

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

**WANESSA SILVA SOARES**

**AVALIAÇÃO DA QUALIDADE NUTRICIONAL DE LANCHES CONSUMIDOS EM  
UMA ESCOLA PRIVADA NO MUNICÍPIO DE VOLTA REDONDA**

**VOLTA REDONDA - RJ**

**2019**

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

**AVALIAÇÃO DA QUALIDADE NUTRICIONAL DE LANCHES CONSUMIDOS EM  
UMA ESCOLA PRIVADA NO MUNICÍPIO DE VOLTA REDONDA**

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

Acadêmica: Wanessa Silva Soares

Orientadora: Profº PhD Kamila de  
Oliveira do Nascimento

**VOLTA REDONDA - RJ**

**2019**

Bibliotecária: Alice Tacão Wagner - CRB 7/RJ 4316

S676a Soares, Wanessa Silva  
Avaliação da qualidade nutricional de lanches consumidos em uma escola privada no  
Município de Volta Redonda. / Wanessa Silva Soares. – Volta Redonda: UniFOA, 2019.

26 p. II.

Orientador (a): Kamila de Oliveira do Nascimento

Monografia (TCC) – UniFOA / Curso de Nutrição, 2019.

1. Nutrição - TCC. 2. Hábitos alimentares. 3. Alimentos industrializados. I. Nascimento, Kamila de Oliveira do. II. Centro Universitário de Volta Redonda. III. Título.

CDD 613

---

**FOLHA DE APROVAÇÃO**

Trabalho de Conclusão de Curso Intitulado:  
**AVALIAÇÃO DA QUALIDADE NUTRICIONAL DE LANCHES CONSUMIDOS EM  
UMA ESCOLA PRIVADA NO MUNICÍPIO DE VOLTA REDONDA**


Elaborado por Wanessa Silva Soares, apresentado publicamente perante a Banca Avaliadora, como parte dos requisitos para conclusão do Curso de Nutrição.

Aprovada em 14 de maio de 2019

Banca Avaliadora:

  
.....  
Professora Orientadora  
Kamila de Oliveira do Nascimento, Doutora, PhD Centro Universitário de Volta Redonda

  
.....  
Professor Avaliador  
Paula Balbi de Melo Hollanda Cordeiro, Mestra, Centro Universitário de Volta Redonda

  
.....  
Professor Avaliador  
Paula Alves Leoni, Mestra, Centro Universitário de Volta Redonda

Dedico este trabalho aos meus pais, meus irmãos e ao meu noivo, pelo carinho, apoio e incentivo constante para que eu chegasse até esta etapa de minha vida.

## **AGRADECIMENTOS**

Agradeço primeiramente a Deus, por ter me dado força e saúde durante essa caminhada.

Aos meus pais, pelo incentivo, apoio e por não medirem esforços para a concretização desse sonho.

Ao meu noivo, que em momentos de desespero sempre esteve ao meu lado para me acalmar e me incentivar.

As minhas amigas de turma Thaís e Natália, e em especial a Marcelly, que esteve comigo ao longo desses anos, nos momentos de alegrias e dificuldades, uma amizade verdadeira e sincera que quero levar para o resto da vida.

Aos professores que através de seus ensinamentos permitiram hoje estar concluindo esse trabalho.

A minha orientadora Kamila Nascimento por ter transmitido parte de seu conhecimento para que esse trabalho fosse concretizado.

E a todos que direta ou indiretamente fizeram parte da minha formação, o meu muito obrigada.

“A persistência é o caminho do êxito”

Charles Chaplin

## RESUMO

Nos últimos anos vem ocorrendo diversas alterações nos hábitos alimentares, isso devido à modificações como: alimentação fora de casa, troca de alimentos *in natura* por alimentos industrializados, que possuem elevada quantidade de sódio, gordura e açúcar, que pode levar as Doenças Crônicas não Transmissíveis. O grupo dos adolescentes merece grande atenção, pois o consumo de frutas e legumes nesse grupo é muito baixo, tendo maior ingestão de produtos industrializados, podendo contribuir para o quadro de obesidade. O objetivo do presente estudo foi avaliar o perfil qualitativo dos lanches consumidos no horário do intervalo, em uma escola privada no Município de Volta Redonda-RJ. Foi realizado com alunos de ambos os sexos do ensino fundamental matriculados no 7º ano, no turno matutino de uma escola particular. Foi avaliado o consumo alimentar de forma qualitativa, durante três semanas consecutivas, através de um questionário padronizado com questões sobre o tipo e origem do lanche (de casa ou comprados na cantina da escola) que foi respondido pelos alunos após o intervalo. Dos 231 lanches examinados observou-se que houve um elevado consumo de alimentos processados e ultraprocessados, tanto comprados na cantina da escola quanto provenientes de casa. Com base nos resultados encontrados nota-se a importância de fiscalização das cantinas escolares e da necessidade da implementação de medidas de Educação nutricional nas escolas.

**Palavras-chave:** Hábitos alimentares; Alimentos Industrializados; Lanches.

## **ABSTRACT**

In recent years, there have been several changes in eating habits, due to changes such as: out-of-home food, in natura exchange of foods for industrialized foods, high sodium, fat and sugar, which can lead to Chronic Non-Communicable Diseases . The group of adolescents deserves great attention, since the consumption of fruits and vegetables in this group is very low, having a higher intake of industrialized products, which may contribute to obesity. The objective of the present study was to evaluate the qualitative profile of the snacks consumed during the interval, in a private school in the Municipality of Volta Redonda-RJ. It was carried out with students of both sexes of the elementary school enrolled in the 7th year, in the morning shift of a private school. Food consumption was assessed qualitatively for three consecutive weeks through a standardized questionnaire with questions about the type and origin of the snack (from home or purchased at the school canteen) that was answered by the students after the break. Of the 231 snacks examined it was observed that there was a high consumption of processed and ultraprocessed foods, both bought in the school canteen and coming from home. Based on the results found, it is important to note the importance of supervising school canteens and the need to implement nutritional education measures in schools.

Key words: Food habits; Industrialized foods; Snacks.

## LISTA DE GRÁFICOS

Figura 1. Frequência dos itens alimentares comprados na cantina da escola durante 15 dias .....  
18

Figura 2. Frequência dos itens alimentares provenientes de casa, durante 15 dias..... 20

## LISTA DE QUADROS

Quadro 1. Frequência geral dos itens alimentares consumidos durante 15 dias .....  
16

Quadro 2. Frequência dos itens mistos (comprados na cantina e trazidos de casa)  
durante 15 dias .....  
21

## SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	12
2. MÉTODOS.....	14
3. RESULTADOS E DISCUSSÕES .....	16
4. CONCLUSÃO.....	23
REFERÊNCIAS.....	24

## 1. INTRODUÇÃO

A nutrição e a alimentação equilibrada integram atributos fundamentais para um maior potencial de desenvolvimento e crescimento com qualidade de vida, assim prevenindo a obesidade e comorbidades associadas e as doenças carenciais, além de consistir em direito humano fundamental da condição de cidadão (BRASIL, 2003).

Na atualidade, a alimentação tem sofrido uma grande influência em seus padrões, sendo que os hábitos alimentares são constituídos basicamente por produtos ultraprocessados, que possuem um alto valor energético, colaborando para o surgimento de doenças como obesidade, câncer, doenças cardiovasculares, hipertensão, e diabetes. Com o elevado crescimento de produtos ultraprocessados, os alimentos *in natura* e minimamente processados tende a diminuir, sendo estes considerados mais saudáveis e de menor custo benefício (SPARREBERGER et al., 2015).

Nos últimos anos vem ocorrendo diversas alterações nos hábitos alimentares, isso devido à modificações como: alimentação fora de casa, troca de alimentos *in natura* por alimentos industrializados, que possuem elevada quantidade de sódio, gordura e açúcar, que pode levar as Doenças Crônicas não Transmissíveis (SOUZA et al., 2013).

Segundo Lopes e Ramos (2019) os adolescentes merece maior atenção, pois o consumo de frutas e legumes nesse grupo é muito baixo, tendo maior ingestão de produtos industrializados oferecidos em *fast food*, podendo contribuir para o quadro de obesidade. Sendo assim, é preciso que se tenha maior cautela na escolha dos alimentos e no estilo de vida, pois estes hábitos perpetuam na vida adulta.

Pesquisas realizadas pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) mostram que 23,8% de adolescentes do sexo feminino tem excesso de peso, e a obesidade afeta 3% das mulheres, e do sexo masculino 23,7% dos adolescentes tem excesso de peso e a obesidade afeta 8,3% dos homens no Brasil (BRASIL, 2016).

Cabe salientar que a escola tem um papel importante na auto estima, promoção de saúde, habilidades e comportamentos na vida de seus alunos, por ser um espaço favorável à construção de hábitos alimentares saudáveis (BRASIL 2008). Os escolares ficam na escola grande parte do tempo, e quando a mesma não

oferece alimentos, os alunos compram na cantina ou trazem de casa (CAMPOS; ZUANON, 2004).

Estudos demonstram que diversas cantinas escolares não ofertam alimentos saudáveis, visto que a maior parte deles são alimentos industrializados, com alto teor de gordura e açúcares, como doces, frituras e refrigerante. Nota-se também que os alunos trocam a ingestão de produtos *in natura* por industrializados, pelo fato de ver seus amigos consumirem, por se sentirem atraídos por ser alimentos diferentes do que consomem em casa, ou até mesmo incentivados pelos pais, pela falta de tempo para preparar uma alimentação saudável em casa (SALVI; CENI, 2009).

A promoção da alimentação saudável nas escolas de educação infantil e do ensino fundamental e médio de escolas públicas e privadas foi instituída pela Portaria Interministerial nº 1010 (SBP, 2012). Sendo assim, a instituição possui a tarefa de auxílio no processo de desenvolvimento dos escolares, onde pais, funcionários, professores, alunos e proprietários de cantinas, precisam estar envolvidos no procedimento educativo, se tornando essa responsabilidade de todos, proporcionando assim qualidade de vida para nossas crianças e jovens (BRASIL, 2010).

Sendo assim, o presente estudo teve como objetivo avaliar o perfil qualitativo dos lanches consumidos no horário do intervalo, em uma escola privada no município de Volta Redonda-RJ.

## 2. MÉTODOS

Trata-se de um estudo descritivo e transversal, realizado em uma escola privada no Município de Volta Redonda-RJ no mês de Fevereiro de 2019. Foi realizado com alunos de ambos os sexos do ensino fundamental matriculados no 7º ano, no turno matutino da escola escolhida, que estavam dentro dos seguintes critérios de inclusão: alunos que entregaram o termo de consentimento livre e esclarecido assinado pelos pais, que trazem lanches de casa ou compram na cantina da escola. O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa com Seres Humanos, sob o CAAE 04407318.5.00005237.

O consumo alimentar foi avaliado de forma qualitativa, durante três semanas consecutivas. Foi aplicado questionário padronizado com questões sobre o tipo e origem do lanche (de casa ou comprados na cantina da escola) que foi respondido pelos alunos após o intervalo. Os dados dos questionários foram agrupados em alimentos que se configuram como proibidos para a venda em escolas segundo a lei N° 4508, de 11 de Janeiro de 2005, lei N° 7846 de 15 de janeiro de 2018 e alimentos que são recomendados segundo o Guia Alimentar para a População Brasileira (2014).

- Doces (brigadeiro, beijinho, casadinho);
- Guloseimas (balas, pirulitos, gomas de mascar e chocolates);
- Frutas e sucos naturais;
- Refrigerantes e sucos artificiais (todos os tipos de refrigerantes e os sucos industrializados que não utilizam polpas e sucos concentrados de frutas na sua fabricação).
- Frituras (Salgadinhos caseiros fritos);
- Salgadinhos industrializados (*snacks* e batata frita);
- Pipoca industrializada;
- Bolos, pães, pizzas, biscoitos, sanduíches, salgados assados (bolos simples, biscoitos sem recheio do tipo cream cracker, leite e maisena);
- Cachorro quente
- Biscoitos recheados e bolos industrializados
- Iogurtes, Leites e leite fermentado.
- Açoçolados

Os itens que não se enquadram nos grupos acima não foram aplicados.

Os dados coletados dos questionários foram analisados através do programa Excel® 2016, identificando o tipo de lanche com relação a procedência e a qualidade, adaptado por Mesquita, Pinto e Sarmiento (2006).

Após a análise, os resultados foram organizados em planilhas, separadas por semana. Assim foi possível realizar a tabulação do número de questionários respondidos, do número de lanches e do número de itens alimentares consumidos.

### 3. RESULTADOS E DISCUSSÕES

Nesse estudo participaram um total de 16 crianças, a faixa etária compreendida foi de 11 a 15 anos, sendo 56% do sexo masculino e 44% do sexo feminino. Foram avaliados um total de 231 lanches, com 432 itens alimentares.

Durante os 15 dias, pode-se observar que a maior parte dos lanches foram comprados na cantina da escola 47% (n=108). Sendo que os provenientes de casa foi um total de 37% (n=86) lanches. E dos lanches mistos, ou seja, comprados na cantina e trazidos de casa, totalizou 16% (n=37) lanches. Verifica-se os resultados de frequência geral dos itens alimentares no Quadro 1.

Quadro 1 - Frequência geral dos itens alimentares consumidos durante 15 dias.

<b>Itens Alimentares</b>	<b>N=432</b>	<b>%</b>
Bolo simples, pães, sanduiches, biscoitos sem recheio salgado assado	136	31,48%
Refrigerantes e sucos artificiais	135	31,25%
Frituras	49	11,31%
Biscoitos recheados, bolos industrializados	43	9,95%
Salgadinhos industrializados	25	5,78%
Guloseimas	18	4,16%
Cachorro quente	8	1,85%
Doces	6	1,38%
logurte, leite e leite fermentado	5	1,15%
Achocolatado	4	0,92%
Frutas e sucos naturais	2	0,46%
Pipoca Industrializada	1	0,23%

Fonte: Autor (2019).

No presente estudo, em relação a análise qualitativa, e a frequência dos itens alimentares consumidos durante as três semanas (Quadro1), foi observado que o consumo de maior ocorrência foi do grupo de bolos simples sem recheio, pães, salgados assados e sanduíches 31,48% e refrigerantes e sucos artificiais 31,25%, que em média foram semelhantes, e os itens de menor consumo foram as frutas e sucos naturais 0,46% e pipoca industrializada 0,23%. Verifica-se pelos dados um alto consumo de alimentos industrializados, produtos com altos índices calóricos,

basicamente fonte de açúcares simples e gorduras, além do baixo consumo de alimentos *in natura* ou minimamente processados. Cabe salientar que tais hábitos podem contribuir para o excesso de peso, e conseqüentemente, levar a doenças associadas à obesidade e ao diabetes tipo II (BRASIL, 2011).

Em estudo realizado por Marques e Macedo (2018) com uma turma de 14 alunos, em uma escola de Alagoas, observou-se também um alto consumo semanal de sucos industrializados e refrigerantes (78,1%), como também de massas em geral (63,9%), frituras, doces e salgados (63,9%).

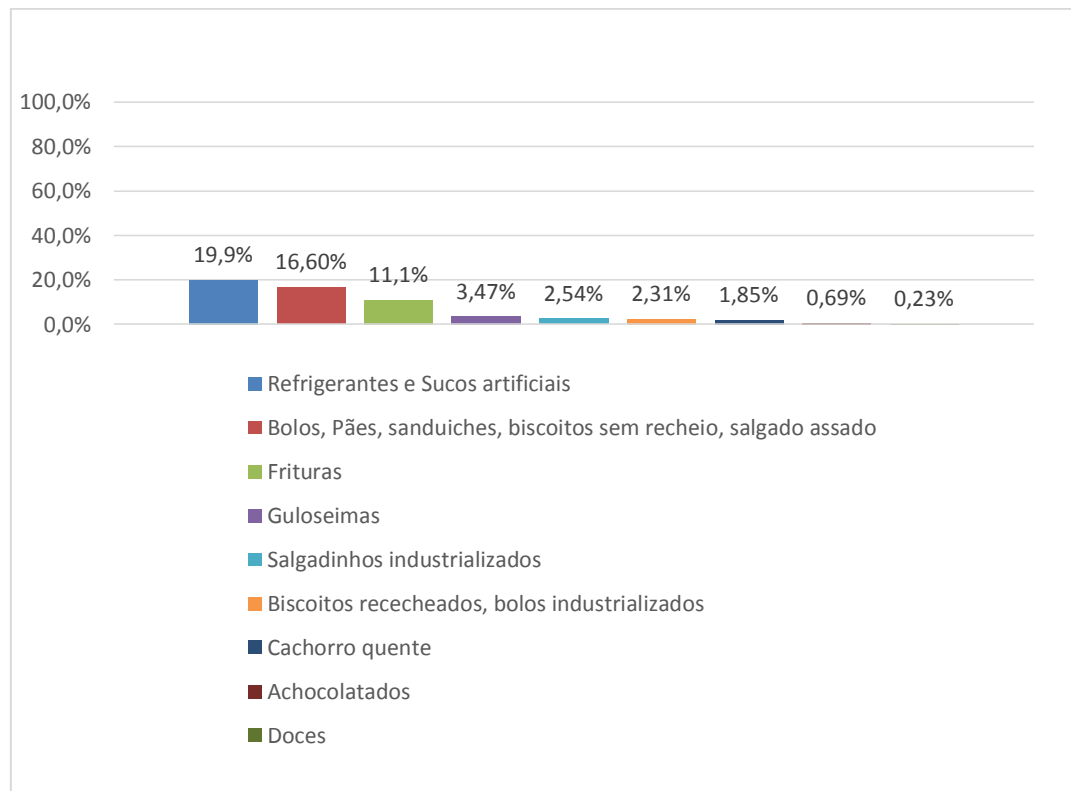
Segundo o Guia Alimentar para a População Brasileira (BRASIL, 2014), é preciso evitar a ingestão de alimentos ultraprocessados e processados, pois estes sofrem mudanças desfavoráveis modificando a sua composição inicial, deixando-os desbalanceados nutricionalmente. O consumo desses alimentos deve ser reduzido a menores quantidades, sendo componente de uma refeição farta em alimentos minimamente processados e *in natura*, não consumindo em excesso ou substituindo refeições balanceadas.

Verifica-se os resultados de frequência geral dos itens alimentares comprados na cantina da escola na Figura 1.

Dos itens alimentares comprados na cantina da escola o grupo de maior incidência foi dos refrigerantes e sucos artificiais 19,9%, seguido do grupo dos bolos, pães, sanduiches, biscoitos sem recheio e salgado assado 16,6%. O elevado número de ocorrência desse grupo de alimentos deve-se ao alto consumo de salgados assados, seguido por frituras 11,1%, guloseimas 3,47%, salgadinhos industrializados, 2,54%, biscoitos recheados e bolos industrializados 2,31%, cachorro quente 1,85%, achocolatados 0,69% e doces 0,23%. Dos grupos dos iogurtes, leite, leite fermentado, frutas e sucos naturais e pipoca industrializadas, não houve consumo, pois esses alimentos não são ofertados pela cantina da escola.

Com relação ao consumo de itens comprados na cantina observou-se que a oferta de produtos processados e ultraprocessados é alto na cantina escolar, e é frequentemente consumido pelos adolescentes, verifica-se que a oferta de produtos minimamente processados e *in natura* é ausente (Figura 1).

Figura 1. Frequência dos itens alimentares comprados na cantina da escola durante 15 dias



Fonte: autor (2019).

De acordo com a Lei Nº 4508, de 11 de janeiro de 2005 é expressamente proibido a comercialização, aquisição, confecção e distribuição de produtos que colaborem para a obesidade infantil em bares, cantinas e similares em escolas públicas e privadas do estado do Rio de Janeiro, conforme ressaltado no artigo 1º do referido documento:

**Art. 1º** - Fica proibido comercializar, adquirir, confeccionar e distribuir produtos que colaborem para a obesidade infantil, em bares, **cantinas** e similares instalados em escolas públicas e privadas situadas no Estado do Rio de Janeiro (BRASIL, 2005).

O acesso fácil e a ampla diversidade de alimentos industrializados tornam-se motivos que colaboram para a grande ingestão de alimentos não saudáveis pela população (SILVA; TEIXEIRA; FERREIRA, 2012).

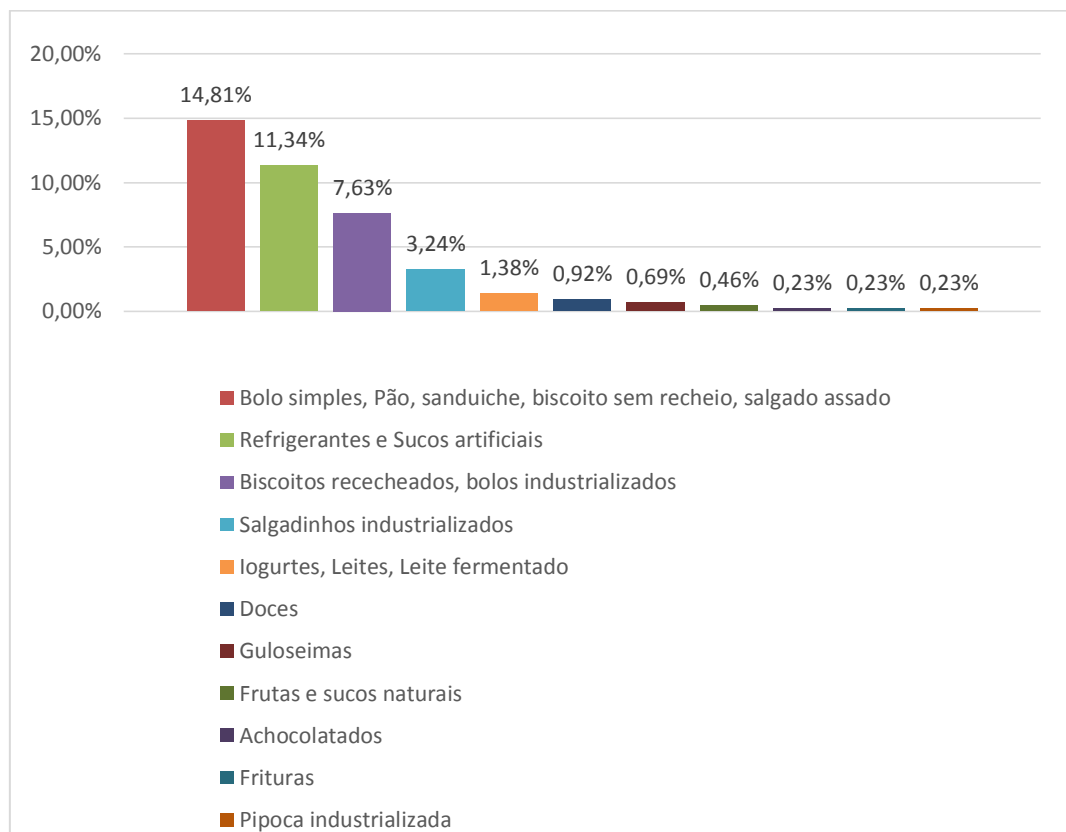
Amorim et al., (2012) ao avaliarem a qualidade dos alimentos comercializados em 35 estabelecimentos comerciais (trinta particulares e cinco públicos), constatou que os alimentos comercializados nas cantinas escolares tem alto percentual de açúcar, sódio e gorduras. Os autores destacam a necessidade do desenvolvimento de programas educacionais nas cantinas, para que haja inserção de refeições e alimentos de boa qualidade nutricional, colaborando para a saúde dos escolares.

Em outro estudo, realizado por Rodrigues (2015) em duas escolas municipais, observou-se que houve ausência de alimentos in natura e minimamente processados e alta comercialização de alimentos ultraprocessados. Na comparação entre as categorias de processamento dos alimentos das duas escolas, destacou-se 20% de produtos processados e 80% de ultraprocessados na escola A, e na escola B, todos os produtos são ultraprocessados.

Do total dos itens alimentares proveniente de casa, a maior incidência foi do grupo de bolos, pães, sanduiches, biscoito sem recheio e salgados assados 14,81%, seguido por refrigerantes e sucos artificiais 11,34%. A incidência de frutas e sucos naturais 0,46% e iogurtes, leites e leite fermentado 1,38% foi muito abaixo do esperado (Figura 2).

A Figura 2 apresenta a frequência dos itens alimentares provenientes de casa, durante 15 dias.

Figura 2. Frequência dos itens alimentares provenientes de casa, durante 15 dias.



Fonte: autor (2019)

Em estudo realizado por Marques (2018) observou que com relação aos alimentos levados à escola e consumidos na hora do intervalo, 100% dos alunos afirmam a preferência por refrigerantes, salgados, doces e chocolates. Os estudantes declaram ter uma alimentação rica em produtos industrializados no lanche escolar. Percebe-se então que os alimentos que os alunos levam à escola possui alto valor de carboidratos, sódio e gorduras, que são agentes propulsores de doenças cardiovasculares.

Dos lanches mistos (comprados na cantina e levados de casa), a maior incidência de consumo foi do grupo refrigerantes e sucos artificiais, seguido dos bolos, pães, biscoitos e sanduiches biscoito recheados e bolo industrializado. As frituras, salgadinhos industrializados, cachorro quente, guloseimas e doces tiveram consumo semelhantes. Os grupos dos achocolatados, frutas e sucos naturais não houve incidência de consumo (Quadro 2).

Dos 23 itens do grupo dos refrigerantes e sucos artificiais 65,21% foram comprados na cantina da escola e 34,78% foram proveniente de casa. A cantina escolar não oferece nenhum tipo de suco natural ou com polpa de fruta, por esse motivo há grande incidência de refrigerantes e sucos artificiais. Dos 20 itens do grupo dos bolos, pães, biscoitos e sanduiches 35% foram comprados na cantina e 65% foi proveniente de casa. No total dos 14 itens do grupo dos biscoitos recheados e bolo industrializados 14,28% comprados na cantina e 85,71% proveniente de casa. Das 8 ocorrências de frituras 87,5% foram compradas na cantina 12,5% vieram de casa. Verifica-se os resultados da frequência dos itens mistos (comprados na cantina e levados de casa) durante 15 dias no quadro 2.

Quadro 2. Frequência dos itens mistos (comprados na cantina e trazidos de casa) durante 15 dias.

<b>Itens Alimentares</b>	<b>N=85</b>	<b>% Comprados na cantina</b>	<b>% Trazidos de casa</b>
Refrigerantes e sucos artificiais	23	65,21 %	34,78%
Bolo simples, pães, sanduiches, biscoito sem recheio salgado assado	20	35%	65%
Biscoito recheado, bolo industrializado	14	14,28%	85,71%
Frituras	8	87,5%	12,5%
Salgadinhos industrializados	7	42,85%	57,14%
Guloseimas	5	60%	40%
Cachorro quente	4	100%	0%
Doces	3	0%	100%
logurte, leite e leite fermentado	1	0%	100%
Achocolatado	0	0%	0%
Frutas e sucos naturais	0	0%	0%
Pipoca Industrializada	0	0%	0%

Fonte: autor (2019)

Em estudo realizado por Mesquita, Pinto e Sarnamento (2006), em relação aos lanches mistos consumidos pelos escolares, também houve grande incidência do grupo dos bolos, pães, biscoitos e sanduiches porém a maior parte desses itens foi comprado na cantina da escola (58%), do grupo dos refrigerantes e sucos artificiais também houve elevado consumo, porém a maior parte foi proveniente de casa (70%). O consumo de produtos in natura e minimamente processado (frutas e sucos naturais), apareceu logo em seguida, com 23 ocorrências e 87% desses foi proveniente de casa. Diferentemente dos resultados encontrados no presente estudo, que em relação aos lanches mistos foi ausente o consumo de frutas e sucos naturais pelos escolares. Nesse estudo também foi constatado a elevada frequência de alimentos processados e ultraprocessados, tanto adquiridos na cantina da escola quanto provenientes de casa.

Em estudo realizado por Rossi et al., (2019) entre os estudantes ocorreu a incidência de 41% de alimentos de baixo valor nutricional, (salgadinhos industrializados, frituras, lanches prontos ou doces, biscoitos recheados, guloseimas, refrigerantes e sucos artificiais), entretanto também relataram frequência de consumo de alimentos de alto valor nutricional. O consumo de alimentos de baixo valor nutricional entre os estudantes de escolas públicas foi superior ao consumo de

estudantes particulares, mesmo havendo a existência do programa Nacional de alimentação escolar, mais de 1/3 mencionou comprar alimentos na cantina da escola e mais da metade informou trazer alimentos de casa.

O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) é um programa que atende alunos de toda a educação básica de ensino, matriculados em escolas públicas, entidades comunitárias e filantrópicas. O programa oferece educação alimentar e nutricional e alimentação escolar aos estudantes (BRASIL, 2006).

#### 4. CONCLUSÃO

Os resultados encontrados neste trabalho permitiu concluir que houve um elevado consumo de alimentos processados e ultraprocessados, tanto comprados na cantina da escola quanto provenientes de casa.

O elevado consumo desses alimentos com alto teor de açúcares simples, gordura *trans*, ácidos graxos saturados, sódio; e o baixo consumo de fibras e carboidratos complexos são um dos fatores que associa-se ao surgimento de doenças como diabetes, doenças cardiovasculares, obesidade, câncer e riscos de deficiências nutricionais

Mostra-se a necessidade de fiscalização eficaz destes estabelecimentos, a fim de minimizar a disponibilidade de alimentos prejudiciais à saúde do escolar.

O estudo mostrou ainda a necessidade e a importância de um profissional de nutrição na unidade de alimentação escolar, como agente de conscientização e transformação, de modo a contribuir para uma alimentação saudável, já que a escola referente ao estudo não possui nutricionista responsável.

Desta forma, torna-se necessário também a implementação de medidas de Educação Nutricional que envolvam a comunidade escolar, para a promoção de saúde e prevenção de Doenças Crônicas Não Transmissíveis, garantindo assim a segurança alimentar e nutricional.

## REFERÊNCIAS

AMORIM, N. F. A. et al. Implantação da cantina escolar saudável em escolas do Distrito Federal, Brasil. **Revista Nutrição**, v. 25 n. 2 p. 203-217, 2012.

BRASIL. Lei 4508/05 | Lei nº 4508, de 11 de janeiro de 2005. Disponível em: < <https://gov-rj.jusbrasil.com.br/legislacao/88467/lei-4508-05>>. Acesso em: 25 de março de 2019.

BRASIL, Ministério da Saúde; Secretaria de Atenção à Saúde; Departamento de Atenção Básica. **Manual das cantinas escolares saudáveis: promovendo a alimentação saudável**. Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2010.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2 ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Análise de Situação de Saúde. **Plano de ações estratégicas para o enfrentamento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) no Brasil 2011-2022**. Brasília: Ministério da Saúde, 2011.

BRASIL. MS. SAS. **Manual operacional para profissionais de saúde e educação**. Brasília, 2008. Disponível em: [http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/manual\\_operacional\\_profissionais\\_saude\\_educacao.pdf](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/manual_operacional_profissionais_saude_educacao.pdf). Acesso em: 15/08/18

BRASIL. **Programa Nacional de Alimentação Escolar**. Disponível em: <http://www.fnde.gov.br/programas/programas-suplementares/pnae-sobre-o-programa/pnae-sobre-o-pnae>. Acesso em 01 de Abril de 2019.

BRASIL. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de atenção básica. **Política Nacional de Alimentação e Nutrição**. 2ªed. Brasília; 2003.

CAMPOS JA; ZUANON AC. School lunch and health promotion. **Ciencia Odontol Bras** v.7, p.67-71, 2004.

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). **Pesquisa Nacional de Saúde Escolar 2015**. Rio de Janeiro. IBGE. p.132. 2016.

LOPES; RAMOS. Hábito alimentar de adolescentes em escola pública e privada do município de Florianópolis/ SC. **Estácio Saúde**, v.8, n.1, p.16, 2019.

MARQUES; MACEDO. Promoção de Hábitos Alimentares Saudáveis em uma Escola de Alagoas. **Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento**, v. 05, n 4, p.16-33, 2018.

MESQUITA, JH. et al. Perfil qualitativo dos lanches escolares consumidos em instituição de ensino particular do Distrito Federal – Brasil. **Universitas: Ciências da Saúde**, v.4, n.1/2, p. 49-62, 2006 .

RODRIGUES. Cantina escolar: qualidade nutricional e consumo de produtos comercializados entre adolescentes. Centro universitário toledo Araçatuba. 2015.

ROSSI et al. Fatores associados ao consumo alimentar na escola e ao sobrepeso/obesidade de escolares de 7-10 anos de Santa Catarina, Brasil. **Ciênc. saúde coletiva**, vol.24, n.2 , 2019.

Salvi, C. e Ceni, G.C. Educação Nutricional para pré-escolares da associação creche madre alix. **Vivências**. v.5, n.8, p.71-76, 2009.

SBP. Sociedade Brasileira de Pediatria. Lanche Saudável - Manual de orientação. São Paulo: **Sociedade Brasileira de Pediatria**. Departamento Científico de Nutrologia, 2012.

SILVA JG, TEIXEIRA ML, FERREIRA M. Alimentação e saúde: sentidos atribuídos por adolescentes. **Revista de Enfermagem**, v.16, n.1, p.88-95, 2012.

SOUZA ; PEREIRA; YOKO; LEVY ; SICHIERIL. Alimentos mais consumidos no Brasil: Inquérito Nacional de Alimentação 2008-2009. **Revista Saúde Pública**, v.47,n.1, p.190-199, 2013.

SPARRENBERGER, K. et al. Ultra-processed food consumption in children from a Basic Health Unit. **Revista Brasileira de pediatria**. Rio de janeiro, 2015.