

Estudo comparativo da qualidade do lanche e prática de atividade física de escolares de escolas públicas e particulares de Ipatinga (MG)

Ana Carolina da Silveira CRUZ¹; Silvia Martins PAIVA¹; Sirlene Aparecida Silva XAVIER¹; Denise Félix QUINTÃO²

1. Graduandas em Nutrição pela Faculdade Pitágoras, Ipatinga, MG.
2. Docente no Curso de Nutrição da Faculdade Pitágoras, campus Ipatinga, MG. Gerais.

Artigo protocolado em 17 set. 2013 e aprovado em 08 out. 2013.

RESUMO: O estudo avaliou os lanches consumidos e a prática de atividade física em duas escolas públicas e duas particulares de Ipatinga (MG). Conclui-se que os pesquisados consomem alimentos de baixo valor nutricional no período escolar, e que os matriculados nas escolas públicas se exercitam mais do que os das particulares para irem e voltarem da escola. Entretanto, a maioria dos escolares das particulares fazem atividade física fora da escola.

Palavras-chave: merenda escolar, atividade física, lanche.

ABSTRACT: Comparative study of the quality of the snack and physical activity of students

in public and private schools in Ipatinga (MG).

The study evaluated the snacks consumed and physical activity in two public schools and two private ones in Ipatinga (MG). We conclude that respondents consume foods with low nutritional value in school period, and that those enrolled in public schools exercised more than the particular to go and return from school. However, most from the private schools make physical activity outside the school.

Keywords: school meals, physical activity, snack.

RESUMEN: Estudio comparativo de la calidad de la merienda y la actividad física de los estudiantes en las escuelas públicas y privadas en Ipatinga (MG).

El estudio evaluó los bocadillos consumidos y la actividad física en dos escuelas públicas y dos privadas en Ipatinga (MG). Llegamos a la conclusión de que los encuestados consumen alimentos con bajo valor nutricional en período escolar, y que los matriculados en las escuelas públicas ejercieron más de lo particular para ir y volver de la escuela. Sin embargo, la mayoría de las escuelas privadas hacen actividad física fuera de la escuela.

Palabras clave: alimentación escolar, actividad física, bocadillo.

Introdução

Considerando as características biológicas, o escolar é a criança de 7 anos de idade até que entre em puberdade, pois a partir desse fenômeno ela será avaliada como adolescente (VITOLLO, 2008). O acesso a uma alimentação saudável nessa fase é essencial para se ter um bom crescimento e desenvolvimento dos ossos, dentes, músculos e sangue, sendo necessário alimentos mais nutritivos em função do seu crescimento e metabolismo mais acelerado do que nos adultos (LUCAS, 2005).

A escola exerce função indispensável na formação dos hábitos de vida dos estudantes e é responsável pelo conteúdo educativo global, inclusive do ponto de vista nutricional (OCHSENHOFER et al., 2006). Deste modo,

deve-se ter atenção com a adequação dos produtos consumidos neste local, com ênfase na melhoria da qualidade dos lanches (CAMPOS; ZUANON, 2004). Nesse contexto, destaca-se o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), que se faz presente em todas as escolas públicas, visando atender parcialmente as necessidades nutricionais através da merenda escolar assim como a formação de um bom hábito alimentar (DANELON; SILVA, 2006).

O consumo alimentar vem sendo relacionado com a obesidade infantil não apenas pelo volume da dieta, mas também pela constituição e qualidade dos alimentos (TRICHES et al., 2005), pois há menor consumo de alimentos de alto valor nutritivo como frutas, verduras e legumes, e elevado consumo de alimentos altamente calóricos e ricos em gorduras, como hambúrgueres, salgadinhos e frituras (BENZECRY; MELLO; ESCRIVÃO, 2004).

Além do consumo alimentar inadequado, nos últimos anos, as crianças se tornaram menos ativas, devido ao avanço tecnológico, ficando horas em frente televisão, computador, vídeo game, ocasionando um aumento do peso corporal (GIUGLIANO; CARNEIRO, 2004). A inatividade física é um fator crítico para o acúmulo de gordura corporal (McARDLE, 2008).

Há a preocupação na prevenção da obesidade em crianças, devido sua permanência na fase adulta, tendo, por muitas vezes, consequências indesejáveis, como o aparecimento de doenças crônico-degenerativas, diabetes mellitus tipo 2, dislipidemia, hipertensão arterial, infarto do miocárdio e acidente vascular cerebral (LEÃO et al., 2003).

A escola tem papel primordial no desenvolvimento de estratégias para a melhoria do hábito alimentar das crianças (SHIMTZ et al., 2008). Também representa relevância na formação dos hábitos alimentares, visto que é nesse ambiente que substancial proporção de crianças e adolescentes permanecem por expressivo período de tempo diário. Contudo, os programas de educação nutricional devem ir além das atividades em sala de aula. É fundamental que a escola propicie condições de concretização dos conceitos relativos aos temas apresentados aos alunos (DANELON, 2006).

O objetivo do estudo foi comparar os tipos de lanches consumidos e prática de atividade física entre os escolares de escolas públicas e particulares de Ipatinga (MG).

I – Metodologia

Trata-se de um estudo do tipo transversal realizado de agosto a outubro de 2012. Foi realizado um teste piloto, no mês de agosto de 2012, para testar a adequação dos procedimentos a serem adotados, objetivando a otimização dos instrumentos da pesquisa. Os questionários foram entregues

a 30 crianças de 6 a 7 anos de uma escola pública para verificar a aplicabilidade, o quão compreensível as questões eram, bem como a ordem e a distribuição dos mesmos. Somente 10 crianças devolveram os questionários respondidos. Estes foram analisados e as perguntas de difícil compreensão foram modificadas.

A amostra foi composta por escolares de 7 a 9 anos de idade, matriculadas em duas escolas particulares e duas públicas, da cidade de Ipatinga (MG). O projeto foi autorizado pelas diretoras das instituições. A participação foi voluntária, mediante a assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido pelos pais ou responsáveis pelas crianças, conforme resolução 196/96 do Ministério da Saúde. O termo foi enviado juntamente com o questionário para casa. O questionário continha dados pessoais e perguntas relacionadas com o consumo alimentar na escola, acesso à tecnologia e prática de atividade física.

Foram considerados como critérios de exclusão os escolares que apresentaram questionários com dados incoerentes e/ou incompletos. Os resultados dos questionários foram transferidos para um banco de dados no Microsoft Excel 2007. As análises das variáveis foram descritas ou expressas em frequência.

II – Resultados

A amostra total do estudo contou com 101 crianças, sendo 51 escolares das escolas particulares, com 60,7% dos participantes do sexo feminino, e 50 escolares das públicas, sendo 55,6% do sexo feminino. De acordo com o Gráfico 1, escolares de nove anos foram os que mais participaram da pesquisa, tanto na escola pública quanto de particular.

Das quatro escolas, três oferecem lanche para os alunos, sendo uma particular e duas públicas, nas quais se observou que 66,6% e 84,4% consomem a merenda oferecida, respectivamente. Os alimentos e/ou preparações preferidas pelos escolares da particular e das públicas estão descritos nas Tabelas 1 e 2, respectivamente.

Constatou-se que 47,0% dos alunos de uma das escolas particulares e 48,0% dos alunos das duas escolas públicas levam lanche para a escola. Nas Tabelas 3 e 4, estão descritos os alimentos que estes escolares levam para a escola.

Apenas em uma das escolas particulares há a venda de lanches, que são comprados por 15,6% dos escolares. Já nas escolas públicas, 28,0% dos escolares compram os alimentos nas lanchonetes ao lado da escola. Os alimentos mais comprados nas lanchonetes estão citados nas Tabelas 5 e 6.

GRÁFICO 1 Prevalência de idade dos escolares das escolas particulares e públicas de Ipatinga (MG), 2012

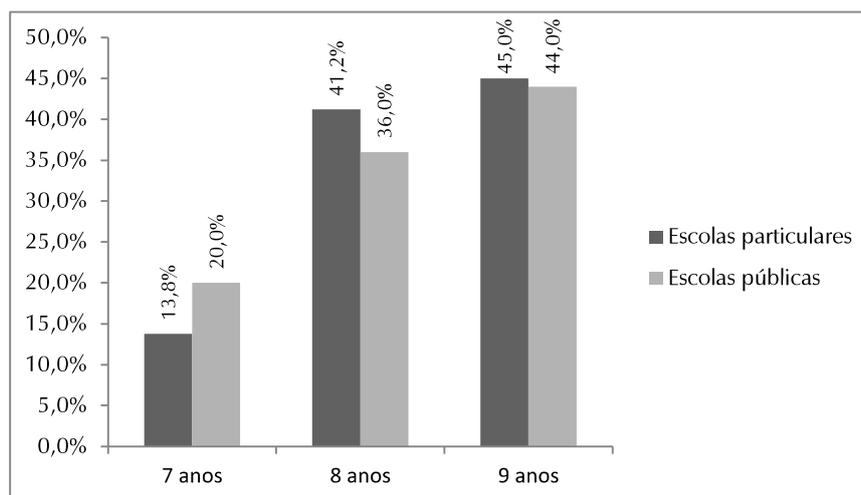


TABELA 1 Preferência dos escolares em relação aos lanches oferecidos por uma escola particular de Ipatinga (MG), 2012

Alimento/Preparação	%
Empada	21,5
Suco	18,4
Biscoito de polvilho	12,3
Bolo (simples e recheado)	12,3
Sanduíche	10,7
Fruta	7,6
Salgadinho	6,1
Biscoito (recheado e simples)	4,6
iogurte	3,5
Cremosinho	1,5
Milk shake	1,5

TABELA 2 Preferência dos escolares em relação aos lanches oferecidos pelas escolas públicas de Ipatinga (MG), 2012

Alimento/ Preparação	%	Alimento/ Preparação	%
Arroz	24,2	Peixe	1,0
Feijão	22,6	Angu	1,0
Almôndega	9,4	Alface	1,0
Canjiquinha	5,2	Batata com carne	1,0
Salada	5,2	Salada de frutas	1,0
Leite com achocolatado	3,1	Beterraba	1,0
Biscoito	3,1	Arroz doce	1,0
Macarrão	3,1	Canjicão	1,0
Carne	3,1	Caldo de pinto	1,0
Cachorro quente	2,0	Pão	1,0
Farofa	2,0	Café	1,0
Tomate	2,0	Ovo	1,0
Vaca tolada	2,0	Carne moída	1,0

TABELA 3 Prevalência dos alimentos levados para a escola pelas crianças de uma escola particular de Ipatinga (MG), 2012

Alimento/preparação	%
Biscoito (simples e recheado)	22,1
Suco	19,2
logurte	13,5
Bolo (simples e recheado)	11,8
Fruta	10,1
Pães	7,0
Salgadinho	5,7
Todinho	2,8
Yakult	2,8
Hambúrguer	2,5
Pizza	2,5

TABELA 4 Prevalência dos alimentos levados para a escola pelas crianças das escolas públicas de Ipatinga (MG), 2012

Alimento/ Preparação	%
Biscoito (simples e recheado)	28,9
Pipoca	15,3
Suco	9,6
Todinho	7,6
Frutas	7,6
Refrigerante	7,6
Salgadinho	7,6
logurte	5,7
Vitamina	4,1
Bolo (simples e recheado)	2,0
Gelatina	2,0
Leite Fermentado	2,0

TABELA 5 Prevalência dos alimentos comprados na lanchonete de uma escola particular de Ipatinga (MG), 2012

Alimentos/preparação	%
Suco	31,5
Salgadinho	21,2
Gelatina	10,5
Bolo	10,5
Pão de queijo	10,5
Sanduíche	5,4
Fruta	5,2
Cremoninho	5,2

TABELA 6 Prevalência dos alimentos comprados nas lanchonetes localizadas próximas às escolas públicas de Ipatinga (MG), 2012

Alimento/ Preparação	%
Pipoca	39,4
Biscoito	14,6
Refrigerante	10,7
Bala	10,7
Todinho	7,1
Chocolate	7,0
Chup-chup	3,5
Pirulito	3,5
Salgadinho	3,5

Verificou-se que as duas escolas públicas e uma escola particular oferecem fruta como opção de lanche, e que 96,0% e 66,6% dos escolares a consomem, respectivamente.

Sobre o transporte utilizado pelos alunos das escolas particulares, constatou-se que 92,2% utilizam veículos, como carro, ônibus e VAN (Gráfico 1). Nas escolas públicas, a maioria (58,0%) dos alunos vão andando ou de bicicleta (Gráfico 2).

Em relação à prática de atividade física, todos os alunos fazem aula de educação física: os escolares das duas escolas públicas e de uma particular praticam uma vez por semana e os da outra escola particular praticam duas vezes por semana.

Quando questionados sobre atividade física fora da escola, a maioria dos alunos das escolas particulares (72,5%) relatou a prática. Já a maioria dos escolares das públicas (64,0%) respondeu que não possuem esta prática. Nas Tabelas 7 e 8, elencaram-se as atividades praticadas fora da escola pelos alunos.

No Gráfico 3, está representado o tempo gasto pelos escolares com as diversas tecnologias.

No que se refere à presença de algum tipo de doença, verificou-se que 25,5% e 20,0% dos alunos das escolas particulares e públicas, respectivamente, possuem doença. Pode-se observar que a opção outros foi a mais assinalada, sendo: asma, bronquite, rinite, sinusite, hiperatividade e déficit de atenção (Tabela 9).

III – Discussão

A formação de hábitos alimentares saudáveis pode ser considerada uma das funções mais importantes da alimentação escolar (HERNÁNDEZ; SLAVVTZKY; PADILHA, 2008). Neste contexto, o tipo de merenda escolar irá refletir na saúde e no hábito alimentar das crianças.

Encontrou-se maior adesão (84,0%) à merenda escolar oferecida pelas escolas públicas do que pela particular (66,6%). Estudo feito por Santos et al. (2008), no qual avaliou-se a aceitabilidade da merenda por escolares de 2ª a 4ª série de uma escola da rede pública em Porto Velho (RO), verificou que 81,5% dos alunos entrevistados consomem a merenda escolar.

Essa alta adesão percebida nas escolas públicas pode estar relacionada à condição socioeconômica das crianças e ao incentivo governamental por meio de programas de alimentação escolar (Programa Nacional de Alimentação Escolar) (SANTOS et al., 2008). A alimentação escolar tem função de auxiliar a refeição do domicílio, e, em alguns casos, percebe-se que a

GRÁFICO 2 Prevalência de meios de transportes utilizados pelos escolares das quatro escolas de Ipatinga (MG), 2012

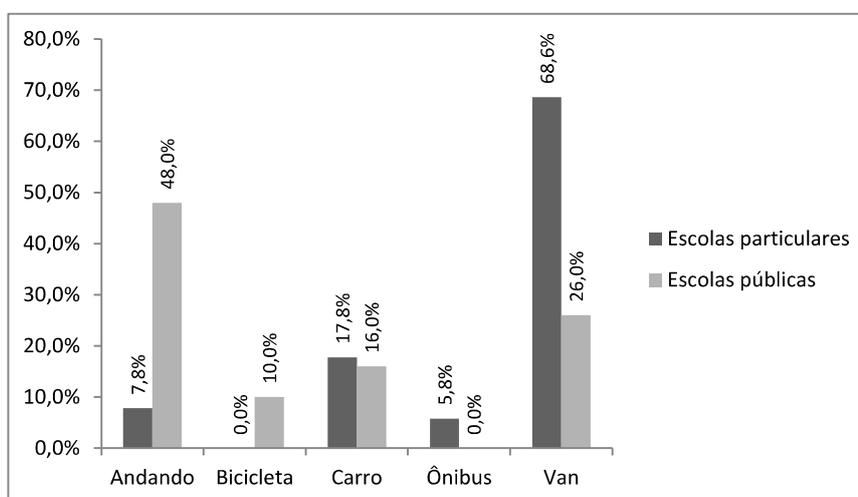


TABELA 7 Tipo de atividade física praticada fora da escola pelas crianças das escolas particulares de Ipatinga (MG), 2012

Atividade	%	Atividade	%
Futebol	29,1	Jazz	2,0
Natação	27,0	Corrida	2,0
Balé	12,8	Pular corda	2,0
Bicicleta	8,5	Tênis	2,0
Ginástica Olímpica	6,2	Queimada	2,0
Kung Fu	2,0	Vôlei	2,0
Musculação	2,0		

TABELA 8 Tipo de atividade física praticada fora da escola pelas crianças das escolas públicas de Ipatinga (MG), 2012

Atividade	%
Futebol	43,5
Ginástica	13,1
Queimada	13,1
Bicicleta	8,7
Pular corda	8,7
Jazz	4,3
Artes marciais	4,3
Basquete	4,3
Salgadinho	3,5

GRÁFICO 3 Prevalência do tempo gasto pelos escolares de acordo com a frequência ao acesso à tecnologia nas quatro escolas de Ipatinga (MG), 2012

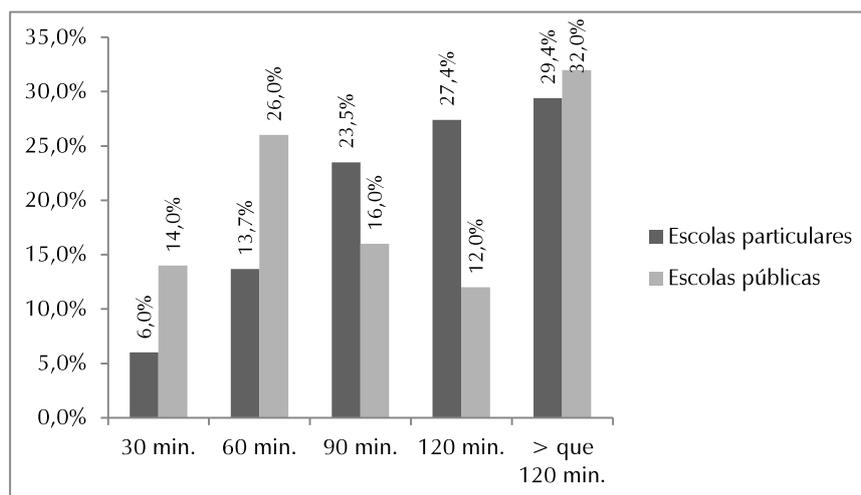


TABELA 9 Prevalência das doenças em escolares das escolas particulares de Ipatinga (MG), 2012

Doença	Escolas	
	Particulares	Públicas
	%	%
Outros ¹	53,3	55,6
Excesso de peso	20,2	11,1
Colesterol elevado	13,3	0
Diabetes	6,6	11,1
Triglicérides elevado	6,6	0
Hipertensão	0	0
Anemia	0	22,2
Verminose	0	0

1- Asma, bronquite, alergia, rinite, sinusite, hiperatividade, problemas nas pernas, déficit de atenção

merenda escolar se torna a principal refeição diária (MEC, 1998 apud STURION et al., 2005).

De acordo com a RDC n. 32 de 2006, a alimentação escolar tem como objetivo suprir parcialmente as necessidades nutricionais dos alunos, melhorar a capacidade no processo ensino aprendizagem e formar bons hábitos alimentares. É citado também que a merenda escolar ocasiona oportunidade a fim de que os escolares sejam estimulados a conhecer, valorizar e aceitar novos tipos de alimentos, adquirir boas práticas alimentares, além de comportamentos adequados do ponto de vista nutricional e sanitário (BRASIL, 2006).

Na escola particular, que oferece merenda escolar, a verba é proveniente de prévio pagamento acrescido na taxa de mensalidade. A escolha do cardápio fica a critério da própria instituição que adquire o alimento ou preparação de um estabelecimento particular. Dentre os lanches preferidos dos escolares nessa instituição de ensino se destacam empada (21,5%), suco (18,4%), biscoito de polvilho (12,3%) e bolo (12,3%). Contudo, os mais preferidos pelos escolares da pública foram alimentos mais saudáveis como arroz (24,2%), feijão (22,6%), almôndegas (9,4%), canjiquinha (5,2%) e salada (5,2%).

Preferências alimentares diferentes entre escolas públicas e particular também foram verificadas na literatura por Medeiros et al. (2011), no qual as crianças das escolas privadas de Campina Grande (PB) revelaram preferência por biscoito (72,0%), refrigerante (54,0%) e salgadinho (50,0%); já nas escolas públicas, observou-se a preferência por biscoito (68,2%), iogurte (61,9%) e salada de frutas (55,6%).

Na escola particular avaliada no presente estudo e que não disponibiliza a merenda, fica a critério do aluno o tipo de alimentação, sendo que ele tem a responsabilidade de adquiri-la. Estudo feito por Frizon (2008) relatou que uma escola particular de Cascavel (PR), onde não é oferecida a merenda escolar, apresentou alto índice de alimentos não saudáveis levado pelas crianças para escola, dentre eles suco artificial, biscoitos recheados e salgadinhos.

Em todas as escolas estudadas, o aluno tem livre arbítrio para levar lanche de casa, prática presente em 47,0% das crianças das escolas particulares e 48,0% das públicas. Entre os mais levados nas escolas particulares se destacam biscoitos simples e recheados (22,1%), suco (19,2%) e iogurte (13,5%) e nas públicas foram biscoito simples ou recheado (28,9%), pipoca (15,3%) e suco (9,6%). Estudo realizado por Matuk et al. (2011) verificou que os lanches mais levados pelos alunos de cinco redes de ensino particular de São Paulo foram 82,0% cereais (82,0%), sucos artificiais (67,0%), leite e bebidas lácteas (65,0%). O suco no presente estudo não foi identificado como artificial ou natural, pois os alunos não mencionaram tal característica.

O tipo de alimento que as crianças levam para escola sofre influência de quem os fornece. Muitas vezes, os pais ou responsáveis, devido à correria do dia a dia, procuram lanches que sejam de rápido preparo ou que já estejam prontos. Quaioti e Almeida (2006) relatam que as propagandas televisivas influenciam no consumo de alimentos industrializados com baixo valor nutricional, sendo os mesmos pedidos pelas próprias crianças aos pais.

Observou-se, no presente estudo, que 15,6% das crianças da escola particular e 28,0% dos escolares das públicas compram lanches nas lanchonetes das próprias escolas ou em estabelecimentos próximos. Os mais comprados pelos alunos da escola particular são suco (31,5%), salgadinho (21,2%), bolo (10,5%), gelatina (10,5%) e pão de queijo (10,5%). Já nas escolas públicas, destacam-se pipoca (39,4%), biscoito (14,6%), bala e refrigerante (10,7%). Entre estes alimentos comprados, percebeu-se a predominância de alimentos industrializados, principalmente guloseimas, demonstrando hábito alimentar inadequado desde a infância em ambas as escolas.

A diversidade e o aumento da oferta de alimentos industrializados podem influenciar nos hábitos alimentares da população, principalmente nas crianças, uma vez que os primeiros anos de vida são primordiais para afirmação de hábitos saudáveis (PHILIPPI; AQUINO, 2002). A preferência por estes alimentos tende a permanecer e se agravar na fase da adolescência. Estudo feito por Novaes et al. (2004), no município de Viçosa (MG) com escolares entre 10 a 16 anos, revela que, entre os lanches comprados na lanchonete, os mais citados foram salgado assado (37,8%), refrigerante (18,6%), e bala e/ou chiclete (12,3%).

No presente estudo, foi verificado que 96,0% e 66,6% dos alunos das escolas públicas e particular respectivamente consomem fruta oferecida pela escola. Castro et al. (2008), em seu estudo realizado no Rio de Janeiro, Brasil, com alunos com faixa etária de 13 aos 18 anos, observaram que 45,8% consumiam frutas. Esse hábito precisa ser incentivado e as crianças devem consumir mais frequentemente este alimento, pois auxilia na prevenção de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) como as cardiovasculares e os diversos tipos de câncer, além de garantir uma adequada ingestão da maior parte dos micronutrientes, fibras e uma gama de fatores nutricionalmente essenciais quando fazem parte da alimentação diária (GOMES, 2007).

A alimentação saudável entre crianças e adolescentes concorre para a manutenção desses hábitos na vida adulta. Dentre os hábitos considerados saudáveis, estudos apontam para o consumo de frutas e hortaliças como potencial fator de proteção ao excesso de peso, doenças cardiovasculares e diabetes tipo 2 (MALTA et al., 2009).

Analisando a frequência a aulas de educação física, todos os alunos praticam as atividades selecionadas. Em um estudo realizado por Medeiros et

al. (2011) em escolas privadas e públicas de Campina Grande (PB), verificou-se que 66,3% dos alunos das escolas públicas e privadas praticavam atividade física menos que três vezes por semana e 33,7% praticavam mais de três vezes por semana. O sobrepeso está associado a excessivo sedentarismo condicionado por redução na prática de atividade física e incremento de hábitos que não geram gasto calórico com assistir TV, uso de vídeo games e computadores entre outros, enfim por importante mudança no estilo de vida, determinada por fatores culturais, sociais e econômicos (OLIVEIRA et al., 2003).

A prática de atividade física contribui ainda no controle da ansiedade, depressão, asma, além de proporcionar melhor autoestima e ajudar no bem-estar e socialização do indivíduo (ALVES et al., 2005).

Referente à prática de atividade física fora da escola, 72,5% e 36,0% dos alunos das escolas particulares e públicas, respectivamente, relataram ter essa prática. As atividades mais praticadas pelas crianças das escolas particulares foram futebol (29,1%), natação (27,0%) e balé (12,8%). Nas escolas públicas, foram futebol (43,5%), ginástica (13,1%) e queimada (13,1%). A prática regular de atividade física, como parte de um estilo de vida saudável, tem papel essencial na prevenção e tratamento da obesidade (JENOVESI et al., 2003).

Em relação à forma de condução dos escolares, foi verificado que 92,2% utilizam veículos como carro, ônibus e VAN e apenas 7,8% vão a pé, enquanto nas escolas públicas 48,0% dos escolares vão a pé, 10,0% de bicicleta e 42,0% utilizam VAN. Estes valores muitas das vezes se explicam pelo fator econômico, distância das escolas e até mesmo por comodidade e segurança. Comparado ao estudo de Mazoque e Quintão (2011), em Muriaé (MG), 54,9% dos alunos da escola pública vão de bicicleta ou a pé e 45,1% vão de ônibus ou carro, enquanto 43,1% da escola privada vão de bicicleta ou a pé e 56,9% utilizam ônibus ou carro.

Observou-se, quanto ao tempo gasto com atividades relacionadas à tecnologia (TV, computador, vídeo game etc.), que 44,0% dos escolares das escolas públicas gastam 2 horas ou mais por dia. Já entre os das escolas particulares, encontrou-se maior prevalência (56,6%) para a mesma prática. Esse achado corroborou com estudo de Mazoque e Quintão (2011) que encontram em seu estudo 54,9% dos alunos da escola particular que gastam 120 minutos/dia com atividades tecnológicas, enquanto na escola pública 47,6% dos escolares gastam apenas 30 minutos/dia com esse tipo de atividade.

O fato da permanência em maior tempo em contato com as diversas possibilidades tecnológicas faz com que os alunos apresentem comportamentos associados à ingestão excessiva de alimentos calóricos, pobres em nutrientes e ricos em gorduras, o que favorece o sedentarismo e consequentes inconvenientes à saúde, como sobrepeso e obesidade, problemas cardiovasculares,

diabetes, dentre outros. Isso aponta a necessidade de futuras implantações de políticas e programas de combates ao sedentarismo e promoção da atividade física (SILVA et al., 2009).

Há evidências de que os comerciais de TV influenciam o comportamento alimentar das crianças e que o costume de assistir TV está diretamente relacionado a pedidos, compras e consumo de alimentos anunciados (ALMEIDA; QUAIOTI, 2002). Portanto, é de extrema importância acrescentar mais tempo para atividades que influenciam no gasto de energia corporal, principalmente nas escolas, a fim de diminuir cada vez mais esses resultados, pois a redução da obesidade pode estar relacionada a mudanças no estilo de vida e nos hábitos alimentares, sendo esses aspectos positivos para saúde (MAZOQUE; QUINTÃO, 2011).

Apesar da baixa prevalência (25,5% e 20,0%) da presença de doenças nestes escolares, podem-se destacar algumas doenças presentes como excesso de peso, colesterol elevado, diabetes e anemia, que são, na maioria das vezes, influenciadas pela alimentação inadequada, o que justifica maior atenção com os hábitos alimentares desde a infância. Intervenções realizadas desde a infância, que são períodos críticos para o desenvolvimento de vários fatores de risco, têm sido recomendadas como forma de evitar futuras doenças na idade adulta (MONEGO; JARDIM, 2006).

Sabendo-se que a alimentação das crianças é influenciada pela família, escola e mídia, muitos esforços devem ser despendidos, buscando-se a inter-relação entre as partes responsáveis, estabelecendo assim uma postura adequada frente à saúde das crianças (CAMPOS; ZUANON, 2004).

IV – Conclusão

Foi observada maior adesão pela merenda escolar oferecida por parte dos escolares das escolas públicas e com preferência por alimentos mais saudáveis do que nas escolas particulares. O alimento mais levado de casa para as escolas foi o biscoito e, entre os lanches comprados nas lanchonetes, verificou-se alto consumo de guloseimas. Assim, perceberam-se hábitos alimentares inadequados dos escolares, com ingestão de alimentos de baixo valor nutricional, tanto nas escolas públicas quanto nas particulares, com exceção da merenda escolar oferecida pelas públicas.

Os escolares das públicas se exercitam mais do que os das particulares, para irem e voltarem da escola. Entretanto, a maioria dos escolares das particulares fazem atividade física fora da escola, o que não é uma prática comum entre escolares da pública. E em ambas as escolas houve muito tempo gasto com tecnologia.

Programas de educação nutricional fazem-se necessários para a conscientização dos escolares quanto à importância de uma alimentação saudável, da prática de atividade física e seus benefícios à saúde.

Referências

ALMEIDA, S. S.; NASCIMENTO, P. C.; QUAIOTI, T. C. B. Quantidade e qualidade de produtos alimentícios anunciados na televisão brasileira. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, SP, v. 36, n. 3, fev. 2002.

ALVES, J. G. B. et al. Prática de esportes durante a adolescência e atividade física de lazer na vida adulta. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, Niterói, v. 11, n. 5, set./out. 2005.

AQUINO, R. C.; PHILIPPI, S. T. Consumo infantil de alimentos industrializados e renda familiar na cidade de São Paulo. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, SP, v. 36, n. 6, dez. 2002.

BENZECRY, S. G.; MELLO, E. D.; ESCRIVÃO, M. A. M. S. Alimentação escolar. In: MATTOS, A. P. **Manual de orientação do Departamento de Nutrologia: alimentação do lactente ao adolescente: alimentação na escola: alimentação saudável e vínculo mãe-filho: alimentação saudável e prevenção de doenças: segurança alimentar**. 3. ed. (rev. e ampl.). Rio de Janeiro: Sociedade Brasileira de Pediatria, 2012. Disponível em: <<http://pt.scribd.com/doc/163578451/ManuaNutrologia-Alimentacao>>. Acesso em: jul. 2012.

BOUCHARD, C. Sobrepeso, obesidade e controle ponderal. In: MCARDLE, W. D.; KATCH, F. I.; KATCH, V. L. **Fisiologia do exercício: energia, nutrição e desempenho humano**. 6. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2008.

BRASIL. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. **Resolução RDC n. 32, de 10 de agosto de 2006**. Estabelece as normas para a execução do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE). Disponível em: <ftp://ftp.fnde.gov.br/web/resolucoes_2006/res032_10082006.pdf>. Acesso em: 21 nov. 2012.

CAMPOS, J. A. D. B.; ZUANON, A. C. C. Merenda escolar e promoção de saúde. **Ciência Odontológica Brasileira**, Araraquara, v. 7, n. 3, p. 67-71, jul./set. 2004.

CASTRO, I. R. R. et al. Vigilância de fatores de risco para doenças não transmissíveis em adolescentes: a experiência da cidade do Rio de Janeiro, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 24, n. 10, out. 2008.

DANELON, S. A.M.; DANELON, S. M.; SILVA, V. M. Serviços de alimentação destinados ao público escolar: análise da convivência do programa de alimen-

tação escolar e das cantinas. **Segurança Alimentar e Nutricional**, Campinas, v. 13, n. 1, p. 85-94, 2006.

FRIZON, J. D. **Hábitos alimentares e qualidade de vida**: uma discussão sobre alimentação escolar. SIMPÓSIO NACIONAL DE EDUCAÇÃO – SEMANA DE PEDAGOGIA, 20., 2008, Cascavel. Disponível em: <<http://www.unioeste.br/cursos/cascavel/pedagogia/eventos/2008/2/Artigo%2004.pdf>>. Acesso em: 13 nov. 2012.

GIUGLIANO, R.; CARNEIRO, C. E. Fatores associados à obesidade em escolares. **Jornal de Pediatria**, Rio de Janeiro, v. 80, n. 1, p. 17-22, maio/out. 2004.

GOMES, F. S. Frutas, legumes e verduras: recomendações técnicas versus constructos sociais. **Revista Nutrição**, Campinas, SP, v. 20, n. 6, nov./dez. 2007.

HERNANDEZ, A. B.; SLAVVTZKY, S. M. B.; PADILHA, D. M. P. Avaliação do consumo da merenda escolar em escolas municipais de Porto Alegre. **Revista da Faculdade de Odontologia de Porto Alegre**, Porto Alegre, RS, v. 49, n. 1, s/m 2008.

JENOVESI, J. F. et al. Perfil de atividade física em escolares da rede pública de diferentes estados nutricionais. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Brasília, DF, v. 11, n. 4, p. 57-62, out./dez. 2003.

LEÃO, L. S. C. de S. et al. Prevalência de obesidade em escolares de Salvador, Bahia. **Arquivos Brasileiros de Endocrinologia e Metabologia**, Salvador, BA, v. 47, n. 2, mar. 2003.

LUCAS, L. B. Nutrição na infância. In: MAHAN, L. K; ESCOTT-STUMP, S. **Krause Alimentos, Nutrição e Dietoterapia**. 11. ed. São Paulo: Roca, 2005.

MALTA, D. C. et al. Prevalência de fatores de risco e proteção de doenças crônicas não transmissíveis em adolescentes: resultado da pesquisa nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), Brasil, 2009. **Ciência e Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 15, supl. 2, out. 2010.

MATUK, T. T. et al. Composição de lancheiras de alunos de escolas particulares de São Paulo. **Revista Paulista de Pediatria**, São Paulo, SP, v. 29, n. 2, jan. 2011.

MAZOQUE, B. C. G. de A.; QUINTÃO, D. F. Perfil antropométrico, hábitos alimentar, prática de atividade física e acesso a tecnologia de escolares de uma escola pública e privada de Muriaé (MG). Monografia (Graduação em Nutrição). Faculdade de Minas (FAMINAS), Muriaé-MG. 2011, p. 1-37, 2011.

MEC. Ministério de Educação e do Desporto, Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais. Relatório de avaliação da descentralização de recursos do FNDE e da merenda escolar: resultados preliminares. Campinas: NEPPA/Unicamp; 1998b. p. 82-129. apud STURION, et al. Fatores condicionantes da adesão dos alunos ao Programa de Alimentação Escolar no Brasil. **Revista de Nutrição**, Campinas, SP, v. 18, n. 2, mar./abr. 2005.

MEDEIROS, C. C. M et al. Estado nutricional e hábitos de vida em escolares. **Revista Brasileira de Crescimento e Desenvolvimento Humano**, São Paulo, SP, v. 21, n. 3, dez. 2011.

MONEGO, E. T.; JARDIM, P. C. B. V. Determinantes de risco para doenças cardiovasculares em escolares. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, Goiânia, GO, v. 87, n. 1, jul. 2006.

NOVAES, J. F.; PRIOERE, S. E.; FRANCESCHINI, S. C. C. Estado nutricional e hábitos alimentares de adolescentes de escola privada. **Bioscience Journal**, Uberlândia, MG, v. 20, n. 1, jan./abr. 2004.

OLIVEIRA, et al. Sobrepeso e obesidade infantil: influência de fatores biológicos e ambientais em Feira de Santana, BA. **Arquivos Brasileiros de Endocrinologia e Metabologia**, Salvador, BA, v. 47, n. 2, abr. 2003.

OSHENHOFER, K. et al. O papel da escola na formação da escolha alimentar: merenda escolar ou cantina? **Nutrire: Revista da Sociedade Brasileira de Alimentação**, São Paulo, v. 31, n. 1, abr. 2006.

QUAIOTI, T. C. B.; ALMEIDA, S. de S. Determinantes psicológicos do comportamento alimentar: uma ênfase em fatores ambientais que contribuem para a obesidade. **Psicologia USP**, São Paulo, v. 17, n. 4, 2006.

SANTOS, I. H. V. S.; XIMENES, R. M.; PRADO, D. F. Avaliação do cardápio e da aceitabilidade da merenda oferecida em uma escola estadual de ensino fundamental de Porto Velho, Rondônia. **Saber Científico**, Porto Velho, RO, v. 1, n. 2, jul./dez. 2008.

SCHIMITZ, S. A. B. et al. A escola promovendo hábitos alimentares saudáveis: uma proposta metodológica de capacitação para educadores e donos de cantina escolar. **Caderno de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 24, n. 2, fev. 2008.

SILVA, D. A. S. et al. Nível de atividade física e comportamento sedentário em escolares. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, Florianópolis, v. 11, n. 3, 2009.

TRICHES, R. M.; GIUGLIANI, E. R. J. Obesidade, práticas alimentares e conhecimento de nutrição em escolares. **Revista de Saúde Pública**, Porto Alegre, v. 39, n. 4, mar. 2005.

VITOLLO, M. R. Práticas alimentares na infância. In. _____. **Nutrição**: da gestação ao envelhecimento. Rio de Janeiro: Rubio, 2008, cap. 23, p. 225.