



CENTRO UNIVERSITÁRIO BRASILEIRO - UNIBRA

NUTRIÇÃO

EVERLANE VIEIRA CAVALCANTI

RAMON GOMES DA SILVA

**REFLEXOS DOS HÁBITOS ALIMENTARES DE ALUNOS DOS ANOS
FINAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL II NA COMPOSIÇÃO E
PERCEPÇÃO CORPORAL**

RECIFE/2022

EVERLANE VIEIRA CAVALCANTI

RAMON GOMES DA SILVA

**REFLEXOS DOS HÁBITOS ALIMENTARES DE ALUNOS
DOS ANOS FINAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL II NA
COMPOSIÇÃO E PERCEPÇÃO CORPORAL**

Trabalho de conclusão apresentado como requisito parcial para o curso de Bacharelado em Nutrição do Centro Universitário Brasileiro, sob a orientação da professora Ma. Mariana Nathália Gomes de Lima.

RECIFE/2022

Ficha catalográfica elaborada pela
bibliotecária: Dayane Apolinário, CRB4- 1745.

C376r Cavalcanti, Everlane Vieira
Reflexos dos hábitos alimentares de alunos dos anos finais do ensino
fundamental II na composição e percepção corporal / Everlane Vieira
Cavalcanti, Ramon Gomes da Silva. Recife: O Autor, 2022.

23 p.

Orientador(a): Ma. Mariana Nathália Gomes de Lima.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Centro Universitário
Brasileiro – UNIBRA. Bacharelado em Nutrição, 2022.

Inclui Referências.

1. Hábitos alimentares. 2. Estudantes. 3. Ultraprocessados. I. Silva,
Ramon Gomes da. II. Centro Universitário Brasileiro - UNIBRA. III. Título.

CDU: 612.39

“A leitura do mundo precede a leitura da palavra, daí que a posterior leitura desta não possa prescindir da continuidade da leitura daquele.”

(PAULO FREIRE)

AGRADECIMENTOS

Agradecemos o empenho de todos os mestres que nos guiaram nessa jornada, pois com muita motivação e ensinamentos, pudemos concluir com muito sucesso mais essa etapa das nossas vidas.

À nossa orientadora Mariana Nathália, pela excelente orientação que foi dada e nos permitiu chegar até aqui com a plena sensação de dever cumprido. Para nós, significou uma honra sermos orientados por uma profissional de relevância profissional e ética tão louvável.

E, por fim, aos nossos familiares por sempre acreditarem e incentivarem nossos sonhos.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	7
2 REFERENCIAL TEÓRICO	9
2.1 O comportamento alimentar no âmbito familiar.	9
2.2 O aumento na ingestão de ultraprocessados entre os escolares.	11
2.3 A Política de Alimentação e Nutrição no Ambiente Escolar.	13
3 DELINEAMENTO METODOLÓGICO	14
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	15
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS	22
REFERÊNCIAS.....	23

REFLEXOS DOS HÁBITOS ALIMENTARES DE ALUNOS DOS ANOS FINAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL II NA COMPOSIÇÃO E PERCEPÇÃO CORPORAL

EVERLANE VIEIRA CAVALCANTI

RAMON GOMES DA SILVA

MARIANA NATHÁLIA GOMES DE LIMA¹

RESUMO: O presente trabalho busca compreender sobre comportamentos alimentares que foram formados ao longo da vida de adolescentes em fase escolar dos anos finais do ensino fundamental. O objetivo é abordar o perfil alimentar e nutricional de adolescentes em idade escolar do ensino fundamental II, baseando-se em estudos e pesquisas encontrados na literatura. Os procedimentos metodológicos adotados se deram por revisão literária a partir dos descritores: hábitos alimentares, estudantes e ultraprocessados. Foram selecionados 185 artigos em bases de dados do LILACS, Scielo e da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), dos quais reservamos 06 para a análise, tendo estabelecido o critério de idioma em Língua Portuguesa e os que foram publicados nos últimos cinco anos. Os resultados revelaram que é possível estabelecer relações prejudiciais à saúde entre os hábitos alimentares dos adolescentes e o consumo de alimentos ultraprocessados, fazendo-se necessário o constante monitoramento dos fatores de risco que podem desencadear o surgimento de DCNTs, como o sobrepeso e a obesidade. Assim, conclui-se que dessa forma é possível promover estratégias de intervenção para orientar e aplicar a EAN na comunidade escolar para o combate de possíveis quadros de desnutrição e surgimento de doenças, além de contribuir para a construção de hábitos saudáveis dentro e fora do ambiente escolar.

Palavras-Chaves: Hábitos Alimentares; Estudantes; Ultraprocessados.

1 INTRODUÇÃO

Para a Organização Mundial de Saúde (OMS, 2020), a adolescência corresponde ao período entre 10 e 19 anos, caracterizado por uma série de mudanças físicas, mentais e sociais que culminarão com as similaridades próprias de um adulto.

Considerando essas transformações, é importante destacar um estudo realizado pela Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (IBGE, 2020) que traz um alerta acerca do consumo de alimentos ultraprocessados (AUP), mostrando que

¹ Professor(a) da UNIBRA. Mestrado em Nutrição em Saúde Pública. E-mail: marianaglima@gmail.com.

diariamente cerca de 37,5% dos 102.072 adolescentes entrevistados consomem esse subgrupo de alimentos, indicando ruptura de hábitos nos seus padrões de consumo alimentar do produto in natura para o industrializado. Além disso, como defendido por Popkin (2001), nas últimas décadas o sedentarismo e a ausência de uma orientação adequada acerca da alimentação saudável desencadearam altas prevalências de obesidade, hipertensão e doenças crônicas não transmissíveis (DCNT).

Encarando-se como um problema de saúde pública, tais fatores precisam ser vistos de maneira responsável e técnica, com medidas de prevenção e tratamento para promoção da saúde. Essa realidade é observada a partir do aumento no consumo de alimentos ultraprocessados ricos em gordura, sal e açúcar, com baixo teor de vitamina, levando a um quadro de sobrepeso (BRASIL, 2016). De acordo com Guedes (2021), entre os adolescentes brasileiros, o percentual de sobrepeso entre moças e rapazes está em 16,4% e 15,3% respectivamente e, no que se refere à obesidade, elas representam 6,2% e eles 6,7% das prevalências.

Dando ênfase ao fator obesidade, há estudos que apontam tal agravamento como consequência da desnutrição precoce, vulnerabilidade socioeconômica, e ainda, a insegurança alimentar (ALTMAN & WILFLEY, 2014). A construção dos hábitos alimentares é bastante complexa e multifatorial, dentre os quais, destaca-se o aleitamento materno até os 6 meses, como um ponto fundamental para controle e prevenção de doenças crônicas, uma vez interrompida essa exclusividade, o comportamento alimentar dos pais tende a influenciar na preferência de alimentos doces e salgados e na rejeição dos ácidos e amargos (SOARES, 2019).

No Brasil, o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), instituído pela Lei nº 11.947/2009, é uma das políticas públicas que visam garantir a Segurança Alimentar e Nutricional dos indivíduos. Tendo como objetivo “contribuir para o crescimento e o desenvolvimento biopsicossocial, a aprendizagem, o rendimento escolar e a formação de hábitos alimentares saudáveis dos alunos, por meio de ações de educação alimentar e nutricionais e da oferta de refeições que cubram as suas necessidades nutricionais durante o período letivo” (BRASIL, 2013).

Sendo assim, diante do que foi dito, o objetivo é abordar o perfil alimentar e nutricional de adolescentes em idade escolar do ensino fundamental II, baseando-se

em estudos e pesquisas encontrados na literatura. Para tanto, a metodologia adotada pretende descrever, a partir de estudos encontrados na literatura, observações que indicam o aumento do consumo de ultraprocessados no cotidiano dos adolescentes, podendo acarretar complicações de saúde como obesidade, hipertensão e doenças crônicas não transmissíveis, como já descrito anteriormente.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 O comportamento alimentar no âmbito familiar.

A infância, o aleitamento materno, a alimentação complementar e idade pré-escolar são fases da vida mais ricas e plenas pelas quais passa o ser humano. O crescimento e desenvolvimento da criança são dinâmicos, envolvendo fatores biológicos, emocionais e sociais que preparam para a vida adulta, sendo a influência familiar um fator determinante nos costumes saudáveis, pois são iniciados e cultivados nesse contexto, vista como uma das principais executoras de âmbito social (FERRARI, 2012).

A alimentação do indivíduo deve estar de acordo com as necessidades alimentares de cada um, respeitando cada fase ao longo da vida (infância, adolescência, fase adulta e velhice), sua cultura, raça e etnia. Devendo ser acessível fisicamente e financeiramente, com qualidade e quantidades adequadas, sustentáveis e com o mínimo de contaminantes ao organismo. Os bons hábitos alimentares desde a infância são fundamentais para o controle e prevenção de carências nutricionais na criança e doenças crônicas na idade adulta, sendo indispensáveis para a qualidade de vida (BRASIL, 2014).

O leite materno é um alimento completo e natural, possui nutrientes de alta qualidade, que são facilmente digeridos pelo bebê, nele também possui toda água que o bebê necessita, sem necessidade de líquido adicional, havendo um consenso mundial que é a melhor maneira de alimentar as crianças até os 6 meses de vida, além de ser o método mais barato e seguro de alimentá-los. Estima-se que cerca de 2 milhões de mortes de crianças poderiam ser evitadas a cada ano por meio de práticas eficazes de amamentação (COELHO, 2019).

Com um ano de idade, a alimentação da criança é livre. No entanto, segundo Wardie (2007), essa liberdade deve ser associada à ingestão de alimentos saudáveis,

considerando a disponibilidade, aceitabilidade e preferência alimentar, pois, geralmente, está rodeada de influências capazes de gerar maus hábitos e não é fácil convencê-la a aceitar uma alimentação variada, que priorize produtos in natura ou minimamente processados. Muitas crianças têm medo de provar novos alimentos e sabores, cabe aos responsáveis oferecer em outra ocasião, pois se compreende que a maturidade do paladar vai depender da diversidade de experiências. Segundo Ramos et al. (2000), a educação nutricional é eficaz na idade pré-escolar, fase em que a família deve ter maior intervenção no comportamento alimentar da criança, pois é quando outros fatores determinantes nas suas escolhas começam alcançá-las.

As preferências podem ser aprendidas antes mesmo do desmame. Algumas evidências mostram que uma exposição sistemática, desde o sabor transmitido pelo leite materno, pode aumentar a familiaridade com os alimentos (ROSSI, MOREIRA e RAUEN, 2008). Hábitos alimentares executados por muitos desses responsáveis de maneira errada, interferem não apenas na qualidade de vida infantil, mas também na fase adulta (BARRETO et al., 2016). É adequado e necessário que os responsáveis recebam orientações nutricionais desde o início da gestação, favorecendo o processo de educação alimentar. Comportamentos alimentares que preconizam a ingestão de alimentos processados e ultraprocessados, hábito de comer assistindo tv, não estabelecer horários para realização das refeições e a não variabilidade do cardápio são exemplos de condutas que devem ser evitadas (OLIVEIRA et al., 2019).

Estudos divulgados ao longo das últimas décadas revelam que reduções na ingestão alimentar pelas crianças de alimentos não nutritivos, ricos em gorduras e açúcares, mostraram-se eficazes na diminuição de doenças crônicas não transmissíveis, estendendo-se a todos os membros da família (EPSTEIN et al., 2001). Ou seja, é urgente pensar que as consequências de uma alimentação à base de produtos industrializados devem ser evitadas principalmente na primeira infância. Segundo o Ministério da Saúde (2004, p. 25), uma alimentação saudável inicia-se com o aleitamento materno. Além desse incentivo e apoio, a equipe de saúde deve estar preparada para orientar a transição do aleitamento para a introdução de novos alimentos (início do desmame), por se tratar de um momento crítico, em que os distúrbios nutricionais acontecem.

De acordo com dados de ingestão calórica no Brasil (POF 2017-2018), os

alimentos ultraprocessados já representam cerca de 20 a 30% dos valores diários recomendados, o que vem provocando um o impacto na saúde cardiometabólica das pessoas, podendo desenvolver ou agravar diversas DCNTs. E, diante de um cenário pandêmico, a situação tende a se agravar, uma vez que o confinamento imposto expôs as famílias a mais tempo usando telas, mais inatividade e, conseqüentemente, o aumento do consumo de alimentos ultraprocessados. Para as famílias mais vulneráveis, das classes D e E, a perda de renda e o aumento no preço dos alimentos mais saudáveis agravaram a situação de insegurança alimentar (BRASIL, 2021).

2.2 O aumento na ingesta de ultraprocessados entre os escolares.

Nos últimos anos, a oferta e busca por alimentos ultraprocessados têm se tornado uma tendência mundial e, por representarem um perfil alimentar nutricional desfavorável, vários estudos vêm buscando retratar seu impacto negativo na saúde da população. No que tange à adolescência e ao princípio da fase adulta, muitas vezes, observa-se a adoção de hábitos alimentares inapropriados, privilegiando-se o consumo de industrializados ricos em aditivos químicos, açúcar, sódio, gordura saturada e trans, frente a baixa ingestão de alimentos in natura ou minimamente processados, sendo esses mais recomendados pelo “Guia Alimentar para a População Brasileira” do Ministério da Saúde (BRASIL, 2014).

Esse cenário é muitas vezes introduzido por influência das mudanças, sobretudo, sociais e culturais pelas quais os adolescentes passam. Mas, ainda há as decorrentes da puberdade, acarretada pelos hormônios, o que para Calligaris (2000) provoca transformações corporais que simbolizam a entrada do sujeito na adolescência. Corroborando com essa ideia, o psicanalista Ouvry (2011) afirma que “o corpo é, então, o primeiro elemento pelo qual se anuncia aquilo que faz a adolescência”. Sendo assim, podemos considerar que há uma estreita relação entre as escolhas do adolescente a as conseqüências dessas refletidas no corpo e no comportamento alimentar que esse desenvolve. De acordo com Lemos et al. (2005), a transição da adolescência para a fase adulta é tida como extremamente importante na promoção da alimentação saudável para a prevenção de fatores de risco que desencadeiam doenças crônicas ao longo da vida e, ainda destaca outro aspecto: o fato de que é nesse momento que se adquire a autonomia nas decisões alimentares, precisando os adolescentes estarem educados a optar por boas escolhas.

Outro ponto extremamente importante nesse contexto, refere-se à influência da mídia nas decisões dos adolescentes e que tem moldado seus hábitos e costumes. É comum ceder as propagandas estrategicamente bem elaboradas, usando-se muitas vezes de personagens ou admiradores desses consumidores, levando-os ao consumo inconsciente. Para Vale & Elias (2011), de forma rápida e eficaz, a mídia promove o consumo e dissemina regras. Ao considerarmos que esses indivíduos estão vivendo sob forte influência da revolução tecnológica, entende-se o quanto são sujeitos à vulnerabilidade. Setton (2002) já retratava no início da década passada que:

A mídia, termo usado no Brasil para designar o conjunto de meios de comunicação dedicados a divulgar informações, de forma alguma é neutra. Atualmente, ela desempenha papel determinante, criando e difundindo ideias, comportamentos e, portanto, exercendo forte função ideológica sobre o conjunto da sociedade, diferentemente de épocas passadas, nas quais a família, as igrejas e a escola eram as principais instituições formadoras. Essa, como instrumento pedagógico, mudou relações sociais que antes eram estáveis. Pela presença que ela vem exercendo na vida contemporânea, a sua relação com os adolescentes é um dado fundamental para a compreensão sobre o seu comportamento alimentar.

É a partir da adolescência que as escolhas alimentares se tornam mais autônomas e independentes. A questão é que essa autonomia deveria ocorrer de forma natural e espontânea. No entanto, tem se tornado cada vez mais comum a tomada de decisões associada a um aumento significativo de práticas alimentares inadequadas, priorizando-se o consumo de alimentos ultraprocessados pela indústria, promovido pela mídia. A situação é ainda pior ao analisarmos o problema no contexto escolar, pois sabemos que é nesse ambiente que crianças e adolescentes sofrem bastante influência fora do seio familiar, uma vez que eles permanecem em média 5 a 6 horas por dia na escola e realizam entre 1 e 2 refeições junto aos amigos e colegas, vindo a contribuir com as escolhas alimentares desse grupo populacional, estabelecendo padrões socialmente aceitos e provocando um forte impacto em sua dieta (Abreu e col., 2004; Schmitz e col., 2008).

Os alimentos e as bebidas consumidos nas escolas são os estabelecidos pelo Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), em que refeições são oferecidas gratuitamente (almoço e/ou lanches intermediários), ou ainda, a alimentação que não consta no programa, sendo proveniente da oferta disponível em cantinas escolares, estabelecimentos alimentícios próximos às escolas, máquinas de

alimentos (refrigerantes, salgadinhos, balas e chocolates, ou seja, “guloseimas”) ou trazidos de casa, o que é visto como alimento “competitivo”, por contraporem a alimentação escolar (Story e col., 2009).

2.3 A Política de Alimentação e Nutrição no Ambiente Escolar.

O Programa Nacional de Alimentação (PNAE) é uma política pública da década de 1950, instituído pela Lei nº11.947, que dispõe sobre o atendimento a alimentação escolar e ações de educação alimentar e nutricional a estudantes de todas as etapas da educação pública. A Lei nº11.947 foi aderida no ano de 2009, com a obrigatoriedade de se comprar alimentos provenientes da agricultura familiar com no mínimo 30% dos recursos repassados aos municípios pelo FNDE. Para poder participar da política, as escolas beneficiadas devem estar cadastradas no Censo Escolar realizado pelo Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (INEP/MEC). Outras entidades como escolas filantrópicas, comunitárias e confessionais, sem fins lucrativos, que atendam aos critérios estabelecidos na Resolução FNDE nº 26/2013, também compreendem o rol da rede pública de ensino.

O ambiente escolar, portanto, pode ser considerado um importante recinto para uma formação de hábitos alimentares adequados e saudáveis, principalmente escolas em regime integral, onde crianças e adolescentes permanecem na escola em mais de um turno. Aos alunos que permanecerem em sala de aula em horário integral devem ser fornecidos no mínimo 70% das necessidades nutricionais diárias que são divididas em três refeições diárias (OLIVEIRA, 2014).

O PNAE se apresenta ainda como uma ferramenta estratégica no combate, dentro do ambiente escolar, e conscientização quanto aos produtos ultraprocessados (UPP). Esses representam formulações da indústria, produzidos a partir de substâncias que derivam de alimentos naturais. Num estudo divulgado pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2020), a Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), surge o alerta acerca do aumento na ingestão de frituras, embutidos, guloseimas e refrigerantes. Esse fenômeno pode estar diretamente associado ao ambiente em que o escolar está inserido, uma vez que a maior parte das propagandas de alimentos veiculadas pelas mídias digitais, impressas e televisivas focam em produtos industrializados. Os registros do IBGE (2019) apontam que uma em cada grupo de três crianças, com idade entre cinco e nove anos, está

acima do peso no País. As notificações do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional, revelam que em 2019 16,33% das crianças brasileiras entre cinco e dez anos estão com sobrepeso; 9,38% com obesidade; e 5,22% com obesidade grave. Em relação aos adolescentes, 18% apresentam sobrepeso; 9,53% são obesos; e 3,98% têm obesidade grave.

Nesse cenário, o nutricionista é um profissional essencial para a adequada execução do PNAE. Em 28 de Dezembro de 2005, o CFN (Conselho Federal de Nutrição) instituiu a Resolução nº 358, que compete ao nutricionista responsável técnico (RT) assumir as atividades de planejamento, coordenação, direção, supervisão e avaliação de todas as ações de alimentação e nutrição no âmbito da alimentação escolar. A alimentação fornecida ao aluno nas instituições educacionais visa favorecer o seu bem-estar, ânimo, atenção e condição ideal à aprendizagem, além de contribuir para a manutenção de sua saúde e nutrição (ZANLOURENS, 2019). A concretização dessa alimentação é garantida através dos recursos públicos repassados pelo Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE), que serve para complementar os recursos dos Estados, Distrito Federal e Municípios, usados na execução do Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE. A fiscalização desse repasse é feita pelo CAE (Conselho de Alimentação Escolar), um órgão de caráter fiscalizador, permanente, deliberativo e de assessoramento, instituído no âmbito dos Estados, do Distrito Federal e dos Municípios, composto por, no mínimo, 7 (sete) membros titulares e seus respectivos suplentes, sendo, representantes do Poder Executivo, trabalhadores da educação e discentes, entidades civis e pais de alunos.

3 DELINEAMENTO METODOLÓGICO

O presente estudo procurou adotar uma abordagem metodológica que priorizasse uma revisão literária descritiva de carácter qualitativo. Todo o levantamento na literatura ocorreu entre os meses de fevereiro e novembro de 2022. Os dados coletados foram analisados a partir de trabalhos científicos publicados e que estavam relacionados com a temática adotada para essa análise. Sendo assim, as buscas pelos artigos ocorreram através da base de dados do LILACS, Scielo e da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), tendo sido utilizado os seguintes descritores: hábitos Alimentares, estudantes e ultraprocessados. A fim de estabelecer uma

delimitação, foram adotados os seguintes critérios de inclusão: publicações relacionadas à área da nutrição que foram realizadas nos últimos 5 anos e a priorização dos escritos no idioma português. Além disso, foram estabelecidos como critérios de exclusão: estudos cujo a temática priorizava apenas a avaliação antropométrica dos indivíduos ou distúrbios alimentares, ou ainda, artigos duplicados e os que não correspondiam ao objetivo da pesquisa. A análise dos resultados está apresentada nas tabelas 1 e 2, com base no número final de 06 artigos que foram selecionados dentre os 185 resultantes das buscas.

Tabela 1. Resultados das buscas dos estudos excluídos e utilizados na revisão, a partir dos descritores nas bases de dados escolhidas.

Bases de dados	Descritores usados	Resultados obtidos	Resultados excluídos	Artigos usados na revisão
BVS	Hábitos alimentares	56.467	56.464	3
	Estudantes	124.391	124.388	
	Ultraprocessados	367	364	
LILACS	Hábitos alimentares	5.547	5.544	3
	Estudantes	21.366	21.363	
	Ultraprocessados	255	252	
SciELO	Hábitos alimentares	826	826	0
	Estudantes	7.724	7.724	
	Ultraprocessados	133	133	

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

O critério estabelecido para as buscas dos artigos na literatura ocorreu de forma integrada a partir dos achados nas bases de dados BVS, LILACS e SciELO, utilizando-se dos descritores já relacionados na tabela 1. Dentre os 185 estudos encontrados, 06 foram considerados para a referida análise descritiva, como mostra abaixo a tabela 2.

Tabela 2: Análise dos artigos selecionados na revisão da base de dados BVS, LILACS e Scielo.

Nome do Artigo	Autor/Ano	Tipo	Objetivo	Resultado
<p>A1</p> <p>Imagem corporal em adolescentes: associação com o estado nutricional e atividade física.</p>	<p>FANTINELI et al., 2020.</p>	<p>Artigo</p>	<p>Verificar a associação do estado nutricional e da atividade física com a percepção de satisfação da imagem corporal em uma amostra de adolescentes de Curitiba/PR.</p>	<p>O nível de atividade física não se mostrou associado com a IIC (Insatisfação com a imagem corporal). Adolescentes com sobrepeso e obesidade apresentam maior chance de reportarem IIC. A atividade física não esteve associada com a IIC.</p>
<p>A2</p> <p>Estado nutricional, consumo de alimentos ultraprocessados e imagem corporal de adolescentes de uma escola privada do município de Juiz de Fora/MG.</p>	<p>ANDRADE et al., 2019.</p>	<p>Artigo</p>	<p>Avaliar a percepção da imagem corporal e fatores associados em adolescentes de uma escola privada do município de Juiz de Fora/MG.</p>	<p>Encontrou-se associação entre a variável idade e IIC. Foi possível observar também elevada prevalência de IIC entre indivíduos obesos e com excesso de peso. Quanto aos hábitos alimentares, 84% dos adolescentes destinam metade de suas compras</p>

				à aquisição de ultraprocessados.
<p>A3</p> <p>Consumo alimentar segundo grau de processamento entre adolescentes da zona rural de um município do sul do Brasil.</p>	<p>OLIVEIRA RR et al., 2019.</p>	<p>Artigo</p>	<p>Avaliar o consumo alimentar segundo o grau de processamento e a ingestão de nutrientes entre adolescentes da zona rural de Pelotas-RS.</p>	<p>Adolescentes da zona rural possuem uma maior ingestão energética a partir do consumo de alimentos in natura ou minimamente processados, ainda que alimentos ultraprocessados também façam parte da sua alimentação, manifestando a transição nutricional.</p>
<p>A4</p> <p>O hábito de comprar produtos alimentícios anunciados na televisão aumenta o consumo de alimentos ultraprocessados por escolares.</p>	<p>FRAGA RS et al., 2020.</p>	<p>Artigo</p>	<p>Verificar a associação entre o hábito de comprar produtos alimentícios anunciados na televisão e o consumo de determinados alimentos.</p>	<p>Estudos revelam que as propagandas televisivas com comidas aumentam o consumo de alimentos ultraprocessados. Não houve associação entre esse hábito e o consumo de alimentos minimamente processados ou processados.</p>

<p>A5</p> <p>Validade e reprodutibilidade de questionário baseado na Internet (Web-CAAFE) para avaliação do consumo alimentar de escolares de 7 a 15 anos.</p>	<p>JESUS GM et al., 2017.</p>	<p>Artigo</p>	<p>Avaliar a validade e a reprodutibilidade da seção sobre consumo alimentar do Web-CAAFE entre escolares de uma cidade de grande porte do Nordeste do Brasil.</p>	<p>O WEBCAAFE foi um instrumento válido e confiável para a avaliação do consumo alimentar, quando, comparado à observação direta do consumo de alimentos no ambiente escolar e quando aplicado aos escolares do segundo ao quinto ano da escola pública de uma cidade do Nordeste do Brasil.</p>
<p>A6</p> <p>Regulamentação da comercialização de alimentos no ambiente escolar e consumo de ultraprocessados</p>	<p>KURIHAYASHI, 2020.</p>	<p>Artigo</p>	<p>Identificar e analisar os dispositivos legais que regulamentam a comercialização de alimentos em escolas, no nível de</p>	<p>A comercialização de alimentos nas escolas associou-se ao maior consumo de ultraprocessados por adolescentes brasileiros e a vigência de regulamentação restritiva reduziu a comercialização desses alimentos nas escolas públicas,</p>

por adolescentes brasileiros.			estados/capitais do Brasil.	indicando que os dispositivos legais podem contribuir para a mudança do ambiente alimentar.
-------------------------------	--	--	-----------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------

Um dos principais aspectos observados durante o levantamento de dados para a pesquisa de revisão literária aqui apresentada, refere-se ao baixo número de publicações na área de EAN, sobretudo no âmbito escolar. Para se ter uma ideia, a procura por artigos utilizando os descritores “hábitos alimentares” e “estudantes” na SciELO identificou 06 publicações diante de 1.544 com a expressão "avaliação nutricional", tendo ocorrido números semelhantes na base de dados do LILACS, 06 publicações ante 3.997 respectivamente. Na BVS, com a busca a partir dos mesmos descritores, localizou-se 173 artigos diante de 25.598 com o já mencionado termo “avaliação nutricional”. Chama a atenção o fato de a EAN ainda não estar abrangentemente inserida no dia a dia do contexto escolar no Brasil. Nesse caso, a discussão levantada faz refletir acerca dos hábitos alimentares que os escolares vêm nutrindo ao longo da vida.

Na Tabela 2, apresentada acima, os estudos estão caracterizados de acordo com os objetivos apresentados e os principais resultados alcançados. De modo geral, os objetivos elencados pelos artigos buscam avaliar o consumo alimentar dos adolescentes inseridos no contexto escolar, focando a imagem corporal e tipo de alimento prevalente. Critérios como "efeito", "IIC (insatisfação com a imagem corporal)" e “ultraprocessados” serviram como base para o objeto de estudo. Chama ainda a atenção sobre o foco que se dá ao combate e prevenção do sobrepeso e da obesidade. Apenas um artigo difere nesse sentido, pois tem como objetivo apresentar a influência da mídia nas escolhas alimentares dos indivíduos em questão. Com relação aos resultados expostos em cada pesquisa, há entre eles uma preocupação em discutir acerca do duvidoso consumo alimentar que os adolescentes vêm demonstrando, o que provavelmente tem desencadeado sérios problemas à saúde.

Os estudos analisados na revisão foram publicados a partir de 2017, portanto, levam em consideração os aspectos dos hábitos alimentares desses estudantes no cenário dos últimos 05 anos. A ocorrência de uma pandemia motivou a seleção desse período, atrelado a ênfase de prerrogativas de leis e normas que estabelecem a importância da promoção das práticas alimentares saudáveis nas escolas, citando como exemplo a Lei nº 11.947/2009, da Portaria Interministerial nº 1010/2006, da Resolução FNDE nº 38/2009 e do Decreto nº 6.286/2007.

A metodologia utilizada pelos pesquisadores nesses artigos levou em consideração aspectos epidemiológicos a fim de analisar e propor a possibilidade de possíveis intervenções. Isso permite aqui estabelecer comparações a partir do cruzamento de ideias e dados apresentados entre eles. Os artigos 01 e 02 dão ênfase à aplicação do questionário alimentar e a percepção da imagem corporal. Pode-se observar que ambos se preocuparam em apresentar dados que retratam o nível de insatisfação com a imagem corporal (IIC) relatado pelos estudantes. No primeiro, participaram cerca de 844 estudantes de 11 a 17 anos, com os quais foram aplicados os questionários de Atividade Física para Adolescentes, a Escala de Figura de Silhueta e o Body Shape Questionnaire, tendo sido verificado que o sobrepeso/obesidade esteve associado a IIC de forma moderada para meninas e grave para meninos. Dessa forma, o estudo concluiu que adolescentes com tais aspectos físicos têm maior chance de reportar IIC e que a prática de atividade física não esteve associada a esse parâmetro. O segundo artigo reuniu 50 alunos para a aplicação das mesmas ferramentas de avaliação, obtendo-se os seguintes resultados: adolescentes com idade inferior a 12 anos apresentaram maior IIC em relação aos demais; houve ainda uma prevalência dessa IIC entre indivíduos obesos e com excesso de peso; e quanto aos hábitos alimentares observados, cerca de 84% destinam metade de suas compras ao consumo de alimentos ultraprocessados.

O estudo desenvolvido pelo o 5º artigo também despertou interesse nessa revisão por evidenciar hábitos alimentares a partir do consumo de grupos de alimentos específicos. A proposta busca analisar a qualidade nutricional do consumo alimentar, sendo assim, na avaliação é levado em consideração o reconhecimento ou não do participante quanto a determinados produtos que são elencados. Esse contou com a participação de 390 alunos na faixa etária de 11 a 15 anos e leva em consideração o

uso do questionário online Web-CAAFE para avaliar os indivíduos. Nele ficou concluído que o consumo alimentar reportado no Web-CAAFE apresentou alta taxa de acertos (81,4%) e baixa taxa de omissões (16,2%) e intrusões (7,1%). Determinados tipos de alimentos analisados (doces, cereais e alimentos processados, salgadinhos e frituras) exibiram simultaneamente as maiores taxas de omissão e de intrusão.

Relacionando os demais estudos selecionados para essa revisão literária, é possível agrupar os artigos 3,4 e 6 dentro de uma mesma intenção de abordagem dos objetivos, uma vez que buscam avaliar o consumo de alimentos ultraprocessados por adolescentes brasileiros em idade escolar do Ensino Fundamental, e ainda, identificar possíveis influências dessas escolhas na formação dos hábitos alimentares. Os artigos 4 e 6 vão além, buscando retratar também o papel da mídia e a atuação da legislação quanto à comercialização e o acesso de produtos ultraprocessados no ambiente escolar. Já os cruzamentos dos resultados obtidos a partir desses artigos nos revelam o seguinte: a pesquisa 3 foi aplicada a 462 estudantes em uma escola da zona rural do Brasil, com média de idade entre 13 e 15 anos, e demonstrou que cerca de 51,8% relataram consumir alimentos em sua maioria provenientes dos grupos dos processados e ultraprocessados (biscoitos, doces, refrigerantes e sucos artificiais), sendo esse último responsável por cerca de 32% do total de calorias diárias. Diante desses dados, percebe-se que mesmo na zona rural, onde a disponibilidade de alimentos in natura é maior, os produtos industrializados tornaram-se mais acessíveis aos adolescentes, os quais incorporaram estes alimentos ao seu consumo diário.

Ainda quanto aos resultados, analisando os artigos 4 e 6, observa-se que ambos alertam quanto ao hábito de comprar produtos alimentícios anunciados na TV, uma vez que pode estar provocando um aumento do consumo de alimentos ultraprocessados. Além disso, destacam ainda que os estudos não perceberam associação entre esse hábito e o consumo de alimentos minimamente processados ou processados. O estudo 4 avaliou cerca de 797 estudantes entre 9 e 17 anos, e mostrou que a prevalência da compra de alimentos anunciados na televisão foi de 43,1%, sendo que desses, 99,3% revelaram se interessar mais por alimentos ultraprocessados, principalmente bebidas lácteas (12,1%), biscoitos industrializados

(11,5%) e doces (9,5%). Já o artigo 6 envolveu em sua pesquisa cerca de 75 mil estudantes com idades entre 12 e 17 anos de 1.251 escolas públicas e privadas de todo o Brasil, através do autopreenchimento de questionário que teorizava sobre aspectos sociodemográficos, estilo de vida, morbidade familiar, consumo alimentar, além de terem as medidas antropométricas verificadas. Os resultados revelam que 1/3 do consumo diário desses adolescentes é proveniente de produtos ultraprocessados, sendo cerca de 68% dessa alimentação consumida na escola ou no entorno. Também é destaque a influência das diversas mídias, seja televisiva, outdoors, comércio local e vendedores praticistas. Nesse aspecto, percebeu-se que a comercialização de ultraprocessados é menor nas escolas públicas (32%), ante 45% das escolas privadas. No entanto, percebeu-se uma aplicação de legislação restritiva, cerca de 68% das catalogadas, na realidade da escola pública.

Por fim, através da análise dos resultados proporcionados pelos referidos artigos, pode-se traçar a discussão para essa revisão literária que se desenvolve.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O tema em questão despertou interesse por retratar aspectos dos hábitos alimentares dos adolescentes ao longo dos anos, sobretudo, os que estão em transição da faixa etária, fase em que costumam se desvincular de costumes familiares para aquisição dos próprios. Além disso, observamos um cenário pandêmico que, muito provavelmente, tenha potencializado o consumo desordenado de uma alimentação baseada em produtos ultraprocessados. Vale ainda ressaltar que revisões como essas buscam enfatizar a atenção no que se refere ao comportamento alimentar de adolescentes, a fim de observar a prevalência de hábitos alimentares inadequados que têm promovido o desencadeamento de DCNTs. Dessa forma, é possível promover estratégias de intervenção para orientar e aplicar a EAN na comunidade escolar no combate de possíveis quadros de desnutrição e surgimento de doenças, além de contribuir para a construção de hábitos saudáveis dentro e fora do ambiente escolar.

A abordagem desse assunto surgiu através de uma atividade desenvolvida durante as aulas de UAN (unidade de alimentação e nutrição), onde foi solicitada uma visita à escola para conhecer as dependências da cozinha e refeitório. Na ocasião, pudemos observar alguns comportamentos de estudantes no horário do lanche que,

enquanto estava sendo servida a merenda, muitos optavam pelo alimento ultraprocessado que trouxera de casa. O episódio levantou a reflexão acerca dos hábitos que nossos adolescentes andam desenvolvendo, fato que constatamos através dos estudos e dados levantados ao longo da pesquisa.

REFERÊNCIAS

ALTMAN & DENISE E. WILFLEY. **Evidence update on treatment of overweight and obesity in children and adolescents.** J. Clin. Child. Adolesc. Psychol. 2014; 12:1-17.

ANDRADE LMM et al. **Estado nutricional, consumo de alimentos ultraprocessados e imagem corporal de adolescentes de uma escola privada do município de Juiz de Fora/MG.** HU rev: 45(1): 40-46, 2019.

BARRETO, C. C. M.; LINHARES, F. M. M.; MARTINS, E. N. X.; SOUSA, K. M. O.; **Obesidade infantil: influência dos pais sobre a alimentação e estilo de vida dos filhos.** Temas em Saúde. João Pessoa, PB, v. 16, n. 2, p. 460-481, 2016.

BRASIL, Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde. **Política Nacional de Alimentação e Nutrição.** Brasília, 2013. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_alimentacao_nutricao.pdf. Acesso em: 28 de fevereiro de 2022.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia Alimentar para a População Brasileira.** 2. ed. Brasília-DF: Ministério da Saúde, 2014. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf Acesso em: 16 de fevereiro de 2022

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico.** Brasília, 2016. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/vigitel_brasil_2016_fatores_risco.pdf. Acesso em 03 de março de 2022.

BRASIL, 2021. CÂMARA DOS DEPUTADOS. **Pandemia piorou alimentação de crianças e adolescentes, alertam debatedores.** Brasília: 2021. Disponível em: <https://www.camara.leg.br/noticias/781669-pandemia-piorou-alimentacao-de-criancas-e-adolescentes-alertam-debatedores/> Acesso em 27 de fevereiro de 2022.

CALLIGARIS, C. (2000). **A adolescência.** São Paulo: Publifolha.

COELHO, V. T. S. **A formação de hábitos alimentares na primeira infância.** Nutrição - Lages: UNIFACVEST, pdf. p. 36. 2019.

EPSTEIN, L. H. et al. **Increasing Fruit and Vegetable Intake and Decreasing Fat and Sugar Intake in Families at Risk for Childhood Obesity.** Obesity Research, v. 9, n. 3, p.171-178, mar. 2001.

FANTINELI ER et al. **Imagem corporal em adolescentes: associação com o estado nutricional e atividade física.** Cienc. Saúde Colet. (impr.): 25(10): 3989-4000, Out. 2020.

FRAGA RS et al. **O hábito de comprar produtos alimentícios anunciados na televisão aumenta o consumo de alimentos ultraprocessados por escolares.** Cad. Saúde Pública, 2020.

FERRARI, A. C. **Influência Familiar na Alimentação Infantil.** UNIJUÍ; Ijuí/RS. Bibliodigital, p. 05;08;06. 2012. Disponível em: <https://bibliodigital.unijui.edu.br:8443/xmlui/bitstream/handle/123456789/1255/Artigo%20ANDREZA%20FERRARI.doc.pdf?sequence=1&isAllowed=y> Acesso em: 14 de março de 2022.

GUEDES, M. **Prevalência de sobrepeso e obesidade em crianças e adolescentes brasileiros: revisão sistemática e metanálise.** ABCS Health Sci. 2021;46:e021301. <https://doi.org/10.7322/abcshs.2019133.1398>

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). **Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar - 2020.** Rio de Janeiro: Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística; 2016. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv97870.pdf>. Acesso em: 18 de abril de 2022.

JESUS GM et al. **Validade e reprodutibilidade de questionário baseado na Internet (Web-CAAFE) para avaliação do consumo alimentar de escolares de 7 a 15 anos.** Cad. Saúde Pública 2017; 33.

KURIHAYASHI AY. **Regulamentação da comercialização de alimentos no ambiente escolar e consumo de ultraprocessados por adolescentes brasileiros.** São Paulo; s.n; 2020. 153 p.

LEMOS, M.C.M.; DALLACOSTA, M.C. **Hábitos alimentares de adolescentes: Conceitos e práticas.** Arq. Ciênc. Saúde Unipar, Umuarama, 9(1), jan./abr. p.3-9, 2005

OLIVEIRA, A. M; DAIANY, S. O. **Influência Parenteral na Formação de Hábitos Alimentares na Primeira Infância - Revisão da Literatura.** Revista Eletrônica, Estácio Recife. p.04, dezembro, 2019

OLIVEIRA RR et al. **Consumo alimentar segundo grau de processamento entre adolescentes da zona rural de um município do sul do Brasil.** Ciência & Saúde Coletiva, 26(3):1105-1114, 2021.

- OLIVEIRA, F. G. P. **Implementação do Programa de Alimentação Escolar: Gestão Terceirizada do Cardápio em Escolas Técnicas de Pernambuco.** 2014. 114f. Dissertação (Mestrado Profissional em Saúde Pública) - Departamento de Saúde Coletiva, Instituto Ageu Magalhães, Fundação Oswaldo Cruz, Recife, 2014.
- OUVRY, O. **Corpo e novidade puberal.** *Ágora: Estudos em Teoria Psicanalítica*, 14(2): 2011. Recuperado em 15 de abril, 2013. <http://www.scielo.br/scielo.php>
- POPKIN, B. M. **The nutrition transition and obesity in the developing world.** *J Nutr.* 2001; 131:871S -873S.
- RAMOS, L.; STEIN, M.L. **Desenvolvimento do comportamento alimentar infantil.** In: *Jornal Pediátrico*, Rio Janeiro, v. 76, Supl. 3, p. 229-237, 2000.
- ROSSI, A.; MOREIRA, E. A. M; RAUEN, M. S. **Determinantes do comportamento alimentar: uma revisão com enfoque na família.** *Campinas, Revista de nutrição.* v. 21, n. 6, p.739-748, dez. 2008.
- SETTON, M. G. J. **Família escola e mídia: um campo com novas configurações.** *Educação e Pesquisa:* 2002. 28(1), 107-116.
- SOARES COELHO, VICTÓRIA T. **A formação de hábitos alimentares na primeira infância.** UNIFACVEST, Lages/SC. 2019, p.10. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1678-9865202134e200165> Acesso em: 02 de abril de 2022.
- STORY, M.; NANNEY, M. S.; SCHWARTZ, M. B. **Schools and obesity prevention: creating school environments and policies to promote healthy eating and physical activity.** *The Milbank Quarterly*, Nova York, v. 87, n. 1, p. 71-100, 2009.
- VALE, A.M.O., & Elias, L.R. (2011). **Transtornos Alimentares: uma perspectiva analítico-comportamental.** *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, 13(1), 52-70
- WARDIE, J. **Eating behavior and obesity.** In: *Obes. Rev.*, v. 8, Supl 1, p. 73-5, 2007.
- ZANLOURENS, C. B. **Fornecimento de alimentos provenientes da agricultura familiar quilombola para o Programa Nacional de Alimentação Escolar.** Florianópolis, 2019.