

AVALIAÇÃO DAS PREFERÊNCIAS ALIMENTARES DOS ESCOLARES DA E.M.E.F.I PADRE AUGUSTO DALCIN DE PINHEIRINHO DO VALE - RS

Arléia Maria GASSEN¹, Raquel PILETTI²

Palavras-chave: alimentação, criança, saúde.

INTRODUÇÃO

A alimentação saudável proporciona prazer, fornece energia e nutrientes que o corpo necessita para crescer, desenvolver e manter a saúde devendo ser a mais variada possível (EUCLYDES, 2000 *apud* VALLE; EUCLYDES, 2009). A importância de uma alimentação equilibrada ao longo da vida é imprescindível, independentemente da idade vai assegurar o crescimento e o desenvolvimento fisiológico, manutenção da saúde e do bem estar do indivíduo (PINEZI; ABOURIHAN, 2011).

Entretanto, existem períodos da vida onde é essencial que essa dieta seja equilibrada, como é o caso da fase infantil. As crianças estão em fase de crescimento, desenvolvimento, formação da personalidade e principalmente de seus hábitos alimentares (PINEZI; ABOURIHAN, 2011).

É na infância que o hábito alimentar se forma, é necessário o entendimento dos seus fatores determinantes, para que seja possível propor processos educativos efetivos para a mudança do padrão alimentar da criança (RAMOS; STEIN, 2000). Tais mudanças irão contribuir no comportamento alimentar na vida adulta (BISSOLI e LANZILLOTTI, 1997 *apud* VALLE; EUCLYDES, 2009).

O bom hábito alimentar da criança começa na nutrição adequada durante a gestação na saúde do bebê e da mãe. A nutrição materna e paterna antes da concepção afeta a saúde do neonato. A “origem fetal” tem efeitos para toda a vida. Estabelecer bons hábitos durante a infância diminui a possibilidade de um comportamento alimentar inadequado mais tarde na vida (KRAUSE, 2010).

O objetivo deste trabalho é realizar uma análise no ambiente escolar, avaliando as preferências alimentares dos escolares da E.M.E.F.I. Padre Augusto Dalcin de Pinheirinho do Vale, abrangendo as turmas do 1º ao 4º ano, cuja faixa etária vai dos 6 aos 9 anos.

¹ Acadêmica do Curso de Tecnologia em Alimentos FAI – Faculdades, Itapiranga-SC – coopervalepv@hotmail.com

² Professora da disciplina de Desenvolvimento de Novos Produtos do Curso de Tecnologia em Alimentos FAI – Faculdades, Itapiranga-SC e orientadora do trabalho – raquelpiletti@gmail.com

MATERIAIS E MÉTODOS

A avaliação foi realizada no ambiente escolar da E.M.E.F.I Padre Augusto Dalcin, localizada em Pinheirinho do Vale - RS. Foram avaliadas 67 crianças abrangendo as turmas do 1º ao 4º ano, cuja faixa etária vai dos 6 aos 9 anos que frequentam regularmente o educandário, a atividade foi realizada com a supervisão de nutricionista e colaboração de professores. Foram utilizadas as salas do educandário para a realização da atividade, onde cada turma foi avaliada separadamente, em função da faixa etária. Fez-se uso do Manual para aplicação dos testes de aceitabilidade do Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE.

Inicialmente, foi repassado as crianças a importância da alimentação saudável, tanto em casa quanto na escola. Foram escolhidos aleatoriamente, 12 alimentos entre eles frutas, verduras/legumes e alimentos considerados calóricos, conforme quadro 1.

Quadro 1: Alimentos usados para teste

Frutas (<i>in natura</i>)	Verduras / legumes (<i>in natura</i>)	Alimentos industrializados
Abacaxi	Beterraba	Refrigerantes
Banana	Repolho	Chocolates
Laranja	Cenoura	Salgadinhos de milho
Mamão	Brócolis	Balas


Após os alimentos serem apresentados cada criança recebeu uma ficha para o teste de aceitação, devendo circular a carinha demonstrando quais os alimentos que mais gostam e os que menos gostam. Conforme o modelo a seguir:


Modelo das fichas a serem aplicadas


TESTE DE ACEITAÇÃO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR


Nome _____ Série _____ Data _____


Marque a carinha que mais represente o que você achou do _____


1


2


3


4


5

Diga o que você mais gostou na preparação: _____


Diga o que você menos gostou na preparação: _____

Figura 7: Modelo de ficha de escala hedônica facial que pode ser utilizada para escolares de 1º ao 5º ano

Em um segundo momento as crianças foram questionadas se gostam ou não dos pratos que correspondem às refeições da semana, já que estas compõem parte do cardápio escolar. Cada criança levantou a mão, dizendo se gosta ou não das refeições ofertadas no educandário,

novamente considerando as combinações que mais gostam. A Figura 1 representa o cardápio utilizado, tendo como base a semana 12/09 a 16/09.

Figura 1: Cardápio referente ao mês de Setembro/2016.

 PREFEITURA MUNICIPAL DE PINHEIRINHO DO VALE SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA NUTRICIONISTA CASSIANE DE AVILA CRN 2 12785D CARDÁPIO ESCOLAS EDUCAÇÃO INTEGRAL – SETEMBRO/ 2016						
DIAS DA SEMANA	REFEIÇÕES	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
05/09 A 09/09	Café	- Leite com achoc + cacau. Pão integral e melado	- Café com leite, pão e margarina.	FERIADO	- Leite c/ achocolatado, pão e chimia.	- Leite c/ café bolacha caseira
	Almoço	Massa c/ carne em molho. Salada repolho e cenoura ralada	Arroz, feijão c/ carne. Salada alface.	FERIADO	Arroz, Feijão, carne suína. Salada de repolho e beterraba.	Polenta com molho de carne moída, Salada alface.
	Lanche	Bolo integral e chá gelado	Creme caramelizado	FERIADO	Bolacha caseira e chá	Cachorro de carne moída e suco
12/09 A 16/09	Café	- Café com leite. Pão e bolacha.	-Café com leite, pão e margarina	- Leite com achoc + cacau. Bolacha caseira	- Leite com achoc + cacau. Pão c/ chimia	- Café com leite. Pão e margarina
	Almoço	Carreteiro. Salada de alface.	Arroz, feijão c/ carne de frango assada. Salada de repolho e tomate	Sopa de massa c/ legumes. Pão torrado	Arroz colonido Batatinha em molho carne. Salada de repolho	Feijoada c/ carne suína, arroz. Salada de alface
	Lanche	Cuca integral e suco	Suco e pão c/ chimia.	Sagu c/ fruta	Bolo salgado e suco	Sanduíche e suco
	Café	- Café com leite. Pão e margarina.	FERIADO	- Café com leite, pão e margarina.	- Café com leite+ cacau. Bolacha caseira	- Café com leite. Pão e chimia.
19/09 A 23/09	Almoço	Mandioca. Arroz. Salada de alface.	FERIADO	Polenta com molho. Salada de repolho e beterraba.	Arroz, feijão, carne suína, Salada de alface.	Galinhada. Salada de vagem e tomate.
	Lanche	iogurte c/ aveia em flocos	FERIADO	Bolacha caseira e chá.	Sopa e pão torrado	Bolo de legumes e suco
26/09 A 30/09	Café	- Leite com achoc.+ cacau, pão e margarina.	- Café com leite. Pão e chimia.	- Café com leite. Bolacha caseira	- Leite com achoc.+ cacau, pão e margarina.	- Leite com achoc. + cacau, bolacha caseira.
	Almoço	Massa c/ molho, repolho refogado. Salada de alface e chuchu	Arroz, lentilha com liguichina. Salada de alface	Mandioca c/ carne suína. Salada de chuchu e tomate.	Arroz, feijão, carne suína, Salada de cenoura e repolho	Sopa de massa com feijão.
	Lanche	Bolo salgado e suco	Creme de chocolate e cacau	Sanduíche e chá gelado	Bolo de milho e suco	Iogurte e bolacha integral

OBS: Será oferecido fruta no segundo lanche de tarde todos os dias (laranja, bergamota, mamão, manga, maçã, banana).

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Os resultados dos testes de aceitabilidade são apresentados nas Figuras 1, 2, 3 e 4, que apresentam as características dos envolvidos no teste de aceitabilidade, e suas preferências.

Figura 1- Ano e Sexo.

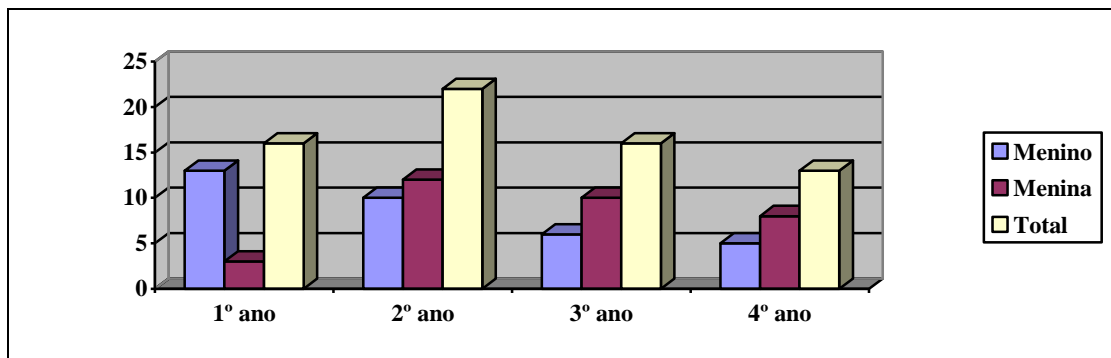


Figura 2 - Teste das frutas – Turma 1º ao 4º ano.

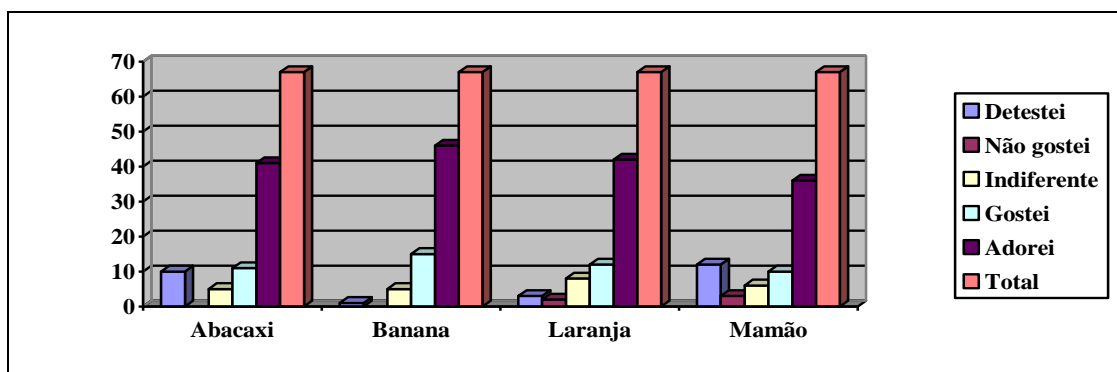


Figura 3: Teste das verduras – Turma 1º ao 4º ano.

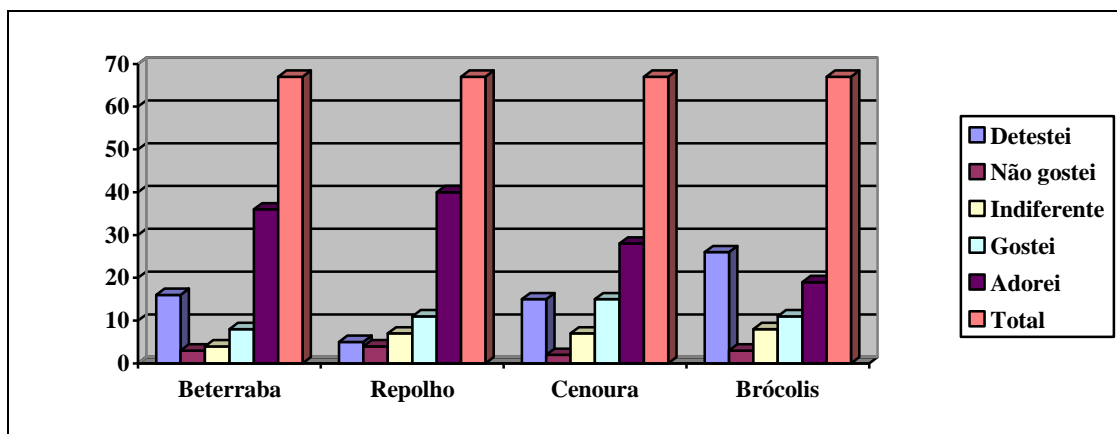
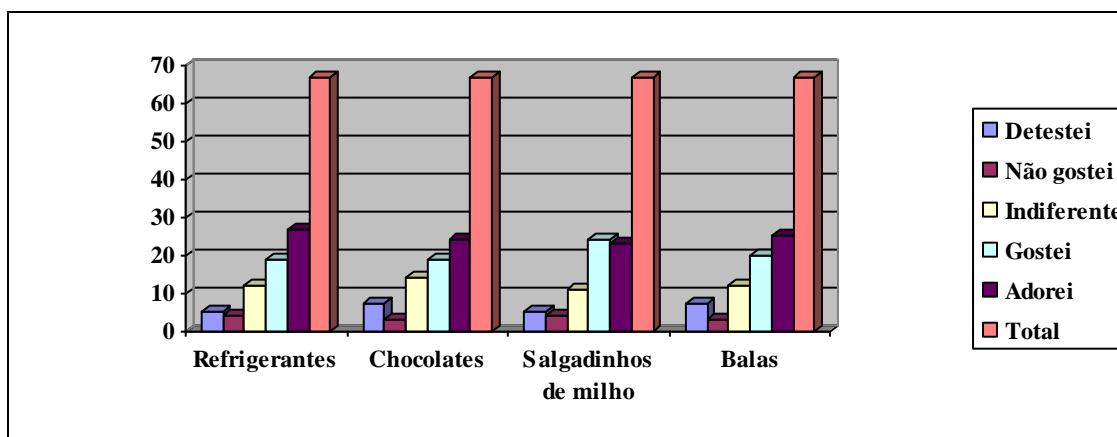


Figura 4: Teste dos alimentos industrializados – Turma 1º ao 4º ano.



A partir dos testes de aceitabilidade aplicados foram observados os seguintes aspectos: apenas no 1º ano a proporção de meninas em relação aos meninos é menor, isso trouxe resultados diferenciados, pois as meninas consomem mais frutas e verduras que os meninos. As crianças de 6 e 7 anos consomem mais alimentos saudáveis do que os demais, pois os de 8

e 9 anos começam a conhecer outros alimentos adquirindo outros hábitos, muitas vezes deixando de comer aqueles que comiam quando eram menores. Além disso, existe uma significativa relutância em provar alimentos diferentes.

Foi possível constatar que a uma boa aceitação de frutas e verduras, tendo apenas um desequilíbrio no consumo do brócolis, cuja maioria detesta. Quanto aos alimentos considerados calóricos há um certo equilíbrio entre os citados, considerando que aqueles que consomem um tipo geralmente gosta ou adora os demais.

Muitos dos hábitos alimentares adquiridos em casa sofrem modificações nos primeiros anos escolares, influenciados pela convivência com outras crianças. A escola passa a ser a principal fonte de conhecimento sobre alimentação.

Além da família, a escola responsável pelo ensino e aprendizagem das crianças e adolescentes, deve desempenhar importante papel na formação e consolidação dos comportamentos relacionados à saúde e nutrição. É fundamental que a escola promova a educação nutricional e propicie condições para a vivência dos conceitos da área de nutrição (DANELON, 2008).

A educação nutricional dirigida às crianças pode contribuir para a formação de hábitos alimentares adequados, uma vez que o comportamento na vida adulta depende do aprendizado na infância (BISSOLI e LANZILLOTTI, 1997, *apud* VALLE; EUCLYDES, 2009).

A fim de incentivar o consumo de alimentos saudáveis a escola proporciona através do PNAE (Programa Nacional de Alimentação Escolar) vários tipos de frutas e verduras aos alunos. Ocorre também a orientação dos professores e principalmente da nutricionista sobre a importância de consumirem tais alimentos. A nutricionista desenvolve seguidamente a avaliação nutricional das crianças de todos os educandários do município, o que pode influenciar nos hábitos alimentares dos mesmos.

CONCLUSÃO

Conclui-se a partir dessa atividade que a manutenção de hábitos saudáveis é imprescindível para que as crianças tenham um bom desenvolvimento. A escola desenvolve um papel muito importante nesse processo, pois por se tratar de uma escola de período integral, as crianças permanecem a maior parte do dia na escola, o que não substitui o estímulo e apoio dos pais para que seus filhos tenham uma boa alimentação, evitando assim problemas de saúde no futuro.

Os dados serão expostos à direção da instituição e anexados a caderneta de cada criança, a fim de que os professores e pais tenham conhecimento dos resultados e tentem alterar alguns hábitos das crianças, caso julgarem necessário.

REFERÊNCIAS

DANELON, Mariana Schievano et al. **Preferências alimentares no ambiente escolar.** Segurança Alimentar e Nutricional, Campinas, 15(2): 66-84, 2008. Disponível em: <[HTTP://www.unicamp.br/nepa/arquivo_san/6_09_14116_Preferencias_alimentares_no_ambiente_escolar_final.pdf](http://www.unicamp.br/nepa/arquivo_san/6_09_14116_Preferencias_alimentares_no_ambiente_escolar_final.pdf)>. Acesso: 16 set. 2016.

Manual para aplicação dos testes de aceitabilidade no Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE. Disponível em: cecanesc.ufsc.br/core/getarquivo/idarquivo/559.pdf>. Acesso em: 14 set. 2016.

PINEZI, Flavia Gabriela; ABOURIHAN, Carmen Luciane Sanson. **Formação e desenvolvimento de hábitos alimentares na pré-escola.** Disponível em: <[HTTP://www.unibrasil.com.br/pdf/nutricao/2011-2/7_tcc.pdf](http://www.unibrasil.com.br/pdf/nutricao/2011-2/7_tcc.pdf)>. Acesso: 16 nov. 2013.

RAMOS, M.; STEIN, L. M. **Desenvolvimento do comportamento alimentar infantil.** Jornal de Pediatria, v. 76, supl.3, p.229 – 237, 2000. Disponível em: <http://www.jpmed.com.br/conteudo/00-76-S229/port.pdf>>. Acesso em 17 set. 2016.

SCHILLING, Magali. **Qualidade em nutrição: Métodos de melhorias contínuas ao alcance de indivíduos e coletividades.** 3º ed. rev. e atualizada, 2008.

SIZER, Frances Sienkiewicz; WHITNEY, Eleanor Noss. **Nutrição: Conceitos e controvérsias.** 8º ed. 2002.

VALLE, Janaína Mello Nasser; EUCLYDES, Marilene Pinheiro. **A formação dos hábitos alimentares na infância: uma revisão de alguns aspectos abordados na literatura nos últimos dez anos.** Disponível em: <[HTTP://www.ufjf.br/nates/files/2009/12/Hinfancia.pdf](http://www.ufjf.br/nates/files/2009/12/Hinfancia.pdf)>. Acesso: 17 set. 2016.