

## ANÁLISE DE LANCHES COMERCIALIZADO AOS ADOLESCENTES DENTRO DE DUAS ESCOLAS PARTICULARES DA CIDADE DE ITUMBIARA-GOIÁS.

Alinne F. Vieira<sup>1</sup> (PQ), Amanda N. da Costa<sup>1</sup> (PQ), Matheus S. Coelho<sup>1</sup> (PQ) Camila Emília Souza e Silva<sup>1</sup>, Natan T. Santos<sup>2</sup> (PQ)

<sup>1</sup>Instituto Luterano de Ensino Superior - ULBRA, *Campus* Itumbiara, <sup>2</sup>Universidade Federal de Uberlândia, *Campus* Santa Mônica – Itumbiara –GO.

**Área do Conhecimento: Ciências da saúde**

### Resumo

Nos dias em que vivemos, a população tem mudado em grande escala o seu comportamento em relação aos hábitos alimentares e os adolescentes são um dos mais prejudicados pela presença destas mudanças. Com isso este trabalho poderá contribuir através da estimulação das práticas educativas para a conscientização da importância de uma boa alimentação em benefício da saúde e melhor qualidade de vida, em informações extras para o educador passar a seus educandos. Este trabalho buscou analisar o tipo de lanche comercializado para os adolescentes em duas escolas particulares da cidade de Itumbiara Goiás. Para caracterizar o consumo alimentar dos adolescentes dentro das escolas foi feito um estudo de campo, tendo como instrumento de coleta de dados, a observação a qual foi realizada na área próxima a lanchonete das escolas, no período do intervalo (recreio), ainda foram realizadas entrevistas com as coordenadoras das escolas. Nos resultados demonstrados pode se perceber que as escolas não se preocupam com o local onde os alimentos são armazenados e que tanto a escola A quanto a B, apenas vendem alimentos que são terceirizados. Pode se observar também que a escola A e B. não possui variação com relação ao cardápio dos alimentos vendidos, e que os adolescentes optam por industrializados, assados, frituras, como também consome em maior quantidade, refrigerantes, sucos industrializados, chocolates e balas. Também foi percebido que na escola A, os alunos possuem orientações em relação aos alimentos, apenas durante alguns minutos na sala de aula, mas não há nenhum resultado quanto à mudança de hábitos, pois mesmo assim eles continuam tendo preferência por alimentos inadequados, e em relação a escola B não existe nenhum trabalho ou orientação de conscientização dos riscos de alguns tipos de lanches. Este trabalho mostra que atitudes que prezam por uma alimentação saudável devem estar associadas a um conjunto de valores e tais devem ser trabalhados não só na fase infantil ou adulta, mas como também na adolescência.

**Palavras-chaves:** Adolescentes. Alimentos. Escolas.

### Introdução

Observa-se que vem ocorrendo mudança no comportamento e hábitos alimentares dos brasileiros. Estas mudanças, muitas delas estão relacionadas com a falta de tempo como, por exemplo, assentar-se a mesa e fazer uma refeição tranquila e de qualidade, e essa falta de tempo impede também que as pessoas desenvolvam atividades físicas no seu cotidiano. O corpo humano necessita de constante movimentação para melhorar o seu condicionamento em repostas ao bem estar de todo organismo, deste modo à falta destes itens desencadeia muitos problemas, como má qualidade de vida que, por conseguinte gera o *stress* e demais patologias. Visto que, a educação alimentar precisa da interação de vários envolvidos, e a principal dela é a família, pois se começar a educar os filhos desde a infância sobre a importância de uma alimentação balanceada formasse-a uma cultura diferente da que existe atualmente, pois o maior problema que se tem é provocar mudanças de hábitos já praticados. Isso é um grande desafio

principalmente para os adolescentes, que atravessam nesta faixa etária grandes transformações em todo o corpo, mas é importante que desenvolva ações positivas com propósito de mudar os hábitos alimentares que são prejudiciais à sua saúde. Sabe-se também que os hábitos alimentares inadequados podem constituir-se em fatores de risco para a presença de doenças, não só o sedentarismo e a obesidade aos quais já foram citados, mas também doenças crônicas, tanto na vida atual quanto futura (MENDES et al., 2001).

Os adolescentes de forma geral possuem maus hábitos alimentares como a baixa ingestão de frutas, verduras, legumes e laticínios e o consumo elevado de alimentos com alto teor de gordura, colesterol e sódio (FELICE et al., 2007). Em média, um adolescente necessita de 2.200 calorias por dia. Os adolescentes (assim como todas as pessoas) devem evitar alimentos como batata frita, refrigerantes, sorvetes, salgadinhos e molhos, os que são ricos em colesterol, gordura e calorias e pobres em nutrientes (PAPALIA;OLDS, 2000).

Medeiros (2007) apud Wakasugui (2010), ainda enfatiza que: Vivemos em uma sociedade onde os pais por trabalharem demais, têm pouco ou nenhum tempo para supervisionar o preparo da alimentação e as refeições de seus filhos. Muitas crianças ficam “livres” para escolher alimentos “fast-food” fáceis de preparar como: pipoca e doce, bolos, chocolates, sorvetes, refrigerantes disponíveis na geladeira (MEDEIROS, 2007 apud WAKASUGUI, 2010, p.3).

Este trabalho objetivou-se a verificar o tipo de lanche comercializado para os adolescentes em escolas particulares de Itumbiara – Goiás, especificando observar se as escolas se preocupam com o local (lanchonete) onde o lanche é mantido para serem vendidos aos alunos, evidenciar quais os tipos de alimentos são vendidos nas escolas, identificar quais os alimentos são mais consumidos pelos adolescentes no período escolar, analisar se as escolas têm trabalhado a educação alimentar com os alunos em relação ao lanche.

## Material e Métodos

Para efetivação desta pesquisa foi feito um estudo de campo. O estudo transcorreu de acordo com Barros (2000), onde diz que estudo de campo acontece quando o pesquisador “assume o papel de observador e explorador coletando diretamente os dados no local em que se deram ou surgiram os fenômenos. O trabalho de campo se caracteriza pelo contato direto com o fenômeno de estudo”.

A pesquisa aconteceu em duas escolas particulares da cidade de Itumbiara-Goiás, no mês de maio de 2010, com cerca de cem alunos cada, do período matutino, com duração de vinte minutos durante cinco dias em cada escola. As escolas possuem dois períodos de recreio, um para as crianças e outro para os adolescentes (alunos de onze à dezessete anos). O instrumento de coleta de dados foi por meio de observação *in loco* que foi realizada na área próxima a lanchonete dentro da escola no período do intervalo (recreio), onde observou os alunos comprando os seus lanches. Durante esta observação houve a colaboração das responsáveis das lanchonetes que passaram a quantidade de lanches que ali eram vendidos no determinado período dentre os cinco dias. Foi observado os produtos que são vendidos nas duas escolas, entre estes estão: frituras, assados, lanche natural, suco natural, suco industrializado, refrigerante, chocolate e industrializados. Ainda foi realizada uma entrevista semi-estruturada com as coordenadoras das escolas, gravadas em áudio, abordando as seguintes questões: O lanche que é vendido na escola é fabricado pela própria escola ou é terceirizado; a escola interfere de forma direta na alimentação dos alunos, como, por exemplo, vender apenas alimentos que são autorizados pelos pais; a escola realiza algum trabalho sobre educação alimentar. Após os dados serem transcritos a gravação foi destruída. Os resultados foram analisados, quantificados e

apresentados em forma de tabela, a partir da soma da quantidade de lanche durante os cinco dias.

## Resultados e Discussão

Na escola A, tem-se uma lanchonete próxima ao local de recreação, onde o espaço é consideravelmente pequeno, aproximadamente 2,50 x 2,50m, com o piso de cerâmica, uma grande janela ocasionando uma boa ventilação, tem-se no local um frizer, uma geladeira e uma caixa de isopor onde ficam os alimentos que ali são vendidos. Já na escola B, tem uma lanchonete em uma das extremidades do pátio, onde é realizada a recreação, o espaço é bem pequeno, aproximadamente 2,5 x 2,00m, cabendo apenas um frizer, que armazena a maior parte dos alimentos vendidos, encontra-se também uma pequena geladeira onde ficam sucos, refrigerantes e bolos e uma prateleira onde ficam, batatas, pipocas e salgadinhos industrializados.

Em relação à temperatura aos quais os alimentos ficam armazenados. Durante a entrevista com as coordenadoras, as mesmas disseram que os alimentos ficam sempre na mesma temperatura a partir do momento em que chegam às escolas, mas também afirmam que os lanches são fabricados todos os dias e não vendem um alimento de um dia para o outro (com exceção dos industrializados) e não relataram a temperatura do lanche.

Na escola A, o lanche que é vendido dentro da unidade escolar é terceirizado, tem uma pessoa que fornece o lanche. No decorrer da semana varia o cardápio dentro do que é vendido, com exceção do sanduíche natural que é oferecido todas as quartas-feiras. A escola não interfere no que os alunos querem consumir, eles são livres para comprarem o que quiserem, e os pais não fazem nenhuma exigência do que pode ser vendido aos seus filhos, porém durante as aulas as professoras conversam com os alunos sobre a importância de consumirem alimentos saudáveis, não como matéria extra curricular ou algum projeto desenvolvido pela escola, apenas falam de forma geral durante cinco minutos da aula sobre os alimentos com os alunos.

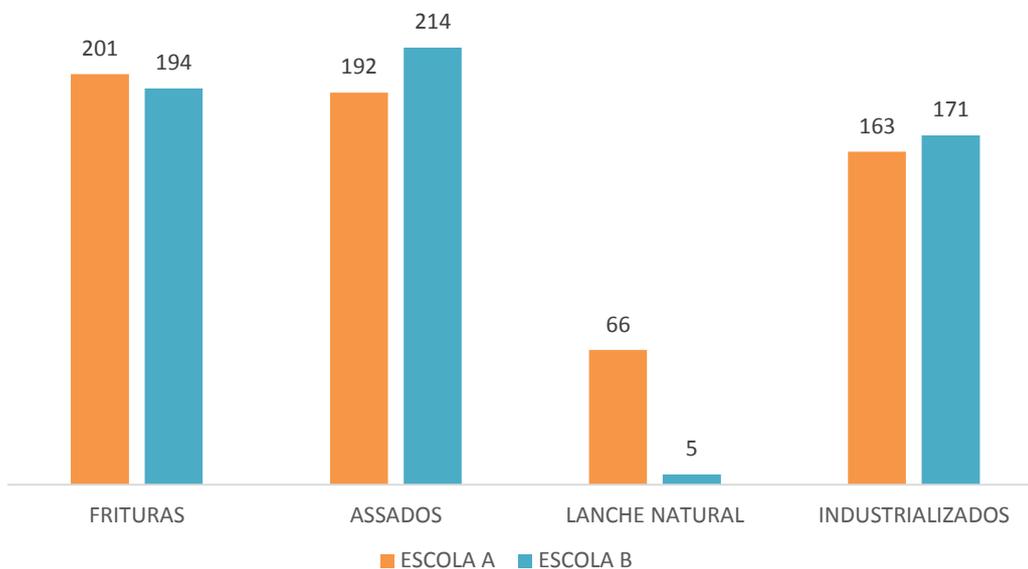
A escola não tem nenhum trabalho que incentive os alunos a adotarem uma alimentação mais saudável, não desenvolvendo trabalhos aos quais trouxessem ensinamentos em relação à qualidade dos nutrientes existentes nos lanches que são vendidos e as consequências as quais podem trazer as suas vidas. Ambas as escolas não se preocupam com o lanche que é vendido na escola, pois na verdade estão interessados no valor financeiro ao qual a venda do lanche traz, como a fala da coordenadora da escola A que diz que já tentou vender na escola salada de frutas e não teve aceitação, por isso parou-se de vender, pois se os alunos não compram, as escolas conseqüentemente não terão lucro. Como na cidade de Itumbiara ainda não se tem uma lei efetiva que fiscaliza as escolas, assim ficam livres e os maiores prejudicados são os adolescentes que estudam nestes locais. Segundo a Regulamentação da Comercialização de Alimentos em Escolas no Brasil, apontam que alguns diretores e até mesmo nutricionistas de escolas públicas e privadas acreditam que, como a cantina escolar é terceirizada, não há como interferir no que é vendido. No entanto, quando uma instituição contrata um serviço ou firma um contrato de concessão, ela pode e deve estabelecer as regras de como a atividade irá acontecer. Portanto, a escola pode e deve definir o que será vendido no espaço escolar (BRASIL-MINISTERIO DA SAÚDE, 2007).

Em seguida, foram observados quais os alimentos foram comercializados no Gráfico 1: Alimentos consumidos nas escolas particulares A e B, pesquisadas na cidade de Itumbiara-GO.

Diante dos resultados, pode-se observar que os alunos não tiveram uma conscientização dos benefícios e malefícios aos quais os alimentos podem trazer para suas vidas, uma vez que se nota a partir dos resultados que mesmo os adolescentes tendo opção de consumirem alimentos

mais saudáveis e também de levarem de casa ou comprarem seus lanches dentro ou fora da escola, eles têm a preferência por alimentos menos saudáveis, como as frituras

Gráfico 1: Alimentos consumidos nas escolas particulares A e B, pesquisadas na cidade de Itumbiara-GO



Fonte: Próprio autor.

## Conclusões

As escolas pesquisadas tanto A quanto B, não possuem nenhum cuidado em relação ao local onde os alimentos ficam armazenados para serem vendidos aos alunos dentro da escola. Dentre os lanches comercializados e mais consumidos estão os industrializados, assados, frituras, doces e bebidas industrializados. Para que haja mudanças nestes hábitos é necessária uma parceria entre escola e pais, onde a escola trabalhe com educação alimentar e os pais tenham participação direta e dê exemplos no cotidiano familiar.

## Referências Bibliográficas

BARROS, C. F. Condições Higiênico-Sanitárias na Distribuição de Produtos em Padarias Do Distrito Federal. Brasília 2009. Disponível em . Acesso em: 11 mai. 2010. BIZZO, G. M L; LEDER, L. Educação Nutricional Nos Parâmetros Curriculares Nacionais Para O Ensino Fundamental. Campinas, 2005, p.665. Disponível em . Acesso em: 11 mai. 2000.

BOUCHARD, C. Atividade física e obesidade. Barueri SP: Manoele Ltda, 2003. BOCCALETTO, E. M. A; MENDES, R. T. Alimentação, atividade física e qualidade de vida dos escolares do município de Vinhedo /SP. Campinas: IPES Editorial , 2009, p.48.

BRASIL, M. da S. Regulamentação da Comercialização de Alimentos em Escolas no Brasil: Experiências estaduais e municipais, 2007, Pág. 17, 41. Disponível em . Acesso em 11 de mai. 2010.

COSTA, M. C. D; JÚNIO, N.C; MATSUO, T. Hábito alimentar de escolares adolescentes de um município do oeste do Paraná. Rev. Nutr. Campinas. 2007.

FELICE, M.M.; SAMPAIO, I.P.C.; FISBERG, M. Análise do lanche escolar consumido por adolescentes. Revista de Saúde. Piracicaba, 2007.

FERNANDES, J. P; MOREIRA, P. Comportamento Alimentar: estudo em adolescentes de uma escola promotora de saúde de Viseu. Revista SPCNA. 2007.

GÁSPARI, J. C; DE SCHWARTZ, G. M. Adolescência, esporte e qualidade de vida. Revista Motriz. Jul-dez 2001, pp. 107-113. GONÇALVES, I. M. O. M. Hábitos alimentares em adolescentes. Revista Port Clin Geral. 2006, Estudos originais.

MAGALI, S. Qualidade em nutrição: método de melhorias continua ao alcance de indivíduos e coletividades. São Paulo: Livraria Valera, 1995.

MAHAN, L. K; ESCOTT-ESTUMP, S. Alimentos, Nutrição & Dietoterapia. 10 ed. São Paulo: Roca, 2002.

MENDES, F.S.V.; PRIORE, S.E.; RIBEIRO, S.M.R. et al. Avaliação do estilo de vida e condições nutricionais de adolescentes atendidos em um programa específico. Revista Nutrição em Pauta, n.2, p.21-24, 2001.

McARDLE, W. D; KATCH, F. I; KATCH, V. L. Nutrição para o desporto e o exercício. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2001, pág. 658. NAHAS, M.V. Atividade Física, Saúde e Qualidade de Vida: Conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo. 3 ed. Ver. E atual. Londrina. Midiograf, 2003.

PAPALIA, D; OLDS, S. W. Desenvolvimento Humano. 7. ed. Porto Alegre: Artmed, 2000.

PHILIPPI, S. T et al. Pirâmide alimentar para a população brasileira. Peso saudável: a escola promovendo hábitos alimentares saudáveis. Brasília: FUNSAUDE, 2001. WAKASUGUI, O.S. Os hábitos alimentares dos adolescentes do ensino médio e a sua relação com o problema do sobrepeso e da obesidade. Disponível em: <http://www.diaadiaeducação.pr.gov.br/portals/pde/arquivos/402-2.pdf>. Acesso em 11 maio 2010.