

## Enfrentamento da Obesidade Infantil por meio da Educação Nutricional na Infância

### Facing child obesity through nutrition education in childhood

Jéssica Lima dos Santos<sup>1</sup>, Elviane Maria da Silva<sup>1</sup>, Fernando Romualdo Silva Neto<sup>1</sup>, Alytana Ribeiro Soares<sup>1</sup>, Michele Vantini Checchio Skrapec<sup>1</sup>, Diego Felipe dos Santos Silva<sup>1\*</sup>

---

#### RESUMO

A presente pesquisa objetivou aplicar um programa de educação alimentar e nutricional para prevenir a obesidade infantil em creches públicas da rede municipal de Petrolina-PE. O estudo de abordagem quantitativa e qualitativa e delineamento transversal foi realizado na cidade de Petrolina, sertão pernambucano. A população estudada foi composta por crianças de 2 a 5 anos, de ambos os sexos, de creches públicas municipais. Cujas atividades incluem pesquisa de dados antropométricos, avaliação qualitativa e de consumo/aceitação do cardápio da creche e realização do Programa de educação nutricional. Os resultados obtidos reforçam a importância de programas de educação voltados a alimentação e nutrição, em conjunto com a avaliação da qualidade alimentar e do estado nutricional, tornando possível verificar o impacto que as inadequações na alimentação exercem sobre o crescimento e desenvolvimento das crianças.

**Palavras-chave:** Educação alimentar e nutricional; Obesidade; Nutrição infantil.

---

#### ABSTRACT

The present research aimed to apply a food and nutrition education program to prevent childhood obesity in public day care centers in the municipal network of Petrolina-PE. The study with a quantitative and qualitative approach and cross-sectional design was carried out in the city of Petrolina, Pernambuco hinterland. The population studied consisted of children aged between 2 and 5 years, of both sexes, from municipal public day care centers. Whose activities include researching anthropometric data, qualitative assessment and consumption/acceptance of the daycare menu and carrying out the Nutrition Education Program. The results obtained reinforce the importance of education programs focused on food and nutrition, together with the assessment of food quality and nutritional status, making it possible to verify the impact that inadequacies in food have on children's growth and development.

**Keywords:** Food and nutrition education; Obesity; Child nutrition

---

<sup>1</sup> Universidade de Pernambuco  
\*E-mail: diego.santos@upe.br

## INTRODUÇÃO

No Brasil, as mudanças relacionadas à modernização e urbanização modificaram o estilo de vida e os hábitos alimentares da população, com consequente aumento da prevalência de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), destacando-se a obesidade e suas comorbidades (COSTA, 2013).

A obesidade pode ser definida como uma doença caracterizada pelo acúmulo excessivo de gordura corporal, sendo consequência de balanço energético positivo (SILVA; BITTAR, 2012). A etiologia é multifatorial e o aparecimento ocorre sob influência de diversos fatores, como o desmame precoce, a introdução inadequada dos alimentos, distúrbios do comportamento alimentar e da relação familiar (GIUGLIANO, 2004 *apud* SILVA; ZURITA, 2012).

Atualmente, devido às inovações tecnológicas, as crianças tendem a tornarem-se menos ativas, consumirem alimentos mais calóricos e menos nutritivos, passar mais tempo na frente de computadores, televisão e jogos eletrônicos, por conseguinte, gerando um desequilíbrio entre a ingestão e o gasto calórico, contribuindo para o excesso de peso (BOUCHARD, 2003 *apud* FERREIRA *et al.*, 2014).

As consequências da obesidade infantil podem ser vistas a curto e longo prazo. A curto prazo estão as desordens ortopédicas, os distúrbios respiratórios, a diabetes, a hipertensão arterial e as dislipidemias, além dos distúrbios psicossociais; a longo prazo ocorre aumento da mortalidade por diversas causas, a exemplo das doenças coronarianas nos indivíduos que desenvolveram obesidade na infância (SANTOS *et al.*, 2013).

A fase pré-escolar ou segunda infância é caracterizada pela faixa etária de 2 a 6 anos de idade (WEEFFORT; LOPES, 2009 *apud* SILVA *et al.*, 2014). Esta fase é importante para consolidar um conhecimento sobre alimentação, o qual poderá ser rememorado na vida adulta e, possivelmente, tornar-se um elemento de resistência ao assédio midiático do consumo alimentar quantitativamente excessivo e qualitativamente inadequado. Portanto, as práticas alimentares saudáveis construídas desde a infância, podem se configurar como anteparos importantes aos danos à saúde, provocados por mudanças vivenciadas na vida adulta (ALVES; WALKER, 2013).

Desta forma, a educação nutricional surge com o intuito de desenvolver estratégias para impulsionar a cultura e a importância da alimentação saudável, respeitar as

necessidades individuais (COSTA, 2013), além de tentar esclarecer alguns mitos e *tabus* alimentares, existentes em virtude das crenças e valores da população, mas que não possuem fundamentos científicos.

Diante dos problemas de saúde na infância, decorrentes do comportamento alimentar inadequado, o presente estudo, visa aplicar um programa de educação nutricional, a fim de prevenir/enfrentar o desenvolvimento da obesidade infantil, bem como a mudança de maus hábitos alimentares e o incentivo a uma maior participação em brincadeiras que impulsionem o movimento corporal.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de um estudo, de abordagem quantitativa e qualitativa e delineamento transversal, que foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP), de acordo com o Ministério da Saúde, Resolução 196/96, realizado na cidade de Petrolina, sertão pernambucano, localizada a aproximadamente 730 km da capital do Estado, Recife, no período de outubro de 2018 a abril de 2019.

A população estudada consistiu em crianças de ambos os sexos com idade entre 2 e 5 anos, regularmente matriculadas em 2 creches públicas municipais do Programa Nova Semente, que tiveram sua participação permitida pelo seu responsável legal e pela gestão da creche através da entrega do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, no qual, foi possível que as crianças que não se sentiram a vontade, ou se sentiram constrangidas, e quiseram interromper sua participação durante a aplicação do Programa de Educação Alimentar e Nutricional ou de qualquer um dos outros itens da pesquisa, deixassem de constituir parte da amostra do estudo a qualquer momento.

- **Coleta de dados antropométricos**

O estado nutricional exerce influência decisiva sobre a morbimortalidade e o processo de crescimento e desenvolvimento infantil. Assim, a avaliação do estado nutricional da população infantil é essencial para identificar as intervenções adequadas que melhorem as condições de saúde e de vida (MACHADO, 2011 *apud* PEDRAZA e col., 2015). A antropometria constitui o método mais utilizado universalmente para avaliar o estado nutricional de crianças. Destaca-se, por ser um método de fácil

operacionalização, baixo custo e não invasivo, além da objetividade e sensibilidade (ARAÚJO 2008; PEREIRA 2010 *apud* PEDRAZA e col., 2015)

As atividades foram realizadas no ambiente escolar característico do público alvo, e tiveram início com a avaliação antropométrica, na qual foram aferidas, pelos pesquisadores envolvidos e previamente treinados e padronizados tecnicamente para este fim, as medidas de peso e estatura, sendo esta última em duplicata, em centímetros, utilizando-se um estadiômetro Seca®, com capacidade de 2 m e sensibilidade de 0,5 cm, enquanto a tomada de peso (kg) foi realizada com auxílio da balança Plenna®, com capacidade para 150 kg e sensibilidade de 100 g. As crianças foram pesadas com vestimentas leves e sem sapatos.

A avaliação do estado nutricional foi realizada a partir dos seguintes índices antropométricos: peso/estatura (P/E), peso/idade (P/I), estatura/idade (E/I), e índice de massa corporal/idade (IMC/I) de acordo com o sexo e a faixa etária, adotando-se como padrão de referência, os parâmetros utilizados pela Vigilância Alimentar e Nutricional (Norma Técnica - SISVAN, 2008) e referenciados pela Organização Mundial da Saúde (OMS) que recomenda usar as curvas de crescimento de referência lançadas em 2006 (WHO, 2006), para avaliar o estado nutricional de crianças menores de cinco anos e para crianças com cinco anos ou mais, o uso da referência internacional da OMS lançada em 2007 (WHO, 2007).

Os índices foram expressos em *percentis*, cuja classificação caracteriza como eutróficas as crianças cujos índices E/I for  $\geq$  *percentil* 3, P/I for  $\geq$  *percentil* 3 e  $\leq$  *percentil* 97, P/E for  $\geq$  *percentil* 3 e  $\leq$  *percentil* 85 e o IMC por idade for  $\geq$  *percentil* 3 e  $\leq$  *percentil* 85, através do programa Anthro® WHO, com base na Organização Mundial da Saúde, como é possível observar no quadro 1. Os índices P/E e IMC/ idade, foram utilizados para classificação de obesidade, tendo como pontos de corte valores superiores ao *percentil* 99,9.

**Quadro 1** – Valores de corte dos percentis para classificação do estado nutricional da amostra representada pelas crianças matriculadas nas creches do Programa Nova Semente em Petrolina-PE em 2016 de acordo com IMC: índice de massa corporal; Peso para altura.

Valores Críticos		Diagnóstico nutricional
Peso para estatura	IMC para idade	
<Percentil 0,1	<Percentil 0,1	Desnutrição grave
≥Percentil 0,1 < Percentil 3	≥Percentil 0,1 < Percentil 3	Desnutrição
≥Percentil 3 e ≤Percentil 85	≥Percentil 3 e ≤Percentil 85	Eutrofia
> Percentil 85 e ≤Percentil 97	> Percentil 85 e ≤Percentil 97	Risco de sobrepeso
>Percentil 97 e ≤Percentil 99,9	>Percentil 97 e ≤Percentil 99,9	Sobrepeso
>Percentil 99,9	>Percentil 99,9	Obesidade

Fonte: Organização Mundial de Saúde (2006).

Utilizando os valores críticos dos percentis expressos no quadro 1, foi feita a caracterização da amostra em relação ao estado nutricional, a partir daí, sendo possível calcular a prevalência da obesidade infantil, com o auxílio do programa Microsoft Excel 2010.

- **Avaliação da qualidade do cardápio semanal e o consumo e aceitação das crianças**

O cardápio é definido como uma lista de preparações culinárias que compõem uma refeição, ou lista de preparações que fazem parte de todas as refeições de um dia ou de um período determinado, utilizando-se padrões nutricionais e reconhecimento das técnicas dietéticas dos alimentos, a fim de atender as leis da alimentação baseadas na quantidade, qualidade, harmonia e adequação (AKUTSU e col., 2005 *apud* SILVA e col., 2015).

Em virtude das crianças passarem o dia na creche e nela realizarem cinco refeições diárias, também foram avaliados, qualitativamente os cardápios referentes as refeições fornecidas, os seus componentes, e o nível de aceitação e consumo dos grupos alimentares, através da aplicação de questionários às merendeiras e cuidadoras, com base no método de Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio (AQPC), adaptado à

realidade das creches com base nas diretrizes do Guia Alimentar para a População Brasileira, método desenvolvido por Veiros & Proença, visando analisar os itens pertinentes à qualidade de cardápios elaborados e os aspectos nutricionais e sensoriais (MENEGAZZO et al., 2011).

Para avaliação dos cardápios, adotaram-se os seguintes critérios: Presença de frutas ou preparações à base de frutas; Presença de verduras e legumes, ou como ingredientes principais da preparação; Presença de doces; Presença de frituras; Presença de carnes gordurosas; Presença de alimentos e preparações que contenham ácidos graxos *trans*; Monotonia de cores.

- **Programa de Educação Alimentar e Nutricional**

As intervenções nutricionais apresentam o papel de facilitar a aprendizagem de modo que seja uma ferramenta que favoreça a mudança de comportamentos e atitudes dos envolvidos, por isso o aprendizado interativo com os alimentos saudáveis é essencial, por meio de atividades lúdicas de acordo com a faixa etária dos escolares (SAUCEDA *et al.*, 2015).

Para a realização do Programa de Educação Alimentar e Nutricional realizado em 2 creches públicas da rede municipal de Petrolina-PE, foram confeccionados pela equipe responsável por este, os materiais, métodos e recursos didáticos para a produção dos bonecos e armação para o teatro de fantoches, este último será produzido utilizando-se papelão coberto com tecido colorido e decorado com figuras divertidas, além de possuir uma abertura para que seja possível a visualização dos bonecos, coberta com uma cortina até o início da apresentação, que remeteu a ideia, realmente, de um teatro; o flanelógrafo também foi constituído de papelão, revestido com flanela, e suas imagens feitas com papel emborrachado e fixadas com velcro em sua superfície posterior, facilitando a sua adesão e retirada, uma vez que foi utilizado em ambas as creches.

Ao fim da tomada das medidas antropométricas, bem como da avaliação do cardápio, foi aplicado o programa de educação alimentar e nutricional, com duração de aproximadamente 1h e meia, que teve início com a realização de um teatro de fantoches (composto pelos seguintes personagens: mãe, crianças, nutricionista, frutas e guloseimas), que trouxe como temática a obesidade infantil como resultado de uma má alimentação aliada ao sedentarismo, ao passo que objetivou transmitir esse conhecimento às crianças de forma lúdica, tornando possível seu entendimento.

Consequente a apresentação com os fantoches, entraram em cena personagens do mundo infantil, como: fada, super herói, princesas e chapeuzinho vermelho, que interagiram com as crianças e ensinaram através de brincadeiras, como a do reconhecimento dos alimentos, oficinas, diálogos e músicas, nos quais foram abordados temas como a importância da alimentação adequada, a base dos fundamentos da pirâmide alimentar, alimentos e seus principais nutrientes, utilização dos nutrientes, grupos alimentares, o que é obesidade, importância da merenda escolar, desperdício de alimentos, prejuízo do alto consumo de doces e industrializados e importância da prática de atividades físicas, como: correr, jogar bola e pular corda; para um crescimento e desenvolvimento saudável. .

Como método de avaliação para verificar o nível de compreensão dos assuntos que foram abordados no decorrer do programa, foi utilizado um flanelógrafo, onde, com a interação das crianças foram fixadas figuras representando atitudes corretas/saudáveis X atitudes erradas/sedentárias e alimentos saudáveis X alimentos prejudiciais à saúde, além da brincadeira de reconhecimento dos alimentos e de como montar uma cesta saudável para vó da Chapeuzinho.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A alimentação oferecida nas creches tem ação direta sobre a formação dos hábitos alimentares, devido ao tempo que as crianças passam nesses locais. Os alimentos que fazem parte do cardápio escolar devem ser escolhidos adequando-se às necessidades das crianças (COSTA, 2013 e SILVA, 2009 *apud* BOAVENTURA e col., 2013), uma vez que a adoção de práticas alimentares saudáveis por parte dos pré-escolares é considerada importante instrumento de promoção à saúde, podendo interferir positivamente ou não na vida adulta desses indivíduos (SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA, 2012 *apud* BOAVENTURA e col., 2013).

A análise qualitativa do cardápio de ambas as creches se mostrou bastante semelhante, uma vez que estas fazem parte do mesmo programa de gestão municipal que mantém um determinado padrão em relação as suas atividades e gestão, e permitiu constatar que há oferta de frutas e verduras no cardápio semanal, pelo menos duas vezes

por dia, principalmente nos lanches, no caso das frutas, e nas maiores refeições, como almoço e jantar, no caso das verduras e legumes. Também se fez possível a constatação de que, no cardápio não se faz presente o uso de industrializados, doces ou frituras, um aspecto positivo também encontrado na análise de (SILVA e col., 2015). Entretanto, a ausência de peixe, legumes crus e frutas, encontrado no estudo citado, difere do que foi encontrado na pesquisa atual.

Ao analisar cardápios, também pelo método AQPC, (BOAVENTURA e col., 2013) ratifica o que foi encontrado no presente estudo, em relação a presença de frutas, uma vez que observou a frequência destas nos cardápios de todas as cidades avaliadas, porém diferindo da análise em questão neste estudo, notou a constante presença de doces.

Corroborando os achados desta pesquisa, Zveibrücker (2012) observou que alimentos como leite, pão, arroz e feijão eram componentes dos cardápios diários das escolas. Alimentos que compõem o grupo das carnes, cereais, vegetais e frutas apresentavam variabilidade de oferta, respeitando o planejamento de cardápio.

Já em relação a oferta de carnes gordurosas, as cozinheiras e merendeiras das creches avaliadas relataram apenas a existência da carne moída e que, por este motivo esta é escaldada.

No que diz respeito à análise do questionário referente à avaliação do consumo alimentar e nível de aceitação das refeições, assim como (CRUZ e col., 2013), que na avaliação dos seus resultados observou que não houve baixa aceitação em nenhuma das preparações, neste estudo foi possível verificar que, no geral, há pouca recusa, porém em algumas turmas do pré há rejeição maior no desjejum e no almoço, principalmente quando são servidos alimentos como ovo cozido, fígado e soja, que foram destacados como os mais rejeitados na primeira creche, enquanto que na segunda, a rejeição se fez presente, também no almoço, principalmente a salada e a soja, que foram destacadas como os alimentos menos aceitos nesta creche.

Acredita-se que o desjejum vem sendo rejeitado em virtude de muitas crianças realizarem esta refeição em casa, mesmo que seja fornecida pela creche. É possível observar também que a rejeição se faz mais presente e significativa quanto maior for a faixa etária, fato evidenciado na avaliação da aceitação do cardápio que, mostrou que a maior recusa se deu nas turmas do pré, em relação aos maternais. E isto provavelmente

se dê em virtude das crianças desta faixa etária já terem começado a desenvolver suas preferências alimentares e a partir daí fazer escolhas.

Ressalta-se que, em relação aos alimentos mais aceitos/consumidos, nas duas creches, destacaram-se as frutas, principalmente banana, melancia e laranja, seguidas de suco de frutas, gelatina e bolo, o que corrobora a pesquisa de (CRUZ e col., 2013), que conclui que as preparações oferecidas pelo programa da alimentação escolar aos alunos de uma rede municipal urbana de ensino apresentaram uma aceitação compatível com um padrão sensorial adequado. Contudo, observou-se uma melhor aceitação para os lanches em detrimento as “comidas de panela”.

No que diz respeito a avaliação antropométrica, esta foi realizada em 162 crianças, matriculadas e assíduas nas creches avaliadas do Programa Nova Semente. A amostra, constituída de crianças de 2 a 5 anos, apresentou-se bastante homogênea sendo composta por 54,93% de meninos e 45,06% de meninas.

As médias em relação a idade, peso, altura, e os percentis referentes as medidas de P/A P/I, A/I e IMC/I, estão expressas no quadro abaixo.

**Quadro 2** – Média dos dados antropométricos e percentis da amostra representada pelas crianças matriculadas nas creches do Programa Nova Semente em Petrolina-PE em 2018.

Médias	
Idade	3,43 anos
Peso	15,62 kg
Altura	99,27 cm
Peso/idade	Percentil 49,59
Peso/altura	Percentil 55,69
Altura/idade	Percentil 42,26
IMC/idade	Percentil 57,13

Fonte: Os autores (2018).

No quadro 2 é possível perceber que as médias caracterizam a amostra como eutrofica, dado confirmado após o cálculo do diagnóstico nutricional.

**Quadro 3** – Classificação e distribuição da prevalência do estado nutricional da amostra representada pelas crianças matriculadas nas creches do Programa Nova Semente em Petrolina-PE em 2018.

<b>Diag. Nutricional</b>	<b>Prevalência no sexo feminino</b>	<b>Prevalência no sexo masculino</b>	<b>Prevalência total na amostra</b>
Desnutrição grave	1,36%	0	0,61%
Desnutrição	1,36%	0	0,61%
Risco de desnutrição	2,73%	4,49%	3,70%
Eutrofia	76,11%	77,52%	77,16%
Risco de sobrepeso	9,58%	12,35%	11,11%
Sobrepeso	8,21%	5,61%	6,79%
Obesidade	0	0	0

Fonte: Os autores (2018).

O item “risco de desnutrição”, que não consta no quadro 1, porém está presente no quadro 3, foi caracterizado quando, na avaliação dos quatro índices antropométricos (P/A, P/I, A/I e IMC/I), a criança encontrou-se em risco nutricional.

A análise do quadro 3 revela uma maior prevalência de crianças eutróficas, tanto do sexo masculino, quanto feminino, e demonstra também a ausência de casos de obesidade, enquanto que o percentual de crianças com risco de sobrepeso ou sobrepeso instalado, foi de respectivamente 11,11% e 6,79%, sendo o percentual de risco maior nos meninos, e de sobrepeso já instalado nas meninas. Assim como verificado por (Silva e col., 2002 *apud* Araújo 2015), os percentuais de sobrepeso e obesidade não alcançaram a magnitude observada nos países desenvolvidos, apresentando o percentual de 6,2% contudo, afirma que estes valores devem ser levados em consideração, devido ao risco de obesidade persistente na idade adulta.

Em estudo realizado em escolas e pré escolas de Portugal, (Camarinha e col., 2016) corroboram a atual pesquisa, uma vez que também constataram uma menor prevalência de excesso de peso, destacando-se que, também apresentaram um maior percentual de prevalência os indivíduos com risco de obesidade em comparação aos obesos, 22,16% e 19,69% respectivamente.

Comparando-se estes resultados com um estudo realizado por (PAZIN e col., 2012) com pré-escolares e escolares de instituições particulares na cidade de São Paulo, os valores para risco de sobrepeso encontrados segundo a relação P/A e IMC/I foram superiores ao presente, uma vez que verificou-se que quase 30% da amostra estudada apresentou risco de sobrepeso.

Leão e col., 2003 *apud* Araújo, 2015, atesta que nas escolas particulares, observou-se uma maior prevalência de obesidade (30%) em relação às escolas públicas (8%), cuja análise das proporções aponta na direção de uma associação direta entre obesidade e nível socioeconômico, o que provavelmente seja umas das explicações para a baixa prevalência de sobrepeso e obesidade neste estudo, visto que as creches que constituem a amostra desta pesquisa fazem parte da rede pública.

Outra possível explicação para a baixa prevalência da obesidade é que as crianças passam o dia na creche, na qual realizam 5 refeições que seguem um cardápio padrão qualitativamente adequado, segundo a análise realizada.

Contudo, deve atentar-se ao fato de que a prevalência de risco de sobrepeso, e sobrepeso é superior a de desnutrição e risco de desnutrição, situação característica do quadro epidemiológico contemporâneo, no qual, com as condições de vida atuais a população migrou de um quadro nutricional de desnutrição para obesidade. Portanto, sem intervenção a amostra, tem uma grande probabilidade de vir a se enquadrar no padrão epidemiológico atual, uma vez que os números de obesidade infantil só crescem a cada dia.

Segundo Capelari (2015), a educação nutricional é uma das alternativas eficazes para promover alterações no comportamento alimentar do público infantil.

O presente estudo, além da avaliação do estado nutricional, também aplicou um programa de educação alimentar e nutricional visando prevenir/enfrentar o desenvolvimento da obesidade infantil, bem como a mudança de maus hábitos alimentares.

Na educação infantil a construção do conhecimento ocorre por meio da ludicidade, sendo o ato de brincar imprescindível para se estabelecer uma maneira prazerosa de ensinar e aprender. Sendo assim, as atividades lúdico-pedagógicas realizadas com os pré-escolares sempre levaram em consideração o princípio da ludicidade (CAPELARI, 2015).

E foi levando em consideração que, tanto para o entendimento, quanto para averiguar o nível de compreensão das crianças em relação aos temas abordados que, foi lançado mão de um flanelógrafo, onde, com a interação das crianças foram fixadas figuras que representavam atitudes corretas/saudáveis X atitudes erradas/sedentárias e alimentos saudáveis X alimentos prejudiciais à saúde, além da brincadeira do reconhecimento dos alimentos e a oficina de “como montar uma cesta saudável para vovó da Chapeuzinho”, que foram utilizados como métodos de avaliação para verificar o nível de compreensão dos assuntos que foram abordados no decorrer do programa de educação alimentar e nutricional.

Com isto, foi possível constatar que as crianças, além de interessadas pelo assunto e pela forma com a qual ele foi tratado, adquiriram novos conceitos e conhecimentos sobre nutrição e alimentação vitais para se desenvolverem com saúde e qualidade de vida e, conseqüentemente, levando estes conhecimentos e hábitos para seus familiares e pessoas de convívio próximo.

Portanto, foi possível verificar um grande entendimento dos assuntos abordados, uma vez que as formas de avaliação administradas mostraram um resultado positivo, de grande assimilação por parte das crianças. Demonstrando que a educação nutricional realizada de forma dinâmica torna-se de fácil aprendizagem e rápida fixação.

Fato reforçado por Capelari (2015), que atesta que a educação nutricional inserida na escola, aplicada por meio de estratégias eficazes e incentivada, é uma das maneiras de melhorar a qualidade de vida das crianças atendidas e estimular princípios gerais de uma alimentação saudável, permitindo que os alunos estejam aptos a realizarem escolhas nutricionalmente adequadas.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A estratégia de promoção da saúde através de uma alimentação saudável aliada a prática de atividade física tanto no âmbito escolar quanto familiar é um grande desafio para os profissionais da saúde, em especial os da nutrição. Nesta conjuntura, os resultados obtidos neste estudo reforçam a importância de programas de educação voltados a alimentação e nutrição, e a saúde como um todo, em conjunto com a avaliação da qualidade alimentar e do estado nutricional, tendo em vista, que assim torna-se factível verificar o impacto que as inadequações observadas na alimentação destas crianças estão exercendo sobre o crescimento e desenvolvimento das mesmas.

Vale ressaltar que a promoção da saúde, através da educação nutricional abordada de forma lúdica, nesta faixa etária é, portanto, bastante relevante uma vez que os hábitos alimentares inadequados adotados na infância poderão persistir na vida adulta, favorecendo na maioria dos casos, o surgimento de diversas doenças.

## **REFERÊNCIAS**

- ALVES, H.; WALKER, P. Educação alimentar e nutricional como prática social. **Demetra: Alimentação, Nutrição & Saúde**, Rio de Janeiro, v. 8, n. 3, p.499-508, 2013.
- ARAUJO, D. F. Educação física escolar como meio de controle e prevenção à obesidade infantil. 2015. Trabalho de Conclusão de curso em Educação Física - **Faculdade de Ciências da Educação e Saúde Centro Universitário de Brasília**, Brasília, 2015.
- BOAVENTURA, P. S. et al. Avaliação qualitativa de cardápios oferecidos em escolas de educação infantil da grande São Paulo. **Demetria**, São Paulo, v. 8, n. 3, p. 397-409, 2013.
- Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção básica. Guia Alimentar para a população brasileira: promovendo a alimentação saudável. Brasília: **Ministério da Saúde**; 2008. Disponível em: <[http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia\\_alimentar\\_populacao\\_brasileira\\_2008.pdf](http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2008.pdf)>. Acesso em: 10 jul. 2021.
- Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Orientações para a coleta e análise de dados antropométricos em serviços de saúde: Norma Técnica do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional - SISVAN / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – Brasília: **Ministério da Saúde**, 2011. Disponível em: <[http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/orientacoes\\_coleta\\_analise\\_dados\\_antropometricos.pdf](http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/orientacoes_coleta_analise_dados_antropometricos.pdf)>. Acesso em: 03 jul. 2021.
- CAMARINHA, B. et al. A Prevalência de Pré-Obesidade/Obesidade nas Crianças do Ensino Pré-Escolar e Escolar na Autarquia de Vila Nova de Gaia, Portugal. **Acta Med Port**, Portugal, v. 29, n. 1, p. 31-40, 2016.
- CAPELARI, P.;BEZERRA, A. S. Intervenção educativa nutricional em uma creche Municipal no interior do Rio Grande do Sul. **Disciplinarum Scientia Série: Ciências da Saúde**, Santa Maria, v. 16, n. 2, p. 247-255, 2015.
- COSTA, G. G. Efeitos da educação nutricional em pré-escolares: uma revisão de literatura. **Com. Ciências Saúde**, Paraíba, v. 24, n. 2, p.155-168, ago. 2013.
- CRUZ, L.D. et al. Análise de Aceitação da Alimentação Escolar dos alunos das escolas municipais urbanas de Itabaiana-SE. **SCIENTIA PLENA**, Sergipe, v. 9, n. 10, 2013.
- FERREIRA, C. B. et al. Sobrepeso e obesidade em crianças de escolas públicas de Taguatinga, Distrito federal. **Educação Física em Revista – Efr**, Brasília, v. 1, n. 8, p.60-64, maio 2014.
- MENEGAZZO, M. et al. Avaliação qualitativa das preparações do cardápio de centros de educação infantil. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 24, n. 2, p.243-251, mar./abr. 2011.
- PAZIN, J. R. et al. Prevalência de sobrepeso e obesidade em pré-escolares e escolares de escolas particulares. **Revista Ciência e Saúde**, Porto Alegre, v. 5, n. 2, p. 87-91, 2012.

PEDRAZA, D. F; MENEZES, T. N. Caracterização dos estudos de avaliação antropométrica de crianças brasileiras assistidas em creches. **Paul Pediatr.**, Campina Grande, v. 34, n. 2, p. 216-224, 2015.

SANTOS, L. S. V. et al. Perspectivas atuais no tratamento da obesidade infantil. **Brazilian Journal Of Surgery And Clinical Research - Bjsr**, Maringá, v. 5, n. 2, p.9-16, nov. 2013.

SAUCEDA , M, et al. Intervenção nutricional educativa em uma escola de ensino infantil da cidade de Itaquí/RS. **Salão de Extensão**, Rio Grande do Sul, v. 7, n. 3, 2015.

SILVA, C. C. C, et al. Epidemia de *fitness*. **Caderno Pedagógico**, Lajedo, v. 12, n. 1, p. 148-160, 2015.

SILVA, C. P. G; BITTAR, C. M. L. Fatores ambientais e psicológicos que influenciam na obesidade infantil. **Revista Saúde e Pesquisa**, Maringá, v. 5, n. 1, p.197-207, jan./abr. 2012.

SILVA, M. C. da. et al. Perfil nutricional de crianças pré-escolares em creches públicas de Belo Horizonte – Minas Gerais beneficiárias ou não do Programa Bolsa Família. **Percorso Acadêmico**, Belo Horizonte, v. 4, n. 7, p.1-17, jan./jun. 2014.

SILVA, V. P.; ZURITA, R. C. M. Prevalência dos fatores de risco da obesidade infantil nos centros municipais de educação infantil do município de Maringá-PR 2010. **Revista Saúde e Pesquisa**, Maringá, v. 5, n. 1, p.9-25, jan./abr. 2012.

World Health Organization. **Child growth standards** (2006). Disponível em: <<http://www.who.int/childgrowth/standards/en/>>. Acesso em: 10 jul. 2020.

ZVEIBRÜCKER, F. P; MIRAGLIA, F. Avaliação do consumo alimentar de pré-escolares frequentadores de EMEIs no Município de Nova Santa Rita, RS. **Revista de iniciação científica do UNILASALLE**, Rio Grande do Sul, v. 1, n. 1, p. 63-496, 2012.

*Recebido em: 03/07/2022*

*Aprovado em: 06/08/2022*

*Publicado em: 11/08/2022*