

II SIMPÓSIO DE PESQUISA E EXTENSÃO DE CERES E VALE DE SÃO PATRÍCIO  
04 a 07 de Novembro de 2014 - UEG Campus Ceres - GO

(SAÚDE)

**IMPACTO DA EDUCAÇÃO NUTRICIONAL NO CONSUMO DE LANCHES DE  
ESCOLARES DE UMA ESCOLA PARTICULAR – DIAGNÓSTICO.**

**<sup>1</sup>Priscilla Rayanne e Silva Noll; <sup>2</sup> Suzy Darlen Soares de Almeida**

<sup>1</sup>Mestranda em Saúde Coletiva na Universidade Federal de Goiás (UFG); Instituto Federal Goiano - Campus Ceres; Rialma; Nutricionista; [priscilla-rayanne@hotmail.com](mailto:priscilla-rayanne@hotmail.com). <sup>2</sup> Mestre em Mestre em Ciência Animal: Higiene e Tecnologia de Alimentos pela UFG; Pontifícia Universidade Católica de Goiás (PUC-Go); Goiânia; Docente e Nutricionista.

**RESUMO**

**Introdução:** Deve-se ter atenção às situações que podem comprometer a saúde infantil, sendo preocupantes os hábitos alimentares inadequados dessa faixa etária. **Objetivo:** Descrever o perfil de lanches dos escolares de uma escola particular e comparar com seus conhecimentos nutricionais. **Métodos:** Trata-se de uma pesquisa transversal observacional, que compôs um estudo dividido em três partes: Diagnóstico, Intervenção e Avaliação, sendo esta a primeira fase. O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da PUC-GO, sob protocolo/parecer de nº 01655112.4.0000.0037. Foi desenvolvida em uma escola particular de ensino fundamental em Goiânia, cuja amostra foi de 77 escolares, do primeiro ao quinto ano. Coletou-se o tipo de alimento e a quantidade ingerida como lanche dos escolares, durante cinco dias. Então, calculou-se os valores energéticos totais (VET) e a quantidade de macronutrientes (carboidratos, proteína e lipídeos) e os resultados foram comparados com o preconizado pela Resolução nº 38, de 2009. Em seguida, foi avaliado o nível de conhecimento dos escolares acerca de uma alimentação saudável, por meio de um questionário. Para análise estatística, foram calculados média, desvio padrão, variância e coeficiente de variação e, para avaliação das médias encontradas, utilizou-se o teste de *Student*, ( $p < 0,05$ ). As variáveis utilizadas foram faixa etária, nível de conhecimentos, VET e macronutrientes. **Resultados e Discussão:** Obteve-se 363 lanches, sendo que dos consumidos, 182 (50,1%) foram comprados na cantina da escola, sendo o mais consumido a associação entre salgado e suco industrializado (47,8%). Os lanches restantes (49,9%) foram trazidos de casa, onde 80,7% destes continham, pelo menos, um alimento industrializado, sendo os mais presentes sucos industrializados (50,8%). Ao comparar os lanches com os valores recomendados, observou-se que 76,03% dos lanches possuíam quantidade proteica inferior ao recomendado. Em relação ao questionário aplicado para avaliar os conhecimentos dos escolares sobre uma alimentação saudável, obteve-se uma média de acertos de 66,6%. Observou-se correlação ( $p < 0,05$ ) entre o percentual de adequação das proteínas e a quantidade de acertos no questionário. Apresentou-se, também, correlação ( $p < 0,05$ ) entre a idade dos escolares e o percentual de acerto. Sugere-se, então, a implementação de estratégias de educação alimentar e nutricional eficazes, com ênfase na escolha adequada dos alimentos, direcionada aos escolares, objetivando hábitos alimentares saudáveis e promoção de saúde. **Conclusão:** A maioria dos lanches contém alimentos industrializados, ricos em carboidratos simples e gorduras, pobres em proteína, não atendendo às recomendações para o lanche da faixa etária estudada. Associado a isso, os conhecimentos dos escolares não são suficientes.

**Palavras Chave:** Comportamento alimentar; educação alimentar e nutricional; estudantes.