e processados no programa em epidemiologia Epi-Info 6.04, produzido pelos Centers for Disease Control and Prevention (CDC) e pela Organização Mundial de Saúde (OMS). No referido programa fez-se o desenho de questionário, entrada de dados e técnicas estatísticas mais simples, como os testes Qui Quadrado e Exato de Fisher, aplicados para tratamento dos parâmetros categóricos, variáveis como frequência do consumo de alimentos e adequação de energia e macronutrientes, segundo sexo e estágio da vida (crianças e adolescentes).

As análises estatísticas dos parâmetros quantitativos de ingestão de macronutrientes e energia (valores médios e desvio-padrão), por sexo e estágio da vida, foram elaboradas utilizando-se os recursos do programa Stat Soft – Statistica 5.1. Foram realizadas Análise de Variância em Arranjo Fatorial 2 x 2 (duas categorias de idade e os dois sexos), sendo as médias comparadas pelo Teste de Tukey. O nível de significância $p \leq 0,05$ foi adotado em todos os testes.

Resultados

Dentre os 141 escolares avaliados, 58,9% (n = 83) eram do sexo masculino e 41,1% (n=58) do feminino, sendo 55,3% (n=78) crianças com idade entre 5 e 9 anos e 44,7% (n=63) adolescentes entre 10 e 14 anos.

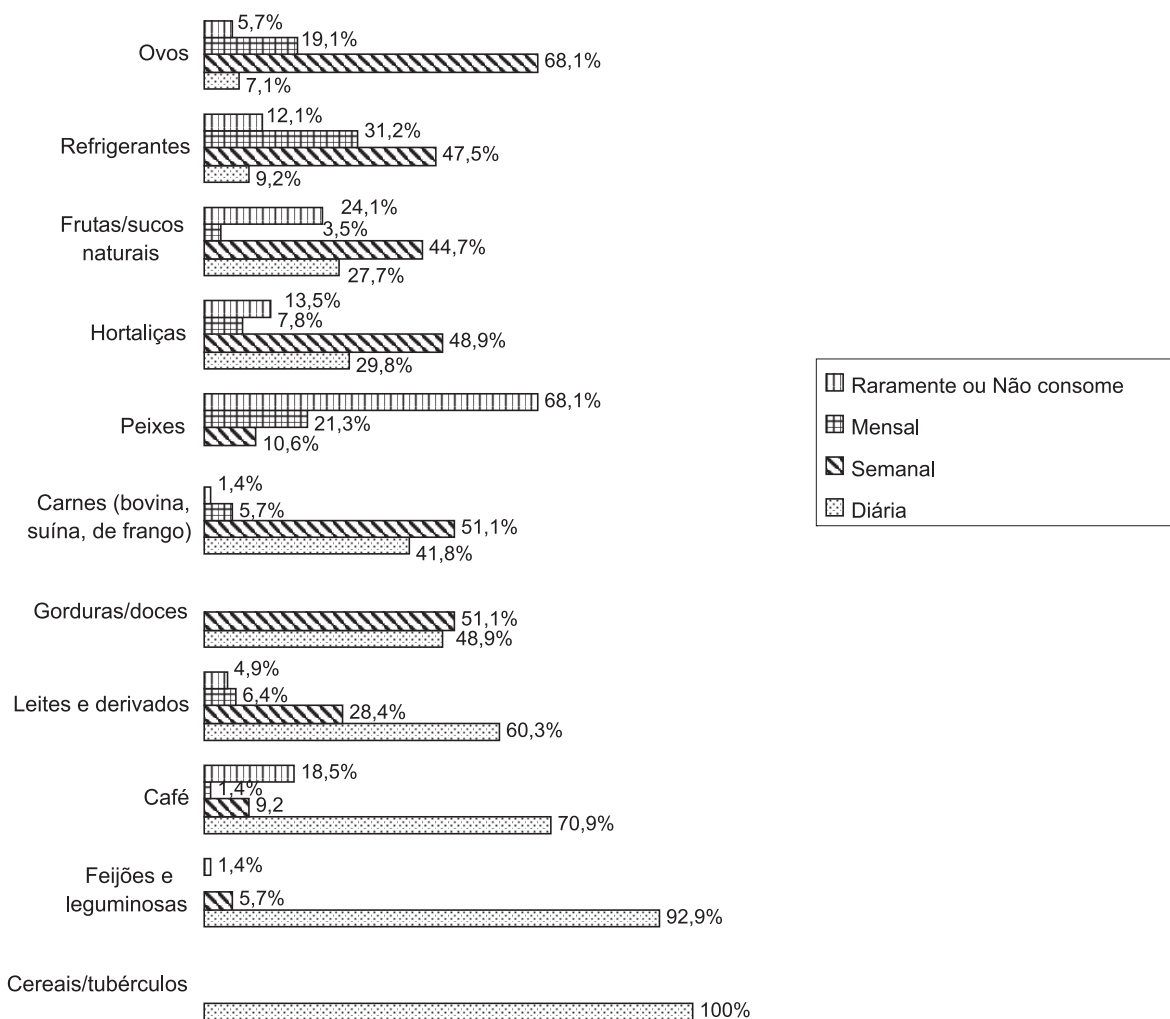
A Figura 1 mostra a frequência de consumo de diferentes grupos de alimentos, onde pode ser

observada a presença diária de cereais e tubérculos na dieta, com destaque para o arroz, consumido por todos os escolares pelo menos uma vez ao dia. O grupo das leguminosas também se destaca, sendo o feijão consumido diariamente por cerca de 93% dos escolares, enquanto que o consumo de café e alimentos lácteos foi diário em 70,9% e 60,3%, respectivamente. As carnes foram consumidas diariamente por 41,8% dessas crianças e adolescentes e pelo menos uma vez por semana por 51,1%. Para peixes, a frequência de consumo semanal foi de 10,6% enquanto ovos foram consumidos semanalmente por 68,1% dos escolares, e diariamente por 7,1%. O consumo diário de pelo menos uma fruta e um tipo de hortaliça foi relatado por 27,7% e 29,8% dos indivíduos, respectivamente, sendo que semanalmente as frutas foram consumidas por 44,7% e as hortaliças por 48,9%. Ressalta-se que tais vegetais estão sujeitos à sazonalidade, e desta forma, foram obtidos relatos de consumo “apenas na safra”, os quais foram incluídos na opção “raramente/não consome”. Os alimentos agrupados como “gorduras e doces” foram consumidos pelo menos semanalmente por todos os estudantes, sendo que 48,9% os consumiam diariamente. A ingestão de refrigerantes foi caracterizada como diária por 9,2% dos escolares e semanal por 47,5%. Não foram encontradas diferenças significativas para a frequência de consumo dos alimentos entre as faixas etárias (crianças e adolescentes) ou entre os sexos ($p > 0,05$), e por isso optou-se por agrupar os dados.

Os valores médios de energia (em kcal) e macronutrientes (em gramas) encontram-se na Tabela 1. Observou-se que a média do consumo de carboidratos foi menor entre os adolescentes do sexo feminino quando comparado ao do sexo masculino e inferior à observada nas crianças de ambos os sexos ($p=0,0241$). Não foram constatadas diferenças estatísticas entre as categorias de idade e nem entre os sexos para o consumo médio de energia ($p=0,8756$), proteínas ($p=0,5955$) e lipídeos ($p=0,1926$).

Figura 1

Freqüência de consumo alimentar* dos escolares da Escola-Classe Osório Bacchin, Distrito Federal. Brasil, 2003-2004.



* n = 141 inquéritos nutricionais

Tabela 1

Média e desvio padrão do consumo de energia e macronutrientes das crianças e adolescentes da Escola-Classe Osório Bacchin, Distrito Federal. Brasil, 2003-2004.

	Crianças		Adolescentes	
	Masculino	Feminino	Masculino	Feminino
Energia (kcal)	2.095,4 ± 642,2	2.062,36 ± 478,3	2.220,3 ± 685,5	1.882,3 ± 486,9
Proteínas (g)	71,3 ± 27,8	65,6 ± 19,6	72,2 ± 26,9	110,8 ± 260,1
Carboidratos (g)	285,2 ± 95,6	288,7 ± 81,1	294,1 ± 97,5	236,05 ± 76,0 *
Lipídeos (g)	76,9 ± 32,7	73,68 ± 26,1	85,18 ± 39,5	81,68 ± 45,7

* valores estatisticamente diferentes pelo Teste Tukey: p=0,0241

Tabela 2

Porcentagem de prevalência de adequação de energia* e macronutrientes das crianças e adolescentes da Escola-Classe Osório Bacchin, Distrito Federal. Brasil, 2003-2004.

	Crianças						Adolescentes					
	Sexo Masculino			Sexo Feminino			Sexo Masculino			Sexo Feminino		
	Adeq.	Baixo	Alto	Adeq.	Baixo	Alto	Adeq.	Baixo	Alto	Adeq.	Baixo	Alto
VET	33,3	31,1	35,6	30,3	24,2†	45,5†	23,7	44,7	31,6	32,0	52,0†	16,0†
CHO	26,7	68,9	4,4	33,3	63,7	3,0	31,6	68,4	-	24,0	72,0	4,0
PTN	31,1	15,6	53,3	36,4	12,1	51,5	36,8	13,2	50,0	36,0	20,0	44,0
LIP	15,6	4,4	80,0	21,2	3,0	75,8	18,4	-	81,6	16,0	4,0	80,0

* O VET foi considerado adequado (Adeq) entre 90 a 110% da recomendação energética por idade sexo. A contribuição percentual dos macronutrientes foi aceita como adequada para carboidratos (CHO), proteínas (PTN) e lipídeos (LIP), respectivamente, 60 a 70%, 10 a 12 % e 20 a 25% do VET⁹

†valores estatisticamente diferentes pelo teste Qui-quadrado: $p \leq 0,05$

A adequação do consumo de energia e macronutrientes (percentual ingerido em relação ao VET) está apresentada na Tabela 2. Nota-se, em todas as categorias dos escolares, elevado consumo de lipídeos e proteínas e insuficiência no consumo de carboidratos. As únicas diferenças significativas foram encontradas na comparação entre os grupos de crianças e adolescentes do sexo feminino em relação ao VET. Ocorreu uma maior prevalência (52%) entre as adolescentes que consumiram energia abaixo do recomendado ($p=0,0293$), quando comparado ao consumo das crianças do mesmo sexo (24,2%). Enquanto neste último grupo, foi observada maior prevalência (45,5%) de alto consumo energético ($p=0,0179$).

Em relação à distribuição ou fracionamento da dieta ao longo do dia, 66% ($n=93$) dos escolares realizavam as três principais refeições (desjejum, almoço e jantar), enquanto 13,6% ($n=19$) omitiam o desjejum, 7,8% ($n=11$) não almoçavam diariamente, 2,8% ($n=4$) não consumiam qualquer alimento à noite e 12,1% ($n=17$) relataram que substituíam o jantar por “lanche” (pães, bolos, biscoitos ou macarrão instantâneo). Não foi observada diferença significativa quanto à distribuição diária das refeições entre as faixas etárias ou sexos.

Discussão

Os hábitos alimentares sofrem influência de

fatores socioeconômicos e culturais que determinam o grau de disponibilidade e acessibilidade aos alimentos. Ainda que se estude a alimentação de uma população residente em mesmo espaço geográfico e com condições de vida semelhantes, avaliar uma dieta com precisão não é tarefa fácil uma vez que os indivíduos variam o seu consumo no dia a dia (variância intrapessoal) além de diferirem entre si na escolha dos alimentos (variância interpessoal)¹⁰. O conhecimento do consumo alimentar deve considerar ainda a sazonalidade, o dia da semana em que é realizada a entrevista, a metodologia adotada no inquérito e as diferenças inerentes aos entrevistadores.

No presente estudo, os hábitos alimentares foram similares e pouco diversificados, com reduzido número de alimentos representando a ingestão da maior parte da energia e nutrientes. Os inquéritos nutricionais foram realizados dentro do intervalo de um ano, entre 2003/2004, e aconteceram em meses distintos e em diferentes estações para minimizar as divergências de informações que flutuam com a sazonalidade.

Quanto às características do hábito alimentar, embora estudos apontem para a redução do arroz e feijão na mesa do brasileiro, os resultados mostram que todos os escolares consumiam arroz pelo menos uma vez ao dia, sendo o feijão o segundo alimento diário mais consumido (92,9%), demonstrando que alimentos

tradicionais ainda integram a dieta básica das crianças e adolescentes da área rural estudada. A combinação de cereais (como o arroz) e leguminosas (feijão) resulta em proteínas com teor de aminoácidos complementares⁹, e embora o alto consumo desses alimentos confirme a presença de hábito saudável foi observado também elevada participação de alimentos com baixo valor nutricional como gorduras e doces, com alto teor de gorduras ou açúcares simples e baixo conteúdo de fibras. O consumo diário deste grupo foi superior ao encontrado para alimentos reguladores como hortaliças e frutas, fontes de vitaminas e minerais. Apesar de se tratar de uma área rural, sendo esperado menor acesso a alimentos industrializados, o consumo de bebidas gaseificadas como refrigerantes foi elevado e contribuiu para uma participação alta de carboidratos simples na dieta, similar ao descrito para adolescentes urbanos de instituições de ensino particular do sudeste e nordeste do país^{11,12}.

Em relação às carnes bovina, suína ou frango, fontes de proteína animal e ferro, quase todos os escolares tinham consumo pelo menos semanal. Os pescados, no entanto, não eram consumidos pela maioria deles (por cerca de 70%), o que pode ser explicado pelo alto preço, falta de hábito pela localização geográfica do Distrito Federal e ausência da cultura de pesca. O baixo consumo de peixes merece destaque, pois sugere que estes escolares podem não estar atingindo o consumo suficiente de ácidos graxos da série ômega-3, relacionados à prevenção de distúrbios cardiovasculares e câncer¹³.

No que se refere ao grupo dos alimentos lácteos, quase 40% dos escolares não consumiam leite ou seus derivados todos os dias, fato preocupante considerando que os laticínios são a melhor fonte de cálcio. A meta de ingestão do mineral (*Adequate Intake*) é de 800 mg e 1.300 mg para crianças de 5 a 8 anos e de 9 a 14 anos, respectivamente¹⁴, e para a ingestão adequada de cálcio pelo grupo seriam necessários de três a quatro porções diárias de leite ou o equivalente em derivados. Sabe-se que a infância e a adolescência são períodos de

maior aumento na massa óssea, e a ingestão inadequada do mineral, como visto no presente levantamento, pode predispor os escolares a desenvolverem osteoporese na idade adulta¹⁵.

O consumo alimentar no presente estudo mostrou semelhança com o verificado em outras regiões do país, sendo que adolescentes, independente de serem provenientes de escolas públicas ou privadas, apresentam baixa ingestão de leites e derivados, frutas, hortaliças, grãos integrais e peixes e alto consumo de alimentos fontes de lipídeos^{6,12} e proteínas⁵. Corroboram ainda com esses achados os estudos de Vieira et al.¹⁶ que relataram elevado consumo energético, de gordura saturada, colesterol e sal, além do açúcar, e inadequação quanto aos alimentos fontes de fibras, vitaminas e minerais por indivíduos em idade escolar. Observou-se também, pelo recordatório de 24 horas, baixo conteúdo energético nas dietas dos adolescentes, resultados que estão de acordo com o descrito por Gambardella⁵. Segundo esta autora, os adolescentes não suprem suas necessidades nutricionais de energia e carboidratos, enquanto o consumo de lipídios e proteínas, com frequência fica acima das recomendações. É válido lembrar que no Brasil, com ênfase na região nordeste, o déficit de ingestão energética ainda persiste como problema nutricional entre os escolares, e repercute negativamente no seu potencial de crescimento. Sendo o final da infância a última fase na qual o crescimento ainda é acelerado, há grande demanda de tecidos corporais por elementos fornecedores de energia e pelos responsáveis por sua síntese, daí ser de suma importância a adequação de energia e nutrientes⁹.

O fracionamento das refeições também pode influenciar o metabolismo de gorduras e carboidratos, e no presente estudo foi observado que a maioria dos escolares tinha como hábito a realização diária de pelo menos três refeições principais, sendo o jejum a refeição mais omitida. Diversos autores concordam sobre a relevância da primeira refeição do dia, tanto pela diminuição significativa no total de calorias

diárias, quanto pela substituição do café da manhã por lanches posteriores com menor densidade de nutrientes e mais ricos em gordura e açúcar simples, o que pode comprometer o crescimento e o desenvolvimento^{4,9}. Ainda assim, ressalta-se que a omissão do desjejum no presente estudo foi menos freqüente do que o relatado por Abreu et al.¹⁷ que verificaram que um quarto dos adolescentes de uma escola privada em São Paulo não realizavam essa refeição, e é possível que o hábito de não realizar o café da manhã seja mais freqüente em populações urbanas de renda mais alta. Embora a maioria dos escolares tenha relatado o hábito diário de três refeições completas, alguns escolares já substituem o jantar por alimentos de menor valor nutricional (café, pão, bolo, biscoito e macarrão instantâneo), ricos em carboidratos e gorduras e deficientes em micronutrientes e fibras, prática comum entre escolares urbanos¹⁶.

Embora não se constituísse objetivo do presente estudo realizar trabalho de educação nutricional, o mesmo está inserido no contexto de um projeto mais amplo de pesquisa, baseado na investigação-ação¹⁸. Nesse sentido, ações pontuais foram desenvolvidas com a comunidade diante da premente necessidade de se direcionar intervenções individuais e coletivas. Tendo em vista que as crianças e adolescentes passam um período do dia na escola, destaca-se que o ambiente escolar é um *locus* privilegiado para a promoção de estilos de vida e alimentação saudáveis, e a ação se estendeu para a capacitação de professores pela interação reflexiva sobre o tema saúde, nutrição e alimentação saudável. Os pesquisadores e docentes interagiram suas competências e habilidades para, sob o enfoque dos conceitos científicos, desenvolverem a consciência crítica dos problemas nutricionais e ações preventivas. Para tanto, foram proferidas palestras para os pais e responsáveis, geradas ferramentas pedagógicas interdisciplinares e atividades extra classe envolvendo toda a população local como estímulo à criação de hortas, feiras de alimentos, valorização dos frutos do cerrado, entre outras. Desta forma, o presente levantamento teve não apenas o sentido de uma

investigação externa à escola, mas incluiu a atuação direta de docentes e pais dos alunos no questionamento da realidade socio-nutricional da comunidade e possíveis ações coletivas de transformação.

A tendência que se observa no Brasil é a promoção da saúde e limitação da publicidade e consumo de alimentos “não-saudáveis” no ambiente escolar, e alguns estados da federação como Rio de Janeiro e São Paulo já adotaram medidas regulatórias com estes objetivos^{19,20}. Recentemente, também no Distrito Federal foi promulgada Lei da Câmara Legislativa (nº 3.695/2005) que dispõe sobre a promoção da alimentação saudável nas escolas de educação infantil e de ensino fundamental e médio das redes pública e privada. Além de proibir a comercialização e publicidade de alimentos ricos em açúcares e/ou gorduras no ambiente escolar, a mesma preconiza a oferta diária de pelo menos uma variedade de fruta *in natura* pelas cantinas, a capacitação de professores e cantineiros e a adoção de conteúdo pedagógico referente à nutrição e saúde. Atualmente as escolas e as respectivas cantinas encontram-se em fase de adequação ao disposto na lei.

Por fim, ressalta-se que o perfil nutricional de uma comunidade poderá ser melhor compreendido incluindo-se outros aspectos de segurança alimentar e nutricional, como os conceitos relacionados à possibilidade de “sentir fome”. Existe ainda a necessidade de uma aplicação mais sistemática dos resultados das pesquisas no planejamento e implementação das políticas públicas de saúde, assim como uma maior conexão entre os pesquisadores e os usuários desses resultados.

Agradecimentos

À Ivete Teresinha Graebner e Bianca Sarlo pela participação na coleta de dados, ao professor Doutor Carlos Hiroo Saito pela contribuição na discussão dos resultados, e às professoras Vera Lúcia Santos de Oliveira e Rosária Rosa dos Santos Ramos pelo grande auxílio prestado.

Referências

1. Bleil SI. O padrão alimentar ocidental: considerações sobre a mudança de hábitos no Brasil. *Cad Debate*. 1998;6:1-25.
2. Mondini L, Monteiro CA. Mudanças no padrão de alimentação. In: Monteiro CA. Velhos e novos males da Saúde no Brasil: a evolução do país e suas doenças. 2ª ed. São Paulo: Hucitec, 2000. p.79-89.
3. Arenas JA, Pérez ME, Villasana AC. Evaluación de los patrones alimentarios y la nutrición en cuatro comunidades rurales. *Salud Publ Mex*. 1998;40:398-407.
4. United Nations Children's Fund. The state of the world's children. New York: UNICEF, 1998.
5. Gambardella AMD. Adolescentes estudantes de período noturno: como se alimentam e gastam suas energias. [Tese]. Faculdade de Saúde Pública, Universidade de São Paulo; 1996
6. Kapazi BM, Di Pietro PF, Avancini SRP, Freitas SFT, Tramonte VLGC. Consumo de energia e macronutrientes por adolescentes de escolas públicas e privadas. *Rev Nutr*. 2001;14 (Suppl):27s-33s.
7. Philippi ST, Szarfarc SC, Latterza AR. Virtual Nutri. Versão 1.0 for windows (*software*). Departamento de Nutrição, Faculdade de Saúde Pública, Universidade de São Paulo, 1996.
8. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Tabela de composição de alimentos. 4. ed. Rio de Janeiro; 1996. 137 p.
9. Vannucchi H, Menezes EW, Campana AO, Lajolo FM. Aplicação das recomendações nutricionais adaptadas à população brasileira. Sociedade Brasileira de Alimentação e Nutrição – SBAN. *Cad Nutrição*. 1990; 2. 156p.
10. Slater B, Marchioni D L, Fisberg R M. Estimando a prevalência da ingestão inadequada de nutrientes. *Ver Saúde Pública*. 2004;38:599-605.
11. Nuzzo L. Avaliação do estado nutricional de adolescentes de uma instituição particular de ensino. São Paulo [Dissertação] Faculdade de Saúde Pública, Universidade de São Paulo; 1998.
12. Carvalho CMRG, Nogueira AMT, Teles JBM, Paz SMR, Souza RML. Consumo alimentar de adolescentes matriculados em um colégio particular de Teresina, Piauí, Brasil. *Rev Nutr*. 2001;14:85-93.
13. Castellucci CMN, Sampaio GR. Avaliação crítica do uso de substitutos da gordura e seu papel na prevenção de doenças crônicas não transmissíveis. In: Torres EAFS. Alimentos do milênio: a importância dos transgênicos, funcionais e fitoterápicos para a saúde. São Paulo: Signus; 2002. p.51-70.
14. National Academy of Sciences. Institute of Medicine. Food and Nutrition Board. Dietary reference intakes: applications in dietary assessment. [National Academy Press] 2000. Disponível em: <http://www.nap.edu> Acessado em 20/mar/2004.
15. Abrams SA, Grusak MA, Stuff J, Brien KOO. Calcium and magnesium balance in 9-14 y-old children. *Am J Clin Nutr*. 1997;66:1172-7.
16. Vieira VCR, Priori SE, Sabry MOD, Ferreira ALR, Sampaio HAC, Silva MGC. Hábitos alimentares e consumo de lanches. *Nutr Pauta*. 2001;46:14-20.
17. Abreu CLM, Dias LRP, Passos MA, Almeida E, Souza E, Branco LM et al. Consumo alimentar de adolescentes em escola privada do município de Cotia, São Paulo. *Nutr Pauta*. 2004;64:22-6.
18. Rivera, FSR, Souza EMT. Perfil nutricional e socioeconômico de escolares de uma comunidade rural. *Rev Saúde do Distrito Federal*. 2005;16 (3/4): 23-31.
19. Castro AMM, Castro IRR, Branco VMC. A iniciativa "Rio Saudável" no contexto de promoção da saúde. *Saúde em Foco - Informe Epidemiológico em Saúde Coletiva*. 2002;23:9-15.
20. São Paulo. Secretaria Municipal de Saúde. 2005. Políticas para a prevenção e controle das doenças e agravos não-transmissíveis – Alimentação Saudável. Disponível em: <http://portal.prefeitura.sp.gov.br/secretarias/saude>. Acessado em 04/jun/2005.

Baseado em dissertação de mestrado na área de Nutrição Humana da Universidade de Brasília, defendida no ano de 2005, intitulada: Perfil Nutricional, consumo alimentar e prevalência de anemia em escolares de uma comunidade rural do Distrito Federal.

