

Mostra de Projetos 2011

Educação nutricional para melhoria do estado nutricional e consumo alimentar de escolares freqüentadores da rede municipal de Cambé – PR

Mostra Local de: Londrina.

Categoria do projeto: Projetos em implantação, com resultados parciais.

Nome da Instituição/Empresa: (Campo não preenchido).

Cidade: Londrina.

Contato: nutrivanmg@yahoo.com.br

Autor(es): Vanessa Monteiro Gonçalves.

Equipe: Vanessa Monteiro Gonçalves - nutricionista e docente do curso de Nutrição da Unopar.

Ana Paula Radigona - nutricionista responsável pelo Programa de Nutrição e Alimentação Escolar do município de Cambé.

Parceria: Secretaria Municipal de Educação de Cambé – PR.

Objetivo(s) de Desenvolvimento do Milênio trabalhado(s) pelo projeto:

- 1 - Acabar com a fome e a miséria.
- 7 - Qualidade de vida e respeito ao meio ambiente.
- 8 - Todos trabalhando pelo desenvolvimento.

RESUMO

A prevalência da obesidade em crianças tem aumentado no Brasil, o que está fortemente relacionado a mudanças no estilo de vida e hábitos alimentares, como o fácil acesso e o baixo custo de alimentos ricos em gorduras e açúcares. Uma das estratégias mais efetivas que contribuem para a promoção da saúde é a combinação de apoio educacional e ambiental, envolvendo o indivíduo e a

coletividade. De acordo com essas considerações, este projeto está sendo aplicado em uma escola municipal de Cambé por alunos do curso de Nutrição. Os alunos realizaram a avaliação do estado nutricional através da classificação do Índice de Massa Corporal e será feita a avaliação do consumo alimentar pelo método de registro alimentar de 3 dias e questionário de frequência alimentar de 160 escolares de 3ª e 4ª séries. A partir dos resultados, a intervenção abordar assuntos relacionados à alimentação saudável, utilizando-se de métodos lúdicos voltados para a faixa etária atendida, a fim de promover hábitos alimentares adequados e promoção da saúde.

Palavras-chave: avaliação nutricional, educação nutricional, obesidade infantil, hábito alimentar, consumo alimentar.

INTRODUÇÃO

A prevalência da obesidade em crianças tem aumentado em diversos países do mundo, inclusive no Brasil, o que está fortemente relacionado a mudanças do estilo de vida nos hábitos alimentares, como o fácil acesso e o baixo custo de alimentos ricos em gorduras e açúcares (WANG et al, 2002).

O sobrepeso e a obesidade atingem hoje no Brasil um percentual de 51,4% de meninos e 43,8% de meninas entre 5 e 10 anos de idade, segundo a Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF 2008-2009).

De acordo com esses dados e com os dados coletados ao longo do Estágio Supervisionado em Nutrição Social Institucional Infantil do Curso de Nutrição da Unopar, verificou-se a necessidade de promover dentro das escolas municipais atendidas a educação nutricional para melhoria da saúde. Em parceria com a Secretaria Municipal de Educação de Cambé, este projeto foi criado para que se realize um acompanhamento da evolução nutricional dos escolares a partir de dados de antropometria e consumo alimentar e ainda, visa a promoção da saúde com a participação dos alunos em encontros semanais que tratem de assuntos relacionados aos bons hábitos de alimentação e conseqüentemente de saúde. Este projeto está em fase de implantação, os alunos de Nutrição realizarem diagnóstico de estado nutricional de todos os estudantes de 3ª série, 83 escolares, e posteriormente darão seguimento ao diagnóstico com os alunos de 4ª série. Após os resultados obtidos e tabulados, as atividades de intervenção serão desenvolvidas de acordo com a faixa etária a ser atendida. Ao final do projeto em 2011, todas as medidas utilizadas para o diagnóstico serão realizadas novamente, a fim de verificar mudanças no comportamento alimentar e no estado nutricional dos estudantes. No caso de se comprovar resultados positivos na vida dos escolares de Cambé, a Secretaria Municipal

de Educação juntamente com o Curso de Nutrição promoverá a realização do Projeto em outras escolas do município.

1. JUSTIFICATIVA

A fase da infância apresenta importantes aspectos para a formação de hábitos e práticas comportamentais em geral, e especificamente alimentares. Inserida no contexto familiar, a criança começa a formar e internalizar os padrões de comportamento alimentar, em termos de escolha e quantidade de alimentos, horário e ambiente das refeições. Trata-se de um processo que se inicia nesta fase e se estende por todas as demais fases do ciclo de vida (GAGLIONE et al, 2006).

A implementação de programas de educação nutricional nas escolas e a criação de um ambiente favorável à promoção de práticas alimentares saudáveis constituem-se importantes estratégias para enfrentar problemas alimentares e nutricionais como a obesidade e as doenças crônicas não transmissíveis associadas (BUSS, 1999).

Este projeto visa identificar os problemas nutricionais dos escolares e atender as demandas dessa população no que diz respeito às ações educativas que possam influenciar nos hábitos alimentares dessa população. Ao final do projeto, poderá ser avaliada a efetividade das ações promovidas e as mudanças no perfil do comportamento alimentar dos escolares, no intuito de promover uma vida adulta saudável sem as complicações associadas ao excesso de peso.

2. OBJETIVO GERAL

Aplicar um programa de educação nutricional para melhorar o estado nutricional e aumentar o consumo de alimentos saudáveis em escolares da rede municipal de Cambe – PR.

3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Coletar as medidas antropométricas dos escolares antes e após a aplicação do projeto;

- Avaliar e comparar o estado nutricional dos alunos antes e após a participação no projeto;
- Identificar os erros alimentares através de registros alimentar de 3 dias antes e após a aplicação do projeto;
- Elaborar e aplicar atividades de educação nutricional abordando diversos temas relacionados à nutrição e saúde;
- Avaliar ao fim do projeto se a metodologia de educação nutricional aplicada terá influência na mudança do comportamento alimentar dos escolares favoráveis à saúde.

4. METODOLOGIA

1. População-alvo

Estudo de intervenção a ser realizado com 160 escolares de 3ª e 4ª séries na faixa etária de 9 a 10 anos do ensino fundamental da rede municipal de Cambe – PR.

2. Local

A escola foi selecionada a partir do contato com a nutricionista da Secretaria Municipal de Educação, que viabilizou o estudo na Escola Municipal Pedro Tkotz, pela oferta de projetos aos alunos em tempo integral, o que facilita a inclusão de uma carga horária voltada para a educação nutricional.

3. Antropometria

O estado nutricional das crianças será avaliado por medidas antropométricas de peso e estatura. Adotar-se-á como padrão de referência aos índices antropométricos, os parâmetros adotados pela Vigilância Nutricional (Norma Técnica - SISVAN, 2008), que recomenda a utilização dos valores de Índice de Massa Corpórea (IMC) fixados pelas curvas de crescimento (2006 e 2007) e referendados pela Organização Mundial da Saúde (OMS).

O diagnóstico terá como método inicial o sistema de classificação da fórmula em Score-z, para o índice IMC. Os pontos de corte adotados serão os seguintes:

Quadro 1 – Pontos de corte de IMC para crianças de 5 a 10 anos de idade

VALORES CRÍTICOS DIAGNÓSTICO NUTRICIONAL

- < Escore-z -3 Magreza Acentuada
- > Escore-z -3 e < Escore-z -2 Magreza
- > Escore-z -2 e < Escore-z +1 Eutrofia
- > Escore-z +1 e < Escore-z +2 Sobrepeso
- > Escore-z +2 e < Escore-z +3 Obesidade
- > Escore-z +3 Obesidade Grave

Fonte: Norma Técnica – SISVAN, 2008.

4. Consumo Alimentar

A coleta de dados do consumo alimentar será realizada com a aplicação de Registro Alimentar de 3 dias e o Questionário de Freqüência Alimentar, material disponível no curso de Nutrição, com o objetivo de avaliar o consumo e o hábito dos escolares no âmbito escolar e familiar. Os escolares serão instruídos pela equipe do projeto a anotar no formulário todos os alimentos e líquidos que ingeriu durante o período de 3 dias e todos os alimentos que costumam consumir na sua rotina baseado nos grupos alimentares presentes na Freqüência Alimentar (VASCONCELOS, 2007).

Para os cálculos dos nutrientes ingeridos será utilizado o programa Avanutri, versão Online, já disponível na instituição.

5. Educação Nutricional

O projeto de educação nutricional será constituído por 14 encontros quinzenais ao longo do ano de 2011, onde serão abordados os seguintes temas: alimentos e seus principais nutrientes, utilização dos nutrientes, grupos alimentares, pirâmide alimentar, importância da merenda escolar, desperdício de alimentos, prejuízo do alto consumo de doces e industrializados e importância da prática de esportes.

Outros conteúdos poderão ser incluídos no projeto caso haja necessidade por parte do responsável pela escola e dos resultados obtidos na avaliação antropométrica e do consumo alimentar.

O conteúdo a ser ministrado aos escolares conterá atividades lúdico-educativas, utilizando-se jogos, teatros, fantoches, cartazes e brincadeiras a fim de promover a participação e interação das crianças (PERRY et al, 2004; ASSIS & NAHAS, 1999).

5. MONITORAMENTO DOS RESULTADOS

Será realizada a avaliação da mudança de comportamento alimentar antes e após as intervenções pelo método de avaliação do estado nutricional através das medidas de peso e altura e classificação do Índice de Massa Corporal e ainda, pelo método de avaliação do consumo alimentar a ser realizado a partir do registro alimentar de 3 dias, material disponível no curso de Nutrição.

6. VOLUNTÁRIOS

O projeto "Educação nutricional para melhoria do estado nutricional e consumo alimentar de escolares freqüentadores da rede municipal de Cambé - PR" possui parceria com a Secretaria Municipal de Educação de Cambé – Paraná. Desta forma, a Unopar garante o trabalho de orientação nutricional às escolas por meio de professores capacitados e de alunos voluntários em processo de estágio do curso de Nutrição. Compete a Secretaria de Educação neste contexto, garantir espaços para a realização do projeto e promover as orientações nutricionais recomendadas.

7. CRONOGRAMA

Atividades: Seleção dos alunos

Período: Abril

Atividade; Orientação para realização da avaliação nutricional e de consumo alimentar.

Período: Abril

Atividade: Avaliação antropométrica inicial dos escolares

Período: Abril e Maio

Atividade: Avaliação do consumo alimentar inicial dos escolares

Período: Junho

Atividade: Tabulação dos resultados da antropometria e consumo alimentar.

Período: Maio, Junho e Julho.

Atividade: Elaboração das atividades de educação nutricional

Período: Julho

Atividade: Aplicação das atividades de educação nutricional

Período: Agosto, Setembro, Outubro e Novembro.

Atividade: Entrega do relatório parcial do projeto

Período: Julho

Atividade: Avaliação antropométrica final dos escolares

Período: Novembro

Atividades: Avaliação do consumo alimentar final dos escolares

Período: Novembro

Atividade: Tabulação dos resultados finais e entrega do relatório final do projeto

Período: Dezembro

8. RESULTADOS ALCANÇADOS

O projeto iniciou no mês de abril deste ano após a seleção de alunos interessados em fazer parte do projeto. Até o presente momento foi realizado parte do diagnóstico de situação através da avaliação do estado nutricional das crianças das 3^ª séries da escola atendida. Serão avaliados no mês de maio os alunos das 4^ª séries.

Para avaliação do estado nutricional utilizou-se as medidas de peso e altura e a classificação foi feita de acordo com os parâmetros adotados pela Organização Mundial de Saúde desde 2006. Todas as crianças foram classificadas de acordo com o Índice de massa corporal.

Os resultados obtidos revelaram um alto índice de sobrepeso e obesidade, 37% e 12%, respectivamente. Segundo a última Pesquisa de Orçamento

Familiar (POF 2008), esses dados assemelham-se aos demais encontrados no Brasil, atualmente, segundo essa pesquisa, a prevalência de sobrepeso em crianças de 5 a 9 anos é de 32% e a presença de obesidade representa 11,8% da população.

Esses resultados são preocupantes, pois o excesso de peso nessa fase pode acarretar diversas complicações, como dislipidemias e hipertensão arterial, que podem levar a uma baixa expectativa de vida para esses jovens, caso nenhuma mudança comportamental seja efetivada.

Diante desses resultados, torna-se ainda mais importante a conclusão desse projeto, ainda falta os dados de antropometria a serem coletados e do consumo alimentar desses escolares, porém os alunos de Nutrição estão em fase de elaboração dos materiais educativos a serem apresentados para a população atendida, com o objetivo de mudar essa realidade e prolongar a expectativa de vida dessas crianças. O projeto de educação nutricional será constituído por 14 encontros quinzenais ao longo do ano de 2011, onde serão abordados os seguintes temas: alimentos e seus principais nutrientes, utilização dos nutrientes, grupos alimentares, pirâmide alimentar, importância da merenda escolar, desperdício de alimentos, prejuízo do alto consumo de doces e industrializados e importância da prática de esportes.

Outros conteúdos poderão ser incluídos no projeto caso haja necessidade por parte do responsável pela escola e dos resultados obtidos na avaliação antropométrica e do consumo alimentar.

O conteúdo a ser ministrado aos escolares conterá atividades lúdico-educativas, utilizando-se jogos, teatros, fantoches, cartazes e brincadeiras a fim de promover a participação e interação das crianças.

9. ORÇAMENTO

Docente:

Vanessa Monteiro Gonçalves

Nº de horas: 2 horas/semana

Vlr. H/A - 24,81

Vlr. H/A semanal - 49,62

Total Mensal -198,48

Total anual - 5.108,87

RECURSOS MATERIAIS:

1- Balança digital antropométrica, da marca Plenna, com capacidade até 150 kg , com escala de 100 g , plataforma plana e com bateria lithium power interna (patrimônio 015985);

Já existente na Unopar.

1- Estadiômetro portátil, marca SECA bodymeter 208, de PVC com fita métrica, escala de 0 a 200 cm e com resolução de 1 mm (patrimônio 020778);

Já existente na Unopar.

160 Fichas de acompanhamento antropométrico por semestre Já existente na Unopar.

5 Certificados Valor Unitário - 10,00 Total - 50,00

TOTAL DE DESPESAS: R\$ 5.158,87.

10. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esse projeto, ainda que recentemente iniciado, já tem mostrado resultados que confirma a situação nutricional das crianças brasileiras hoje, um alto índice de prevalência de sobrepeso e obesidade provavelmente resultantes de uma alimentação desequilibrada, rica em gorduras e açúcares. Esses resultados tornam ainda mais necessário a conclusão de todas as etapas do projeto, para que ao final do ano de 2011, essas crianças tenham a oportunidade de optarem por escolhas saudáveis de vida, prolongando seu bem estar e saúde. Observa-se ainda um grande apoio na parceria com a Secretaria Municipal de Educação, que tem mostrado grande preocupação com a situação nutricional de seus estudantes e esperam, juntamente com o Curso de Nutrição da Unopar, estender esse projeto a todos os escolares da rede pública do município, promovendo em grande escala a saúde dessa população.

REFERÊNCIAS

ACCIOLY, E.; SAUNDERS, C.; LACERDA, E.M.A. Nutrição em Obstetrícia e Pediatria. 1. ed. Rio de Janeiro: Cultura Média, 2001.

ASSIS, M.A.; NAHAS, M.V. Aspectos Motivacionais em Programas de Mudança do Comportamento Alimentar. *Revista de Nutrição*. v. 12, p. 33-41, 1999.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NUTRIÇÃO. *Novas Curvas de Crescimento para a Avaliação de Crianças*, 2008. Disponível em <http://www.asbran.org.br/sitenovo/noticias.php?dsid=227>.

BIZZO, M.L.G.; LEDER, L. Educação Nutricional nos Parâmetros Curriculares Nacionais para o Ensino Fundamental. *Revista de Nutrição*. v. 18, p. 661-617, 2005.

BOOG, M.C.F.; RODRIGUES, E.M. Problematização como Estratégia de Educação Nutricional com Adolescentes Obesos. *Caderno de Saúde Pública*. v. 22, p. 923-931, 2006.

GAGLIONE, CP. et al. Educação Nutricional no Ensino Público Fundamental em São Paulo, Brasil. *Revista de Nutrição*. v. 19, p. 309-320, 2006.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). *Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009*. Disponível em <http://www.ibge.gov.br>.

KAIN, J. et al. Validación y Aplicación de Instrumentos para Evaluar Intervenciones Educativas em Obesidade de Escolares. *Revista Chilena de Pediatría*. v. 72, p. 308-318, 2001.

LEÃO, L.S. et al. Prevalência de Obesidade em Escolares de Salvador, Bahia. *Arquivo Brasileiro de Endocrinologia e Metabolismo*. v. 47, p. 151-157, 2003.

MANIOS, Y. et al. Health and Nutrition Education in Primary Schools of Crete: Changes in Chronic Diseases Risk Factors Following a 6-year Intervention Programme. *Brazilian Journal of Nutrition*. v. 88, p. 315-324, 2002.

NEVES, O.M.D. et al. Antropometria de Escolares ao Ingresso no Ensino Fundamental na Cidade de Belém, Pará. *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil*. v. 6, p. 39-46, 2006.

PERRY, et al. A Randomized School Trial of Environmental Strategies to Encourage Fruit and Consumption Among Children. *Health Educational Behavior*. v. 31, p. 65-76, 2004.

SIMON, V.G.N.; SOUZA, J.M.P.; SOUZA, S.B. Aleitamento Materno, Alimentação Complementar, Sobrepeso e Obesidade em Escolares. *Revista de Saúde Pública*. v. 43, p. 60-69, 2009.

VASCONCELOS, F.A. Tendências Históricas dos Estudos Dietéticos no Brasil. *História, Ciência e Saúde*. v. 14, p. 197-219, 2007.

VASCONCELOS, F.A. Avaliação Nutricional de Coletividades. 4. ed. Florianópolis: UFSC, 2007.

WANG, Y. MONTEIRO, C. POPKIN, B.M. Trends of Obesity and Underweight in Older Children and Adolescents in the United States, Brazil, China and Russia. American Journal of Nutrition. v. 75, p. 971-977, 2002.

WECHSLER, H. et al. Using the School Environment to Promote Physical Activity and Healthy Eating. Preventive Medicine. v. 31, p. 121-137, 2000.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Obesity and Overweight, 2006. Disponível em <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/es/index.html>.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Health Topics. 2006. Disponível em <http://www.who.int/topics/obesity/en/>.