

## Avaliação do consumo alimentar de pré-escolares frequentadores de EMEIs no Município de Nova Santa Rita, RS.

Franciele Pinho Zveibrücker.  
Fernanda Miraglia, Nutricionista

### RESUMO

O objetivo do estudo foi verificar a adequação do consumo alimentar de crianças de 2 a 5 anos frequentadoras das três EMEIs de Nova Santa Rita/RS. Foi utilizado o QFA para Crianças (COLUCCI, 2004) e, como referência as pirâmides alimentares para crianças. Foram avaliadas 174 crianças e houve semelhança entre os consumos de ambas as faixas etárias. Os grupos alimentares com consumo abaixo do recomendando foram: pães e cereais, verduras e legumes, frutas e carnes, e o leite abaixo do preconizado somente para as crianças de 2 a 3 anos. Com consumo adequado e acima do recomendado, obtivemos gorduras e açúcar, respectivamente. Nas leguminosas houve consumo adequado para crianças de 2 a 3 anos e abaixo do recomendado para crianças de 4 a 5 anos de idade. Através deste estudo foi possível traçar o perfil alimentar das crianças frequentadoras de EMEIs de Nova Santa Rita.

**Palavras-chave:** Alimentos; Consumo Alimentar; Crianças.

### ABSTRACT

*The present survey objective was to check the adequacy of dietary intake for children aged 2 to 5 years that are regularly attending three CPSECE (City Public Schools Early Childhood Education) in the city of Nova Santa Rita/RS. For this study, we used the FFQC (Food Frequency Questionnaire for Children) (COLUCCI, 2004), and also followed the reference from pyramid food for children. 174 children were evaluated and there was a similarity between the consumption of both age groups. The food groups that showed frequency of consumption below the recommended were: bread and cereals, vegetables, fruits and meat, as milk consumption being below the recommended only for children 2 to 3 years. With proper consumption and above recommended we obtained fats and sugar, respectively. In relation to leguminous, the adequate intake was for children from 2 to 3 years and lower than recommended for children 4-5 years old. Through this survey we could trace the dietary profile for children attending the CPSECE in the city of Nova Santa Rita.*

**Keywords:** Food; Dietary intake; Children.

---

Centro Universitário La Salle – Unilasalle/Canoas - RS

## 1. INTRODUÇÃO

Denomina-se pré-escolar a criança na faixa etária entre 1 e 6 anos de idade. De acordo com Vitolo (2008), o crescimento nesta fase não se restringe ao aumento de peso e altura, mas caracteriza-se por complexo processo que envolve dimensão corporal e número de células. Sendo influenciado por fatores genéticos, ambientais e psicológicos.

A fase pré-escolar é caracterizada por apetite inconstante, ou seja, a criança pode ter muito apetite em determinado momento do dia, enquanto que em outros, demonstra total inapetência. Tal comportamento alimentar, imprevisível e variável, pode fazer com que o alimento preferido de hoje, torne-se inaceitável amanhã ou que um único alimento seja aceito por muitos dias. Neste período, a criança atinge sua maturidade neurológica possibilitando a busca pelo alimento, bem como, a expressão de recusa e aceitação pelo mesmo (ACCIOLY; SAUNDERS; LACERDA, 2004).

É uma fase muito importante na vida da criança, pois se inicia a formação dos hábitos alimentares. As preferências alimentares que determinam que se goste de alimentos com sabor doce e salgado e que não se goste de alimentos com gosto amargo e azedo podem estar relacionadas á predisposições genéticas. No entanto, elas podem ser modificadas por experiências e influências do meio ambiente, onde os pais (e, eventualmente, toda a família) desempenham papel determinante no desenvolvimento das preferências alimentares das crianças (BERNARDI JR et al., 2010).

Diante da complexidade dos fatores envolvidos com a alimentação da criança, o presente estudo tem por objetivo verificar a adequação do consumo alimentar em pré-escolares de acordo com o proposto pelas pirâmides alimentares voltadas para a população infantil. Assim, poderá ser possível caracterizar o nível de risco e a vulnerabilidade á deficiências nutricionais que estas crianças apresentam, visando à promoção da saúde e da alimentação saudável na infância.

## 2. MÉTODOS

Este estudo foi de natureza qualiquantitativa, transversal observacional e descritivo. Foram incluídas, crianças na faixa etária de 2 a 5 anos, matriculadas nas três Escolas Municipais de Educação Infantil do município de Nova Santa Rita/RS, cujo seus pais e/ou responsáveis aceitaram voluntariamente participar da pesquisa.

Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética do Unilasalle ao qual está vinculado sob número: 10 – 051. Todos os pais e/ou responsáveis assinaram o TCLE.

Foi utilizado o Questionário de Frequência Alimentar para Crianças (QFAC) validado e aplicado por Colucci (2004). Para sua elaboração Colucci identificou os alimentos mais representativos para o consumo de energia – carboidrato, proteína, lipídeo, retinol, vitamina C, cálcio e ferro – a partir de recordatórios alimentares de 24hs de 207 crianças de 2 a 5 anos do município de São Paulo.

Este instrumento é adequado para avaliar a dieta habitual de crianças, pois, possibilita a investigação das características da alimentação habitual deste grupo e avalia a dieta de uma forma mais global por compreender um período de seis meses, considerando a variabilidade nas preferências alimentares da criança.

O instrumento apresenta 57 itens alimentares, divididos em 10 categorias, representado em medidas caseiras, o que facilita sua abordagem e preenchimento. O questionário apresenta ainda, o campo “*Outros*” em sua última página para que alimentos frequentemente consumidos pela criança e que não constam no QFAC sejam descritos pelos responsáveis.

Os alimentos que compõe o QFAC foram reunidos de acordo com grupos das pirâmides alimentares. Para crianças de 2 a 3 anos foi utilizada a pirâmide alimentar validada por Philippi et al. (2003) e para crianças de 4 a 5 anos foi utilizada a pirâmide alimentar do Departamento de Agricultura dos Estados Unidos (USDA), (1999). Foi analisado cada grupo alimentar, considerando o consumo diário de cada alimento.

A frequência de consumo foi classificada em: alta (1 ou mais vezes por dia), moderada (1 a 4 vezes por semana), baixa (1 a 3 vezes por mês ou menos de 1 vez por mês) e nunca.

A coleta de dados foi realizada pela pesquisadora no período de fevereiro á abril de 2011. Os questionários foram preenchidos em casa pelos responsáveis e entregues no prazo de uma semana.

A tabulação de dados foi realizada através do software Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versão 17.0. Para melhor visualização dos resultados, também foi utilizado o programa Microsoft Office Excel 2007 onde foram elaboradas planilhas e gráficos.

### 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram avaliados 174 alunos, 55,2% do sexo feminino e 44,8% do sexo masculino, sendo 80 crianças na faixa etária de 2 a 3 anos e 94 crianças na faixa etária de 4 a 5 anos.

A rotina alimentar observada nas três escolas foi muito semelhante. Para as crianças atendidas em regime de tempo integral, eram fornecidas quatro refeições ao dia: desjejum, almoço, lanche da tarde e jantar. Para aquelas que frequentavam as escolas em apenas um turno eram servidas duas refeições ao dia: desjejum e almoço (manhã) ou lanche e jantar (tarde).

Observou-se que alguns alimentos como: leite integral, pão, arroz e feijão eram componentes dos cardápios diários das escolas. Alimentos que compõem o grupo das carnes, cereais, vegetais e frutas apresentavam variabilidade de oferta, respeitando o planejamento de cardápio.

Ao avaliarmos a frequência de consumo alimentar da amostra como um todo, ou seja, das crianças de 2 a 5 anos, encontramos os resultados expressos a seguir.

No grupo de pães e cereais, encontrou-se alta frequência de consumo para arroz (85,10%) e pão francês/forma/bisnaguinha (65,60%); moderada para macarrão cozido/ao sugo (72,41%), batata cozida (62,07%), biscoito sem recheio (55,20%); baixa para risoto/polenta (55,20%), macarrão instantâneo (50%), mandioquinha (48,55%), cereal matinal (42%) e nunca para espessantes (57,5%).

O consumo de carboidratos complexos mostrou-se insuficiente, considerando que somente o arroz e o pão são consumidos diariamente pelas crianças pesquisadas. Como discutido anteriormente, pode-se justificar maior consumo destes dois alimentos pelo fato de que ambos são servidos diariamente nas escolas, enquanto que os demais são oferecidos conforme planejamento de cardápio.

São necessárias doses suficientes de carboidratos para se evitar o desenvolvimento de cetose e hipoglicemia na infância (VITOLLO, 2008).

Bernardi et al. (2010) com o objetivo de estimar o consumo de energia e macronutrientes (no domicílio e na escola) de 362 pré-escolares de Caxias do Sul/RS, observaram que no ambiente escolar, as crianças matriculadas em escolas particulares consumiam significativamente maiores quantidades de alimentos contendo carboidratos e

lipídeos e, conseqüentemente, energia, quando comparadas com as de escolas públicas, suposição baseada nas diferenças de cardápios e ofertas de alimentos das escolas.

No grupo de verduras e legumes, não foi observada alta frequência de consumo. Com frequência de consumo moderada, obteve-se: molho de tomate (57,47%), tomate (50,60%), e cenoura (43,68%); para baixa frequência encontrou-se: abóbora (41,90%) e para aqueles alimentos nunca consumidos: chuchu (54,60%), alface (42%), acelga/repolho/couve (37,90%).

Semelhante ao grupo das verduras, as frutas também não possuem alta frequência de consumo. Obteve-se moderada frequência para maçã/pêra (60,90%), banana (52,30%), laranja (44,80%), suco de laranja (41,95%), suco de outras frutas (35,26%); baixa para mamão (35,63%) e nunca para goiaba (68,40%).

O fato de nenhum destes alimentos fazerem parte da dieta diária da maioria destas crianças é extremamente preocupante. Dos sete alimentos que compõem o grupo das verduras, mais da metade não são consumidos se quer semanalmente (três nunca são consumidos e um é consumido mensalmente). Resultados semelhantes foram encontrados por Castro et al. (2005) em uma população composta por 89 crianças de 24 a 72 meses de idade, assistidas em creches municipais de Viçosa/MG, onde também prevaleceu a baixa frequência no consumo de frutas e hortaliças.

Corroborando estudo internacional que investigou o consumo alimentar de crianças em fase escolar na Lituânia entre os anos de 2002 e 2010, evidenciando o baixo consumo de frutas e vegetais e o alto consumo de doces e refrigerantes. Salientando ainda, que com o passar do tempo, o consumo de frutas e vegetais tiveram uma significativa variação em relação ao sexo das crianças pesquisadas. A proporção de meninas que consumiam frutas e vegetais aumentou de 24,2% (2002) para 31% (2010) e a proporção dos meninos caiu de 29,3% (2002) para 23,1% (2010). Outro fator relevante observado diz respeito a faixa etária das crianças, mostrando que com o passar dos anos, o consumo destes alimentos diminuiu, o que pode estar relacionado a influencia dos pais nas escolhas alimentares de crianças mais novas (ZABORSKIS et al. 2011).

Não se pode desconsiderar a hipótese de que alguns alimentos que compõem estes grupos não são os mais comumente consumidos na região Sul. Um exemplo disto é a bergamota, citada por alguns pais por ser uma fruta consumida com frequência pelas crianças, mas que não faz parte do grupo das frutas no QFAC. Em contrapartida, temos a goiaba, componente do grupo das frutas que aparece com consumo quase inexistente por

mais da metade da população investigada. Com o grupo das verduras ocorre situação semelhante, vegetais como: beterraba, brócolis, espinafre também foram citados pelos responsáveis por serem consumidos com frequência, mas não pertencerem ao questionário.

Além de proporcionarem uma alimentação mais colorida e diversificada, frutas e verduras são excelentes fontes de fibras, vitaminas e minerais, atuando na prevenção e correção da desnutrição, deficiência de vitamina A, ferro e zinco. Distúrbios estes que, além de predispor a criança a infecções respiratórias, diarreia e anemia ferropriva, colocam em risco seu crescimento e desenvolvimento (BARBOSA et al. apud CAGLIARI, 2009).

Para o grupo das leguminosas, representado exclusivamente pelo feijão, predominou a alta frequência de consumo (75,29%).

A frequência de consumo do feijão apresentou-se adequada. A combinação tipicamente brasileira de arroz com feijão fornece proteínas de excelente qualidade, de modo que ambos se completam de forma plena em termos de aminoácidos essenciais. O fato de estes alimentos comporem o cardápio diário e, portanto, serem oferecidos em pelo menos uma refeição ao longo do dia nas escolas é muito positivo. As crianças que por ventura não consomem arroz com feijão em casa, recebem na escola o aporte adequado de proteínas e fibras através destes alimentos.

Acredita-se que, se o conteúdo energético da dieta for adequado, provavelmente a quantidade de proteínas também o será. A deficiência isolada de proteínas não parece ser um fator importante no déficit de estatura de crianças de baixo nível sócio-econômico de países em desenvolvimento. Essa afirmativa se baseia no fato de que a ingestão de proteínas de crianças com retardo no crescimento foi adequada em vários estudos (BEATON et al. apud BRASIL, 2002).

No grupo das carnes e ovos observou-se que nenhum alimento alcançou a alta frequência de consumo; moderada frequência para frango (67,24%), carne cozida (60,12%), bife (59,80%), ovo (55,17%); baixa frequência para peixe (66,67%) e nunca para bife de fígado de boi (45,40%).

Tuma et al. (2005) ao realizarem análise do consumo alimentar de 230 pré-escolares matriculados em três creches de Brasília/DF, encontraram resultados semelhantes: consumo médio de carne bovina, frango e ovos; e baixo consumo de peixes e vísceras.

Alimentos como frango, carne bovina e ovos podem ter apresentado consumo moderado, pois são oferecidos alternadamente no cardápio semanal da criança, em

detrimento de peixes e vísceras que têm baixo consumo, provavelmente por falta de incentivo à introdução desses alimentos na dieta habitual.

Oliveira et al. (2007) demonstraram que a idade menor que 24 meses, a baixa escolaridade materna, a alta proporção de calorias do leite de vaca na dieta e a baixa densidade de ferro não-heme foram os fatores que mais determinaram o risco de anemia em crianças de 6 a 59 meses de idade no estado de Pernambuco.

Observa-se no grupo do leite e derivados, alta frequência no consumo de leite integral (86,80%), iogurte de frutas (43,70%); moderada para danoninho®/chambinho® (41,40%), queijo prato/mussarela (34,48%) e nunca para requeijão (78,70%) e leite fermentado (48,85%).

Este grupo apresentou adequação de consumo para leite integral e iogurte de frutas. Estes alimentos consumidos diariamente são capazes de suprir as necessidades de cálcio de crianças de 1 a 3 anos. No entanto, não atingem o valor preconizado pelo Institute of Medicine (IOM) 2000, para crianças de 4 a 8 anos.

A adequada ingestão de minerais, como o cálcio, é outra preocupação evidente quando se aborda a alimentação de pré-escolares. De acordo com a Sociedade Brasileira de Pediatria (2008), 01 xícara de leite integral + 01 fatia de queijo branco + 4 ramos de brócolis são suficientes para atingir as necessidades diárias de cálcio de crianças de 1 a 3 anos. Para crianças de 4 a 8 anos são necessárias 2 xícaras de leite integral + 01 fatia de queijo branco + 01 colher de sopa de couve-manteiga refogada.

O papel da nutrição é fundamental, de modo que, o adequado aporte de cálcio e vitamina D associados a hábitos de vida saudáveis são importantes fatores que atuam na prevenção de distúrbios nutricionais como: raquitismo, osteopenia e osteoporose (WEFFORT; LAMOUNIER, 2009).

Em relação ao grupo dos açúcares e doces: o achocolatado em pó (62,64%), o açúcar (58,38%) e o suco artificial (44,51%) apresentam alta frequência de consumo; para o refrigerante (68,97%), bolo comum/chocolate (55,20%) e chocolate (47,40%) obteve-se moderada frequência; com baixa frequência aparece o biscoito com recheio (50%) seguido pelo chá industrializado (71,30%) e café com açúcar (34,68%) que nunca são consumidos.

Três alimentos deste grupo apresentam frequência de consumo diária, corroborando o estudo realizado por Barbosa et al. (2005) com crianças de 2 e 3 anos matriculadas em uma creche filantrópica na Ilha de Paquetá/RJ, onde o consumo do grupo do açúcar foi três vezes maior que a porção recomendada por Phillippi et al., principalmente pelo alto consumo de

refrescos industrializados, refrigerantes, balas e açúcar de adição. Fato que pode estar associado a uma maior prevalência de obesidade infantil, sendo ainda investigada sua relação com algumas doenças, como a cárie dental e as doenças cardiovasculares.

Sabe-se que o açúcar possui índice glicêmico elevado e desta forma, acaba contribuindo para o aumento da densidade energética da dieta sem proporcionar um valor nutritivo á preparação a qual é acrescido.

O elevado consumo de sucos artificiais é bastante preocupante, pois além de conterem aditivos químicos, apresentam elevado teor de açúcar e, na sua maioria, são desprovidos de nutrientes. Sua introdução precoce vem substituindo os sucos de frutas naturais, ricos em micronutrientes, que contribuem de forma significativa para a ingestão diária recomendada de vitaminas e minerais. Principalmente, a vitamina C que potencializa o aproveitamento do ferro dietético, mineral essencial a criança nesta faixa etária (TOLONI et al., 2011).

Em estudo realizado com crianças do Bahrain (pequeno estado do Golfo Pérsico), onde o consumo de açúcar também excedeu ao recomendado, os autores salientam a importante influencia da mídia, através do marketing destes alimentos, sob o publico infantil. No mundo atual, as crianças precisam ser educadas de forma a terem consciência e autonomia ao realizarem suas escolhas alimentares. Esta educação para escolhas mais saudáveis deve fundamentalmente, ser iniciada nas escolas (GHARIB; RASHEED, 2011).

No grupo dos óleos e das gorduras, observa-se alta frequência de consumo para margarina/manteiga (51,15%); moderada para presunto/mortadela (50%); baixa para salgados como: pão de queijo, pastel (68,02), pizza (67,80%), batata frita (64,16%), salgadinho/batata chips (53,50%), sanduíches como: misto hambúrguer simples (48,85%) e salsicha/lingüiça (44,51%).

Em estudo realizado no estado de Pernambuco, a gordura sob forma de óleos vegetais, margarina, manteiga, banha, toucinho, entre outros, aparece como terceiro alimento mais ingerido por crianças menores de cinco anos (FARIAS JÚNIOR; OSÓRIO, 2005). Adicionalmente, Tuma et al. (2005) observaram a introdução precoce de alimentos como: snack, refrigerante, *fast-food*, enlatados/embutidos, doces e guloseimas

O estudo em questão apresentou comportamento inverso, visto que, somente a margarina/manteiga é consumida diariamente pelos pré-escolares, resultando em um consumo adequado para o grupo das gorduras. Por se tratar de crianças com condições socioeconômicas relativamente baixas, o acesso a determinados alimentos pertencentes a este grupo não ocorre com frequência. A ausência de grandes redes de *fast-foods* no município



associada ao pequeno número de lanchonetes existentes acabam contribuindo para a baixa disponibilidade destes alimentos á população estudada.

O conteúdo de gordura da dieta está relacionado diretamente com a adequada absorção de vitamina A. Em muitos países em desenvolvimento, a dieta de crianças pequenas é pobre em gorduras, especialmente onde a ingestão de produtos animais é limitada, prejudicando assim, a absorção desta vitamina (WHO, apud BRASIL, 2002).

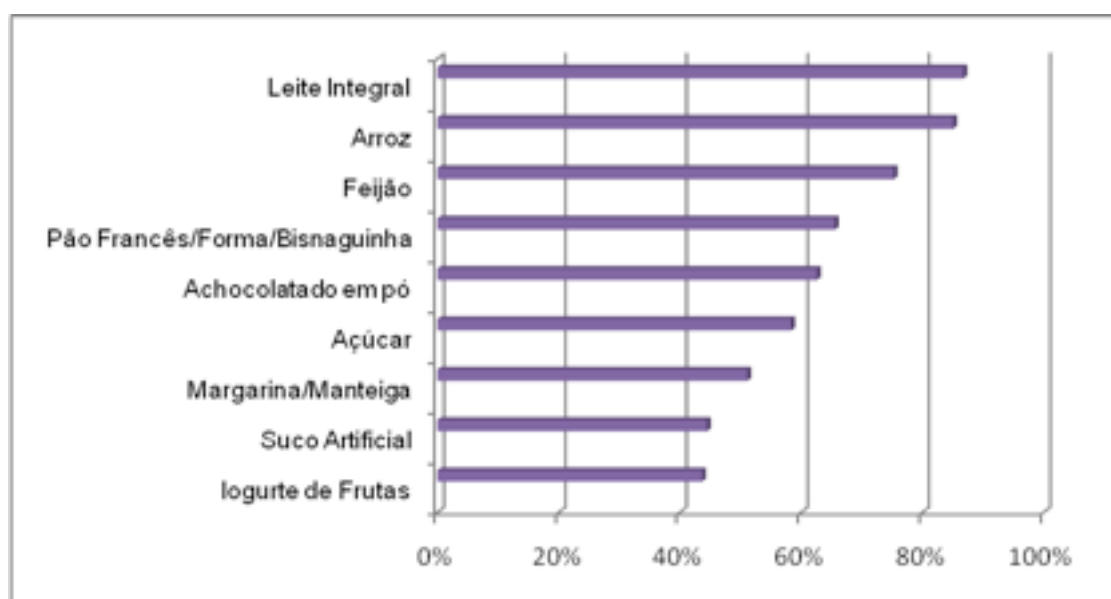
Toloni et al. (2011) em estudo envolvendo 270 crianças de creches públicas do município de São Paulo/SP, observaram que os alimentos industrializados são muito utilizados na alimentação infantil e que houve introdução precoce da maioria deles, por serem práticos e saborosos. Seu consumo geralmente está acompanhado por uma baixa ingestão de frutas, legumes, cereais e leguminosas. Mostrando ainda, que a baixa escolaridade materna aliada ao menor poder aquisitivo, a falta de acesso ás informações em saúde associaram-se de forma estatisticamente significativa com a introdução precoce de alimentos industrializados.

Alguns alimentos foram separados para análise por serem compostos por muitos nutrientes e desta forma, não pertencerem á um grupo alimentar específico como as sopas: com carne e sem carne - consumos classificados em baixa frequência 60,90% e 49,40%, respectivamente.

É importante ressaltar que o consumo de água também foi avaliado, sendo classificado em alta frequência de consumo com 93,70%. A grande maioria dos pré-escolares estudados bebe água muitas vezes ao longo do dia, resultado bastante positivo que possivelmente possa estar relacionado ao estímulo do consumo de água pelos educadores e/ou pelos próprios colegas.

No gráfico abaixo demonstramos os alimentos mais consumidos pelo grupo de crianças avaliadas no estudo. O perfil de consumo habitual apresentou-se alto em leite integral (86,80%), arroz (85,10%), feijão (75,29%), pão (65,60%), achocolatado em pó (62,64%), açúcar (58,38%), margarina (51,15%), suco artificial (44,51%) e iogurte de frutas (43,70%). Os demais alimentos apresentaram frequência moderada e baixa, destacando-se os grupos dos cereais, verduras e frutas com consumo bastante aquém das recomendações para a faixa etária.

Figura 1 Gráfico dos alimentos consumidos diariamente pelos pré-escolares de 2 a 5 anos das E.M.E.I de Nova Santa Rita



Fonte: Autoria própria, 2011.

Tabela 9 Média das porções consumidas dos diversos grupos alimentares entre a faixa etária de 2 a 3 anos

Grupos alimentares	Média	Recomendado por Philippi et al
<b>Pães e Cereais</b>	2,11	5,00
<b>Verduras e Legumes</b>	0,38	3,00
<b>Frutas</b>	1,11	3,00
<b>Leite e Derivados</b>	1,90	3,00
<b>Carnes e Ovos</b>	0,54	2,00
<b>Leguminosas</b>	0,79	1,00
<b>Açúcares e Doces</b>	2,08	1,00
<b>Óleos e Gorduras</b>	0,84	1,00

Fonte: Autoria própria, 2011.

Tabela 10 Média das porções consumidas dos diversos grupos alimentares entre a faixa etária de 4 a 5 anos

<b>Grupos alimentares</b>	<b>Média</b>	<b>Recomendado pela USDA</b>
<b>Pães e Cereais</b>	2,19	6,0
<b>Verduras e Legumes</b>	0,53	3,0
<b>Frutas</b>	1,19	2,0
<b>Leite e Derivados</b>	1,71	2,0
<b>Carnes e Leguminosas</b>	1,26	2,0
<b>Açúcares e Doces</b>	2,51	Consumo moderado
<b>Óleos e Gorduras</b>	0,87	Consumo moderado

Fonte: Autoria própria, 2011.

Podemos observar que há uma semelhança entre os consumos de ambas as faixas etárias. Os grupos alimentares que apresentaram frequência de consumo abaixo do recomendando foram: pães e cereais, verduras e legumes, frutas e carnes. Sendo o consumo de leite abaixo do preconizado somente para as crianças de 2 a 3 anos. Com consumo adequado e acima do recomendado pelas pirâmides, obtivemos óleos e gorduras e açúcar, respectivamente, mostrando-se semelhante para todas as idades pesquisadas.

Diferentes consumos apareceram em relação às leguminosas, apresentando consumo adequado para crianças de 2 a 3 anos e abaixo do recomendado para crianças de 4 a 5 anos de idade.

Cagliari et al. (2009) em estudo realizado em Campina Grande/PB, verificaram associação entre alguns alimentos e a ocorrência de diarreia e infecção respiratória: os pré-escolares que consumiam frutas diariamente apresentaram menor frequência de diarreia e aqueles que consumiam sopas diariamente apresentaram menor frequência de diarreia e de infecção respiratória. Ainda, o consumo diário de leite e de óleos mostrou-se associado positivamente com a presença de infecção respiratória.

Rauber e Vitolo (2009) avaliaram a correlação dos gastos com a alimentação e a qualidade dietética de 346 pré-escolares nascidos na cidade de São Leopoldo/RS com baixa condição socioeconômica. Este estudo demonstrou que famílias de baixa renda e mães com menor escolaridade oferecem alimentos ricos em gordura e açúcar com mais frequência a

seus filhos. Essas práticas alimentares caracterizadas por ingestão insuficiente de micronutrientes e, excessiva de alimentos altamente energéticos podem contribuir para explicar em parte a alta prevalência de anemia, hipovitaminose A e carência de outros micronutrientes, além da obesidade entre pré-escolares no Brasil.

O presente estudo está sujeito a um viés no que diz respeito ao correto preenchimento dos QFACs, podendo não ser precisas às informações registradas pelas mães ou responsáveis. Não se pode desconsiderar o fato de que muitos responsáveis relataram desconhecer a composição das refeições servidas nas escolas. Muitas mães de crianças que frequentam as escolas em tempo integral dizem não conhecer com clareza, os hábitos alimentares de seus filhos. Portanto, apesar de o questionário compreender um período de seis meses e ter sua aplicação realizada no período de volta às aulas, os responsáveis podem ter considerado a alimentação da criança somente no domicílio e em um curto período de tempo, sem considerar o que é servido diariamente na escola.

#### 4. CONCLUSÃO

Através deste estudo foi possível traçar o perfil alimentar das crianças de dois a cinco anos frequentadoras de escolas públicas infantis do município de Nova Santa Rita.

Partindo do princípio de que muitas crianças passam mais tempo com seus educadores do que com a própria família, eles acabam se tornando um ponto de referência para a criança. Neste sentido, os professores possuem papel fundamental como agentes transformadores desta realidade. Processos de capacitação e formação de educadores são necessários para a promoção da alimentação saudável na escola. Portanto, acredita-se que o primeiro passo para se desenvolver ações educativas em nutrição seja a conscientização dos professores para que posteriormente, o aprendizado seja transmitido aos alunos.

A estratégia de promoção de uma alimentação saudável tanto no ambiente escolar como no familiar é um grande desafio para os profissionais de nutrição. Neste contexto, os resultados obtidos neste estudo reforçam a importância de programas de educação em saúde direcionados às famílias com crianças menores de cinco anos de idade, por ser esta a faixa etária na qual as práticas de alimentação são inicialmente estabelecidas, repercutindo diretamente nas condições de saúde tanto na infância como na idade adulta.

Acreditamos que seria de grande valia para futuros trabalhos avaliar em conjunto com o hábito alimentar, o estado nutricional das crianças através da antropometria. Assim,

será possível verificar o impacto que as inadequações observadas na alimentação dos pré-escolares estão exercendo sobre o crescimento e desenvolvimento dos mesmos.

## REFERÊNCIAS

ACCIOLY, Elisabeth; SAUNDERES, Claudia; LACERDA, Elisa Maria de Aquino. Nutrição em obstetrícia e pediatria. São Paulo: Cultura Médica, 2004.

BARBOSA, Roseane Moreira Sampaio; SALLES-COSTA, Rosane; SOARES, Eliane de Abreu. Guias alimentares para crianças: aspectos históricos e evolução. Revista de Nutrição, São Paulo, v. 19, n. 2, p. 255 – 263. Mar/Abr., 2006.

BARBOSA, Roseane Moreira Sampaio et al. Consumo alimentar de crianças com base na pirâmide alimentar infantil. Revista de Nutrição, São Paulo, v. 18, n. 5, p. 633 – 641. Set/out. 2005.

BERNARDI, Juliana Rombaldi et al. Estimativa do consumo de energia e de macronutrientes no domicílio e na escola em pré-escolares. Jornal de Pediatria, Rio de Janeiro, v. 86, n.1, p. 59 – 64. 2010.

BRASIL. Ministério da Saúde. Guia alimentar para crianças menores de 2 anos. Brasília: Ministério da Saúde, 2002. (Série A. Normas e Manuais Técnicos, n. 107).

CAGLIARI, Mayara Poliane Pires et al. Consumo alimentar, antropometria e morbidade em pré-escolares de creches públicas de Campina Grande, Paraíba. Sociedade Brasileira Alimentação e Nutrição, São Paulo, v. 34, n. 1, p. 29-43. Abr. 2009.

CASTRO, Teresa Gontijo de et al. Caracterização do consumo alimentar, ambiente socioeconômico e estado nutricional de pré-escolares de creches municipais. Revista de Nutrição, Campinas, v.18, n.3, p. 321-330. Maio/Jun., 2005.

COLUCCI, Ana Carolina Almada; PHILIPPI, Sonia Tucunduva; SLATER, Betzabeth. Desenvolvimento de um questionário de frequência alimentar para avaliação do consumo alimentar de crianças de 2 a 5 anos de idade. Revista Brasileira de Epidemiologia, São Paulo, v. 7, n. 4, p. 393 – 401. 2004.

DRI (Recommended Intakes for Individuals). Food and Nutrition Board, Institute of Medicine, National Academie. 2004.

FARIAS JÚNIOR, Gilvo de; OSÓRIO, Mônica Maria. Padrão alimentar de crianças menores de 5 anos. *Revista de Nutrição*, São Paulo, v. 18, n. 6, p. 793 – 802. Nov/dez., 2005.

IOM (Institute of Medicine). Dietary reference intakes. Applications in dietary. National academy press, assessment. Washington, D.C, p. 200-285. 2000.

GHARIB, Nadia; RASHEED, Parveen. Energy and macronutrient intake and dietary pattern among school children in Bahrain: a cross-sectional study. *Nutrition Journal*, 10:62. 2011.

OLIVEIRA, Maria A. A.; OSORIO, Mônica M.; RAPOSO, Maria C. F. Fatores socioeconômicos e dietéticos de risco para a anemia em crianças de 6 a 59 meses de idade. *Jornal de Pediatria*, Rio de Janeiro, v. 83, n. 1, p. 39 - 46. 2007.

PHILIPPI, Sonia Tucunduva; CRUZ, Ana Teresa Rodrigues; COLUCCI, Ana Carolina Almada. Pirâmide alimentar para crianças de 2 a 3 anos. *Revista de Nutrição*, São Paulo, v. 16, n. 1, p. 5 – 19. Jan/Mar., 2003.

RAUBER, Fernanda; VITOLO, Márcia Regina. Qualidade nutricional e gastos com a alimentação de pré-escolares. *Jornal de Pediatria*, Rio de Janeiro, v. 85, n. 6, p. 536 – 540. 2009.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. Departamento de Nutrologia. Manual de orientação para a alimentação do lactente, do pré-escolar, do escolar, do adolescente e na escola. 2ª edição. São Paulo: SBP, 2008.

TOLONI, Maysa Helena de Aguiar et al. Introdução de alimentos industrializados e de alimentos de uso tradicional na dieta de crianças de creches públicas no município de São Paulo. *Revista de Nutrição*, Campinas, v. 24, n. 1, p. 61-70. Jan/Fev. 2011.

TUMA, Rahilda Conceição Ferreira Brito; COSTA, Teresa Helena Macedo; SCHIMITZ, Bethsaida de Abreu Soares. Avaliação antropométrica e dietética de pré-escolares em três creches de Brasília, Distrito Federal. *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil*, Recife, v. 5, n.4, p. 419 – 428. Out/dez., 2005.

USDA. Tips for using the food guide pyramid for young children 2 to years old. (serial online), march. 1999. Disponível em: <http://www.usda.gov/cnpp/kidspyra/pyrbook.pdf>. Acesso em: 10/10/2010.

WEFFORT, Virgínia Resende; LAMOUNIER, Joel Alves. *Nutrição em Pediatria- da Neonatologia à Adolescência*. Rio de Janeiro: Editora Manole, 2009.

VITOLLO, Marcia Regina. Nutrição da Gestação ao Envelhecimento. Rio de Janeiro: Editora Rubio, 2008.

ZABORSKIS, Apolinaras et al. Trend in eating habits among Lithuanian school aged children in context of social inequality: three cross-sectional surveys 2002, 2006 and 2010. BMC Public Health 12:52. 2012.