

UNIS - CENTRO UNIVERITÁRIO DO SUL DE MINAS

BACHARELADO EM NUTRIÇÃO

MARCELA BARBOSA DA SILVA ALMEIDA

**INGESTÃO DE BEBIDAS GASEIFICADAS POR ESCOLARES DE SEIS ANOS NO
MUNICÍPIO DE VARGINHA**

Varginha

2018

MARCELA BARBOSA DA SILVA ALMEIDA

**INGESTÃO DE BEBIDAS GASEIFICADAS POR ESCOLARES DE SEIS ANOS NO
MUNICÍPIO DE VARGINHA**

Trabalho apresentado ao Curso Bacharelado em
Nutrição UNIS – Centro – Universitário do Sul de Minas,
para a disciplina: Trabalho de Conclusão de Curso

Orietadora: Brunna Rodrigues Sulara Vilela

Varginha

2018

SUMÁRIO

RESUMO	4
ABSTRACT	4
INTRODUÇÃO	5
MATERIAL E MÉTODOS	6
Amostra.....	6
Critérios de exclusão	6
Coleta de dados	6
Análise de dados.....	7
RESULTADOS	7
DISCUSSÃO.....	9
CONCLUSÃO	10
REFERÊNCIAS	11
APÊNDICE 1	12
APÊNDICE 2	13

INGESTÃO DE BEBIDAS GASEIFICADAS POR ESCOLARES DE SEIS ANOS NO MUNICÍPIO DE VARGINHA

Ingestion of gas drink for six years-old schools in Varginha

Marcela Barbosa da Silva Almeida¹

Brunna Sullara Vilela Rodrigues²

RESUMO

Objetivo: avaliar o consumo de bebidas gaseificadas e a correlação do Índice de Massa Corpórea – IMC nas crianças de seis anos de uma escola pública municipal da cidade de Varginha/MG. **Método:** A amostra foi composta por 149 participantes com a faixa etária de 6 anos de idade, de ambos os sexos, estudantes da Escola Municipal José Augusto de Paiva, situada na cidade de Varginha/MG. O instrumento para averiguação do consumo de bebidas gaseificadas foi um questionário, no qual os participantes assinalavam, em cada dia da semana, se ingeriram refrigerante. Após a coleta de dados, utilizou-se o software Microsoft Excel 2010 para o tabulação dos dados e, em seguida, os dados relativos à comparação do consumo de bebidas gaseificadas e a correlação do Índice de Massa Corpórea – IMC nas crianças de seis anos pelo software SPSS Statistical Package for the Social Sciences versão 22.0. **Resultados:** os resultados mostraram que os participantes não possuem o hábito de consumir refrigerante, não havendo correlação entre o IMC e o consumo da bebida gaseificada. **Conclusão:** Conclui-se que não houve correlação entre o IMC e o consumo da bebida, principalmente porque na escola onde foi feita a pesquisa, há orientação nutricional através de palestras, jogos e discussões sobre os malefícios do refrigerante e as consequências de se alimentar corretamente. **Palavras-chave:** consumo, bebida gaseificada, crianças, índice de massa corpórea.

ABSTRACT

Objective: to evaluate the consumption of gas drinks and the correlation of the Body Mass Index - BMI in the six years-old children of a municipal public school in

¹ Graduanda do curso de Nutrição do Centro Universitário do Sul de Minas – UNIS MG;

² Professora do curso de Nutrição do Centro Universitário do Sul de Minas – UNIS MG.

Varginha/MG. **Method:** The sample consisted of 149 participants with a 6-year age group of both sexes, of which 70 were female and 79 were male, students from the Municipal School José Augusto de Paiva, located in Varginha/MG. The instrument for the investigation of the consumption of carbonated drinks was a questionnaire in which participants indicated, on each day of the week, whether they ingested soda. After data collection, the software Microsoft Excel 2010 was used to post the information obtained, and then the data on the comparison of the consumption of carbonated drinks and the correlation of the Body Mass Index - BMI in children of six years by software SPSS Statistical Package for the Social Sciences versão 22.0. **Results:** the results showed that there was no correlation between the BMI and the consumption of the carbonated beverage, since the participants did not have the habit of consuming gas drinks. **Conclusion:** It was concluded that there was no correlation between the BMI and the consumption of the beverage, mainly because in the school where the research was carried out, there is nutritional orientation through lectures, games and discussions about the harmful effects of the refrigerant and the consequences of feeding properly.

Keywords: consumption, gas drink, children, body mass index

INTRODUÇÃO

No Brasil, pesquisas têm identificado um aumento na prevalência de sobrepeso entre crianças e adolescentes, ressaltando **que** entre os fatores associados à obesidade pode se atribuir ao consumo de bebidas gaseificadas (NOGUEIRA E SICHIERI, 2009).

A obesidade está ligada a fatores diversos, dentre os quais destacam-se a introdução inadequada de alimentos, bem como distúrbios do comportamento alimentar e relação familiar, o que pode gerar consequências a curto e longo prazo, ao contribuir no aumento das chances de se tornar obeso na vida adulta (MONTENEGRO et al, 2012).

O uso universal de refrigerantes mostra a aceitação globalizada dessa bebida. Nos últimos anos houve uma incorporação de bebidas industrializadas nos hábitos alimentares de crianças, adolescentes e adultos (FISBERG et al, 2002).

Neste contexto, a ingestão exacerbada dessa bebida se enquadra em uma alimentação inadequada, e estudos sugerem aumento significativo do peso corporal,

o que pode favorecer o aparecimento de doenças crônicas como diabetes e hipertensão (FISBERG et al, 2002).

Portanto, para evitar esse quadro de sobrepeso infantil, é importante que a prevenção ocorra desde as primeiras etapas da vida, desestimulando hábitos de ingestão de alimentos ricos em açúcares e gorduras (MONTENEGRO et al, 2012).

Ainda, destaca-se sobre a necessidade de orientação nutricional, na qual promove-se gradualmente novos hábitos e estratégias de educação alimentar saudável durante a infância, para que os efeitos sejam percebidos ao longo da vida (BERTIN et al, 2010).

O objetivo do presente estudo foi avaliar o consumo de refrigerante e associar ao índice de massa corpórea em alunos do 1º ano do ensino fundamental em uma escola municipal na cidade de Varginha/MG.

MATERIAL E MÉTODOS

Amostra

A amostra foi composta por 149 participantes com a faixa etária de 6 anos de idade, de ambos os sexos. Esses participantes são estudantes da Escola Municipal José Augusto de Paiva, situada na cidade de Varginha/MG. Para a participação, foi solicitada a assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido – TCLE. O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário do Sul de Minas, pelo Parecer n.º 2.280.113.

Critérios de exclusão

Foram excluídos da amostra os participantes portadores das seguintes patologias: diabetes, lúpus e hipertensão, a fim de não influenciar no resultado da pesquisa.

Coleta de dados

Foi utilizado um questionário de frequência da ingestão de bebidas gaseificadas (apêndice 1), entregue pela professora de cada turma aos alunos do 1º ano do ensino fundamental participantes da pesquisa.

Com este questionário, os participantes assinalavam, em cada dia da semana, mais especificamente de segunda a sexta-feira, a quantidade de

refrigerante que consumiam, sendo que a medida indagada foi feita em copos de 200 mililitros.

O estado nutricional dos participantes foi avaliado de acordo com o sexo, peso por idade, estatura por idade e índice de massa corporal (IMC) por idade, utilizando-se como referência os parâmetros da OMS.

Análise de dados

Após a coleta de dados no questionário, utilizou-se o software Microsoft Excel 2010 para tabulação de dados (apêndice 3) e realização da regressão linear para avaliar a associação entre as variáveis. Em seguida, foi realizada análise descritiva no software SPSS Statistical Package for the Social Sciences versão 22.0.

RESULTADOS

Das 149 crianças avaliadas, 53% (N=79) eram do gênero masculino e 47% (N=70) do gênero feminino.

Com relação à avaliação do estado nutricional, a maioria dos participantes eram eutróficos, representando 86,60% (N=129). Já 12,10% (N=18) apresentavam peso elevado e 1,30% (N=2) apresentavam baixo peso (figura 1).

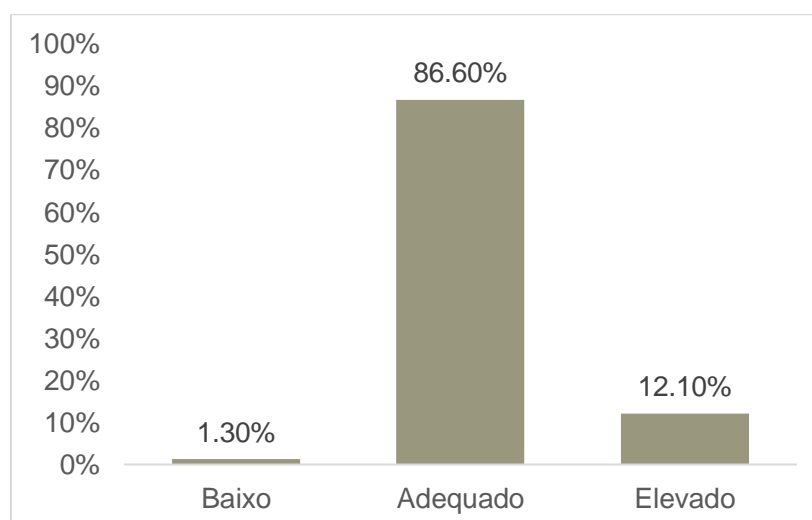


Figura 1: Imagem representando o parâmetro peso/idade dos participantes.

Em relação ao parâmetro peso/idade, durante a semana da pesquisa, observou-se que 57,70% (N=86) dos participantes não consumiram bebida

gaseificada, 13,40% (N= 20) consumiram apenas um copo, 18,10% (N=13) consumiram dois copos e apenas 2% (N=3), consumiram quatro copos (gráfico 2).

No que tange ao parâmetro peso/estatura, apenas um aluno participante da pesquisa apresentou baixo peso para estatura.

Foi possível observar que não houve associação estatística entre consumo de refrigerantes e o estado nutricional das crianças.

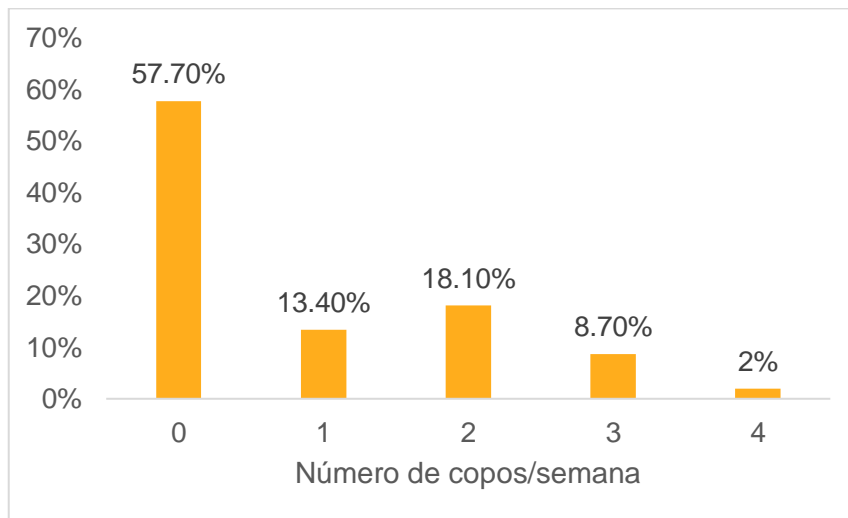


Figura 2: Imagem que representa o consumo de refrigerante na semana da pesquisa.

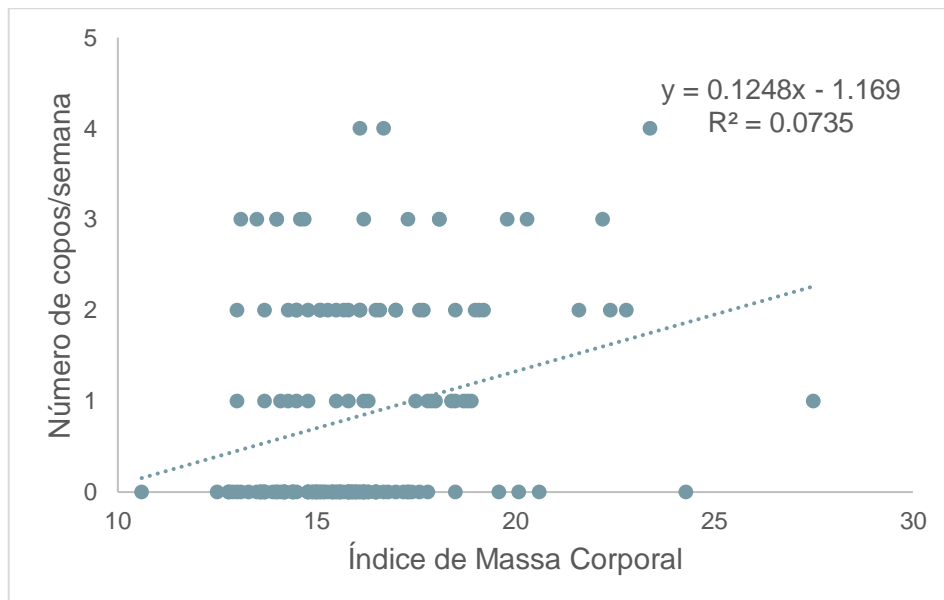


Figura 3: Gráfico de dispersão entre a relação do IMC e o consumo de bebida gaseificada.

DISCUSSÃO

É reconhecido que o consumo alimentar inadequado nos primeiros anos de vida está relacionado à ocorrência de morbimortalidade em crianças, representada por doenças infecciosas, afecções respiratórias, cárie dental, desnutrição, excesso de peso e carências específicas de micronutrientes como ferro, zinco, vitamina A, cálcio, entre outros (OLIVEIRA et al, 2015).

A idade escolar na qual encontram-se os participantes desta pesquisa corresponde ao período de crescimento em que há maiores exigências nutricionais, eis que é a fase que precede o estirão pubertário, favorecendo o fenômeno da repleção energética, como um meio de guardar energia para o intenso crescimento que a criança ainda vivenciará (BERTIN, 2010).

Neste contexto, os hábitos alimentares estão diretamente ligados ao estilo de vida, como o ambiente social e o contexto econômico e cultural em que as crianças estão inseridas, já que as decisões por elas tomadas são influenciadas por familiares e pelo círculo social do qual pertencem (SOUSA JUNIOR et al, 2013).

Relativamente ao consumo de refrigerantes, existem estudos que comprovam a sua influência na formação de um ambiente “obesogênico”, e nos seus efeitos, tais como elevação da pressão arterial, diminuição da tolerância à glicose, aumento dos níveis de colesterol (CRZECHOTA, 2014).

Na pesquisa realizada por Vega et al (2015), 7,7% das crianças em faixa etária semelhante ao presente estudo apresentavam excesso de peso, porquanto 22% delas consumiam bebida gaseificada diariamente e, pelo menos 70% consumiam uma vez por semana.

No entanto, na presente pesquisa, em que pese 12,10% dos participantes se encontrem acima do peso recomendado, não houve correlação entre o IMC e consumo da bebida gaseificada.

A propósito, compulsando o estudo realizado por Fisberg (2002), foi possível constatar que o consumo de refrigerante por crianças na mesma faixa etária da presente pesquisa diminuiu de 17% para 11% na última década, o que pode estar relacionado à disseminação de informações a respeito do desestímulo ao consumo de refrigerante, já que as crianças sabem que tal bebida deve ser pouco consumida (NOGUEIRA; SICHIERI, 2009).

No presente caso, as crianças participantes também já conhecem os malefícios do refrigerante, já que na escola onde foi realizada a pesquisa, prima-se pela orientação nutricional, de modo que são ofertadas refeições de maior qualidade nutricional, evitando-se, por outro lado, alimentos com alto teor de açúcares e gorduras.

Destarte, essa orientação pode ter exercido papel importante na formação das crianças, já que ao implantar atividades de educação nutricional, possibilita que elas obtenham conhecimentos básicos sobre alimentação e nutrição, bem como as incentivam a adquirir um comportamento alimentar mais condizente com sua saúde (MARTINS et al, 2010).

Outrossim, **na investigação** de Fisberg (2002) verificou-se que as chances de uma criança ficar obesa ocorrem quando há consumo diário maior que a média tolerada de 236 mililitros.

O mesmo não ocorreu com a presente pesquisa, já que, apesar de não se ter utilizado o parâmetro de mililitros, mas a medida em copos, verificou-se que mais da metade dos participantes não consumiam bebida gaseificada durante a semana, o que pode exercer influência nos níveis de obesidade.

Deve-se, portanto, restringir o acesso às bebidas gaseificadas, não somente dentro de casa, mas em cantinas escolares (FISBERG, 2002).

CONCLUSÃO

Conclui-se que os participantes da pesquisa não possuem o hábito de consumir bebida gaseificada e, portanto, não há correlação entre o IMC das crianças participantes da pesquisa e o seu estado nutricional.

A orientação nutricional fornecida pela escola, através de palestras, jogos e discussões sobre os malefícios do refrigerante pode exercer papel importante na formação das crianças, reforçando a importância das atividades de Educação Alimentar e Nutricional entre crianças em idade pré-escolar.

REFERÊNCIAS

BERTIN, R. L. et al. Estado Nutricional, hábitos alimentares e conhecimentos de nutrição em escolares. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 28, n.3, p.90-97, 2010.

CRZETCHOTA, T. Ingestão de bebidas gaseificadas ricas em sódio por adolescentes. **Universidade Regional Rio Grande do Sul**, v. 22, n.3, p.34-36, 2014.

FISBERG, M. et al. O uso de refrigerantes e a saúde humana. **Revista Pediatria Moderna**, v.38, n.6,p.67-69, 2002.

MARTINS; D et al. Educação Nutricional: atuando na formação de hábitos alimentares saudáveis de crianças em idade escolar. **Revista Simbio Logias**, v.3, n.4, p.200-203, 2010.

NOGUEIRA, F; SICHIERI, R. Associação entre consumo de refrigerantes, sucos e leite, com o índice de massa corporal em escolares da rede pública de Niterói, Rio de Janeiro, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, v.25, n.12, p. 2715-2724, 2009.

MONTENEGRO, E. F. et al. Obesidade e sobrepeso: perfil nutricional dos escolares atendidos na Fundação Otacílio Gama. **Faculdade Ciências Médicas da Paraíba**. V. 9, n.5,p.17-24, 2012.

OLIVEIRA, E. C. et al. Frequência de Consumo Alimentar de Bebidas por pré-escolares de 2 a 5 anos. **Universidade Federal do Pampa**. V. 5, n.2, p.200-225, 2010.

SOUSA JUNIOR, I. et al. Relação entre hábitos alimentares e índice de massa corporal em estudantes de instituições públicas do Nordeste Brasileiro. **Revista Pensar a Prática**, v.16, n.2, p. 55-59, 2013.

VEGA, J. B. et al. Fatores associados ao consumo de bebidas açucaradas entre pré-escolares brasileiros: inquérito nacional de 2006. **Ciência e Saúde Coletiva**. V. 20, n. 8, p. 2371-2380, 2015

APÊNDICE 1

UNIS – CENTRO UNIVERSITÁRIO DO SUL DE MINAS

MARCELA BARBOSA DA SILVA ALMEIDA

Ficha de avaliação de ingestão de refrigerante e avaliação antropométrica com peso e altura

ESCOLA MUNICIPAL JOSÉ AUGUSTO DE PAIVA

Nome do aluno (a):

Peso:

Altura:

Professor (a) Responsável:

Segunda-Feira 02/10/2017

Ingeriu Refrigerante hoje?

Sim Não

Se SIM, quantos copos? **Resposta:**

Terça-Feira 03/10/2017

Ingeriu Refrigerante hoje?

Sim Não

Se SIM, quantos copos? **Resposta:**

Quarta-Feira 04/10/2017

Ingeriu Refrigerante hoje?

Sim Não

Se SIM, quantos copos? **Resposta:**

Quinta-Feira 05/10/2017

Ingeriu Refrigerante hoje?

Sim Não

Se SIM, quantos copos? **Resposta:**

Sexta-Feira 06/10/2017

Ingeriu Refrigerante hoje?

Sim Não

Se SIM, quantos copos? **Resposta:**

APÊNDICE 2



ESCOLA MUNICIPAL JOSÉ AUGUSTO DE PAIVA
Ensino Fundamental - 1º AO 9º ANO
Parecer nº 439/92 de 21/07/92 - Portaria nº 751/92
Rua Vereador José Dália s/nº - Santana – CEP 37048-750 – Varginha/MG

Telefone (35) 3690-2155

Email: emjoseaugusto@varginha.mg.gov.br

DECLARAÇÃO

Declaramos, para os devidos fins, que Marcela Barbosa da Silva Almeida, aluna do curso de Bacharelado em Nutrição do Centro Universitário do Sul de Minas - UNIS/MG, orientada pela Professora Brunna Rodrigues Sulara Vilela, realizou nesta instituição a pesquisa sobre INGESTÃO DE BEBIDAS GASEIFICADAS POR ESCOLARES DE SEIS ANOS NO MUNICÍPIO DE VARGINHA, no período de 02 a 06 de outubro 2017, nos turnos matutino e vespertino.

A pesquisa foi autorizada pela Secretaria Municipal de Educação – SEDUC.

Por ser verdade firmamos a presente declaração acima.


Cybelle Duarte
DIRETORA
Autorização nº: 422823

