

## Relação entre estado nutricional e conhecimento sobre alimentação adequada e saudável de escolares

### RESUMO

**Josiane de Sá Brognolli**

[josibrog@hotmail.com](mailto:josibrog@hotmail.com)

[orcid.org/0000-0001-8327-9147](https://orcid.org/0000-0001-8327-9147)

Universidade do Extremo Sul Catarinense (UNESC), Criciúma, Santa Catarina, Brasil

**Luciane Bisognin Ceretta**

[lucianeceretta@unesc.net](mailto:lucianeceretta@unesc.net)

[orcid.org/0000-0001-8327-9147](https://orcid.org/0000-0001-8327-9147)

Universidade do Extremo Sul Catarinense (UNESC), Criciúma, Santa Catarina, Brasil

**Jacks Soratto**

[jacks@unesc.net](mailto:jacks@unesc.net)

[orcid.org/0000-0001-8327-9147](https://orcid.org/0000-0001-8327-9147)

Universidade do Extremo Sul Catarinense (UNESC), Criciúma, Santa Catarina, Brasil

**Cristiane Damiani Tomasi**

[cdtomasi@unesc.net](mailto:cdtomasi@unesc.net)

[orcid.org/0000-0001-8327-9147](https://orcid.org/0000-0001-8327-9147)

Universidade do Extremo Sul Catarinense (UNESC), Criciúma, Santa Catarina, Brasil

**Rita Suselaine Vieira Ribeiro**

[rsv@unesc.net](mailto:rsv@unesc.net)

[orcid.org/0000-0001-8327-9147](https://orcid.org/0000-0001-8327-9147)

Universidade do Extremo Sul Catarinense (UNESC), Criciúma, Santa Catarina, Brasil

**OBJETIVO:** Relacionar estado nutricional e conhecimento sobre alimentação adequada e saudável de escolares.

**MÉTODOS:** Pesquisa descritiva com coleta de dados primários, de temporalidade transversal e abordagem quantitativa. Participaram do estudo, 57 escolares com idade entre 6 e 12 anos completos, matriculados no ensino fundamental I (compreendendo 1º ao 5º ano) de uma escola estadual de educação básica no município de Criciúma. Para a coleta de dados foram utilizados os seguintes procedimentos e instrumentos: para avaliação do estado nutricional foram utilizadas as medidas antropométricas; o consumo alimentar foi avaliado através do preenchimento do formulário de marcadores do consumo alimentar; o conhecimento referente à alimentação adequada e saudável foi obtido através de questionário elaborado pelos autores baseado no Guia alimentar para a população brasileira. A análise de dados foi realizada utilizando o software estatístico SPSS, versão 23.0.

**RESULTADOS:** Participaram do estudo 29 escolares (50,9%) do sexo feminino e 28 (49,1%) do sexo masculino. Ao avaliar o estado nutricional das crianças, observou-se um percentual de 68,4% de eutrofia, com maior percentual de obesidade no sexo masculino (21,4%). Ao correlacionar estado nutricional e conhecimento sobre alimentação adequada e saudável houve significância estatística quanto aos alimentos processados e ultraprocessados, sendo maior o percentual de escolares com estado nutricional adequado que não conhecem esses tipos de alimento.

**CONCLUSÕES:** Apesar de consumir alimentos que são base de alimentação adequada e saudável, como frutas, legumes e verduras, os escolares apresentam alto consumo de alimentos industrializados, o que contribui para o excesso de peso encontrado na população estudada. Não foi possível estabelecer relação entre conhecimento sobre alimentação saudável e estado nutricional.

**PALAVRAS-CHAVE:** Estado nutricional. Alimentação saudável. Hábitos alimentares. Crianças.

## INTRODUÇÃO

As altas taxas de sobrepeso e obesidade em países desenvolvidos giram em torno de 31,8% entre crianças e adolescentes (OGDEN et al., 2014). Um estudo brasileiro demonstrou que pouco mais da metade dos escolares avaliados apresentam conhecimento moderado a alto sobre hábitos alimentares, porém quando avaliados os hábitos desse público em sua maioria não apresenta hábitos saudáveis (NOLL et al., 2016).

O processo de urbanização e modernização no comércio de alimentos também vem modificando o estilo de vida das pessoas, o que vem gerando mudanças nos hábitos alimentares, especialmente no que se refere às refeições fora de casa (MORATOYA et al., 2013). Tais mudanças apontam para diminuição do consumo de alimentos tradicionais e saudáveis e aumento do consumo de alimentos industrializados (INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA, 2011).

Os hábitos alimentares de crianças e de adolescentes vem preocupando a comunidade científica. Nos últimos anos ocorreu aumento no percentual de crianças obesas no Brasil. Segundo a Pesquisa de Orçamento Familiar (INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA, 2011) uma em cada três crianças no Brasil entre 5 e 9 anos apresenta sobrepeso. Ainda, na Região Sul, o excesso de peso variou entre 32% e 40%.

A obesidade iniciada na infância pode permanecer na fase adulta e desencadear vários fatores de riscos para doenças cardiovasculares, como a hipertensão, diabetes mellitus e dislipidemias (PIMENTA; ROCHA; MARCONDES, 2015). Uma variedade de intervenções vem sendo recomendadas, implementadas para estimular alimentação saudável entre jovens, porém percebe-se impacto limitado dessas ações, as quais podem estar associadas à compreensão insuficiente sobre hábitos alimentares (STORY; NEUMARK-SZTAINER; FRENCH, 2002).

É de extrema importância que o tema alimentação adequada e saudável na promoção de saúde e na prevenção de doenças crônicas não transmissíveis seja abordado com as crianças através de atividades de educação nutricional, a fim de desenvolver nas crianças um comportamento alimentar saudável que poderá permanecer ao longo da vida adulta (BERTIN et al., 2010). Deste modo, o presente estudo teve por objetivo relacionar o estado nutricional dos escolares com o conhecimento sobre alimentação adequada e saudável.

## MÉTODOS

Este estudo denomina-se como pesquisa descritiva com coleta de dados primários, de temporalidade transversal e abordagem quantitativa, desenvolvido entre março e maio de 2017 com escolares matriculados em uma escola estadual de educação básica do município de Criciúma/SC. No estudo foram incluídas 57 crianças com idade entre 6 e 12 anos completos, matriculados no ensino fundamental I (1º ao 5º ano) da referida escola, e que os pais e/ou responsáveis legais autorizaram a participação e assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Foram excluídas crianças que não atenderam aos critérios de inclusão. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade do Extremo Sul Catarinense, sob o número 1.785.941/2016.

Nessa pesquisa se investigou o estado nutricional dos escolares, o consumo alimentar e o conhecimento dos mesmos sobre alimentação saudável. A coleta de dados foi agendada com a diretoria da escola para as datas em que eram desenvolvidas atividades do Programa Saúde na Escola. Ainda, a coleta de dados foi conduzida por uma nutricionista vinculada ao Programa de Residência Multiprofissional de Saúde Coletiva.

Para a avaliação do estado nutricional foram utilizadas as medidas antropométricas. Para mensurar a estatura dos escolares foram utilizadas duas fitas métricas de 150cm. O peso foi aferido em uma balança digital da marca *Omron* modelo *HBF-214LA* com capacidade para até 150Kg.

Para calcular os índices antropométricos utilizou-se os *softwares* de avaliação nutricional de crianças até 5 anos *WHO Anthro* e de crianças e adolescentes de 5 a 19 anos *WHO Anthro Plus*, ambos desenvolvidos pela Organização Mundial da Saúde (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2011). O estado nutricional foi classificado de acordo com as relações altura-idade, peso-idade e IMC-idade preconizadas pela Organização Mundial da Saúde (DE ONIS et al., 2007) para crianças e adolescentes de 5 a 19 anos. O estado nutricional foi considerado adequado quando as três relações (altura-idade; peso-idade; IMC-idade) estavam adequadas. Quando pelo menos uma das relações não foi classificada como adequada, o estado nutricional foi considerado não adequado.

O consumo alimentar dos escolares foi avaliado através do preenchimento do formulário de marcadores do consumo alimentar (BRASIL, 2015), o qual traz perguntas referentes ao consumo de alguns alimentos no dia anterior. O formulário agrupa os alimentos em:

- a) *in natura* e minimamente processados (feijão, frutas frescas, legumes/verduras);
- b) alimentos processados e ultraprocessados (bebidas adoçadas, salgadinho de pacote, macarrão instantâneo, biscoito recheado, guloseimas, embutidos e hambúrguer).

Além das perguntas quanto ao consumo dos alimentos citados, o formulário traz perguntas relacionadas aos hábitos alimentares como o costume de realizar as refeições assistindo TV ou mexendo no computador e/ou celular e quais são as refeições realizadas ao longo do dia.

O conhecimento dos escolares referente à alimentação adequada e saudável foi obtido através de questionário elaborado pelos autores dessa pesquisa. O questionário foi elaborado a partir dos dez passos para uma alimentação adequada e saudável descritos no Guia Alimentar Para a População Brasileira (BRASIL, 2014).

A análise descritiva dos dados foi desenvolvida apresentando as variáveis em frequência absoluta e relativa. A variável dependente utilizada foi estado nutricional. Para verificar a relação entre estado nutricional e hábitos alimentares e conhecimento sobre alimentação adequada e saudável, foi utilizado teste de correlação de Pearson.

Foi considerada correlação significativa quando valor de  $p < 0,05$ . A análise de dados foi realizada utilizando o *software* estatístico SPSS, versão 23.0.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Entre os 57 escolares participantes do estudo, 29 (50,9%) eram do sexo feminino e 28 (49,1%) do sexo masculino, a maioria dos escolares apresentou faixa etária de 9 anos ou mais (75,4%). Ao avaliar o estado nutricional baseado na idade, observou-se que a maioria (39; 68,4%) eram eutróficos, as relações peso-idade e altura idade revelam também que a maioria dos escolares tem relação adequada, 64,9% e 96,5%, respectivamente (Tabela 1).

Tabela 1 – Caracterização sociodemográfica e de estado nutricional dos escolares

Variáveis	Valor de $p$
<b>Sexo</b>	
Feminino	29 (50,9%)
Masculino	28 (49,1%)
<b>Faixa etária</b>	
Até 9 anos	14 (24,6%)
9 anos ou mais	43 (75,4%)
<b>Classificação estado nutricional</b>	
Relação IMC-idade	
Magreza	1 (1,8%)
Eutrófico	39 (68,4%)
Sobrepeso	10 (17,5%)
Obesidade	7 (12,3%)
<b>Relação peso-idade</b>	
Baixo peso para idade	1 (1,8%)
Adequado	37 (64,9%)
Peso elevado para idade	19 (33,3%)
<b>Relação altura-idade</b>	
Baixa estatura para idade	2 (3,5%)
Adequado	55 (96,5%)

Fonte: Autoria própria (2017).

A partir dos resultados percebe-se que apesar de 68,4% ( $n=39$ ) da amostra apresentar eutrofia, há um percentual considerável de sobrepeso (17,5%;  $n=10$ ) e obesidade (12,3%;  $n=7$ ) nos escolares, principalmente do sexo masculino, visto que 17,9% ( $n=5$ ) dos meninos apresentaram sobrepeso e 21,4% ( $n=6$ ) apresentam obesidade.

Estudo realizado por Pedraza et al. (2017) relacionou o estado nutricional com hábito alimentar de escolares do município de Campina Grande/PB e obteve taxa de excesso de peso em 21,5% dos escolares com faixa etária similar à amostra desse estudo. Em uma escola privada de Palmas/TO, 37,0% dos escolares apresentaram risco nutricional (MENÊSES et al., 2017). Outro estudo verificou excesso de massa corporal em 37,4% de crianças acima de 10 anos de idade de escolares de uma rede nacional de ensino de educação infantil (ANJOS; SILVEIRA, 2018).

A Tabela 2 apresenta a correlação entre estado nutricional e hábitos alimentares dos escolares, onde se observa que a maioria apresenta estado nutricional adequado. Apesar de não haver correlação significativa entre os fatores estudados, ressalta-se um grande percentual de escolares que realiza refeições enquanto assiste TV ou mexendo no computador e/ou celular (66%; n=31). No estudo de Gomes et al. (2016) associou o hábito de assistir TV com consumo alimentar não saudável, e que essa situação estava presente em ambos os sexos, todas as faixas etárias e escolaridades.

Tabela 2 – Correlação entre estado nutricional e hábitos alimentares de escolares

Variáveis	Estado nutricional		Total	Valor de p
	Não adequado	Adequado		
<b>Sexo</b>				
Feminino	8 (40,0%)	21 (56,8%)	29 (50,9%)	0,274
Masculino	12 (60,0%)	16 (43,2%)	28 (49,1%)	20,0%
<b>Hábitos alimentares<sup>1</sup></b>				
Assistir TV enquanto faz refeição	11 (78,6%)	20 (60,6%)	31 (66,0%)	0,321
<b>Refeições realizadas ao longo do dia<sup>1</sup></b>				
Café da manhã	14 (73,7%)	31 (83,8%)	45 (80,4%)	0,481
Lanche da manhã	13 (68,4%)	23 (62,2%)	36 (64,3%)	0,772
Almoço	19 (100,0%)	36 (97,3%)	55 (98,2%)	1,000
Lanche da tarde	18 (94,7%)	29 (78,4%)	47 (83,9%)	0,146
Janta	17 (89,5%)	32 (86,5%)	49 (87,5%)	1,000
Ceia	8 (42,1%)	14 (37,8%)	22 (39,3%)	0,780
<b>Alimentos consumidos<sup>1</sup></b>				
Feijão	14 (70,0%)	24 (64,9%)	38 (66,7%)	0,313
Frutas frescas	17 (85,0%)	21 (58,3%)	38 (67,9%)	0,115
Verduras e/ou legumes	11 (55,0%)	14 (40,0%)	25 (45,5%)	0,557
Hambúrguer e/ou embutido	11 (55,0%)	14 (37,8%)	25 (43,9%)	0,385
Bebidas adoçadas	15 (75,0%)	22 (59,5%)	37 (64,9%)	0,476
Macarrão instantâneo, salgadinhos e biscoitos salgados	11 (55,0%)	15 (41,7%)	26 (46,4%)	0,524
Biscoito recheado, doces ou guloseimas	10 (52,6%)	20 (54,1%)	30 (53,6%)	0,753

Fonte: Autoria própria (2017).

Nota: <sup>1</sup> este item não foi respondido por todos os escolares, o n para cada item está descrito na coluna total.

Ao analisar as refeições que são realizadas por esses escolares durante o dia, observou-se que as refeições que eles mais fazem são: café da manhã (80,4%; n=45), almoço (98,2%; n=55) e jantar (87,5%; n=49). Quanto aos lanches nos intervalos das refeições principais, verificou-se que 64,3% (n=36) realiza o lanche da manhã, 83,9% (n=47) realiza o lanche da tarde e apenas 39,3% (n=22) tem o hábito de fazer a ceia. Estudo realizado por Prado et al. (2015) constatou que o maior número de refeições realizadas em casa é fator de proteção para o baixo consumo de gordura saturada, calorias provenientes de gordura de açúcar de adição e contribuem para uma dieta de melhor qualidade.

Outro ponto a ser ressaltado neste estudo é o fato de ser encontrado maior consumo de vegetais nos escolares que relataram realizar o café da manhã, sugerindo que realizar esta refeição contribui para que sejam feitas escolhas alimentares mais saudáveis no decorrer do dia.

Dentro dos hábitos alimentares também foram analisados dados concernentes ao consumo alimentar dos escolares (Tabela2), considerando o consumo de alguns alimentos no dia anterior a aplicação do formulário de marcadores do consumo alimentar. Entre os alimentos consumidos verificou-se grande ingestão de alimentos ultraprocessados, como: bebidas adoçadas (64,9%; n=37), biscoito recheado e outras guloseimas (53,6%; n=30), salgadinhos de pacote, macarrão instantâneo e biscoito salgado (46,4%; n=26). Apesar do grande consumo de alimentos ultraprocessados observou-se também consumo significativo de alimentos *in natura* e minimamente processados, como: feijão (66,7%; n=38), frutas frescas (66,7%; n=38) e legumes/ verduras (45,5%; n=25). Nos estudos realizados por Sparrenberger et al. (2015), desenvolvido em uma unidade de saúde, e Corrêa et al. (2017), desenvolvido em escolas estaduais, ambos em Porto Alegre/RS, constataram alto consumo de alimentos ultraprocessados entre crianças e adolescentes.

Em estudo realizado por Corrêa et al. (2017), no qual foram analisados padrões alimentares de escolares, obteve-se o percentual de 22,7% (n=143), caracterizado como padrão alimentar saudável. Dentro do padrão saudável foi incluído o consumo dos seguintes alimentos: saladas, legumes e verduras cozidos; frutas; feijão; leite/iogurte. Os autores consideraram saudável a partir da mediana semanal de consumo dos alimentos citados.

As escolhas alimentares nutricionalmente inadequadas favorecem o desenvolvimento de sobrepeso/obesidade e das comorbidades a ele associadas. Uma alimentação adequada e saudável é aquela que contém energia e nutrientes com qualidade e em quantidade suficiente para o bom funcionamento e desenvolvimento do organismo, colaborando para a manutenção da saúde. O Guia alimentar para a população brasileira (BRASIL, 2014) aponta um conjunto de informações para uma alimentação saudável, levando em consideração não apenas os nutrientes presentes nos alimentos, mas a forma como os alimentos são preparados e produzidos e as questões culturais e sociais que estão envolvidas no ato de se alimentar. Além disso, também traz orientações quanto às escolhas de alimentos e a classificação dos mesmos, em: alimentos *in natura*, alimentos minimamente processados, alimentos processados e ultraprocessados.

A Tabela 3 apresenta a correlação entre estado nutricional e conhecimento sobre alimentação adequada e saudável. Para essa análise considerou-se os dez passos para alimentação adequada e saudável, preconizados pelo Ministério da Saúde (BRASIL, 2015a), onde, na maioria dos itens perguntados, não foi encontrada diferença de entendimento entre escolares com estado nutricional adequado e não adequado.

Em relação aos tipos de alimentos, a maioria dos escolares não sabem o que são alimentos *in natura*, processados e ultraprocessados, 66,7% (n=38), 73,7% (n=42) e 82,1%(n=46), respectivamente. Ainda, apenas há diferença estatisticamente significativa ao que se refere ao conhecimento de alimentos processados e ultraprocessados, quando se compara ao estado nutricional.

A significativa maioria dos escolares com estado nutricional adequado não sabe o que é alimento processado (83,8%; n=31) ou ultraprocessados (91,7%; n=33), não podendo associar apenas o conhecimento dos escolares ao seu estado nutricional.

Esse resultado pode sugerir que, possivelmente, não seja somente o conhecimento dos escolares que influencie o estado nutricional, mas sugere-se que se considere também os hábitos alimentares de escolares e de seus familiares como um conjunto de fatores que esteja relacionado ao estado nutricional.

Tabela 3 – Correlação entre estado nutricional e hábitos alimentares de escolares

Variáveis	Estado nutricional		Total	Valor de $p$
	Não Adequado	Adequado		
Você sabe o que é alimento <i>in natura</i> ?				
Sim	7 (35,0%)	12 (32,4%)	19 (33,3%)	1,000
Não	13 (65,0%)	25 (67,6%)	38 (66,7%)	
Você sabe o que é um alimento processado?				
Sim	9 (45,0%)	6 (16,2%)	15 (26,3%)	0,028*
Não	11 (55,0%)	31 (83,8%)	42 (73,7%)	
Você sabe o que é um alimento ultraprocessado? <sup>1</sup>				
Sim	7 (35,0%)	3 (8,3%)	10 (17,9%)	0,025*
Não	13 (65,0%)	33 (91,7%)	46 (82,1%)	
Você tem horários fixos para fazer as suas refeições?				
Sim	15 (75,0%)	29 (78,4%)	44 (77,2%)	0,754
Não	5 (25,0%)	8 (21,6%)	13 (22,8%)	
Você realiza suas refeições na companhia de alguém? <sup>1</sup>				
Sim	16 (80,0%)	31 (86,1%)	47 (83,9%)	0,707
Não	4 (20,0%)	5 (13,9%)	9 (16,1%)	
Você tem alguma habilidade culinária?				
Sim	12 (60,0%)	18 (48,6%)	30 (52,6%)	0,579
Não	8 (40,0%)	19 (51,4%)	27 (47,4%)	
Quando você se alimenta fora de casa você procura lugares que fazem refeições na hora?				
Sim	14 (70,0%)	18 (48,6%)	32 (56,1%)	0,165
Não	6 (30,0%)	19 (51,4%)	25 (43,9%)	
Você procura comer em ambientes tranquilos? <sup>1</sup>				
Sim	10 (50,0%)	21 (56,8%)	31 (54,4%)	0,780
Não	4 (20,0%)	8 (21,6%)	12 (21,1%)	
As vezes	6 (30,0%)	8 (21,6%)	14 (24,5%)	
Você costuma mastigar bem os alimentos?				
Sim	17 (85,0%)	31 (83,8%)	48 (84,2%)	0,890
Não	1 (5,0%)	3 (8,1%)	4 (7,0%)	
As vezes	2 (10,0%)	3 (8,1%)	5 (8,8%)	



Variáveis	Estado nutricional		Total	Valor de <i>p</i>
	Não Adequado	Adequado		
Você é crítico quanto as informações sobre alimentação que você vê na mídia (TV, internet, revista, etc.)				
Sim	5 (25,0%)	9 (24,3%)	14 (24,6%)	0,229
Não	8 (40,0%)	22 (59,5%)	30 (52,6%)	
Não sei	7 (35,0%)	6 (16,2%)	13 (22,8%)	
Você acha que a sua mãe ou quem prepara os alimentos na sua casa utiliza pouca gordura?				
Sim	12 (60,0%)	20 (54,1%)	32 (56,1%)	0,678
Não	2 (10,0%)	7 (18,9%)	9 (15,8%)	
Não sei	6 (30,0%)	10 (27,0%)	16 (28,1%)	
Você acha que a sua mãe ou quem prepara os alimentos na sua casa utiliza pouco sal?				
Sim	13 (65,0%)	20 (54,1%)	33 (57,9%)	0,624
Não	2 (10,0%)	7 (18,9%)	9 (15,8%)	
Não sei	5 (25,0%)	10 (27,0%)	15 (26,3%)	
Você acha que a sua mãe ou quem prepara os alimentos na sua casa utiliza pouco açúcar?				
Sim	11 (55,0%)	19 (51,4%)	30 (52,6%)	0,832
Não	3 (15,0%)	8 (21,6%)	11 (19,3%)	
Não sei	6 (30,0%)	10 (27,0%)	16 (28,1%)	

Fonte: Autoria própria (2017).

Nota: \* este item não respondido por todos os escolares, o n para cada item está descrito na coluna total.

Segundo o Guia alimentar para a população brasileira (BRASIL, 2014), os alimentos *in natura* são aqueles obtidos diretamente das plantas, como os vegetais, legumes e frutas, os quais não sofreram nenhum processo industrial e permanecem em seu estado natural, tendo maior biodisponibilidade de nutrientes. Os alimentos minimamente processados são aqueles que passaram por processos mínimos de industrialização, como limpeza ou remoção de partes não comestíveis. São classificados como alimentos processados, aqueles alimentos que passaram pelo processo de industrialização, a fim de aumentar a duração dos mesmos. Geralmente são acrescentados a esses alimentos, açúcar ou sal ou outra substância que colabore para a sua preservação, alterando sua composição nutricional. Já os alimentos ultraprocessados consistem naqueles alimentos que passaram por um processamento que envolve o uso de tecnologias puramente industriais, onde são acrescentados outros ingredientes, como substâncias que podem ser extraídos de outros alimentos ou que podem ser sintetizadas em laboratórios, modificando o valor nutricional dos mesmos.

Mesmo não apresentando diferença estatisticamente entre as perguntas relacionadas aos hábitos alimentares e o estado nutricional, a maioria dos escolares apresenta hábitos considerados positivos. A Sociedade Brasileira de Pediatria (2012), ressalta que conhecer os benefícios e as variedades de nutrientes presentes nos alimentos instiga a adquirir bons hábitos alimentares.



Entende-se que o estado nutricional interfere no crescimento e no desenvolvimento da criança e que são diversos os fatores que influenciam o mesmo, dentre eles destacam-se: condições socioeconômicas, influência cultural e hábito alimentar. Sendo que este último é formado através das escolhas alimentares feitas ao longo da vida. Essas escolhas podem ser influenciadas pelo conhecimento da alimentação adequada e saudável.

No presente estudo, parcela significativa dos escolares apresentou estado nutricional adequado, com alimentação relativamente equilibrada entre alimentos processados, ultraprocessados e *in natura*. Porém, não foi possível estabelecer relação entre conhecimento sobre alimentação saudável e o estado nutricional. Conclui-se que os escolares apresentam algum conhecimento sobre hábitos e atitudes saudáveis em relação à alimentação, porém, apesar de um consumo equilibrado entre os tipos de alimentos, não conseguem reconhecê-los como processados, ultraprocessados e *in natura*. Ainda, a maioria dos escolares com estado nutricional adequado também não é capaz de fazer tal reconhecimento.

Desse modo, sugere-se estudos que comparem o conhecimento sobre alimentação adequada e saudável entre pais e filhos, bem como os respectivos estados nutricionais. Outrossim, pontua-se a importância de atividades de educação em saúde que explorem a temática alimentação e hábitos saudáveis. Ressalta-se que os escolares participaram de atividades de educação em saúde após a pesquisa.

# Relationship of nutritional status and knowledge on adequate and healthy food of students

## ABSTRACT

**OBJECTIVE:** To correlate the nutritional status of students with their knowledge of adequate and healthy food.

**METHODS:** Descriptive research with primary data collection, a cross-sectional and quantitative study. Were included in this research students aged 6 to 12 years old in elementary school I (comprising the 1st, 3rd, 4th and 5th grade) of a state school in Criciúma. Data were collect using the following procedures and tools: nutritional status were evaluated using anthropometric measure; food consumption was assessed by the food consumption markers form; the knowledge of adequate and healthy food was obtained through a questionnaire based on Food Guide for Brazilian population, and was designed by the study authors. The data analysis was performed using SPSS 23.0.

**RESULTS:** Twenty-nine students (50.9%) were female and 28 (49.1%) were male. The nutritional status shows a percentage of 68.4% of eutrophy between the children, and a higher percentage of obesity in male sex (21.4%). There was a statistical significance when correlated the nutritional status and knowledge of adequate and healthy, a higher percentage of students with adequate nutritional status do not have an adequate knowledge about processed and ultraprocessed foods.

**CONCLUSIONS:** Although consuming foods that are based on adequate and healthy food, such as fruits, vegetables and vegetables, students have high consumption of processed foods, which contributes to the excess weight found in the population studied. It was not possible to establish a relationship between knowledge about healthy eating and nutritional status.

**KEYWORDS:** Nutritional status. Healthy eating. Eating habits. Students.

## REFERÊNCIAS

ANJOS, L. A. dos; SILVEIRA, W. D. B. da. Estado nutricional dos alunos da Rede Nacional de Ensino de Educação Infantil e Fundamental do Serviço Social do Comércio (Sesc), Brasil, 2012. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 22, n. 5, p. 1725-1734, 2017. Disponível em:

<[https://www.scielo.org/article/ssm/content/raw/?resource\\_ssm\\_path=/media/assets/csc/v22n5/1413-8123-csc-22-05-1725.pdf](https://www.scielo.org/article/ssm/content/raw/?resource_ssm_path=/media/assets/csc/v22n5/1413-8123-csc-22-05-1725.pdf)>. Acesso em: 28 abr. 2018.



BERTIN, R. L. et al. Estado nutricional, hábitos alimentares e conhecimentos de nutrição em escolares. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 28, n. 3, p. 303-308, 2010. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S0103-05822010000300008&lng=en&nrm=iso&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0103-05822010000300008&lng=en&nrm=iso&tlng=pt)>. Acesso em: 25 set. 2016.



BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014. Disponível em:

<[http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/guia\\_alimentar\\_populacao\\_brasileira.pdf](http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira.pdf)>. Acesso em: 27 set. 2016.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Orientações para avaliação de marcadores de consumo alimentar na atenção básica**. Brasília: Ministério da Saúde, 2015.

Disponível em:

<[http://bvsm.sau.gov.br/bvs/publicacoes/marcadores\\_consumo\\_alimentar\\_a\\_tencao\\_basica.pdf](http://bvsm.sau.gov.br/bvs/publicacoes/marcadores_consumo_alimentar_a_tencao_basica.pdf)>. Acesso em: 28 abr. 2018.

CORRÊA, R. da S. et al. Padrões alimentares de escolares: existem diferenças entre crianças e adolescentes? **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 22, n. 2, p. 553-562, 2017. Disponível em:

<[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S1413-81232017000200553&lng=en&nrm=iso&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1413-81232017000200553&lng=en&nrm=iso&tlng=pt)>. Acesso em: 10 dez. 2017.



DE ONIS, M. et al. Development of a WHO growth reference for school-aged children and adolescents. **Bulletin of the World Health Organization**, v. 85, n. 9, p. 660-667, Sept. 2007. Disponível em:

<<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18026621>>. Acesso em: 28 abr. 2018.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Pesquisa de orçamentos familiares 2008-2009**: análise do consumo alimentar pessoal no Brasil. Rio de Janeiro, 2011. Disponível em:

<<https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv50063.pdf>>. Acesso em: 28 abr. 2018.

MENÊSES, L. E. do N. et al. Consumo alimentar e estado nutricional de crianças em uma escola privada de Palmas, Tocantins. **Revista Desafios**, v. 4, n. 3, p. 43-51, 2017. Disponível em:


<<https://www.ssoar.info/ssoar/handle/document/53103>>. Acesso em: 28 abr. 2018. 

MORATOYA, E. E. et al. Mudanças no padrão de consumo alimentar no Brasil e no mundo. **Revista Política Agrícola**, ano 22, n. 1, p. 72-84, jan./mar. 2013.

Disponível em: <<https://www.embrapa.br/busca-de-publicacoes/-/publicacao/958212/mudancas-no-padrao-de-consumo-alimentar-no-brasil-e-no-mundo>>. Acesso em: 28 abr. 2018.

NOLL, P. R. e S. et al. High school students residing in educational public institutions: health-risk behaviors. **Plos One**, v. 11, n. 18, e0161652, 2016.

Disponível em: <<http://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0161652>>.

Acesso em: 28 abr. 2018. 

OGDEN, C. L. et al. Prevalence of childhood and adult obesity in the United States, 2011-2012. **JAMA**, v. 311, n. 8, p. 806-814, 2014. Disponível em:

<<https://jamanetwork.com/journals/jama/articlepdf/1832542/joi140013.pdf>>.

Acesso em: 28 abr. 2018.

PEDRAZA, D. F. et al. Estado nutricional e hábitos alimentares de escolares de Campina Grande, Paraíba, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 22, n. 2, p. 469-477, 2017. Disponível em:

<[https://www.scielo.org/article/ssm/content/raw/?resource\\_ssm\\_path=/media/assets/csc/v22n2/1413-8123-csc-22-02-0469.pdf](https://www.scielo.org/article/ssm/content/raw/?resource_ssm_path=/media/assets/csc/v22n2/1413-8123-csc-22-02-0469.pdf)>. Acesso em: 08 dez. 2017.



PIMENTA, T. A. M.; ROCHA, R.; MARCONDES, N. A. V. Políticas públicas de intervenção na obesidade infantil no Brasil: uma breve análise da Política Nacional de Alimentação e Nutrição e Política Nacional de Promoção da Saúde. **Journal Health Sciences**, v. 17, n. 2, 2015. Disponível em:

<<http://www.pgsskroton.com.br/seer/index.php/JHealthSci/article/view/305>>.

Acesso em: 11 jun. 2016. 

PRADO, B. G. et al. Qualidade da dieta de escolares de 7 a 10 anos do município de São Paulo: associação com o número e os locais de refeições. **Revista de Nutrição**, v. 28, n. 6, p.607-618, dez. 2015. Disponível em:

<[http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1415-52732015000600607&script=sci\\_abstract&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1415-52732015000600607&script=sci_abstract&tlng=pt)>. Acesso em: 08 dez. 2017.




SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA (Rio de Janeiro). **Manual de orientação do departamento de nutrologia**. 3. ed. rev. e amp. Rio de Janeiro, 2012. Disponível em: <<http://www.sbp.com.br/pdfs/14617a-PDManualNutrologia-Alimentacao.pdf>>. Acesso em: 20 jun. 2016.

SPARENBERGER, K. et al. Consumo de alimentos ultraprocessados entre crianças de uma Unidade Básica de Saúde. **Jornal de Pediatria**, Rio de Janeiro, v. 91, n. 6, p. 535-542, 2015. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S0021-75572015000600535&lng=en&nrm=iso&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0021-75572015000600535&lng=en&nrm=iso&tlng=pt)>. Acesso em: 08 dez. 2017.



STORY, M.; NEUMARK-SZTAINER, D.; FRENCH, S. Individual and environmental influences on adolescent eating behaviors. **Journal of the American Dietetic Association**, v. 102, n. 3, p. S40-51, Mar 2002. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/11902388>>. Acesso em: 28 abr. 2018.



WORLD HEALTH ORGANIZATION. **WHO Anthro (version 3.2.2, January 2011) and macros**. Geneva: World Health Organization, 2011. 

**Recebido:** 28 fev. 2018.

**Aprovado:** 28 abr. 2018.

**DOI:** <http://dx.doi.org/10.3895/rbqv.v10n2.7966>.

**Como citar:**

BROGNOLLI, J. de S. et al. Relação entre estado nutricional e conhecimento sobre alimentação adequada e saudável de escolares. **R. bras. Qual. Vida**, Ponta Grossa, v. 10, n. 2, e7966, abr./jun. 2018. Disponível em: <<https://periodicos.utfpr.edu.br/rbqv/article/view/7966>>. Acesso em: XXX.

**Correspondência:**

Cristiane Damiani Tomasi  
Avenida Universitária, número 1105, Bairro Universitário, Criciúma, Santa Catarina, Brasil.

**Direito autoral:**

Este artigo está licenciado sob os termos da Licença Creative Commons-Atribuição 4.0 Internacional.

