

AVALIAÇÃO DO LANCHE ESCOLAR DE CRIANÇAS DO ENSINO FUNDAMENTAL DE UMA ESCOLA PARTICULAR DE JAGUARIAÍVA – PR

Dienefer Gisele Macuglia de Abreu¹, Andréa Tarzia² e Andréa Vieira Pereira Coradine³

Resumo

A análise do lanche escolar torna-se tarefa importante principalmente ao se levar em consideração os hábitos alimentares atuais das crianças, em que observa-se consumo elevado de alimentos ricos em calorias, açúcares, gorduras e sódio e pobre em fibras e vitaminas. Objetivo: avaliar os alimentos levados de casa para a escola pelos alunos do terceiro e quarto ano do ensino fundamental, bem como aqueles disponíveis para compra na cantina de uma escola particular de Jaguariaíva – PR. Métodos: estudo transversal descritivo e a amostra foi composta por vinte e oito alunos, além da cantina da escola. A coleta de dados aconteceu em três dias não consecutivos do ano de 2017 e, para a análise dos resultados, tanto os alunos como a cantina, foram categorizados segundo a presença ou não de cada um dos treze grupos de alimentos criados para esta pesquisa. Além disso, foi observado se a cantina comercializava alimentos permitidos ou não pela legislação vigente. Resultados: prevalência do grupo refrigerantes e sucos artificiais tanto nos lanches levados de casa como no lanche disponível na cantina. Por outro lado, frutas e sucos naturais apresentaram baixa frequência, também em ambos os lanches. Além disso, a cantina continha alimentos não permitidos pela legislação para comercialização. Conclusão: a composição dos lanches escolares encontra-se inadequada, além da cantina apresentar inadequações quanto à legislação, e que são necessárias ações que estimulem a alimentação saudável através da participação de toda a comunidade escolar.

Palavras-chave: Nutrição da criança. Cantinas. Comportamento alimentar.

Abstract

The analysis of school snacks becomes an important task mainly especially when taking into consideration the current eating habits, where high-level consumption of foods rich in calories, sugars, fat and sodium and low in fiber can be observed. Objective: evaluate the food taken from home to school by the students of the third and fourth grade, as well as those available for purchase in the canteen of an elementary private school in Jaguariaíva - PR. Method: study transversal descriptive delineation and twenty-eight students, in addition to the school canteen. The date collection happened on three non consecutive days in 2017 and, for the analysis of the results, both the students and the canteen were categorized according to the presence or not of each of the thirteen food groups created for this research. In addition, it was observed whether the canteen marketed foods permitted or not by current legislation. Results: a prevalence of soft drinks and artificial juice on the school snacks taken from the home, as well as among those available at the school canteen. On the other hand, fruits, and natural juices presented a low frequency in both home and canteen snacks. In addition, the canteen contained foods prohibited by the legislation. Conclusions: the composition of the school snacks is inadequate, besides the canteen to present inadequacies concerning the legislation, and that actions are necessary to stimulate healthy eating rough and the participation of the school community.

Keywords: Child nutrition. Canteen. Food behavior.

1 Universidade Tuiuti do Paraná, Curitiba, Paraná, Brasil.

2 Professora na Universidade Tuiuti do Paraná, Curitiba, Paraná, Brasil.

3 Professora na Universidade Tuiuti do Paraná. Doutoranda em Saúde da Criança e do Adolescente UFPR.

Introdução

A estratégia Global para Alimentação Saudável, Atividade Física e Saúde da Organização Mundial da Saúde (OMS)¹ enfatiza a necessidade da redução do consumo de alimentos hipercalóricos e/ou ricos em sódio, gorduras saturadas, gorduras trans, carboidratos refinados e aqueles com baixa densidade de nutrientes. No âmbito nacional, o Guia Alimentar para a População Brasileira² foi desenvolvido e apresenta as diretrizes para recomendação da alimentação saudável para toda população brasileira. Sua nova versão publicada em 2014 estabelece que a base da alimentação deve ser composta por alimentos *in natura* ou minimamente processados, com maior consumo de frutas, legumes e verduras e demais alimentos de origem vegetal e um menor consumo de carnes de gado, porco, aves, peixes, leite e ovos e limita o consumo de alimentos processados por alterarem de forma desfavorável a composição nutricional do alimento e recomenda que alimentos ultraprocessados sejam evitados.

Os hábitos alimentares atuais são motivo de preocupação. A redução do consumo de alimentos ricos em fibras e de carboidratos complexos e o aumento do consumo de açúcares simples, de gordura saturada³, de alimentos processados e de bebidas açucaradas⁴ estão relacionados diretamente com o aumento da obesidade e com o desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) em toda a população^{3,4}.

Em colaboração a estratégia da OMS e em acordo com o Guia Alimentar da População Brasileira, o Ministério da Saúde⁵ em 2006 publicou a portaria interministerial nº 1010, que define a promoção da alimentação saudável nas escolas de educação infantil, fundamental e nível médio das redes públicas e privadas, em âmbito nacional, definindo produtos recomendados e não recomendados para estes locais.

Em face a grande importância da alimentação infantil para prevenção de DCNT, o presente estudo objetivou avaliar qualitativamente os alimentos levados de casa para a hora do recreio pelos alunos do terceiro e quarto ano do ensino fundamental, assim como aqueles disponíveis para compra na cantina de uma escola particular de Jaguariaíva – PR e verificar a conformidade com o Guia Alimentar da População Brasileira e a Portaria interministerial nº 1010.

Materiais e Métodos

Estudo transversal descritivo, realizado em uma escola particular da cidade de Jaguariaíva-PR com alunos do terceiro e quarto ano do ensino fundamental.

Todos os alunos foram convidados a participar de uma “pesquisa de nutrição”, porém não foram informados sobre o que seria e nem em qual dia para não influenciarem na pesquisa. Todos tiveram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido assinado pelos pais

e também assinaram o Termo de Assentimento Livre e Esclarecido. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Tuiuti do Paraná, sob protocolo Nº 67637317.0.0000.8040.

A pesquisadora compareceu na escola em três dias não consecutivos entre os meses de agosto a outubro, e coletou informações pessoais (nome, data de nascimento, gênero e ano escolar) e o lanche que compunha a lancheira de cada aluno (descrição do alimento, quantidade e marca). Os alimentos foram agrupados considerando teor de cálcio, fibras, açúcares, gorduras e sódio, e divididos em 13 grupos: leite e alimentos lácteos; frutas e sucos naturais; verduras e legumes; refrigerantes e bebidas artificiais; cereais; salgados assados; salgados fritos ou industrializados (salgados de pacote); frios e embutidos; óleos e gorduras; doces; bolachas, bolo recheados ou com cobertura; bolachas, bolo sem recheio ou cobertura; outros alimentos (patê de atum, pipoca doce, geladinho) como sugerido no instrumento utilizado por Matukef.a⁶. A análise dos dados foi realizada com base na presença ou não de cada um dos grupos de alimentos em pelo menos um dos três dias de observação.

Para aqueles alunos que informaram que naquele dia comprariam o lanche da cantina foi feita uma anotação em seu formulário com essa observação. Os alimentos disponíveis na cantina também foram anotados no formulário antes do intervalo das aulas em cada dia da coleta de dados. Para a avaliação da cantina, todos os alimentos disponíveis foram anotados individualmente e comparados com a lista de alimentos permitidos ou não para venda nas cantinas escolares de escolas públicas e privadas conforme as Leis Estaduais nº 14423⁷ e nº 14855⁸.

Os dados foram tabulados em *Software Microsoft Excel 2003* e a análise descritiva foi apresentada em forma de figuras e tabelas.

Resultados

Foram observados 28 alunos, sendo 19 do sexo feminino e 9 do sexo masculino. Desses 28 alunos participantes da pesquisa 6 não levaram lanche de casa para a escola em nenhum dos dias de observação. Dos 22 alunos que levaram lanche de casa para a escola, 16 levaram em apenas um dia de observação, 6 levaram em dois dias de observação e nenhum aluno levou lanche nos três dias de observação. Dos alunos que levaram lanche de casa, dois complementaram com o lanche da cantina em um dos dias de observação. Todos os alunos que não levaram lanche em um ou mais dias relataram a intenção em adquirir o lanche na cantina da escola.

Na avaliação dos lanches levados de casa, o grupo refrigerantes e sucos artificiais foi o que mais se destacou (84,62%), sendo na totalidade composto por sucos artificiais, seguido dos salgados fritos ou industrializados (69,23%) e de bolachas e bolos recheados ou com cobertura (61,54%) (Figura 1).

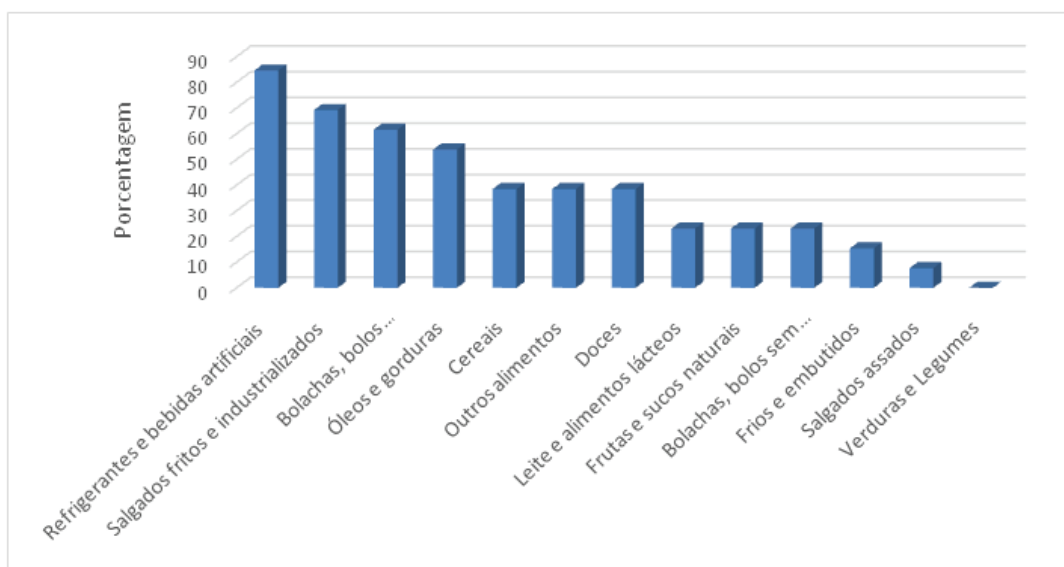


Figura 1. Proporção dos grupos de alimentos presentes nas lancheiras dos alunos.

Ao analisar os mesmos grupos de alimentos e a disponibilidade desses na cantina da escola, constatou-se a venda dos grupos “refrigerantes e sucos artificiais”, “salgados assados”, “bolachas, bolos recheados ou com cobertura”, “óleos e gorduras” e “outros alimentos” (gelatina e pipoca) (Figura 2). A tabela 1 apresenta os alimentos disponíveis para venda na cantina da escola de acordo com as Leis Estaduais 14423⁷ e 14855⁸.

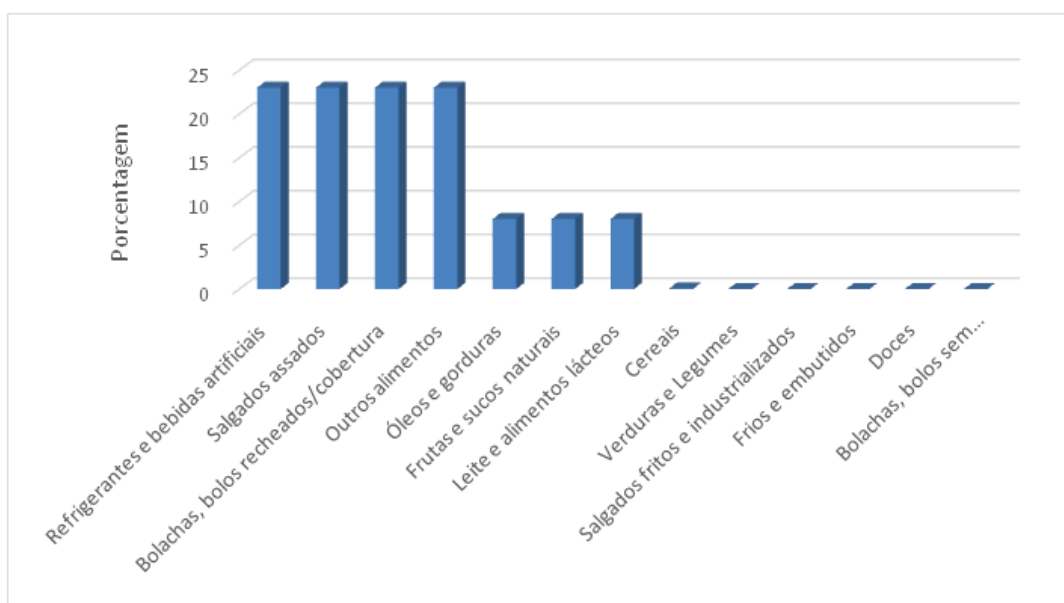


Figura 2. Proporção dos grupos de alimentos presentes na cantina da escola.

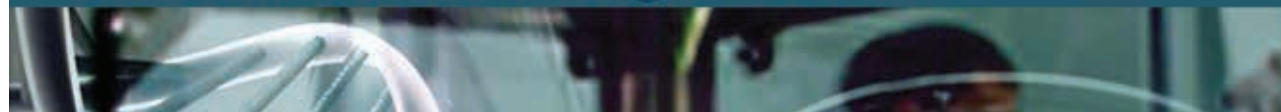
4 Discussão

Este estudo teve como objetivo avaliar os alimentos que são levados de casa para a escola, bem como aqueles disponíveis para comercialização na cantina escolar. Os resultados demonstraram não haver conformidade entre os lanches levados de casa para a escola com o Guia Alimentar da População Brasileira² e a cantina da escola não obedecia a Portaria interministerial nº 1010⁵ para comercialização dos alimentos.

Corroborando com esse resultado, um estudo realizado por Murguero⁹ feito com escolares de 7 a 10 anos de duas escolas, uma privada e uma pública, mostrou que os alunos da escola privada também levaram sucos artificiais, bolacha recheada e salgadinhos fritos com maior frequência. Pradi e Rodrigues¹⁰ também encontraram resultados semelhantes ao avaliarem os lanches preferidos de escolares de 6 a 8 anos de uma escola privada, onde constataram consumo diário maior de suco industrializado (55,8%) e consumo de uma a três vezes na semana de biscoito recheado (67,4%) e de salgadinho industrializado (60%).

De acordo com o Guia Alimentar para a População Brasileira², que aponta um compilado de informações e recomendações sobre alimentação com o objetivo de promover a saúde de pessoas, famílias e comunidades e da sociedade brasileira como um todo, a base da alimentação deve ser composta por alimentos *in natura* ou minimamente processados, com maior consumo de frutas, legumes e verduras e demais alimentos de origem vegetal e um menor consumo de carnes de gado, porco, aves, peixes, leite e ovos. O mesmo documento limita o consumo de alimentos processados por alterarem de forma desfavorável a composição nutricional do alimento e recomenda que alimentos ultraprocessados (bolachas recheadas, salgadinhos de pacote, sucos artificiais, etc) sejam evitados, pois muitas vezes esses tendem a limitar o consumo de alimentos *in natura* ou minimamente processados². O consumo de alimentos processados e ultraprocessados também está em desacordo com a Portaria Interministerial nº 1010⁵, que instituiu diretrizes para a promoção da alimentação saudável nas escolas e que considera alimentos com alto teor de gordura, gordura saturada, gordura *trans*, açúcar livre e sal como não saudáveis e recomenda o consumo de frutas, legumes, verduras, bebidas lácteas, entre outros.

Embora, na comparação entre gêneros, as meninas tenham levado mais frutas que os meninos, a ocorrência desses alimentos nas lancheiras das crianças ficou aquém do que se esperava, figurando em 9º lugar, do total de 13 grupos analisados. O estudo de Matukef *al.*⁶ também avaliou a presença ou não de 13 grupos de alimentos nos lanches escolares e a prevalência de meninas que levaram frutas também foi observada mas, no geral, esse grupo ficou em 6º lugar dos 13 grupos de alimentos analisados. O baixo consumo de frutas parece se estender para a adolescência. Dados do Estudo de Riscos Cardiovasculares em Adolescentes (ERICA) realizado pelo Ministério da Saúde e pela Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ) com cerca de 75 mil adolescentes de 12 a 17 anos, mostrou que em uma lista com 20 alimentos mais consumidos, os refrigerantes estão entre os 6 primeiros, à frente das hortaliças e das frutas. Além disso, observou-



se prevalência de consumo de alimentos ultraprocessados. Neste estudo o consumo de frutas e hortaliças apareceu na lista dos 20 alimentos mais consumidos apenas no grupo meninos de 12 a 13 anos, ainda assim, em baixa proporção¹¹.

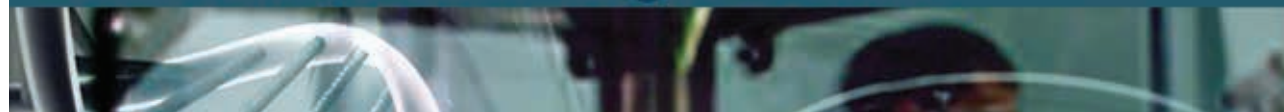
De fato, as crianças tendem a preferir alimentos de sabor mais adocicado e demonstram maior interesse por alimentos de alta densidade calórica, que apresentam palatabilidade mais agradável e geram maior sensação de saciedade. Estudos demonstram que escolares brasileiros têm maior tendência a preferirem alimentos mais calóricos, ricos em gorduras e pobres em fibras¹²⁻¹³.

A análise dos lanches disponíveis na cantina da escola mostrou prevalência de 23% do grupo refrigerantes e sucos artificiais, entretanto vale ressaltar que, da mesma forma que na avaliação do lanche levado de casa, esse grupo engloba os refrigerantes porém não houve a presença desses na cantina da escola em nenhum dia de observação, apenas dos sucos artificiais nos três dias observados. O grupo dos salgados assados, que incluiu preparações feitas com embutidos e ingredientes ricos em gordura correspondeu a 23% dos grupos analisados. Gaetani e Ribeiro¹⁴ e Giacomelli *et al.*¹⁵ encontraram oferta de sucos artificiais e salgados assados recheados com embutidos, dentre outros alimentos, em 100% das cantinas de escolas particulares de Ribeirão Preto (SP) pesquisadas e 100% das cantinas de escolas particulares na região central do Rio Grande do Sul, respectivamente.

Salienta-se que salgados assados são permitidos pela legislação, desde que contenham pouca quantidade de gordura. Nos três dias de observação houve opção de salgado assado na cantina, porém eram opções preparadas com ingredientes que contém maior quantidade de gordura, tornando-os assim, preparações mais gordurosas. As opções disponíveis eram: 1º dia: croissant (com opções de recheio de presunto/queijo, frango e chocolate); 2º dia: minipizza (com opções de recheio de presunto/queijo e frango); 3º dia: hamburgão (com opções de recheio de cheddar, bacon ou catupiry).

No Paraná, assim como em outros estados brasileiros, existem duas Leis Estaduais que determinam quais alimentos e produtos podem ser comercializados nas cantinas escolares de escolas públicas e privadas e quais não são permitidos. A Lei 14423⁷ “dispõe que os serviços de lanches nas unidades educacionais públicas e privadas que atendam a educação básica, localizadas no Estado, deverão obedecer a padrões de qualidade nutricional e de vida, indispensáveis à saúde dos alunos” e a Lei 14855⁸ “dispõe sobre padrões técnicos de qualidade nutricional, a serem seguidos pelas lanchonetes e similares, instaladas nas escolas de ensino fundamental e médio, particulares e da rede pública”.

No presente estudo, a cantina mostrou aspectos negativos com relação à comercialização de alimentos permitidos e não permitidos. Nos três dias de observação, havia a oferta de sucos artificiais e bolos com cobertura, embora ambas as Leis vetem a comercialização desses produtos nas cantinas escolares. Nos resultados encontrados por Gabriel¹⁶, os sucos artificiais apareceram em 67,7% das cantinas de escolas particulares de Florianópolis pesquisadas e 69,6% delas



também comercializavam bolos. Ressalta-se que no estado de Santa Catarina há em vigor uma legislação estadual que proíbe a venda desses e de outros alimentos ou produtos em cantinas escolares.

Quanto à oferta de frutas, a Lei 14423/04⁷ determina que as cantinas mantenham diariamente duas opções de frutas sazonais à escolha dos alunos. Neste estudo, somente no primeiro dia de observação a cantina cumpriu com esta determinação, sendo que nos outros dois dias a opção de fruta não estava disponível para os alunos. No estudo de Wilhelm *et al.*¹⁷ apenas 4% das cantinas escolares da rede pública de Porto Alegre ofertavam frutas. Já nos achados de Gaetanni e Ribeiro¹⁴ todas as escolas particulares estudadas possuíam frutas ou salada de frutas.

Tanto a Lei 14423/04⁷ quanto a 14855/05⁸ determinam que haja um mural de 1m² (um metro quadrado) fixado em local visível, rente ao estabelecimento, para divulgação de informações sobre qualidade nutricional dos alimentos e demais informações sobre alimentação saudável. Não foi observada a existência desse mural nem de nenhuma outra forma de divulgação desse tipo de informação na cantina estudada.

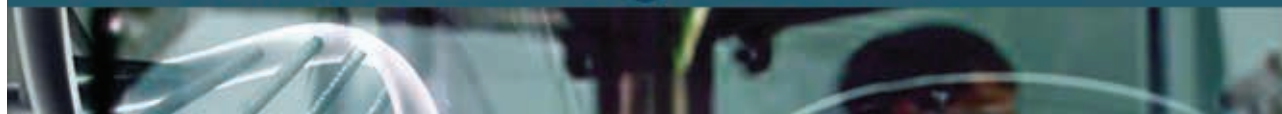
Willhelm *et al.*¹⁷ avaliando 26 cantinas de escolas públicas estaduais de Porto Alegre encontrou que a maior prevalência de oferta foi de alimentos ricos em açúcares simples, sódio, além de gorduras saturadas e trans. Nesse mesmo estudo foi perguntado aos responsáveis pelas cantinas qual o principal motivo pela oferta desses tipos de produtos em seus estabelecimentos, onde 77% disseram que é devido à maior procura pelos alunos, 19% disseram ser a exigência dos pais/escola e 4% apontaram a praticidade como o principal motivo, evidenciando a preferência alimentar das crianças por alimentos mais calóricos.

Para Danelon *et al.*¹⁸, “as cantinas escolares comercializam alimentos com elevada densidade energética, cujo consumo frequente pelos alunos pode contribuir para a prevalência de excesso de peso entre os indivíduos”. A Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE) de 2015 e publicada em 2016, apontou índice de 23,7% de escolares com excesso de peso, o que representa cerca de 3 milhões de estudantes, sendo que 8,3% dos meninos e 7,3% das meninas apresentaram classificação de obesidade¹⁹.

O presente estudo analisou a composição das lancheiras e os lanches disponíveis na cantina antes do intervalo das aulas, o que significa que os resultados encontrados podem não refletir o consumo real. Do mesmo modo, foi coletada apenas a intenção em adquirir o lanche na cantina da escola, sem a observação real dessa prática. Outro aspecto relevante foi a observação dos lanches em um dia de atividade extracurricular (piquenique) o que pode ter contribuído para que os alunos levassem lanches mais calóricos de casa. Para a avaliação da cantina, não foi coletada informação a respeito da ciência das Leis 14423⁷ e 14855⁸ por parte do responsável, o que pode justificar algumas inadequações da cantina no cumprimento das leis citadas. E por fim, não foram coletados dados socioeconômicos da amostra, porém infere-se que seja uma população homogênea de classe socioeconômica média alta, por se tratar de escola privada de alto custo.

Referências

- 1 World Health Organization, Department of Chronic Diseases and Health Promotions. Global strategy on diet, physical activity and health. Geneva; 2003.
- 2 Brazil - Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde - departamento de atenção básica, coordenação geral de alimentação e nutrição. Guia alimentar para a população brasileira. Brasília, Ministério da Saúde, 2014. Available from: http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira.pdf.
- 3 Brazil - Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde - departamento de vigilância de doenças e agravos não transmissíveis e promoção da saúde. Vigitel Brasil 2016: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico. Brasília, Ministério da Saúde, 2017. Available from: https://www.ans.gov.br/images/Vigitel_Saude_Suplementar.pdf
- 4 World Health Organization. Diet, nutrition and the prevention of chronic diseases: Report of a Joint WHO/FAO Expert Consultation. Geneva; 2003. (WHO Technical Report Series, 916).
- 5 Brazil - Ministério da Saúde. Promoção da alimentação saudável nas escolas de educação infantil, fundamental e nível médio das redes públicas e privadas, em âmbito nacional. Portaria Interministerial nº 1010, 2006. Available from: <http://www.fnede.gov.br/acessibilidade/item/3535-portaria-interministerial-n%C2%BA-1010-de-8-de-maio-de-2006>.
- 6 Matuk TT, Stancari PCS, Bueno MB, Zaccarelli EM. Composição de lancheiras de alunos de escolas particulares de São Paulo. Revista Paulista de Pediatria, 2011: 157-163.
- 7 Paraná (Estado) - Assembleia Legislativa. Lei 14423 de 2004. Dispõe que os serviços de lanches nas unidades educacionais públicas e privadas que atendam a educação básica, localizadas no Estado, deverão obedecer a padrões de qualidade nutricional e de vida, indispensáveis à saúde dos alunos. Available from: <http://www.leisestaduais.com.br/pr/lei-ordinaria-n-14423-2004-parana>.
- 8 Paraná (Estado) - Assembleia Legislativa. Lei 14855 de 2005. Dispõe sobre padrões técnicos de qualidade nutricional, a serem seguidos pelas lanchonetes e similares, instaladas nas escolas de ensino fundamental e médio, particulares e da rede pública. Available from: <http://www.leisestaduais.com.br/pr/lei-ordinaria-n-14855-2005-parana>.
- 9 Murguero JC. Avaliação do lanche de crianças de 7 a 10 anos de duas escolas em Araranguá, SC. [artigo]. Universidade do Extremo Sul Catarinense; 2009.
- 10 Pradi BM, Rodrigues EL. Avaliação nutricional dos lanches preferidos dos escolares de 6-8 anos associado ao risco de obesidade em uma escola privada. [artigo]. Universidade do Vale do Paraíba; 2011.
- 11 Souza AM, Barufaldi LA, Abreu GA, Giannini DT, Oliveira CL, Santos MM, et AL. Estudo de Riscos Cardiovasculares em Adolescentes - ERICA: ingestão de macro e micronutrientes em adolescentes brasileiros. Revista de Saúde Pública, 2016.
- 12 Cambraia RP, Murta NMG, Campos MHO, Botelho LA. Preferência alimentar de crianças e adolescentes: revelando a ausência de conhecimento sobre a alimentação saudável. Revista Brasileira de Alimentos e Nutrição, 2012: 483-9.
- 13 Andrade RG, Pereira RA, Sichieri R. Consumo alimentar de adolescentes com e sem sobrepeso do Município do Rio de Janeiro. Caderno de saúde pública, 2003: 1485-95.
- 14 Gaetani RS, Ribeiro LC. Produtos comercializados em cantinas escolares do município de Ribeirão Preto. Revista brasileira em promoção da saúde, 2015: 587-95.
- 15 Giacomelli SC, Londero AM, Benedetti FJ, Saccol ALF. Comércio informal e formal de alimentos no âmbito escolar de um município da região central do Rio Grande do Sul. Brazilian journal of food technology, 2017.



16 Gabriel CG, Santos MV, Vasconcelos FAG, Milanez GHG, Hulse SB. Cantinas escolares de Florianópolis: existência e produtos comercializados após a instituição da Lei de Regulamentação. Revista de nutrição, 2010.

17 Wilhelm FF, Ruiz E, Oliveira AB. Cantina escolar: qualidade nutricional e adequação à legislação vigente. Revista HCPA, 2010

18 Danelon MAS, Danelon MS, Silva MV. Serviços de alimentação destinados ao público escolar: análise da convivência do Programa de Alimentação Escolar e das cantinas. Segurança alimentar e nutricional, 2006: 85-94.

19 Levy, RB, Castro IRR, Cardoso LO, Tavares LF, Sardinha LMV, Gomes FS, et al. Consumo e comportamento alimentar entre adolescentes brasileiros. Pesquisa nacional de saúde do escolar (PeNSE). Ciência e saúde coletiva, 2010: 3085-97.