

## **Ações de educação alimentar e nutricional na prevenção ao excesso de peso em escolares: Experiência do Programa Saúde na Escola em um município do Vale do Rio dos Sinos-RS**

*Food and nutritional education actions in preventing weight in school: Experience of the health programa t school in a municipality of the valley of Rio dos Sinos-RS*

Andressa Pinheiro<sup>1</sup>, Caroline D'Azevedo Sica<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidade Feevale

Contato: Andressa Pinheiro – [andressapinheiro.sl@hotmail.com](mailto:andressapinheiro.sl@hotmail.com)

### **Resumo**

Objetivo: descrever o perfil antropométrico e a, experiência no desenvolvimento de ações de educação alimentar e nutricional (EAN) do Programa Saúde na Escola (PSE) na prevenção do excesso de peso em escolares em um município do Vale do Rio dos Sinos-RS. Métodos: trata-se de um estudo quantitativo, descritivo, retrospectivo, com delineamento transversal. Foi realizado a avaliação antropométrica e ações de prevenção ao excesso de peso de escolares de ensino fundamental, de escolas pactuadas ao PSE em um município do Vale do Rio dos Sinos-RS no ano de 2019. Resultados: A avaliação nutricional, foi integrada por 1.652 escolares com idade entre 6 meses a 15 anos, sendo 841 do sexo feminino (50,9%) e 811 do sexo masculino (49,1%). Quanto à classificação do estado nutricional, 2,5% apresentaram magreza, 1,5% risco para sobrepeso, 19,1% sobrepeso e 16,8% algum grau de obesidade e 60,1% são eutróficos, identificou-se que em escolares menores de cinco anos a prevalência de risco para sobrepeso foi de 25,0% (n=8), acima de dez anos a prevalência de magreza foi de 4% (n=26) e de sobrepeso foi de 21,7% (n=141) estes apresentaram associação significativa. Em relação a realização das ações de EAN, o resultado foi satisfatório, já que os escolares se mostraram pró-ativos, participando das atividades, interagindo e esclarecendo dúvidas. Conclusão: Com este estudo, podemos concluir que, identificar o perfil nutricional dos escolares, auxiliou na estratégia de acompanhamento de prevalências de excesso de peso no município bem como a realização das ações de EAN nas escolas pactuadas ao PSE, as quais tiveram boa aceitação por parte dos alunos às atividades propostas, ratificando a necessidade da exposição das crianças e adolescentes ao tema da alimentação e nutrição. Assim faz-se necessário que o ambiente escolar seja espaço promotor da educação nutricional, de informações e atividades relacionadas a promoção da alimentação saudável.

**Palavras-chave:** Educação Alimentar e Nutricional. Promoção da Saúde Escolar.

## Abstract

*Objective: describe the anthropometric profile and experience in the development of food and nutrition education (EAN) actions of the School Health Program (PSE) in the prevention of overweight in schoolchildren in a municipality in the Vale do Rio dos Sinos-RS. Methods: this is a quantitative, descriptive, retrospective, cross-sectional study. An anthropometric assessment and actions to prevent excess weight were carried out in elementary school students from schools agreed to the PSE in a municipality in the Vale do Rio dos Sinos-RS in 2019. Results: The nutritional assessment was made up of 1,652 students aged between 6 months and 15 years, 841 female (50.9%) and 811 male (49.1%). As for the classification of nutritional status, 2.5% were thin, 1.5% at risk for overweight, 19.1% overweight and 16.8% some degree of obesity and 60.1% were eutrophic, it was identified that in schoolchildren under five years the prevalence of risk for overweight was 25.0% (n=8), over ten years the prevalence of thinness was 4% (n=26) and overweight was 21.7% (n =141) these showed a significant association. Regarding the performance of EAN actions, the result was satisfactory, as the students were proactive, participating in activities, interacting and clarifying doubts. Conclusion: With this study, we can conclude that, identifying the nutritional profile of students, helped in the monitoring strategy of overweight prevalence in the city, as well as the performance of EAN actions in schools agreed to the PSE, which were well accepted by part of the students to the proposed activities, confirming the need to expose children and adolescents to the theme of food and nutrition. Thus, it is necessary that the school environment is a space that promotes nutritional education, information and activities related to the promotion of healthy eating.*

**Keywords:** Food and Nutrition Education. School Health Services.

## INTRODUÇÃO

Nos últimos anos é evidenciado as mudanças no perfil alimentar e estilo de vida dos brasileiros, impactando nos altos índices de obesidade do país. Relaciona o excesso de peso com o desequilíbrio no consumo de alimentos calóricos e a inatividade física, acarretando prejuízos à saúde, como as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT)<sup>1</sup>.

A obesidade é atualmente reconhecida pela Organização Mundial de Saúde (OMS) como uma epidemia mundial que atinge milhões de pessoas adultas, bem como uma alta prevalência em crianças e adolescentes, sendo considerada um dos maiores problemas de saúde pública, ganhando destaque nas agendas públicas do mundo. No Brasil, o sobrepeso e a obesidade vêm crescendo em todas as faixas etárias, com destaque para o alto índice no grupo infantil<sup>2</sup>.

A obesidade infantil é complexa e envolve questões biológicas, sociais, econômicas, culturais e genéticas. Para enfrentar e frear a obesidade infantil as ações de

promoção e prevenção devem ser pautadas em políticas públicas de saúde. Medidas governamentais já foram tomadas a fim de controlar o aumento da prevalência da obesidade entre os brasileiros<sup>3</sup>.

No âmbito das políticas públicas voltadas para o ambiente escolar, foi criado o Programa Saúde na Escola (PSE), lançado 2007 pelo ministério da Saúde e da Educação, é uma das estratégias focadas à promoção e prevenção da saúde dos escolares, tendo como objetivo contribuir para a formação de alunos por meio de ações em saúde, integrando e articulando equipes de saúde da rede de Atenção Básica e as escolas<sup>4,5</sup>.

Nesse contexto percebe-se a importância de trabalhar a educação alimentar e nutricional (EAN) no ambiente escolar, visto que é na fase da infância que os hábitos são adquiridos e permanecem até a vida adulta, dessa forma a escola se torna um ambiente importante para o desenvolvimento dessas políticas<sup>1</sup>.

O presente estudo tem por objetivo descrever o perfil antropométrico e a experiência no desenvolvimento de ações de educação alimentar e nutricional (EAN) do Programa Saúde na Escola (PSE) na prevenção do excesso de peso em escolares em um município do Vale do Rio dos Sinos-RS.

## MÉTODOS

Trata-se de um estudo quantitativo, descritivo, retrospectivo, com delineamento transversal, desenvolvido com crianças de 6 meses a 15 anos de idade matriculadas no ensino fundamental, de escolas pactuadas ao PSE em um município do Vale do Rio dos Sinos-RS no ano de 2019<sup>6,7</sup>.

As ações de prevenção ao excesso de peso infantil ocorreram em dois momentos. Primeiro foi realizado a antropometria de todos os escolares de ensino fundamental, das oito escolas pactuadas ao PSE no município, em um segundo momento foram realizadas ações de EAN para uma turma de quinto de sete escolas aderidas ao PSE, excluiu-se das ações de EAN, uma escola por ser de educação infantil.

Para antropometria o peso das crianças foi aferido em balança digital G-Tech Glass, com capacidade máxima de 150 quilogramas e precisão de 100 gramas. Para aferição da estatura, as crianças foram medidas em pé e descalças, foi utilizado um estadiômetro portátil de 2 metros, fixado sobre parede em plano reto e sem rodapé em cada escola. Para aferição do peso e estatura, foram seguidas as orientações da norma técnica do sistema de vigilância alimentar e nutricional – SISVAN<sup>8</sup>.

Os dados antropométricos foram avaliados de acordo com o gênero e faixa etária, os indicadores peso para altura e Índice de Massa Corporal (IMC) para idade, foram digitados no programa *Anthro Plus*, que utiliza os padrões da *World Health Organization* (WHO), já a classificação do estado nutricional foi feita por meio dos pontos de corte em Escore-Z<sup>9,10</sup>, os quais serão apresentados na tabela 1.

**Tabela 1** - Classificação do IMC segundo Escore- z

Escore-z	< 5 anos	5 a 10 anos	>10 anos
	Diagnóstico Nutricional		
≥ -3 e < -2	Magreza	Magreza	Magreza
≥ -2 e < +1	Eutrofia	Eutrofia	Eutrofia
≥ +1 e ≤ +2	Risco de sobrepeso	Sobrepeso	Sobrepeso
≥ +2 e ≤ +3	Sobrepeso	Obesidade	Obesidade
> +3	Obesidade		

\* Crianças 0 a menos de 5 anos Referência: OMS 2006<sup>9</sup>. Para crianças de 5 a 10 anos e crianças com mais de dez anos Referência: OMS 2007<sup>10</sup>.

As análises estatísticas foram conduzidas com o software SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*) versão 21.0. As variáveis quantitativas foram descritas por média e desvio padrão e as categóricas por frequências absolutas e relativas.

Para avaliar a associação entre as variáveis categóricas, foi utilizado o teste qui-quadrado de Pearson, complementado pela análise dos resíduos ajustados. Na correlação entre as variáveis numéricas, foi aplicado o teste da correlação linear de Pearson. O nível de significância adotado foi de 5% ( $p < 0,05$ ).

As ações educativas de EAN foram realizadas em sete escolas aderidas ao PSE, em cada uma ocorreram 5 encontros, sendo 1 de encerramento comum para todas, com intervalo de 15 dias e duração de 40 minutos cada, sendo aplicadas em mesma ordem e com os mesmos materiais.

Os temas de promoção à alimentação saudável abordados nas atividades foram norteados com base no Guia Alimentar para a população brasileira do Ministério da Saúde<sup>11</sup> e no Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional<sup>12</sup>. Assim, as ações de EAN, consistiram em atividades lúdicas e interativas, buscando promover mudanças de hábitos alimentares dos escolares<sup>11,12</sup>.

Seguindo, a linha de pensamento durante as ações de EAN, foram realizadas as seguintes atividades:

- **1º encontro. Exposição e diálogo: Conhecer a composição dos alimentos e produtos ultraprocessados.** Nesta atividade foram dispostos em uma mesa

alimentos de plástico, semelhantes aos *in natura*, como frutas, vegetais e verduras, destacando a importância do seu consumo, também foram expostas embalagens de produtos ultraprocessados mais consumidos por escolares, com suas respectivas quantidades de açúcar e sal dentro de um saco plástico, para demonstrar por meio da imagem a presença desses nutrientes e que quando consumidos em excesso são prejudiciais à saúde. Foram considerados alimentos ultraprocessados: salgadinhos de pacote, doces, bolachas recheadas, sorvetes, refrigerantes, refrescos e achocolatado em pó<sup>11</sup>. Durante essa atividade, houve a distribuição de um folder sobre alimentação saudável aos escolares.

- **2º encontro. Dinâmica em forma de oficina: Entender o processo de industrialização dos alimentos.** Na atividade da oficina de colagem a turma foi dividida em dois grupos, no qual cada um recebeu um cartaz e figuras de alimentos e produtos alimentícios, um grupo recebeu um cartaz escrito saudável, e o outro grupo, recebeu o cartaz com as palavras “Não Saudável”, posteriormente deveriam escolher figuras dos respectivos tipos de alimentos, saudáveis e não saudáveis, e escolher em qual cartaz as figuras se remetiam. Após o término da colagem, a nutricionista marcou os cartazes com um xis de cor vermelha (o não saudável) e um xis de cor azul (o saudável), explicando o motivo pelo qual alguns são considerados benéficos e outros prejudiciais à saúde, assim destacou-se a importância do consumo de alimentos *in natura* e minimamente processados, bem como a necessidade de evitar o consumo de ultraprocessados. Utilizou-se imagens dos cartazes para introduzir os tipos de processo de industrialização que podem passar os alimentos.
- **3º encontro. Intervenção prática: Aprender os conhecimentos sobre alimentação e nutrição e sobre atividade física.** A atividade prática foi dividida em dois momentos, no primeiro momento iniciou-se com exercícios de alongamento, ministrados por uma profissional de educação física. Após a turma foi dividida em 2 grupos para participar de um jogo, a dinâmica constava de um tabuleiro disposto no chão em formato de trilha, com uma sequência de números e afirmações pertinentes ao tema abordado, um a um de cada grupo lançava o dado para o alto, o que obtia maior pontuação avançava no jogo da trilha. O participante ganhador da dinâmica foi o participante que chegou primeiro na casa de chegada da trilha.

- **4º encontro. Recurso visual e dialógico: Projetar o documentário “Muito Além do Peso”.** Foi passado para os alunos assistir o documentário dirigido por Estela Renne, em formato reduzido, com duração de 17 minutos, que aborda os problemas relacionados à obesidade infantil no Brasil. Em seguida promoveu-se uma roda de conversa sobre a percepção da alimentação saudável dos participantes, incluindo uma discussão sobre a obesidade infantil e as influências que o marketing tem sobre a alimentação.
- **5º encontro. Recurso visual de uma peça teatral: Abordar de forma lúdica o tema da alimentação da saudável.** Para fechar as atividades de EAN nas escolas, foi realizado uma peça teatral de encerramento do ciclo de atividades e alusivo ao Dia Mundial da Alimentação, intitulada “Abra a boca e feche os olhos”, pela companhia de teatro Luz e Cena. A atividade ocorreu em um auditório central da cidade, foi custeada com recurso do PSE pela secretaria municipal de saúde bem como o transporte dos alunos. O espetáculo trouxe o tema da alimentação saudável como fator primordial, abordando as curiosidades dos alimentos com brincadeiras, evidenciando a qualidade de vida que a boa alimentação proporciona.

Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Feevale, sob o parecer de número 4.220.523, respeitando a Resolução nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

A avaliação nutricional foi integrada por 1.652 escolares, sendo 841 do sexo feminino (50,9%) 811 do sexo masculino (49,1%). A média de idade foi de  $9,5 \pm 2,5$  entre 6 meses a 15 anos, a média do índice de massa corporal foi de  $0,66 \pm 1,48$ . Quanto à classificação evidenciou-se que 2,5% (n=42) apresentaram magreza, 1,5% (n=24) risco para sobrepeso, 19,1% (n=316) apresentaram sobrepeso e 16,8% (n=277) algum grau de obesidade e 60,1% (n=993) são eutróficos. Os dados descritivos da amostra estão apresentados na Tabela 2.

**Tabela 2** - Caracterização da amostra de escolares atendidos pelo PSE, de um município do Vale do Rio dos Sinos-RS no ano de 2019

Variáveis	n=1652
Idade (anos) – média ± DP	9,5 ± 2,5
Faixa etária – n,(%)	
< 5 anos	32 (1,9)
5 a 10 anos	970 (58,7)
> 10 anos	650 (39,4)

Continua

Continuação da tabela 2

Variáveis	n=1652
<b>Sexo</b> – n(%)	
Masculino	811 (49,1)
Feminino	841 (50,9)
<b>IMC (z-score)</b> – média ± DP	0,66 ± 1,48
<b>Classificação do IMC</b> – n (%)	
Magreza	42 (2,5)
Eutrofia	993 (60,1)
Risco de sobrepeso	24 (1,5)
Sobrepeso	316 (19,1)
Obesidade	277 (16,8)

A Tabela 3 apresenta a associação entre a classificação do IMC e as faixas etárias de acordo com os parâmetros utilizados da WHO em escore Z, identificou-se que em escolares menores de cinco anos a prevalência de risco para sobrepeso foi de 25,0% (n=8), acima de dez anos a prevalência de magreza foi de 4% (n=26) e de sobrepeso foi de 21,7% (n=141) estes apresentaram associação significativa.

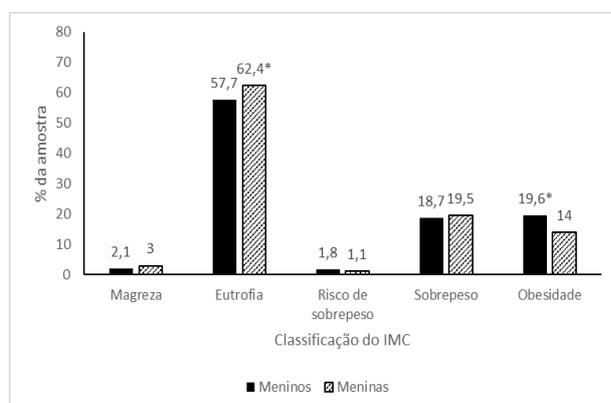
**Tabela 3** - Associação entre faixa etária e a classificação do IMC, em escolares atendidos pelo PSE, de um município do Vale do Rio dos Sinos-RS no ano de 2019

Classificação do IMC	< 5 anos	5 a 10 anos	>10 anos	p
	n (%)	n (%)	n (%)	
Magreza	1 (3,1)	15 (1,5)	26 (4,0)*	<0,001
Eutrofia	19 (59,4)	604 (62,3)*	370 (56,9)	
Risco de sobrepeso	8 (25,0)*	16 (1,6)	0 (0,0)	
Sobrepeso	3 (9,4)	172 (17,7)	141 (21,7)*	
Obesidade	1 (3,1)	163 (16,8)	113 (17,4)	

\*Teste do Qui-Quadrado, Associação estatisticamente significativa pelo teste dos resíduos ajustados a 5% de significância.

Na Figura 1 está apresentado o IMC quanto ao gênero, a análise dos resultados mostrou diferença com significância estatística (p=0,015), na prevalência de obesidade em meninos, sendo 19,6% (n=158), e eutrofia em meninas de 62,4% (n=524). Não foi observado um padrão de associação para meninas e meninos referentes à magreza, risco para sobrepeso e sobrepeso.

**Figura 1** - Classificação do IMC conforme gênero (p=0,015), de escolares atendidos pelo PSE, de um município do Vale do Rio dos Sinos-RS no ano de 2019



\*Teste do Qui-Quadrado, Associação estatisticamente significativa pelo teste dos resíduos ajustados a 5% de significância

Em relação às ações de educação alimentar e nutricional, as atividades foram adaptadas e adequadas para as turmas de quinto ano, descritas no Quadro 1. O resultado da realização das ações foi satisfatório, já que os escolares se mostraram pró-ativos, participando das atividades, interagindo, esclarecendo dúvidas, bem como pareceram interessados nas oficinas, e dispostos a participar dos trabalhos apresentados nas ações de promoção à alimentação saudável do PSE.

**Quadro 1** – Descrição das atividades, objetivos e resultados das ações de educação alimentar e nutricional, em escolares atendidos pelo PSE, de um município do Vale do Rio dos Sinos-RS no ano de 2019.

Encontro	Atividade	Resultados
1º	Atividade expositiva para conhecer a composição dos alimentos.	A atividade com método de abordagem expositiva e dialogada, na qual foram apresentadas as embalagens de alimentos com suas respectivas quantidades de açúcar e sal, mesmo que tenha chamado a atenção dos alunos sobre a composição dos alimentos, não estimulou a criatividade nem caráter construtivo dos escolares.
2º	Oficina manual, com cartaz e colagem de figuras.	A oficina manual de recortes e colagens, na qual os participantes buscaram figuras e recortes, proporcionou a participação ativa dos escolares na realização dessas atividades, demonstrando a influência do uso de métodos educativos de ensino na realização da EAN.
3º	Jogo Tabuleiro.	A dinâmica em forma de jogo, bem como a atividade corporal, promoveu potently a atuação dos escolares nas atividades propostas, sendo essas bem aceitas pelos alunos. Assim pode-se potencializar os conceitos de nutrição e saúde.
4º	Projeção do Filme reduzido: Muito Além do Peso.	A projeção do filme, prendeu a atenção dos alunos, reforçando a importância de se utilizar de ferramentas tecnológicas para executar o que foi proposto na atividade.
5º	Apresentação de uma peça teatral "Abra a boca e feche os olhos"	A peça teatral que tem recursos visuais lúdicos, foi considerada a atividade de maior envolvimento e descontração, pois possibilitou visualizar o potencial das abordagens lúdicas.

## DISCUSSÃO

A análise da avaliação do estado nutricional dos alunos mostrou uma maior porcentagem de escolares eutróficos, tal prevalência é próxima da encontrada em um estudo que avaliou o estado nutricional de 1.255 estudantes com idade entre 10 a 15 anos, de escolas públicas em um distrito de saúde do Município de Gravataí, Rio Grande do Sul, no qual a maioria dos alunos (64,3%) apresentou adequação do índice de massa corporal<sup>13</sup>.

Evidenciou-se no presente estudo uma frequência de sobrepeso e obesidade no município estudado, sendo que o excesso de peso esteve presente em 35,9% das crianças (19,1% sobrepeso e 16,8% algum grau de obesidade), resultados similares

com os dados do estudo realizado em Campina Grande, Paraíba, Brasil, que analisou o estado nutricional e hábitos alimentares de escolares, que diagnosticou o excesso de peso foi em 21,5% dos escolares, sendo 12,3% de sobrepeso e 9,2% de obesidade<sup>14</sup>. A Pesquisa de Orçamento Familiar (POF) demonstrou resultados semelhantes, sendo que o excesso de peso esteve presente em 33,5% de crianças com idades entre 5 a 9 anos, entre 2008 e 2009<sup>15</sup>. Dados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), em 2015, que realizou a avaliação antropométrica dos estudantes do nono ano, mostrou que entre esses escolares, 23,7% estavam com excesso de peso e 15,6% eram obesos<sup>16</sup>. Estudos que corroboram o presente estudo.

Já a magreza esteve presente em 4% de escolares menores de dez anos, vindo ao encontro com dados obtidos em um município de Santa Catarina que avaliou mil seiscentos e oito escolares com idades entre seis e dez anos, identificando baixa prevalência de magreza (1%)<sup>17</sup>, resultados parecidos com os da PENSE (2015), que identificou uma prevalência de déficit de peso foi inferior a 3%<sup>16</sup>. Esses resultados demonstram que vem ocorrendo mudanças no padrão nutricional determinadas pelo declínio da ocorrência de desnutrição em crianças e aumento da prevalência de sobrepeso e obesidade, visto que a prevalência de excesso de peso é maior que a da magreza, evidenciando a mudança nutricional<sup>18</sup>.

Não foram verificadas diferenças quanto ao gênero, não tendo um padrão de associação para meninas e meninos referentes à magreza, risco para sobrepeso e sobrepeso. Mas houve diferença com significância estatística ( $p=0,015$ ), na prevalência de eutrofia em meninas (62,4%), e obesidade em meninos, sendo igual (19,6%), vindo ao encontro com os dados obtidos a partir da POF de (2002-2003), que o excesso de peso já atinge 17,9% de sexo masculino e 15,4% do feminino, dos adolescentes brasileiros<sup>19</sup>.

Estudo de Guimarães et al.<sup>20</sup>, que identificou as variáveis associadas ao sobrepeso em 1.256 escolares de um município de Mato Grosso, Brasil, detectou uma prevalência de sobrepeso (14,4%), sendo de 10,5% nos meninos e de 18,7% nas meninas. Ronque et al.<sup>21</sup>, verificou a prevalência de sobrepeso e obesidade em escolares na faixa etária entre sete e dez anos, o que resultou em 17,5% de obesidade em meninos e 9,3% em meninas, resultados que demonstram os achados no presente estudo.

Frente aos percentuais encontrados nesse estudo que avaliou o estado nutricional de escolares, e sabendo que o excesso de peso é prejudicial à saúde dos indivíduos,

foram planejadas ações de prevenção ao excesso de peso, utilizando a escola como espaço adequado para o desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis.

Sabe-se da importância de trabalhar a educação alimentar e nutricional no ambiente escolar, pois é na infância que os hábitos são adquiridos e permanecem até a vida adulta<sup>1</sup>. A educação alimentar e nutricional proporciona a ampliação dos conhecimentos dos participantes. Sendo assim faz-se necessário que, a realização de ações de EAN apresentem maior durabilidade, pois é um processo pedagógico longo que, para obter resultados, como qualquer ação educativa, exige continuidade e permanência<sup>22</sup>.

As ações de EAN previstas no município, foram planejadas cuidadosamente em termos de respeitar a cultura social e alimentar dos alunos, tendo como intuito de serem de fácil compreensão e lúdicas. A abordagem lúdica utilizada na oficina manual de recortes e colagens, na qual os participantes buscaram figuras e recortes, bem como a atividade de prática corporal seguida do jogo de tabuleiro e na peça teatral, tiveram intenção de causar prazer e entretenimento. Permitindo que a criança expresse e assimile conhecimentos e construa reflexões acerca da temática, estabelecendo a capacidade transformadora que a EAN propõe. Dessa forma, foi possível associar a experiência com o objetivo da metodologia, pois os alunos se envolveram bastante e se expressaram de forma espontânea. Nesta mesma direção, estudo de Prado et al.<sup>23</sup>, com escolares de uma escola pública estadual de Cuiabá, realizou ações de educação alimentar e nutricional e descreveu a experiência com resultados favoráveis, já que a avaliação apontou para o entendimento, interesse, participação e relatos positivos dos escolares nas atividades propostas.

O trabalho realizado por Kroht<sup>24</sup>, com escolares na faixa etária de 4 a 13 anos em uma escola pública da rede municipal de Salvador, Bahia, a qual estimulou o desenvolvimento de hábitos alimentares por meio de uma intervenção de educação alimentar e nutricional, observando a ampliação dos conhecimentos dos participantes, os quais foram participativos nas atividades, interagindo e esclarecendo dúvidas sobre o tema discutido.

Um estudo com resultados semelhantes foi encontrado por Costa et al.<sup>25</sup>, em que realizou um processo de educação alimentar e nutricional com crianças de sete a dez anos, o qual observou que nas práticas desenvolvidas durante a educação nutricional, as crianças demonstraram maior interesse e participação, concluindo

que a EAN obteve resultados significativos quanto ao conhecimento dos alunos relacionados à nutrição e melhor a nas escolhas alimentares dos alunos.

Yokota et al.<sup>26</sup>, utilizaram uma estratégia de intervenção em educação alimentar e nutricional para 309 alunos, observaram que ela foi útil para promover o conhecimento de alunos e professores, e concluíram que faz necessário incentivar a realização de processos de educação nutricional no ambiente escolar.

A metodologia lúdica bem como a reflexão sobre os alimentos para melhorar os hábitos alimentares, utilizadas foram os responsáveis por tornar a comunicação entre o profissional nutricionista e os escolares mais efetiva.

Neste mesmo sentido, um estudo que avaliou as ações de saúde e nutrição na perspectiva do Programa Saúde na Escola, identificou o nutricionista como principal profissional habilitado ao desenvolvimento de ações voltadas à EAN, contribuindo para promoção de hábitos alimentares saudáveis e adequados, dentro e fora do ambiente escolar<sup>27</sup>. Segundo Juzwiak et al.<sup>28</sup>, todos os profissionais envolvidos no processo de construir uma cultura de alimentação saudável nas escolas devem estar sensibilizados para produzir e desenvolver estratégias de formação do aluno, e é nesse contexto que nutricionistas se tornam mediadores junto à comunidade escolar.

Com isso deve-se ressaltar a importância do profissional nutricionista na Atenção Básica à Saúde e em seus programas como o PSE, se fazendo importante para resolução de problemas voltados para alimentação e nutrição, e promoção da alimentação saudável<sup>17</sup>. Conforme Silva et al.<sup>29</sup>, se faz necessária a qualificação continuada do profissional nutricionista, com ênfase nas ações de promoção da alimentação saudável, contribuindo na formação de parcerias e articulação como saúde e a comunidade escolar<sup>29</sup>.

Dentre as atividades realizadas neste trabalho considera-se como possíveis limitações as ações pontuais, ocorridas em cinco encontros, além da quantidade reduzida de turmas, pois durante a realização das ações percebeu-se a necessidade de um tempo maior para cada atividade e com mais encontros. Contudo, pode-se dizer que a educação alimentar e nutricional (EAN) é um método pedagógico longo, e para obter resultados, como qualquer ação educativa, requer continuidade e permanência<sup>16</sup>. Portanto, sugere-se a continuação deste estudo, estendendo as ações e abrangendo os alunos matriculados em todas as escolas da rede municipal bem como as não pactuadas ao PSE.

## CONCLUSÃO

Com este estudo, podemos concluir que, identificar o perfil nutricional dos escolares auxiliou na estratégia de acompanhamento de prevalências de excesso de peso no município, e que embora 60,1% encontram-se eutróficos, 25% apresentaram prevalência de risco para sobrepeso, 19,1% sobrepeso e 16,8% algum grau de obesidade, o que torna esses dados preocupantes, devido às complicações futuras que podem acarretar essas prevalências.

A realização das ações de EAN nas escolas pactuadas ao PSE teve boa aceitação por parte dos alunos às atividades propostas, ratificando a necessidade da exposição das crianças e adolescentes ao tema da alimentação e nutrição, assim proporcionando de forma gradual a construção de hábitos alimentares favoráveis a saúde.

Faz-se necessário que o ambiente escolar seja espaço promotor da educação nutricional, de informações e atividades relacionadas a promoção da alimentação saudável.

## REFERÊNCIAS

1. Ramos FP, Santos LAS, Reis ABC. Educação alimentar e nutricional em escolares: uma revisão de literatura. *Cad Saúde Pública*. 2013; 29(11): 2147-61.
2. Dias PC, Henriques P, Anjos LA, Burlandy L. Obesidade e políticas públicas: concepções e estratégias adotadas pelo governo brasileiro. *Cad Saúde Pública*. 2017;33(7): e00006016.
3. Freitas LKP, Cunha JAT, Knackfuss MI, Medeiros HJ. Obesidade em adolescentes e as políticas públicas de nutrição. *Ciêns Saúde Colet*. 2014; 19(6): 1755-1762.
4. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. *Instrutivo PSE/Ministério da Saúde*. Brasília: Ministério da Saúde; 2011. 46 p.
5. Batista MD, Mondini L, Jaime PC. Ações do Programa Saúde na Escola e da alimentação escolar na prevenção do excesso de peso infantil: experiência no município de Itapevi 2014. *Epidemiol Serv Saúde*. 2017; 26(3): 569-578.
6. Prodanov CC, Freitas EC. *Metodologia do Trabalho Científico: Métodos e Técnicas da Pesquisa e do Trabalho Acadêmico*. 2a ed. Novo Hamburgo: Feevale; 2013.
7. Hochman B; Nahas FX, Oliveira FRS, Ferreira LM. *Desenhos de pesquisa*. *Acta Cir Bras*. 2005; 20: 2-9.
8. Brasil. Ministério da Saúde. *Vigilância alimentar e nutricional – SISVAN: Orientações básicas para a coleta, o processamento, a análise de dados e a informação em serviços de saúde*. (Série A – Normas e manuais técnicos). Brasília: Ministério da Saúde; 2011. 16 a 20 p.

9. World Health Organization (WHO). *Global strategy on diet, physical activity and health: World Health Organization*. Geneva: WHO; 2006.
10. World Health Organization (WHO). *Global strategy on diet, physical activity and health: World Health Organization*. Geneva: WHO; 2007.
11. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia alimentar para a população brasileira/Ministério da Saúde. 2a ed. Brasília: Ministério da Saúde; 2014. 156 p.
12. Brasil. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas. Brasília: MDS; 2012. 68 p.
13. Monteiro LN, Aerts D, Zart VB. Estado nutricional de estudantes de escolas públicas e fatores associados em um distrito de saúde do Município de Gravataí, Rio Grande do Sul. *Epidemiol Serv Saúde*. 2010; 19(3): 271-281.
14. Pedraza DF, Silva FA, Melo NLS, Araujo EMN, Souza CPC. Estado nutricional e hábitos alimentares de escolares de Campina Grande, Paraíba, Brasil. *Ciênc Saúde Coletiva*. 2017; 22(2): 469-477.
15. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009 – POF. Rio de Janeiro; 2010.
16. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Pesquisa nacional de saúde escolar. Rio de Janeiro; 2015.
17. Grillo LP, Conceição ML, Matos CH, Lacerda LLV. Estado nutricional e práticas de educação nutricional em escolares. *Mundo Saúde*. 2016; 40(2): 230-238.
18. Guimarães LV, Barros MBA. As diferenças de estado nutricional em pré-escolares de rede pública e a transição nutricional. *J Pediatr*. 2001; 77(5):381-386.
19. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Pesquisa de Orçamentos Familiares 2002-2003 – POF. Rio de Janeiro; 2004.
20. Guimarães LV, Barros MBA, Martins MSAS, Duarte EC. Fatores associados ao sobrepeso em escolares. *Rev Nutrição*. 2006; 19(1): 5-17.
21. Ronque ERV, Cyrino ES, Dórea VR, Serassuelo JH, Galdi EHG, Arruda M. Prevalência de sobrepeso e obesidade em escolares de alto nível socioeconômico em Londrina, Paraná, Brasil *Rev Nutr*. 2005; 18(6):709-17.
22. Franca C, Carvalho J, Santos VCH. Estratégias de educação alimentar e nutricional na Atenção Primária à Saúde: uma revisão de literatura. *Saúde debate*. 2017; 41(114): 932-948.
23. Prado BG, Fortes ENS, Lopes MAL, Guimarães LV. Ações de educação alimentar e nutricional para escolares: um relato de experiência. *DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde*. 2016; 11(2): 369-382.
24. Kroth KB. Educação alimentar e nutricional para crianças, adolescentes e familiares em uma escola pública de Salvador, Bahia. *Revista da Associação Brasileira de Nutrição - RASBRAN*. 2018; 9(2): 3-8.
25. Costa AGM, Gonçalves AR, Suart DA, Suda G, Piernas P, Lourena LR. Avaliação da influência da educação nutricional no hábito alimentar de crianças. *Rev Inst Ciênc Saúde*. 2009; 27(3):237-43.

26. Yokota TC, Vasconcelos TF, Pinheiro ARO, Schmitz BAS, Coitinho DC, Rodrigues MLCF. Projeto “a escola promovendo hábitos alimentares saudáveis”: comparação de duas estratégias de educação nutricional no Distrito Federal, Brasil. *Rev Nutr.* 2010; 23(1):37-47.
27. Souza NP. Avaliação das ações de saúde e nutrição na perspectiva do programa Saúde na Escola [dissertação]. Recife: Departamento de Nutrição do Centro de Ciências da Saúde, Universidade Federal de Pernambuco; 2012. 125f.
28. Juzwiak CR, Castro PM, Batista SHSS. A experiência da Oficina Permanente de Educação Alimentar e em Saúde (OPEAS): formação de profissionais para a promoção da alimentação saudável nas escolas. *Ciênc Saúde Colet.* 2013; 8(4): 1009-18.
29. Silva SU, Monego ET; Souza LM; Almeida GM. As ações de educação alimentar e nutricional e o nutricionista no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar. *Ciênc Saúde Colet.* 2018; 23(8): 2671-2681.

Submissão: 17/02/2021

Aprovação: 13/12/2021