

COMPARAÇÃO DE HÁBITOS ALIMENTARES ENTRE SEXOS EM ESCOLARES DO MUNICÍPIO DE CERES/GOIÁS

NETO, Angelo Rodrigues da Silva¹; MOREIRA, Edivan dos Santos¹; CUSTODIO, Jean Marcos Ferreira²; RIBEIRO NETO, João Luís²; NOLL, Priscilla Rayanne e Silva⁴; NOLL, Matias⁴

¹ Estudante do Ensino Médio e Técnico Integrado – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Goiano – Câmpus Ceres - GO. angeloneto88@gmail.com; ²Estudante de Graduação no Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Goiano – Câmpus Ceres - GO; ³Orientador – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Goiano – Câmpus Ceres

RESUMO: Os hábitos alimentares são fatores importantes para a saúde, sendo que inadequações alimentares são fatores de risco para Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT's). Portanto, o objetivo foi comparar os hábitos alimentares entre os sexos de escolares do Ensino Médio do município de Ceres, a partir de um estudo epidemiológico. A amostra constituiu-se de 827 escolares, de 14 a 17 anos, avaliados por meio do questionário aplicado na Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar, contendo dados alimentares (marcadores saudáveis e não saudáveis). Os dados foram analisados por meio do Teste Qui-Quadrado (χ^2). O sexo masculino apresentou uma maior prevalência no consumo de feijão, refrigerantes e sucos industrializados e bebidas alcoólicas, enquanto que o feminino consumiu mais frequentemente legumes, saladas, frutas e sucos e guloseimas. Tais achados permitem conhecer a população para desenvolver programas de educação alimentar e nutricional com vistas a formação hábitos alimentares saudáveis.

Palavras-chave: hábitos alimentares; saúde do adolescente; sexos; epidemiologia.

INTRODUÇÃO

Os hábitos alimentares inadequados caracterizam, dentre outros fatores comportamentais, um ambiente obesogênico, o qual tem como consequência o aumento da prevalência do excesso de peso na adolescência, levando a problemas a curto e longo prazo, como doenças cardiovasculares, síndrome metabólica, diabetes e câncer (BRASIL, 2011).

Esses hábitos variam, dependendo do contexto, com influência de aspectos socioculturais, ambientais e genéticos, próprios de cada localidade alimentares. Assim, é necessário conhecer perfil da população em suas especificidades, visando o fornecimento de evidências científicas do contexto local, a fim de desenvolver estratégias preventivas eficientes, bem como promover um ambiente saudável. Diante disso o objetivo foi comparar os hábitos alimentares entre os sexos masculino e feminino de escolares do Ensino Médio do município de Ceres, a partir de um estudo epidemiológico.

MATERIAL E MÉTODOS

Trata-se de um estudo epidemiológico transversal realizado nas Instituições de Ensino que ofertam Ensino Médio do município de Ceres, sendo uma federal, uma estadual e duas particulares, o qual teve como amostra 827 escolares de 14 a 19 anos.

O instrumento utilizado para a coleta de dados foi o questionário da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PENSE), desenvolvido pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, contendo perguntas acerca da frequência de hábitos alimentares, relacionadas à presença de alimentos considerados marcadores de alimentação saudável e não saudável, validado por Tavares et al (2014).

Os dados foram analisados no SPSS, versão 19.0. As variáveis alimentares foram analisadas separadamente para cada sexo a partir de teste Qui-quadrado para verificar a existência de associação entre os hábitos alimentares e o sexo masculino e feminino ($\alpha = 0,05$).

RESULTADOS

As Tabelas 1 e 2 apresentam a prevalência de hábitos alimentares dos escolares, estratificada por sexo, demonstrando os resultados de consumo acerca dos marcadores saudáveis e não saudáveis.

Os resultados demonstraram que o sexo masculino apresenta uma maior prevalência no consumo de alimentos como o feijão, mas em contrapartida apresentaram

maior consumo de bebidas industrializadas como refrigerantes e sucos industrializados, além de bebidas alcoólicas. Já o sexo feminino consumiu mais frequentemente alimentos saudáveis como legumes, saladas, frutas e sucos, porém apresentou maior consumo de guloseimas

Tabela 1 - Prevalência de marcadores alimentares saudáveis em escolares do Ensino Médio do município de Ceres, para os sexos.

Variável (n)	Masculino n (%)	Feminino n (%)	χ^2 ^a
Feijão (n=766)			
0-2 dias	50 (13,6)	67 (16,9)	
3-4 dias	37 (10)	64 (16,1)	
5-6 dias	45 (12,2)	49 (12,3)	0,021 ^b
Todos os dias	237 (64,2)	217 (54,7)	
Legumes (n=756)			
0-2 dias	123 (34,1)	116 (29,4)	
3-4 dias	92 (25,5)	72 (18,2)	
5-6 dias	42 (11,6)	54 (13,7)	0,007 ^b
Todos os dias	104 (28,8)	153 (38,7)	
Salada (n=759)			
0-2 dias	107 (29,3)	86 (21,8)	
3-4 dias	82 (22,5)	61 (15,5)	
5-6 dias	57 (15,6)	60 (15,2)	0,001 ^b
Todos os dias	119 (32,6)	187 (47,5)	
Frutas e Sucos (n=756)			
0-2 dias	146 (39,9)	119 (30,4)	
3-4 dias	126 (34,4)	127 (32,6)	
5-6 dias	49 (13,4)	63 (16,2)	
Todos os dias	45 (12,3)	81 (20,8)	0,003 ^b
Leite e Iogurtes (n=759)			
0-2 dias	128 (35,2)	166 (42)	
3-4 dias	85 (23,4)	82 (20,8)	
5-6 dias	42 (11,5)	57 (14,4)	0,051
Todos os dias	109 (29,9)	90 (22,8)	

O consumo de vegetais foi muito abaixo do recomendado sendo que os alimentos in natura ou minimamente processados, os quais a maioria são de origem vegetal, devem ser a base de uma alimentação balanceada e saudável, pois são boas fontes de micronutrientes, fibras, com baixo valor calórico e pequenas quantidades de aditivos químicos como conservantes, realçadores de sabor e de cor. Além disso, esses alimentos promovem o uso sustentável de nossos recursos naturais, protegendo a biodiversidade.

Este achados são relevantes pois a partir dos mesmos é possível identificar o perfil da população avaliada, e com base nestes resultados desenvolver programas de educação alimentar e nutricional com vistas a formação hábitos alimentares saudáveis destes escolares durante seu crescimento e desenvolvimento, já que os hábitos formados quando crianças e adolescentes tendem a se manter durante toda a vida adulta.

Tabela 2 - Prevalência de marcadores alimentares saudáveis em escolares do Ensino Médio do município de Ceres, para os sexos.

Variável (n)	Masculino n (%)	Feminino n (%)	χ^2 ^a
Embutidos (n=760)			
0-2 dias	234 (63,8)	267 (67,9)	
3-4 dias	91 (24,8)	83 (21,2)	0,435
5 dias ou mais	42 (11,4)	43 (10,9)	
Salgados fritos, pizza e sanduíches (n=760)			
0-2 dias	221 (60,4)	236 (59,9)	
3-4 dias	85 (23,2)	104 (26,4)	0,430
5 dias ou mais	60 (16,4)	54 (13,7)	
Biscoitos doces (n=762)			
0-2 dias	198 (57)	181 (45,8)	
3-4 dias	88 (24)	107 (27,1)	0,075
5 dias ou mais	81 (22)	107 (27,1)	
Guloseimas (n=763)			
0-2 dias	129 (35,1)	102 (25,7)	
3-4 dias	91 (24,8)	95 (24)	0,007 ^b
5 dias ou mais	147 (40,1)	199 (50,3)	
Refrigerantes e sucos industrializados (n= 751)			
0-2 dias	89 (24,7)	149 (38,1)	
3-4 dias	101 (28,1)	93 (23,8)	0,001 ^b
5 dias ou mais	170 (47,2)	149 (38,1)	
Bebidas alcoólicas e/ou energéticos (n=754)			
Nenhum dia	226 (62,5)	311 (79,4)	
1-2 dias	88 (24)	64 (16,3)	0,001 ^b
3 dias ou mais	49 (13,5)	17 (4,3)	

CONCLUSÃO

Os escolares do município Ceres apresentam baixo percentual de consumo de alimentos marcadores de uma alimentação saudável, como feijão, vegetais e leite. De forma associada, apresentam consumo além do recomendado de salgados fritos, pizza e sanduíches, biscoitos e bolachas salgadas e doces, guloseimas, refrigerantes e bebidas alcoólicas, sendo verificadas diferenças entre os sexos, o que permite direcionar as atividades de educação alimentar e nutricional às necessidades específicas de cada público.

AGRADECIMENTOS

Agradeço ao grupo GPSACA, IFGoiano – Câmpus Ceres e aos colaboradores do projeto.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Brasil. Ministério da Saúde. Plano de ações estratégicas para o enfrentamento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) no Brasil 2011-2012. Brasília; 2011.

Tavares LF, Castro IRR, Levy RB, et al. Validade relativa de indicadores de práticas alimentares da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar entre adolescentes do Rio de Janeiro, Brasil. Cad de Saúde Pública 2014; 30, 5: 1029-1041.