

**FUNDAÇÃO OSWALDO ARANHA  
CENTRO UNIVERSITÁRIO DE VOLTA REDONDA  
CURSO DE GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO  
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO**

**PAULA OLIVEIRA MUNIZ DE MENDONÇA**

**ESTUDO COMPARATIVO DA ALIMENTAÇÃO DE CRIANÇAS NO ÂMBITO  
ESCOLAR E EM CASA ANTES E DURANTE O ISOLAMENTO SOCIAL**

**VOLTA REDONDA  
2020**

**FUNDAÇÃO OSWALDO ARANHA  
CENTRO UNIVERSITÁRIO DE VOLTA REDONDA  
CURSO DE GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO  
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO**

**ESTUDO COMPARATIVO DA ALIMENTAÇÃO DE CRIANÇAS NO ÂMBITO  
ESCOLAR E EM CASA ANTES E DURANTE O ISOLAMENTO SOCIAL**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Nutrição do UniFOA, como requisito à obtenção do título de Bacharel em Nutrição.

Acadêmico(a): Paula Oliveira Muniz de Mendonça

Orientador(a): Prof.(a). Me. Paula Alves Leoni

**VOLTA REDONDA - RJ**

**2020**

M539e Mendonça, Paula Oliveira Muniz de

Estudo comparativo da alimentação de crianças no âmbito escolar e em casa antes e durante o isolamento social. / Paula Oliveira Muniz de Mendonça. – Volta Redonda: UniFOA, 2020.

22 p. II.

Orientador (a): profª Me. Paula Alves Leoni

Monografia (TCC) – UniFOA / Curso de Nutrição, 2020.

1. Nutrição - TCC. 2. Alimentação infantil. 3. Isolamento social. I. Leoni, Paula Alves. II. Centro Universitário de Volta Redonda. III. Título.

CDD 613

## FOLHA DE APROVAÇÃO

Trabalho de Conclusão de Curso intitulado:

### **ESTUDO COMPARATIVO DA ALIMENTAÇÃO DE CRIANÇAS NO ÂMBITO ESCOLAR E EM CASA ANTES E DURANTE O ISOLAMENTO SOCIAL**

Elaborado por Paula Oliveira Muniz de Mendonça, apresentado publicamente perante a Banca Avaliadora, como parte dos requisitos para conclusão do Curso de Nutrição.

Aprovada em 04 de dezembro de 2020

Banca Avaliadora:

.....

Professor(a) Orientador(a)

Paula Alves Leoni, Mestre, Centro Universitário de Volta Redonda

.....

Professor Avaliador

Ana Paula Caetano Menezes, Mestre, Titulo, Centro Universitário de Volta Redonda

.....

Professor Avaliador

Bruna Casiraghi, Mestre, Titulo, Centro Universitário de Volta Redonda

Dedico este trabalho primeiramente a Deus, por ser essencial em minha vida, autor do meu destino, meu guia, socorro presente na hora da angústia, a minha mãe, a meu marido e a minha filha.

## **AGRADECIMENTOS**

Sou grata a Deus acima de tudo. Sua luz me indicou o caminho para o sucesso.

Gratidão pelos meus pais, sua presença e amor incondicional na minha vida sempre.

Agradeço a meu marido por estar ao meu lado em todos os momentos.

Grato pela confiança depositada pela minha orientadora que dedicou inúmeras horas para sanar as minhas questões e me colocar na direção correta, seus conhecimentos fizeram grande diferença no resultado final deste trabalho.

“São insensatos por natureza todos os homens que ignoram a Deus”.

Livro da sabedoria 13,1

## RESUMO

O tema alimentação infantil é sempre uma questão que divide opiniões, fatores culturais entre outros interferem em como cada um interpreta o que é ou não apropriado, uma coisa que todos concordam é que a alimentação adequada oferecida nessa faixa etária é um dos pilares para uma vida adulta saudável. As instituições de ensino contam com orientações completas, tanto em qualidade como em quantidade do que deve ser oferecido, o Manual de Orientação para a Alimentação Escolar na Educação Infantil Ensino Fundamental, Ensino Médio e na Educação de Jovens e Adultos, descreve bem como deve ser a alimentação. Embora as instituições devam oferecer cardápios e opções balanceadas a preferência alimentar da própria criança também pode interferir no consumo adequado de alimentos, sobretudo nesse momento diferenciado onde as crianças foram afastadas do ambiente escolar por algum tempo respeitando as regras do isolamento social. Dessa forma o objetivo desse trabalho consistiu em investigar e comparar a alimentação de crianças no âmbito escolar e em casa antes e durante o isolamento social. Realizou-se uma pesquisa quantitativa de caráter exploratório por meio de um questionário on line com os pais e/ou responsáveis das crianças. A partir dos dados coletados notou-se que houve uma mudança no estilo alimentar das crianças no período de isolamento social, embora o relato de consumo de frutas, leguminosas e cereais também tenha apresentando um aumento destaca-se o maior consumo de alimentos processados e ultra processados, como lanches prontos. Observou-se também uma prevalência no sobrepeso (16%) e obesidade (34%) em relação a crianças com baixo peso (11%), Esses resultados são importantes na medida em que mostram que intervenções nutricionais, como as preconizadas pelo PENAE, são imprescindíveis, bem como a educação nutricional voltada para pais e crianças.

**Palavras-chave:** Alimentação infantil; Alimentação escolar; Alimentação saudável; Isolamento social.

## ABSTRACT

The theme of child nutrition is always an issue that divides opinions, cultural factors among others interfere in how each one interprets what is appropriate or not, one thing that everyone agrees is that the adequate food offered in this age group is one of the pillars for a healthy adult life. The educational intuitions have complete orientations, both in quality and quantity of what should be offered the Guidance Manual for School Nutrition in Child Education Basic Education, High School and Education of Young People and Adults, describes well how food should be. Although institutions should offer menu and balanced options the child's own dietary preference can also interfere in the proper consumption of food, especially at this differentiated time where children have been removed from the school environment for some time respecting the rules of social isolation. Thus the objective of this work was to investigate and compare the feeding of children in school and at home before and during social isolation. A quantitative exploratory survey was carried out through an online questionnaire with parents and/or children responsible. From the data collected it was noted that there was a change in the food style of children in the period of social isolation, although the report of consumption of fruits, legumes and cereals also presented an increase is highlighted the higher consumption of processed and ultra processed foods, like ready snacks. There was also a prevalence in overweight (16%) and obesity (34%) compared to children with low weight (11%). These results are important to show that nutritional interventions such as those advocated by PENAE are indispensable, as well as nutritional education aimed at parents and children.

**Keywords:** Child feeding; School food; Healthy food; Social isolation.

## SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO .....	12
2	MÉTODOS .....	13
3	RESULTADOS E DISCUSSÃO .....	14
4	CONCLUSÃO .....	19
	REFERÊNCIAS .....	20

## LISTA DE TABELAS

**Tabela 1** - Distribuição dos dados das crianças que participaram da pesquisa ..... 14

**Tabela 2** - Estado nutricional das crianças avaliadas por sexo ..... 15

## LISTA DE FIGURAS

<b>Gráfico 1</b> - Estado nutricional de escolares de acordo com os índice e índice de massa corporal/idade.....	15
<b>Gráfico 2</b> - Classificação de alguns alimentos em relação a frequência de consumo das crianças.....	16
<b>Gráfico 3</b> - Classificação do consumo de frutas de acordo com a preferência das crianças .....	17
<b>Gráfico 4</b> - Classificação do consumo de verduras e legumes de acordo com a preferência das crianças .....	17
<b>Gráfico 5</b> - Classificação de alguns alimentos em relação ao consumo antes do isolamento social e durante o isolamento.....	18

## 1 INTRODUÇÃO

O hábito alimentar infantil é um assunto que vem ocupando cada vez mais as discussões que envolvem temas relacionados a nutrição e a saúde da criança, visto que, atualmente existem dados que comprovam que a construção de uma cultura alimentar correta na infância é uma das soluções para o desenvolvimento de um adulto saudável (SILVA; COSTA; GIUGLIANI, 2016).

Antigamente, conseguíamos observar de uma forma mais definida regiões menos favorecidas com uma maior quantidade de casos de desnutrição infantil enquanto em outras regiões mais privilegiadas, a prevalência de excesso de peso. O cenário atual é bem diferente, pode-se encontrar ambas as condições em uma mesma localidade, e a sua relação com o perfil socioeconômico da população vem se tornando menos definida. (REIS; VASCONCELOS; OLIVEIRA, 2011)

Em meio às necessidades primárias que garantem o desenvolvimento adequado da criança, a nutrição assume o papel de destaque, hábitos alimentares inadequados estão ligados a muitos danos causados à saúde, tal como a obesidade, que apresentou um índice crescente nas últimas décadas como resultado do aumento no consumo de alimentos com alta densidade calórica e redução na atividade física (EUCLYDES, 2000; ALMEIDA; NASCIMENTO; QUALOTI, 2002).

Sempre deve existir a influência de um adulto na escolha da alimentação escolar, caso essa seleção fique apenas a escolha criança existe uma tendência para opções menos saudáveis e a exclusão de hortaliças. É importante sempre que a criança seja orientada de forma a entender sobre a relevância da alimentação para seu crescimento e desenvolvimento (FRANCESCHINI et al., 2013 p.135)

Observa-se que muitas são as influências externas que afetam os hábitos infantis, em sua maioria negativas, tais como a mídia, o ritmo de vida cada vez mais agitado, e a banalização do consumo de alimentos ultra processados em detrimento dos alimentos naturais. Nesse contexto a alimentação escolar, seja a oferecida pela instituição ou os lanches levados de casa pela criança, exercem um impacto relevante no aporte nutricional, tendo em vista que algumas crianças passam até 8 horas por dia em creches ou escolas de período integral fazendo todas as principais refeições nesses locais, porém no período de isolamento social todas as refeições passaram a ser feitas em casa.

Sendo assim, esse estudo teve como objetivo comparar a alimentação oferecida no âmbito escolar e em casa antes e durante o isolamento social de crianças frequentadoras de uma instituição de ensino pública do município de Volta Redonda - RJ.

## **2 MÉTODOS**

Trata-se de uma pesquisa quantitativa de caráter exploratório, a qual foi realizada por meio de questionário online com a utilização de uma rede social no período de 24 de agosto de 2020 até 04 de setembro de 2020.

A população estudada foi constituída por pré-escolares e escolares com faixa etária entre 7 e 11 anos de idade que os responsáveis pelos participantes menores de idade tenham permitido a participação por meio do aceite eletrônico do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) que foi incluído no questionário on line.

A coleta de dados se deu por meio da aplicação de um questionário on line cujo link de acesso ao mesmo foi enviado para um grupo de pais/responsáveis via Whatsapp, contendo questões para indicar a idade, sexo, peso e altura, perguntas fechadas acerca de hábitos alimentares das crianças no âmbito escolar e no lar, bem como a aplicação de um questionário ilustrativo, adaptado do Questionário Alimentar do Dia Anterior – QUADA, proposto por Assis et al. (2009), com as crianças com intuito de verificar a incidência de alguns alimentos tanto no âmbito escolar quanto no lar.

Os dados referentes a entrevista foram tabulados e analisados de forma quantitativa com a utilização do programa Microsoft Office Excel (2010) e comparação dos resultados foi realizada de forma descritiva.

O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos do Centro Universitário de Volta Redonda (CEP –UniFOA), segundo Resolução nº466 de 12 de Dezembro de 2012, do Conselho Nacional de Saúde, sob o número do CAAE: 37115020.3.0000.5237

### 3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Participaram dos estudos 66 crianças (tabela 1) de uma escola do município de Volta Redonda, com idades entre 7 e 11 anos divididos entre turno da manhã e tarde, sendo 54% do sexo masculino.

**Tabela 1.** Distribuição dos dados das crianças que participaram da pesquisa.

Variáveis	N=66
<b>Dados das Crianças</b>	
<b>Idade (anos) média ± DP</b>	8,15 ± 1,13
<b>Sexo – n (%)</b>	
Feminino	30 (45%)
Masculino	36 (55%)
<b>Turnos que fica na creche ou escola – n (%)</b>	
Manhã	20 (30%)
Tarde	46 (70%)
<b>Quantidade de Refeições diária – n (%)</b>	
3 refeições	4 (6%)
4 refeições	28 (42%)
Mas de 4 refeições	34 (52%)

N – número de crianças avaliadas; DP – desvio padrão; % – percentual

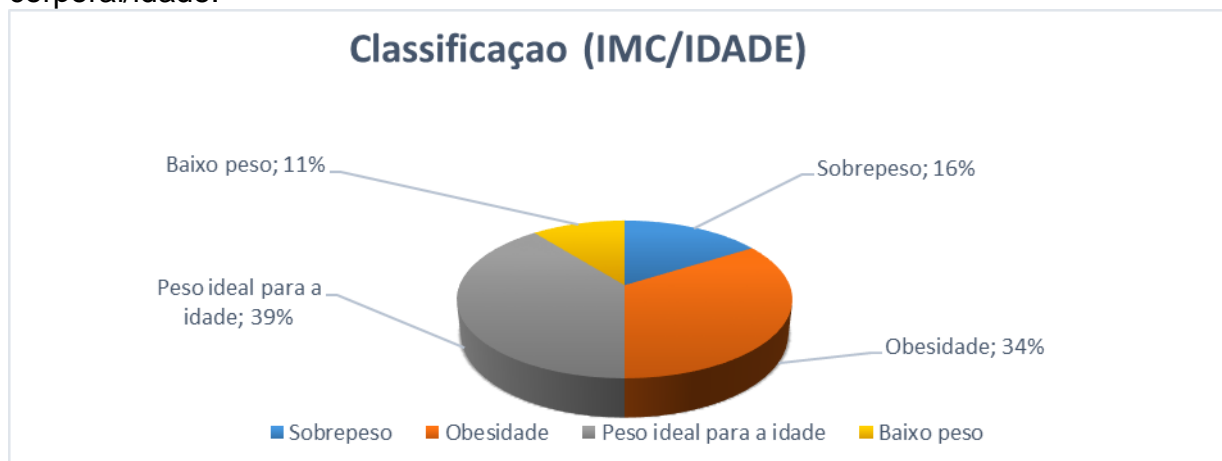
Fonte: Autores, 2020.

Com relação ao diagnóstico nutricional das crianças, este pode ser visualizado no gráfico 1 e observa-se um predomínio de adequação, porem o percentual de sobrepeso e obesidade juntos perfazem um total maior se analisarmos os dados em conjunto.

Em 2011, Gilglioni et al., conduziram um estudo na rede municipal de ensino de Maringá (PR), para verificação do estado nutricional de crianças de ambos os sexos e obtiveram como resultado dados contrários ao presente estudo, uma vez que a maioria dos estudantes apresentaram peso adequado (59,3 %).

Em 2014, Moz e Santolin realizaram um estudo com objetivo de avaliar o estado nutricional de crianças com idades entre 7 e 10 anos frequentadoras de uma escola estadual em Erechim – RS e obtiveram como resultados dado diferentes ao presente estudo, tendo em vista que segundo a classificação IMC por idade a maioria das crianças apresentou peso adequado (53%).

**Gráfico 1.** Estado nutricional de escolares de acordo com os índice e índice de massa corporal/idade.



Fonte: autoras (2020)

Ainda em relação ao diagnóstico nutricional notou-se uma prevalência de adequação no peso entre as meninas enquanto entre os meninos o percentual de obesidade foi maior, como pode ser observado nas tabelas 2.

**Tabela 2.** Estado nutricional das crianças avaliadas por sexo.

IMC /Idade	Frequência		%	
	Meninas	Meninos	Meninas	Meninos
Dados não fornecidos	3	7	10%	19%
Baixo peso	3	3	10%	8%
Peso Ideal	14	8	47%	22%
Sobrepeso	4	5	13%	14%
Obesidade	6	13	20%	36%
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>36</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>

IMC – índice de massa corporal; % - percentual

Fonte: Autores, 2020.

Balaban e Silva (2001) em seu estudo realizado em uma escola da rede privada de Recife (PE), visando determinar a prevalência de sobrepeso e obesidade em crianças e adolescentes, encontraram um cenário semelhante a esse estudo, muito embora tenha ocorrido a 19 anos atrás, onde a prevalência de sobrepeso nos participantes do sexo masculino foi maior (34,6%) do que no feminino (20,6%).

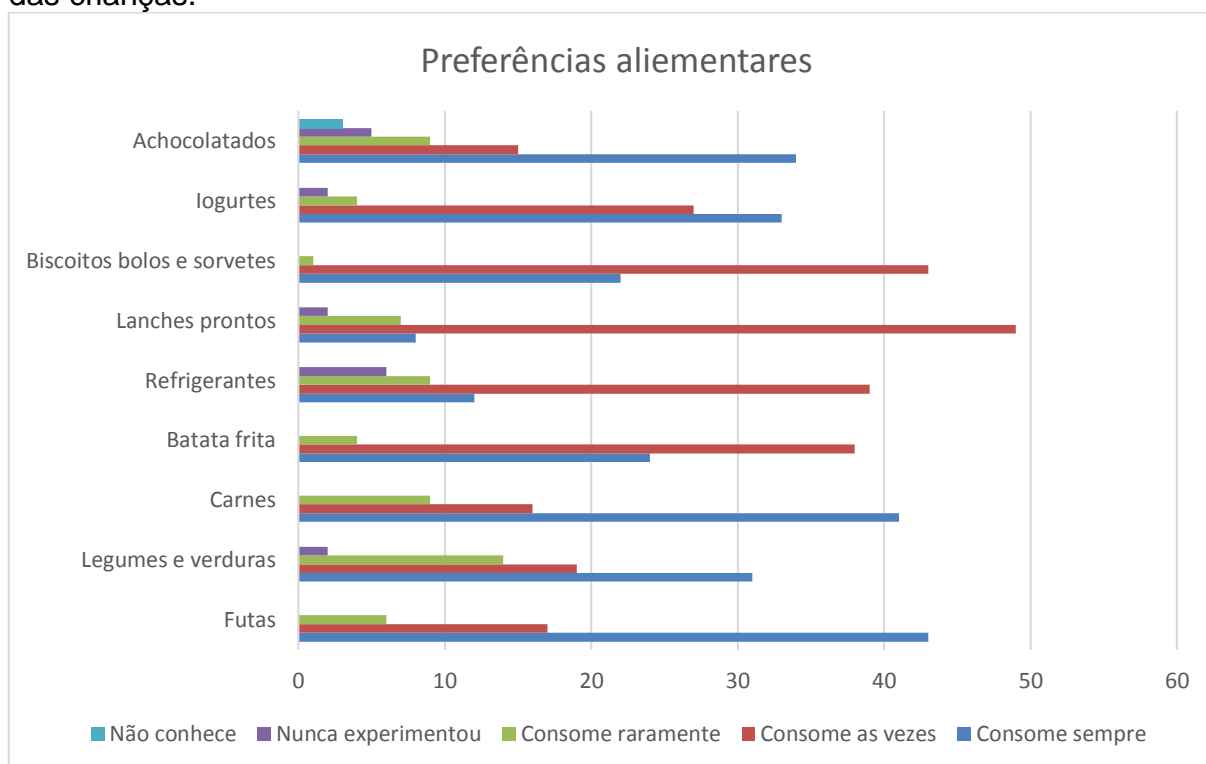
Segundo dados publicados pelo Ministério da Saúde:

A obesidade infantil acontece quando uma criança apresenta peso maior do que deve para sua idade e altura. As faixas de Índice de Massa Corporal (IMC) determinadas para crianças são diferentes dos adultos e variam de acordo com o gênero e a idade. Muitos fatores contribuem para o ganho de peso, mas os maiores vilões são a alimentação inadequada e a inatividade

física associada ao excesso de horas de tela e ambiente em que as crianças estão inseridas (Brasil,2019)

Quanto às preferências alimentares realizou-se uma avaliação de frequência de consumo, na qual pode-se observar que a grande maioria das crianças descreveu consumir com frequência alimentos como lanches prontos, doces e sorvetes, o que pode ser visualizado no gráfico 2.

**Gráfico 2.** Classificação de alguns alimentos em relação a frequência de consumo das crianças.

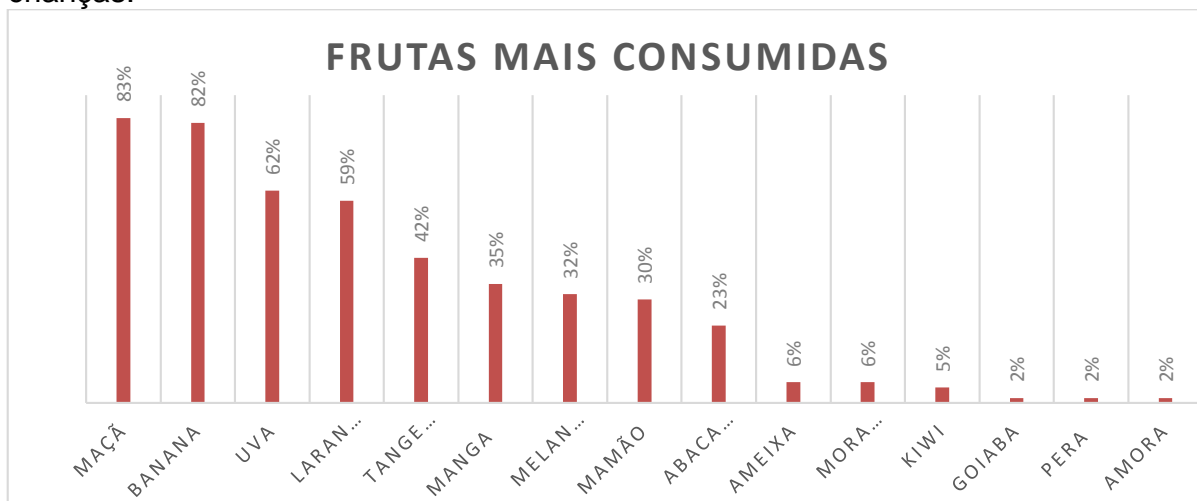


Fonte: as autoras

Entretanto baseando-se no resultado anterior, as crianças relataram consumir sempre frutas, legumes e verduras e os que se destacam nessa categoria podem ser observados nos gráficos 3 e 4.

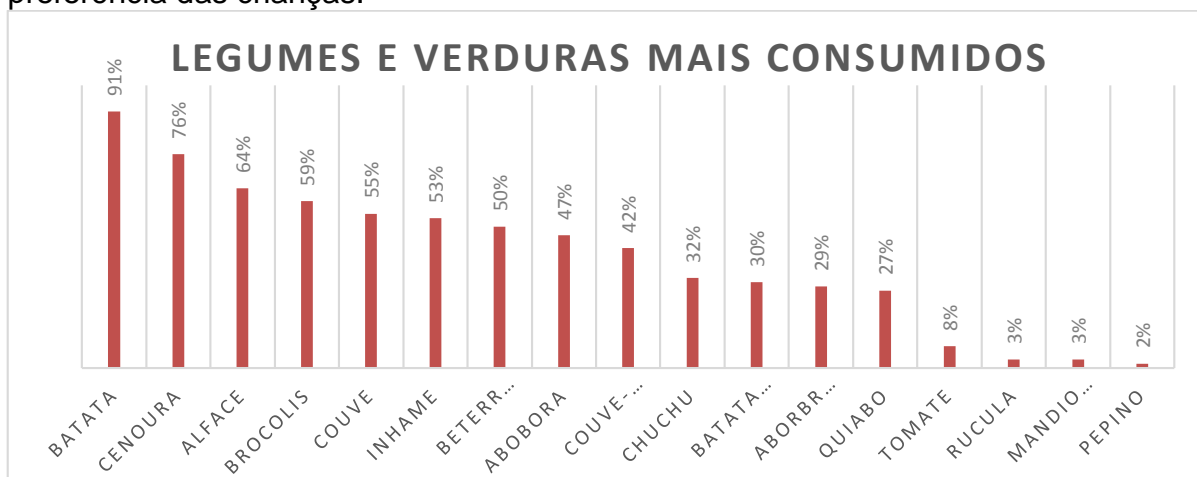
Mesmo tratando-se de uma pesquisa local podemos notar uma semelhança entre as frutas relatadas como mais consumidas pelas crianças com os dados da Pesquisa de Orçamentos Familiares – POF, realizada no biênio 2017-2018 (IBGE, 2019), onde as frutas apontadas como mais consumidas na região sudeste são: laranja, banana e maçã.

**Gráfico 3.** Classificação do consumo de frutas de acordo com a preferência das crianças.



Fonte: as autoras

**Gráfico 4.** Classificação do consumo de verduras e legumes de acordo com a preferência das crianças.



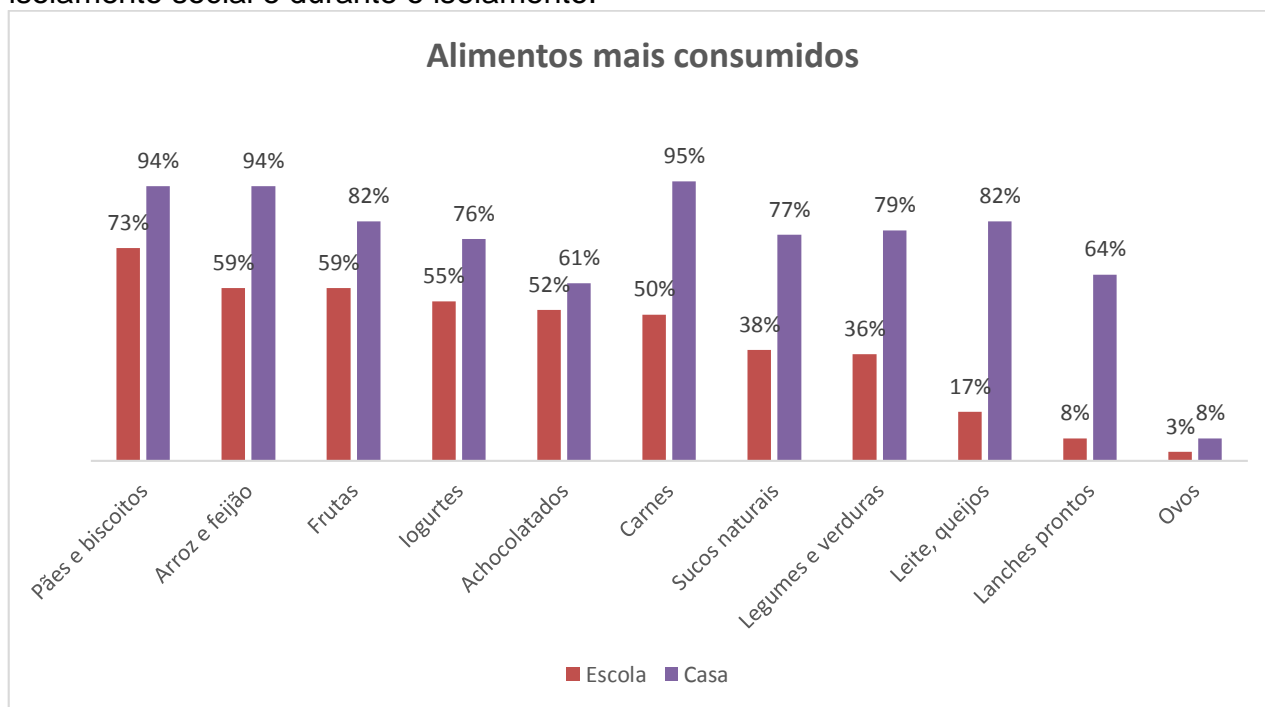
Fonte: as autoras

No que se refere a comparação do consumo alimentar nas principais refeições antes e durante o isolamento social, notou-se que o consumo de todos os grupos alimentares teve um aumento, se destacando em especial o consumo de lanches prontos e de proteínas de origem animal. A relação de consumo dos alimentos nas principais refeições, antes do isolamento social no ambiente escolar e agora em casa foram detalhadas no gráfico 5.

Sabe-se que o consumo de alimentos ultra processados é um dos principais motivos do aumento do índice de obesidade e também da deficiência de nutrientes entre as crianças. Estudos assinalam que os principais fatores que levam a obesidade

infantil e a ingestão de produtos carentes de nutrientes e com teor alto de açúcar e gorduras, a ingestão regular de bebidas açucaradas (HENRIQUES et al.,2017).

**Gráfico 5.** Classificação de alguns alimentos em relação ao consumo antes do isolamento social e durante o isolamento.



Fonte: as autoras

De acordo com Rocha et al., em estudo realizado em 2018 observou-se que as crianças com excesso de peso e de gordura corporal apresentaram maior adesão ao um padrão alimentar industrializado.

Silva; Nascimento e Carvalho (2019) afirmam que a ingestão dos tipos de alimentos industrializados que são mais consumidos por crianças e adolescentes, vem se tornando um risco nutricional vigente, tal risco pode ser percebido em análise dos rótulos dos produtos, isso tem demonstrado uma elevação no aparecimento de patologias crônicas como hipertensão, obesidade, diabetes e doenças cardiovasculares ligadas a consumo desses alimentos processados.

De acordo com a pesquisa realizada no período de 03 de julho de 2020 a 18 de julho que levantou os impactos primários e secundários das medidas de prevenção contra a COVID-19 na vida das crianças e de suas famílias, sendo o isolamento social uma dessas medidas, quase metade (49%) da população brasileira declarou ter mudado os hábitos alimentares durante o período de isolamento social no Brasil; e houve também a percepção do aumento no consumo de alimentos industrializados,

especialmente entre pessoas residentes com crianças ou adolescentes.(UNICEF,2020)

A transformação do padrão alimentar que abrange a substituição de alimentos naturais por produtos processados e ultra processados faz parte de uma transição intensa que tem ocorrido ultimamente no Brasil, (BRASIL, 2014). Essa transformação pode se tornar pior nesse momento de isolamento social devido ao custo, à facilidade para ter acesso a esses produtos e também por sua maior durabilidade.

#### **4 CONCLUSÃO**

A comparação da alimentação das crianças no âmbito escolar e durante o isolamento social demonstrou que embora tenha havido um aumento no consumo de alimentos de uma forma geral os alimentos processado e ultra processados tiveram um lugar de destaque na preferência e consumo das crianças. Embora sejam necessários estudos mais abrangentes com população maiores, pode se observar com clareza que o período de isolamento social, momento que as crianças foram afastadas de suas atividades escolares, contribuiu para um certo descuido no que tange as questões alimentares, nesse período em que estamos experimentando uma nova experiência de convivência diária, crianças mais tempo no ambiente de casa e todas as refeições sendo feitas nesse ambiente.

No âmbito escolar as refeições oferecidas pelas instituições costumam ser mais planejadas, balanceadas. Programas que preconizam segurança alimentar com o PNAE mostram sua importância mais do que nunca em ocasiões como essa, embora alguns municípios tenha implementado estratégias para suprir as carências alimentares das crianças nesse período do isolamento social, tais medidas são eficientes porem parecem não ter eficácia no que se refere a educação nutricional, ações nesse sentido se fazem necessárias para uma criação de hábitos alimentares saudáveis, não apenas para as crianças mas também para os pais e responsáveis , visando a construção de rotinas alimentares mais adequadas que serão a base em qualquer momento , seja ele de normalidade ou não.

## REFERÊNCIAS

ALMEIDA, S. S; NASCIMENTO, P. C. BD.; QUAIOTI, T. C. B. Quantidade e qualidade de produtos alimentícios anunciados na televisão brasileira. **Rev. Saúde Pública**, v.36, n. 3, p. 353-355, 2002

ASSIS, M.A. A et al. Validação da terceira versão do Questionário Alimentar do Dia Anterior (QUADA-3) para escolares de 6 a 11 anos. **Cad. Saúde Pública**, v. 25, n. 8, p. 1816-1826, 2009.

BALABAN, G; SILVA, G A.P. da. Prevalência de sobrepeso e obesidade em crianças e adolescentes de uma escola da rede privada de Recife. **J. Pediatr.** (Rio J.), Porto Alegre, v. 77, n. 2, p. 96-100, 2001

BRASIL. Má alimentação causa obesidade infantil. 2019. Disponível em: <http://saude.gov.br/noticias/agencia-saude/45982-ma-alimentacao-causa-obesidade-infantil> Acesso em setembro de 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira**. Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – 2. ed., 1. reimpr. – Brasília: Ministério da Saúde, 2014

EUCLYDES, M. P. **Alimentação Complementar. Nutrição do lactente**. 2. ed. Viçosa, 2000.

FRANCESCHINI, S. C. C. et al. **Nutrição e Saúde da Criança** .1. ed. – Rio de Janeiro: Rubio, 2018.

GILGLIONI, E.H.; FERREIRA, T.V.; BENNEMMAN, R.M. Estado nutricional dos alunos das escolas da rede de ensino Municipal de Maringá, Estado do Paraná, Brasil. **Acta Scientiarum. Health Sciences**, v. 33, n. 1, p. 83-88, 2011.

HENRIQUES, P et al. Políticas de Saúde e de Segurança Alimentar e Nutricional: desafios para o controle da obesidade infantil. **Ciênc. saúde coletiva**, v. 23, n. 12, p. 4143-4152, dez. 2018

IBGE. **Pesquisa de Orçamentos Familiares 2018-2019: análise do consumo alimentar pessoal no Brasil**. Rio de Janeiro: IBGE, 2019.

MOZ, J. A. SANTOLIN, M. B. Avaliação do Estado Nutricional de Crianças de 7 a 10 anos de uma Escola Estadual de Erechim-RS. **Perspectiva, Erechim**. v. 38, n.141, p. 151-157, 2014

REIS, C. E. G.; VASCONCELOS, I. A. L.; OLIVEIRA, O. M. V. Panorama do estado antropométrico dos escolares brasileiros. **Rev. paul. pediatr.**, v. 29, n. 1, p. 108-116, 2011.

ROCHA, N P et al. Associação dos Padrões Alimentares com Excesso de Peso e Adiposidade Corporal em Crianças Brasileiras: Estudo Pase-Brasil. **Arq. Bras. Cardiol.**, v. 113, n. 1, p. 52-59, 2019.

SILVA, M. C.; NASCIMENTO, M. S.; CARVALHO, L. M. F. Ingestão de alimentos industrializados por crianças e adolescentes e sua relação com patologias crônicas: uma análise crítica de inquéritos epidemiológicos e alimentares. **RBONE - Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, v. 12, n. 75, p. 960-967, 19 2019.

SILVA, G. A.P.; COSTA, K. A.O.; GIUGLIANI, E. R.J. Alimentação infantil: além dos aspectos nutricionais. **J. Pediatr.**, v. 92, n. 3, supl. 1, p.2-7, 2016.

UNICEF. **Impactos primários e secundários da COVID-19 em Crianças e Adolescentes**. Disponível em: <https://www.unicef.org/brazil/media/9966/file/impactos-covid-criancas-adolescentes-ibope-unicef-2020.pdf> Acesso em dezembro de 2020.