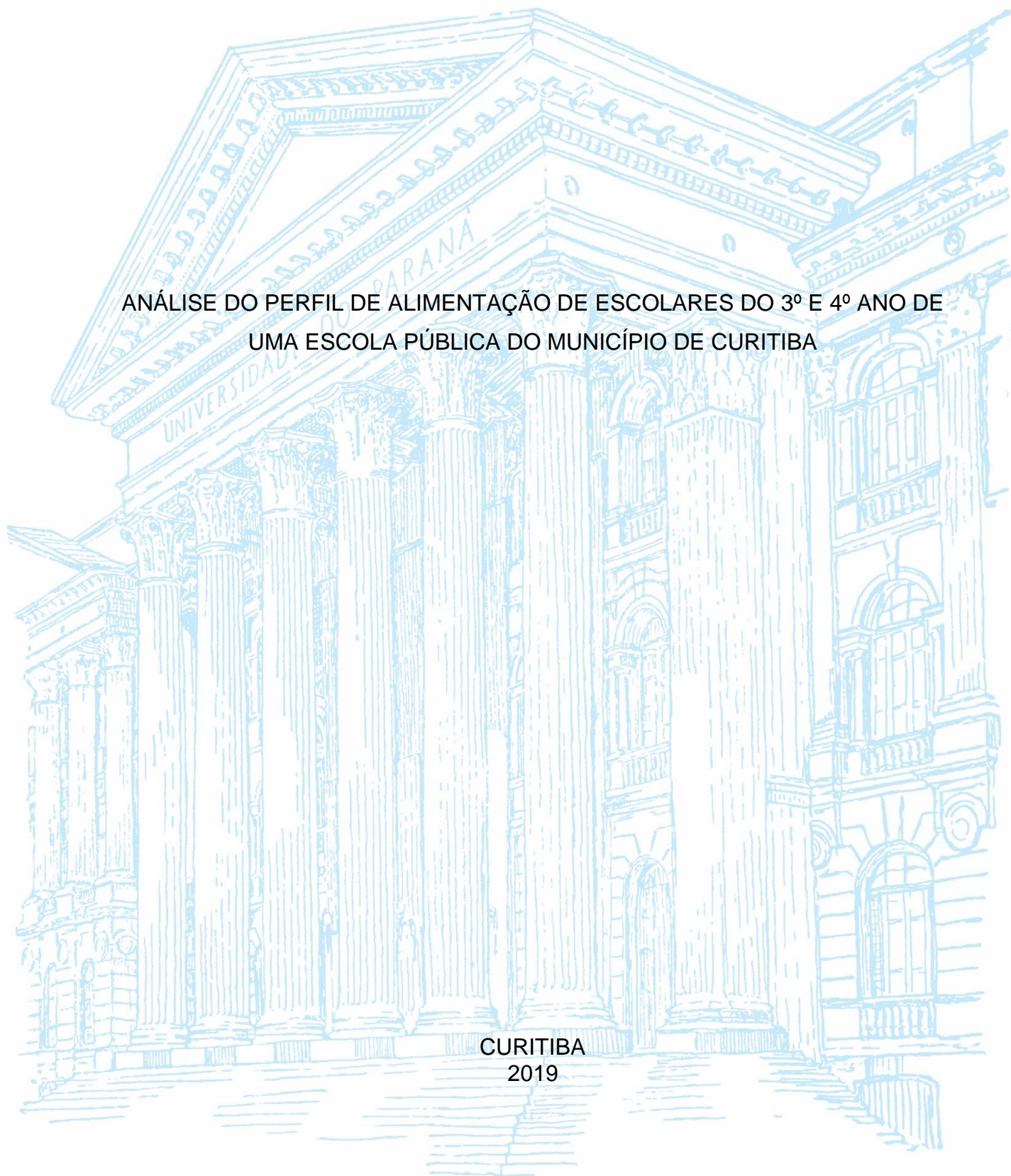


UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ

ROBSON LUIZ MIQUILINE

ANÁLISE DO PERFIL DE ALIMENTAÇÃO DE ESCOLARES DO 3º E 4º ANO DE
UMA ESCOLA PÚBLICA DO MUNICÍPIO DE CURITIBA

CURITIBA
2019



ROBSON LUIZ MIQUILINE

ANÁLISE DO PERFIL DE ALIMENTAÇÃO DE ESCOLARES DO 3º E 4º ANO DE
UMA ESCOLA PÚBLICA DO MUNICÍPIO DE CURITIBA

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao
Curso de Licenciatura em Educação Física da
Universidade Federal do Paraná como requisito
parcial à obtenção do título de Licenciado em
Educação Física.

Orientadora: Prof.^a Dr.^a Maria Gisele dos Santos

Coorientadora: Prof.^a Dr.^a Denise da Vinha Ricieri

CURITIBA
2019

TERMO DE APROVAÇÃO

ROBSON LUIZ MIQUILINE

ANÁLISE DO PERFIL DE ALIMENTAÇÃO DE ESCOLARES DO 3º E 4º ANO DE UMA ESCOLA PÚBLICA DO MUNICÍPIO DE CURITIBA

Trabalho de Conclusão de Curso apresentada ao curso de Licenciatura em Educação Física, Setor de Ciências Biológicas, Universidade Federal do Paraná, como requisito parcial à obtenção do título de Licenciado em Educação Física.

Profa. Dra. Denise da Vinha Ricieri
Orientadora – Setor de Ciências Biológicas, UFPR

Prof. Dr. Ricardo João Sonoda Nunes
Setor de Ciências Biológicas, UFPR

Profa. Dra. Ana Beatriz Pacífico
Setor de Ciências Biológicas, UFPR

Curitiba, 04 de dezembro de 2019.

AGRADECIMENTOS

Gostaria de agradecer meu pai e minha mãe que sempre me deram tudo do bom e do melhor para conseguir me formar.

Gostaria de agradecer a diretora e todo corpo docente da escola pelo espaço e confiança apresentado.

Gostaria de agradecer a todos os escolares que escreveram e participaram desse trabalho com tanto carinho.

Gostaria de agradecer os amigos que fiz no Curso de Educação Física ao longo dos anos, por toda ajuda prestada.

Gostaria de agradecer ao corpo docente de Educação Física da Federal, por me ajudar e auxiliar num momento tão difícil como foi, em especial a Co-orientadora.

Gostaria de agradecer todas as caronas prestadas pelos meus amigos durante o curso, para me locomover entre Curitiba-Paranaguá.

Gostaria de agradecer por todos que nunca desistiram de mim e que sempre me incentivaram.

Deixe que a alimentação seja o seu remédio e o remédio a sua alimentação
(HIPÓCRATES)

RESUMO

Este trabalho possuiu como intuito verificar os perfis de alimentação de escolares do 3º e 4º ano de uma escola pública do município de Curitiba/PR. Possuindo como objetivos analisar as refeições dos escolares através de grupos alimentares, facilitando o papel dos professores de escola pública na hora de produzir um plano de aula. Para isto, foi realizado uma pesquisa por meio de um questionário, possuindo como grupo amostral 42 escolares dos 7 anos aos 11 anos, contendo 25 escolares masculinos e 17 escolares femininos. Ao analisar a alimentação diária dos escolares através das refeições diárias, subdividindo os alimentos relatados em 6 grupos alimentares e classificando-os em saudáveis e não saudáveis. Os resultados mostraram que 24 escolares foram classificados como saudáveis sendo 16 escolares masculinos e 8 escolares femininos. Os escolares de 8 anos foram predominantes na pesquisa, de modo que dos 19 escolares com 8 anos, apenas 5 escolares foram considerados não-saudáveis.

Palavras-chave: Escolares. Escola pública. Saudáveis. Não saudáveis. Grupos alimentares.

ABSTRACT

This college Project aimed to verify the feeding profiles of students' from the 3rd and 4th of elementary public school from Ctba/PR. Its objectives are to analyze students meals through food groups, facilitating the role of elementary public school teachers in producing a lesson plan. For this, a survey was conducted through a questionnaire, having as sample group 42 students from 7 years to 11 years, containing 25 male students and 17 female students. Analyzing students' daily diet through daily meals, subdividing the reported foods into 6 food groups and classifying them as healthy and unhealthy. The results showed that 24 students were classified as healthy, 16 male students and 8 female students. The 8-year-olds were predominant in the survey, so of the 19 8-year-olds, only 5 were considered unhealthy.

Keywords: College. Public School. Healthy. Unhealthy. Food Groups.

LISTA DE GRÁFICOS

GRÁFICO 1 - IDADE.....	30
GRÁFICO 2 - GÊNERO	31
GRÁFICO 3 - ANO ESCOLAR	31
GRÁFICO 4 - ALIMENTOS MAIS CONSUMIDOS NO CAFÉ DA MANHÃ	33
GRÁFICO 5 - ALIMENTOS MAIS CONSUMIDOS NO ALMOÇO	33
GRÁFICO 6 - ALIMENTOS MAIS CONSUMIDOS NO CAFÉ DA TARDE	34
GRÁFICO 7 - ALIMENTOS MAIS CONSUMIDOS NO JANTAR/LANCHE NOTURNO	34
GRÁFICO 8 - ALIMENTOS MAIS CONSUMIDOS EM TODAS AS REFEIÇÕES.....	35
GRÁFICO 9 - SAUDÁVEIS E NÃO SAUDÁVEIS: GERAL.....	36
GRÁFICO 10 - IDADE: NÃO IDENTIFICADO	36
GRÁFICO 11 - IDADE: 7 ANOS.....	37
GRÁFICO 12 - IDADE: 8 ANOS.....	37
GRÁFICO 13 - IDADE: 9 ANOS.....	37
GRÁFICO 14 - IDADE: 11 ANOS.....	38
GRÁFICO 15 - SAUDÁVEIS E NÃO SAUDÁVEIS NO 3º ANO ESCOLAR	38
GRÁFICO 16 - SAUDÁVEIS E NÃO SAUDÁVEIS NO 4º ANO ESCOLAR	38
GRÁFICO 17 - SAUDÁVEIS E NÃO SAUDÁVEIS: MASCULINO.....	39
GRÁFICO 18 - SAUDÁVEIS E NÃO SAUDÁVEIS: FEMININO	39
GRÁFICO 19 - SAUDÁVEIS E NÃO SAUDÁVEIS: CEREAIS, TUBÉRCULOS E RAÍZES	40
GRÁFICO 20 - SAUDÁVEIS E NÃO SAUDÁVEIS: FRUTAS, LEGUMES E VERDURAS	40
GRÁFICO 21 - SAUDÁVEIS E NÃO SAUDÁVEIS: FEIJÕES E OUTROS ALIMENTOS VEGETAIS RICOS EM PROTEÍNA.....	41
GRÁFICO 22 - SAUDÁVEIS E NÃO SAUDÁVEIS: LEITE E DERIVADOS, CARNES E OVOS	41
GRÁFICO 23 - SAUDÁVEIS E NÃO SAUDÁVEIS: GORDURAS, AÇÚCARES E SAL	41
GRÁFICO 24 - SAUDÁVEIS E NÃO SAUDÁVEIS: ÁGUA.....	42
GRÁFICO 25 - NÚMERO DE REFEIÇÕES DIÁRIAS	42

LISTA DE QUADROS

QUADRO 1: ALIMENTOS QUE ABRANGEM MAIS DE UM GRUPO ALIMENTAR .	32
QUADRO 2: DEFINIÇÃO DAS QUESTÕES DO QUESTIONÁRIO	58
QUADRO 3: AGRUPAMENTO E FREQUÊNCIA DE PALAVRAS ERRADAS.....	60
QUADRO 4: DIVISÃO POR GRUPOS ALIMENTARES NO CAFÉ DA MANHÃ.....	62
QUADRO 5: DIVISÃO POR GRUPOS ALIMENTARES NO ALMOÇO.....	64
QUADRO 6: DIVISÃO POR GRUPOS ALIMENTARES NO CAFÉ DA TARDE.....	66
QUADRO 7: DIVISÃO POR GRUPOS ALIMENTARES NA JANTA/LANCHE NOTURNO.....	68
QUADRO 8: DIVISÃO POR GRUPOS ALIMENTARES DE TODAS AS REFEIÇÕES	70

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	16
2 ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL	18
3 ALIMENTAÇÃO NA IDADE ESCOLAR	20
4 INFLUÊNCIA DOS PAIS NA NUTRIÇÃO INFANTIL	23
5 INFLUÊNCIA DA MÍDIA NA NUTRIÇÃO INFANTIL	24
6 METODOLOGIA	26
6.1 DELIMITAÇÃO DO ESTUDO	26
6.2 ELABORAÇÃO E APRESENTAÇÃO DO QUESTIONÁRIO	27
6.3 CLASSIFICAÇÃO DOS RESULTADOS	29
6.4 ANÁLISE DOS RESULTADOS	29
7 RESULTADOS	30
7.1 AMOSTRA E POPULAÇÃO	30
7.2 DADOS GERADOS PELO QUESTIONÁRIO	31
7.3 CAFÉ DA MANHÃ	33
7.4 ALMOÇO	33
7.5 CAFÉ DA TARDE	34
7.6 JANTAR/LANCHE NOTURNO	34
7.7 TODAS AS REFEIÇÕES	35
7.8 SAUDÁVEIS E NÃO SAUDÁVEIS	35
7.8.1 Saudáveis e não saudáveis por idade	36
7.8.2 Saudáveis e não saudáveis por ano escolar	38
7.8.3 Saudáveis e não saudáveis por gênero	39
7.8.4 Saudáveis e não saudáveis por grupos alimentares	40
7.9 REFEIÇÕES DIÁRIAS	42
8 DISCUSSÃO	43
9 CONSIDERAÇÕES FINAIS	50
REFERÊNCIAS	52
ANEXO 1 - AUTORIZAÇÃO	55
ANEXO 2 - QUESTIONÁRIO	56
ANEXO 3 - QUADRO: DEFINIÇÃO DAS QUESTÕES DO QUESTIONÁRIO	58
ANEXO 4 - ESCOLAR COM AUTISMO	59

ANEXO 5 - QUADRO: AGRUPAMENTO E FREQUÊNCIA DE PALAVRAS ERRADAS.....	60
ANEXO 6 - QUADRO: DIVISÃO POR GRUPOS ALIMENTARES NO CAFÉ DA MANHÃ.....	62
ANEXO 7 - QUADRO: DIVISÃO POR GRUPOS ALIMENTARES NO ALMOÇO ..	64
ANEXO 8 - QUADRO: DIVISÃO POR GRUPOS ALIMENTARES NO CAFÉ DA TARDE.....	66
ANEXO 9 - QUADRO: DIVISÃO POR GRUPOS ALIMENTARES NO JANTAR/LANCHE NOTURNO	68
ANEXO 10 - QUADRO: DIVISÃO POR GRUPOS ALIMENTARES DE TODAS AS REFEIÇÕES.....	70

1 INTRODUÇÃO

Para iniciar esse estudo devemos deixar claro a grande diferença entre o que é alimentação e o que é a nutrição e compreender pequenos elementos de como o nosso organismo funciona.

De acordo com Alvarenga (2011), a alimentação é a escolha do alimento, o seu preparo e a ingestão da comida, já a nutrição é como os nutrientes dos alimentos são utilizados pelo nosso organismo. Visando uma boa saúde, é necessário que tenhamos uma nutrição adequada que possa assegurar um bom funcionamento. O nutriente é toda substância que venha de um alimento, promovendo energia para a manutenção da saúde e da vida, além de ajudar e beneficiar o crescimento e o desenvolvimento do cidadão ao longo da vida.

Relatado por Menezes, Meirellest e Weffort (2011), uma boa alimentação infantil favorece o bom crescimento e desenvolvimento do cidadão. Sendo enaltecido que algumas medidas de alimentação devem ser tomadas, já que cada faixa etária da infância necessita de uma demanda alimentar ajustada ao crescimento e desenvolvimento esperado para esta fase da vida.

De acordo com o Guia Alimentar para a População Brasileira do Ministério da Saúde (2008), uma alimentação saudável não é cara e nem difícil de ser aderida no dia a dia da população, se baseado em alimentos naturais e produzidos na região, todos sempre muito bem higienizados. Além de possuir grande sabor, com enorme variedade e diversidade de cor. A harmonia também está ligada à uma alimentação saudável, fator que controla o equilíbrio em quantidade e qualidade dos nutrientes ingeridos.

Como supracitado o Guia Alimentar para a População Brasileira do Ministério da Saúde (2008), consta uma informação vital, no qual considera os seres humanos como onívoros, ou seja, consomem uma enorme variedade de alimentos tanto de origem vegetal como de origem animal, podendo facilmente diversificar os alimentos ingeridos durante o dia a dia.

De acordo com Laroca e Camargo (2016), foi notado uma dificuldade até mesmo de adolescentes na escolha dos alimentos para consumo próprio. Já que a alimentação dos escolares visa consumir alimentos industrializados, no qual possuem grande quantidade de açúcar, a coloração das embalagens gera interesse nos olhos e o sabor dos produtos possuem aditivos químico.

Devincenzi et al. (2004), destaca a alimentação como um dos meios mais importantes que previne as carências nutricionais e garante o crescimento apropriado (SILVA, 2009 apud DEVINCENZI et al., 2004).

Como supracitado, Laroca e Camargo (2016), relatam algumas das carências nutricionais, podendo manifestar fraqueza, problemas de memória e falta de concentração. Acumulando perturbações no processo de aprendizagem do escolar.

Segundo Gouvêa (1999), a educação para a saúde deve ter como marco inicial a Educação Infantil e o Ensino Fundamental, pois a adoção de novos hábitos neste período de vida, pode repercutir nas famílias e comunidades, por serem excelentes mensageiros (CUNHA, 2014 apud GOUVÊA, 1999).

A importância desta pesquisa contribui para analisar perfis alimentares de escolares do 3º e 4º de uma escola pública do município de Curitiba/PR. De forma que facilite o papel do professor de escola pública no momento de elaboração e criação das atividades destinadas ao montar um plano de aula.

A pesquisa além disso, possui como intuito analisar dados sobre as principais refeições de escolares do 3º e 4º ano de uma escola pública da cidade de Curitiba/PR subdividindo em 6 grupos alimentares e relatar sobre os resultados sob a perspectiva de grupos alimentares e alimentação saudável.

Ao decorrer do curso de Educação Física de Licenciatura na Universidade Federal do Paraná. Ao longo de algumas disciplinas, como Fisiologia e Atividade Física na Infância e na Adolescência, compreendemos que atividade física e alimentação estão interligados.

Segundo Laroca e Camargo (2016), os alimentos são considerados como uma fonte de combustível para a realização das atividades diárias. Com isso, a má alimentação ou alimentação não saudável, possa atribuir malefícios em alguma das atividades diárias, afetando a força e/ou disposição para realizá-las. De modo que pode ser prejudicial ao comportamento das funções vitais do organismo.

Possuindo como especificidade a prática de educação física em área escolar, é importante que os escolares que participem da aula contenham energia e atenção para desempenhar todos os objetivos e atividades da aula proposta, facilitando o papel do professor na hora de montar um plano de aula.

De acordo com Lazzoli et al. (1998), a atividade física na criança e na adolescência possui como intuito criar o hábito e o interesse pela atividade física. De forma que a prioridade seja a inclusão, a valorização e a estimulação da atividade

física no dia a dia. Utilizando métodos agradáveis, prazerosos e não discriminatórios, que os escolares com menor aptidão para atividade física, se sintam bem ao praticar uma atividade dentro e fora do âmbito escolar.

Com várias dificuldades e adversidades na alimentação infantil, o propósito do trabalho procura responder o questionamento: Qual o perfil de alimentação de escolares do 3º e 4º ano de uma escola pública do município de Curitiba?

2 ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

Segundo o Guia Alimentar para a População Brasileira do Ministério da Saúde (2008), mesmo os nutrientes sendo de extrema importância, a alimentação saudável deve estar baseada em consumir alimentos que tenham significado tanto social quanto cultural.

Conforme o Guia Alimentar para a População Brasileira do Ministério da Saúde (2008), os alimentos possuem diversas características e fatores que influenciam numa alimentação saudável, uma alimentação saudável deve seguir certos atributos básicos, um deles é a acessibilidade física e financeira. Por meio da mídia, informações equivocadas e tendenciosas, são normalmente vinculadas a uma falsa imagem. Imagem na qual induz as pessoas associarem uma alimentação saudável, a um grande custo de dinheiro.

De acordo com o Guia Alimentar para a População Brasileira do Ministério da Saúde (2008), as frutas, verduras, legumes e grãos são alternativos para uma melhoria na qualidade da alimentação. Além de ajudar e favorecer com o desenvolvimento de agricultores familiares e às cooperativas para a produção e comercialização de produtos mais saudáveis.

Para o Guia Alimentar para a População Brasileira do Ministério da Saúde (2008), outro fator é o sabor, muitas vezes a imagem de uma alimentação saudável é a ingestão de alimentos industriais e não a alimentos naturais, que são alimentos saudáveis, saborosos e nutritivos, como legumes, verduras, frutas e grãos variados.

Em conformidade, para o Guia Alimentar para a População Brasileira do Ministério da Saúde (2008), a variedade, também, é um dos atributos básicos da alimentação, sendo recomendado evitar a invariabilidade de alimentos, no qual limita a sua liberdade de escolha sobre qual alimento deve ingerir. Acarretando numa menor

variedade de nutrientes na alimentação do consumidor, nutrientes nos quais são fundamentais para atender todas as demandas fisiológicas.

Inclusive, o Guia Alimentar para a População Brasileira do Ministério da Saúde (2008), relata que a cor dos alimentos, também está atrelada a uma alimentação saudável, quanto mais colorida é uma alimentação, mais rica em vitaminas e minerais ela é. Tornando a refeição mais atrativa, significando mais estímulos sensoriais ao consumir alimentos como frutas, legumes, verduras, grãos e tubérculos.

Igualmente, segundo o Guia Alimentar para a População Brasileira do Ministério da Saúde (2008), a segurança sanitária da mesma forma está incluída numa alimentação saudável, pois é fundamental que possua segurança desde a sua origem até o consumo dos alimentos. De modo que não apresente contaminantes de natureza química, biológica ou física, diminuindo os riscos de saúde.

Enfim, a harmonia é o aspecto final que o Guia Alimentar para a População Brasileira do Ministério da Saúde (2008), compactua como uma alimentação saudável, ela é o equilíbrio em quantidade e qualidade dos alimentos sendo fundamental para uma nutrição adequada.

De acordo com o Guia Alimentar para a População Brasileira do Ministério da Saúde (2008), o Brasil tornou-se uma sociedade prevaiente urbana em aproximadamente 50 anos, de 1950, com uma população estimada de 50 milhões de pessoas, em sua maioria habitavam a área rural, isto mudou, até 2003, com uma população estimada em 176 milhões de pessoas, cerca de mais de 82% de pessoas viviam em áreas urbanas.

Segundo o Guia Alimentar para a População Brasileira do Ministério da Saúde (2008), a urbanização super-rápida desconstruiu formas tradicionais de vidas, refletindo nos hábitos alimentares da população. Entre 1975 e 1996, o Brasil conseguiu reduzir em 70% a desnutrição infantil (de 18,4% para 5,7%), sendo considerado o índice peso por idade.

Para o Ministério da Saúde (2008), mesmo sendo notável o avanço nas condições de saúde e nutrição das crianças brasileiras, em meados de 1996, o Brasil ainda possuía cerca de um milhão de crianças com déficit de peso por idade, portanto, a influência de modos de vidas saudáveis, alimentação saudável e atividade em conjunto, deve ser realçado e promovido ao longo da vida, da infância à velhice.

Segundo relatos do Guia Alimentar para a População Brasileira do Ministério da Saúde (2008), por volta dos anos 80 do século 20, ficou evidente um referencial científico e de cultura alimentar visando criar um padrão para ser considerado uma alimentação saudável, sendo consolidado apenas nos anos 90 do século 20.

Conforme o Guia Alimentar para a População Brasileira do Ministério da Saúde (2008), a alimentação saudável consolidada nos anos 90 do século 20, possuiu como característica, uma grande variedade de alimentos em sua origem vegetal, sendo ricas e variadas em frutas, legumes, verduras e leguminosas e outros alimentos que são fornecedores de proteínas de origem vegetal. Cereais, tubérculos, raízes e alguns alimentos com alto teor de amido, de preferência integral também fazem parte, incluindo pequenas quantidades de carnes, laticínios e outros produtos de origem animal.

De acordo com o World Health Organization (2004), possui como referência a alimentação saudável o direito a possuir um padrão alimentício, conforme às necessidades biológicas e sociais dos indivíduos. De modo que respeite os princípios da variedade, da moderação e do equilíbrio. A maior ênfase deve ser atribuída as comidas regionais (MARTINEZ, 2013 apud WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2004).

Conforme Luz (1997), no campo da Nutrição, o ideal de alimentação saudável está pautado na prevenção e combate de doenças (KRAEMER et al., 2014 apud LUZ, 1997). Dessa perspectiva, Carvalho et al. (2011), relata que a terapêutica nutricional possui como foco as quantidades e os horários em que as comidas devem ser ingeridas pelo nosso organismo, prevendo proporcionar uma qualidade de saúde com menos riscos para ficar doente (KRAEMER et al., 2014 apud CARVALHO et al., 2011).

3 ALIMENTAÇÃO NA IDADE ESCOLAR

Utilizando como base o Guia prático para Educadores: Alimentação em idade escolar do Ministério da Economia (Portugal, 2013), na idade escolar, as crianças estão numa fase de mudanças importantíssimas, sendo elas a fase de crescimento intelectual, cognitivo, emocional e social.

Segundo o Guia prático para Educadores: Alimentação em idade escolar do Ministério da Economia (Portugal, 2013), como em todas as fases de crescimento e desenvolvimento do ser humano, a da criança não é diferente, sendo uma das mais

importantes. Para obter um normal e significativo crescimento, desenvolvimento e promoção da saúde do escolar, além de prevenir doenças, é importante ter uma alimentação saudável, sendo um dos principais fatores decisórios.

De acordo com o Guia prático para Educadores: Alimentação em idade escolar do Ministério da Economia (Portugal, 2013), na faixa etária de idade escolar, a composição corporal sofre imensas modificações, seja na proporção de massa magra e/ou massa gorda, diferentemente aplicadas em meninos e meninas, sempre com um acréscimo da estrutura. O crescimento da criança por não ser muito linear, possui fases extremas de lentidão e aumento significativo nas alterações de apetite e ingestão alimentar.

Conforme o Guia prático para Educadores: Alimentação em idade escolar do Ministério da Economia (Portugal, 2013), a alimentação deste grupo etário deve ser estimulada, atribuindo um crescimento e desenvolvimento benéfico, enquanto, permite aos escolares praticar atividades físicas e escolares de modo satisfatório.

Apesar de tantos fatores para possuir uma alimentação saudável, o Guia prático para Educadores: Alimentação em idade escolar do Ministério da Economia (Portugal, 2013), relata algumas medidas que devem ser tomadas para que não haja risco de desnutrição. Alguns desses fatores indicam esse desvio de alimentação, como: pouco apetite ao longo do dia, não comer um número estipulado de alimentos e/ou trocar hábitos saudáveis por alimentos com valor muito baixo nutricionalmente.

Portanto, segundo o Guia prático para Educadores: Alimentação em idade escolar do Ministério da Economia (Portugal, 2013), a prevenção para todos esses fatores de risco, é fundamental, visando que crianças obesas possuem uma probabilidade maior de se tornar uma pessoa adulta obesa.

Em supracitado, Menezes, Meirellest e Weffort (2011), também se preocupam com o crescimento acelerado e constante dos escolares, notando o aumento do ganho ponderal, observando um acréscimo no desenvolvimento de obesidade caso a criança apresente algum erro na alimentação.

De acordo com Menezes, Meirellest e Weffort (2011), nesse período é que as crianças começam a compartilhar do mesmo alimento que os adultos, passando a ser papel da família e da escola na formação de hábitos saudáveis de alimentação. Sendo ambos responsável por garantir e tornar a saúde física e mental do escolar melhor e benéfica, de forma que a criança cresça mais forte, ágil, com maior coordenação, fazendo o escolar escolher brincadeiras mais dinâmicas.

Os autores Menezes, Meirelles e Weffort (2011), estipulam metas alimentares para escolares, que devem ser conquistadas, como a ideia de cinco refeições por dia, com horários regulares, iniciando pelo café da manhã às 8 horas, posteriormente um lanche matinal às 10 horas, depois um almoço às 12 horas, na tarde um lanche vespertino às 15 horas, um jantar às 19 horas e ocasionalmente outro lanche antes de dormir.

Segundo Menezes, Meirelles e Weffort (2011), a alimentação variada estipulada, segue os moldes da pirâmide alimentar, distanciando da ingestão de doces e refrigerantes, preferindo o consumo de carboidratos complexos, além de estimular o consumo de derivados tipos de frutas, verduras e legumes.

Utilizando outro guia como referencial, o Ministério da Educação (Brasil, 2009), a idade escolar está atrelada ao âmbito escolar mais complexo, visando crianças de 6 a 14 anos de idade.

Segundo o Ministério da Educação (Brasil, 2009), nesta etapa é caracterizada o crescimento como lento e constante, destacando a troca de dentes de leite para dentes permanentes. Atrelando os bons hábitos de saúde, como a alimentação e a higienização, sendo exigido reforçamento nesse período para evitar problemas dentários.

De acordo com o Ministério da Educação (Brasil, 2009), a criança nesta faixa etária, começa a desenvolver senso crítico, querendo conhecer coisas novas e aceitando diversidade no alimento e nos derivados modos de preparo. Este estímulo deve ser sempre ocorrer, para haver uma maior quantidade e diversidade de nutrientes, já que nessa idade ocorre um aumento significativo de atividade física e mudança na radicalidade dos esportes, desgastando mais energia, entretanto, nessa fase etária, também possui a tendência de sedentarismo, pelo uso desregulado do uso de videogames, computadores e televisões, tornando necessário a escola promover a prática da atividade física.

Conforme o Ministério da Educação (Brasil, 2009), o desejo por comida do escolar normalmente é superior ao do pré-escolar, porém, a falta da primeira refeição do dia, pulando o café da manhã é de costume nessa fase etária. Provavelmente está compactuada pela independência da criança, entretanto, deve possuir um acompanhamento pelos familiares e educadores, para não prejudicar o desenvolvimento da criança, principalmente no âmbito escolar, para que não fique desatento durante as aulas.

Em conformidade com o Ministério da Educação (Brasil, 2009), no Manual de Orientação de Departamento de Nutrologia, os autores Benzecry, Mello e Escrivão (2012), destacam e fomentam todas as ideias citadas acima.

Contudo, Benzecry, Mello e Escrivão (2012), relatam sobre uma comparação de pesquisa sobre o orçamento familiar de 1974 e 1975 com a de 2008 e 2009 no qual resultou na redução no consumo de arroz, feijão, raízes, tubérculos, peixes, ovos e aumento nos alimentos processados, refeições prontas e biscoitos, além de acarretar um adendo apresentando as diretrizes gerais para a alimentação escolar.

Algumas das diretrizes gerais relatadas por Benzecry, Mello e Escrivão (2012), se referia a ingestão de alimentos visando a promoção de energia, nutrientes em quantidade e qualidade suficiente para o crescimento, o desenvolvimento e à prática de atividades físicas, tendo como base a alimentação variada.

A alimentação variada descrita por Benzecry, Mello e Escrivão (2012), possui como base a pirâmide de alimentos, evitando consumo excessivo de açúcares e alimentos industriais. Nela recomenda-se: o consumo diário e variado de frutas, verduras e legumes; nos sucos naturais, não recomendando ultrapassar de 240 ml por dia, visando que uma fruta possua cerca de 180 ml de suco; além de estimular o consumo de peixes marinhos duas vezes por semana; consumir regularmente o cálcio, aproximadamente cerca de 600 ml de leite e/ou derivados por dia; evitar a alteração de grandes refeições por lanches; estimular a autonomia orientada, na qual a criança serve seu próprio prato com as orientações corretas de porções.

MS (2002) afirma que na idade escolar o ato de se alimentar vai muito mais além, do que apenas ter fome e se alimentar, como é na idade do pré-escolar. Possuindo fatores com ordem fisiológica, psicológica, social e cultural, contendo como sucesso para uma alimentação saudável a busca por alimentos com uma abordagem mais balanceada (SOUSA, 2006 apud MS, 2002).

4 INFLUÊNCIA DOS PAIS NA NUTRIÇÃO INFANTIL

Durante o Guia prático para Educadores: Alimentação em idade escolar do Ministério da Economia (Portugal, 2013), foi apresentado a importância e responsabilidade dos pais, da família e dos educadores pela alimentação do escolar. Por serem influências e por todos os aprendizados da alimentação na infância refletir nos comportamentos da alimentação na fase adulta.

Segundo o Guia prático para Educadores: Alimentação em idade escolar do Ministério da Economia (Portugal, 2013), os pais são responsáveis pelo “saber comer” da criança, o guia visa que as crianças não podem possuir o total controle sobre sua alimentação, pois não são ensinados nessa idade para escolher uma alimentação em função do valor nutricional e seus benefícios.

O Guia prático para Educadores: Alimentação em idade escolar do Ministério da Economia (Portugal, 2013), relata que o aprendizado dos escolares vem decorrente da observação na alimentação dos adultos, estando presente nas escolhas, preparações e confecções dos alimentos.

Sobre essa influência da família na opção da criança nas comidas, Ramos e Stein (2000), tentam explicar o motivo desse fenômeno. Eles relatam que está atrelado ao fato do contexto social que a criança se insere, oportunizando comer com os irmãos, amigos, adultos e familiares que são exemplos e se preocupam com sua alimentação. Algumas vezes é transmitido por meio de elogio, às vezes estimulando a comer e de vez em quando chamando a atenção para seu comportamento à mesa (PIMENTA; MASSON; BUENO, 2011 apud RAMOS; STEIN, 2000).

Em concordância Kreppner (2000), representa a família como um sistema social atrelado a repassar valores, crenças, ideais e significados que estão impostos na sociedade.

De modo que a família, um dos primeiros ambientes de convivência e social, exerce o papel de mediadora principal dos padrões, modelos e influências culturais das crianças (DESSEN; POLONIA, 2007 apud KREPPNER, 2000).

5 INFLUÊNCIA DA MÍDIA NA NUTRIÇÃO INFANTIL

De acordo com a denominação de Almeida, Nascimento e Quaioti (2002), a televisão, é o meio de comunicação mais utilizado para entreter e educar, sendo retratado como a maior fonte de informação que pode se obter sobre o mundo.

A televisão, segundo Almeida, Nascimento e Quaioti (2002), possui a capacidade de transmitir canais, que podem levar a diversos lugares e culturas, descobrindo dados sobre como as pessoas se comportam, o que pensam, como se vestem, qual é a sua imagem e o que ingerem.

Da Silva e Malina (2000), notam que há um aumento significativo no tempo assistido de televisão. No Brasil, adolescentes chegam a permanecer por volta de

cinco horas por dia, perante a televisão (ALMEIDA; NASCIMENTO; QUAIOTI, 2002 apud DA SILVA; MALINA, 2000).

Segundo D'Aquino (2016), a publicidade que tem chamado mais atenção e que realmente preocupa os especialistas, em sua grande maioria estão ligados as comidas e bebidas que contém baixo valor nutricional e com competência de originar vários problemas de saúde quando ingeridos em exagero.

De acordo com D'Aquino (2016), a publicidade em si, já é bem preocupante, e potencializada quando envolve a oferta de brindes para as crianças, chamando ainda mais sua atenção para o consumo, despertando desejo nas crianças por algo que talvez nem possuam desejo.

A Resolução do Conselho Nacional de Saúde número 408 (Brasil, 2008), aprovou em suas diretrizes, a regulamentação da publicidade e propaganda e informações sobre alimentos, os quais violam o direito à alimentação saudável. Normalmente direcionados ao público infantil em especial, sendo coibidos da sua prática excessiva que traga o público a padrões de consumo inadequados.

Outra diretriz que a Resolução do Conselho Nacional de Saúde número 408 (Brasil, 2008), resolve é referente ao envolvimento das práticas de marketing nos alimentos, promovendo informações verdadeiras para a população, além de limite de horário de veiculação. A proibição da oferta de brindes que induzem o consumo é um dos casos, assim como, o uso de frases de advertência para o consumo excessivo e entre outras coisas que beneficiam o consumidor.

Em conformidade, as pesquisas feitas por Pimenta, Masson e Bueno (2011), reforçam a ideia de que a mídia exagera na transmissão nas categorias de grupos de alimentos e bebidas. Pois nas oitenta e quatro horas de gravação, conseguiram detectar dois mil cento e sessenta e sete comerciais, no qual, cerca de quinhentos e quarenta e dois, cerca de 25%, eram apenas de produtos dentro do grupo de alimentos e bebidas.

Pimenta, Masson e Bueno (2011), revelam que de dez dias pesquisados, em dias de semana, houve uma média de 40,9 comerciais com produtos alimentícios transmitidos. Já nos dois finais de semana que foram pesquisados, a média de comerciais de alimentos e bebidas atingiu cerca de 33,5 comerciais ao dia.

Pimenta, Masson e Bueno (2011), relatam sobre um fato curioso que não foi noticiado nenhum comercial com o intuito de atribuir alimentos básicos como cereais, leguminosas, frutas e hortaliças, seja durante ou no final de semana. A maioria

exuberante dos produtos que foram noticiados nos comerciais, eram produtos industrializados.

Outra forma de proteger as crianças do abuso de comerciais e propagandas, foi a implantação do Projeto de Lei 5921/2001, que foi acrescentada em sua ementa ao parágrafo no artigo 37, da Lei nº 8.078, de 11 de setembro de 1990. Nela “dispõe sobre a proteção do consumidor e dá outras providências”. Possuindo como foco proibir a publicidade e propaganda para a venda de produtos infantis.

De acordo com as informações fornecidas no Manual de Orientação de Departamento de Nutrologia, uma pesquisa analisada por Benzecry, Mello e Escrivão (2012), a diminuição do costume de se exercitar e de realizar atividade física, decorrente ao uso de computador por um tempo muito longo em âmbito doméstico e mais o tempo gasto com televisão são motivos que fomentam a ideia para o acréscimo da prevenção a obesidade nessa faixa etária.

Benzecry, Mello e Escrivão (2012), revelam que além da televisão, já possuir o fator de ser uma das causas para o sedentarismo, ela proporciona outros fatores agravantes, possuindo propagandas veículas ao consumo de alimentos super calóricos.

Benzecry, Mello e Escrivão (2012), informam sobre os resultados da pesquisa financiada pelo Ministério da Saúde e pelo conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico, divulgada em 2008, em que foram examinadas quatro mil cento e oito horas de televisão, totalizando cerca de cento e vinte e oito milhões quinhentos e vinte cinco peças publicitárias.

Conforme Benzecry, Mello e Escrivão (2012), essa pesquisa apresentava que 72% das publicidades de propagandas eram feitas por fast-foods, guloseimas, sorvetes, refrigerantes, sucos artificiais, salgadinhos de pacote, biscoitos doces e bolos. Em resposta para isto, a pesquisa estipulou sendo necessária que as crianças aprendam a escolher alimentos mais saudáveis, servindo de prevenção para o desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis.

6 METODOLOGIA

6.1 DELIMITAÇÃO DO ESTUDO

A pesquisa apresenta características descritivas e estudo de caso, de classificação quali-quantitativa. O questionário foi aplicado em uma escola pública de Curitiba/PR, no bairro do Novo Mundo que possui 5.95 km² e 44.063 habitantes.

A coleta de dados foi realizada no período escolar tardio, no mês de outubro de 2018 com meninos e meninas de 7 a 11 anos que ingressavam no 3º e 4º ano do ensino fundamental, contendo 44 participantes.

Atendendo às normas de Pesquisas com seres humanos, sobre a autorização da escola referente aos questionários aplicados e sua utilização para o Trabalho de Conclusão de Curso (ANEXO 1).

6.2 ELABORAÇÃO E APRESENTAÇÃO DO QUESTIONÁRIO

O surgimento do questionário começou na Universidade Federal do Paraná no curso de Educação Física na disciplina de Projetos Integrados D¹ no segundo semestre acadêmico de 2018 com temática voltada à Nutrição Infantil. A proposta apresentada pela Professora durante a disciplina, era que após todo embasamento teórico aprendido ao início da disciplina, deveríamos aplicar um questionário para gerar dados sobre a nutrição infantil de escolares. Realizando uma apresentação ao final da disciplina demonstrando, analisando e comparando os resultados obtidos.

No começo do mês de outubro de 2018, os acadêmicos do Projeto Integrado D foram instruídos para a realização e aplicação de um questionário com escolares do ensino fundamental de um(a) colégio/escola público ou privado. Ficando a critério do acadêmico para qual instituição ele ficaria destinado, sendo de sua obrigação a aplicação e a criação do seu próprio questionário, devendo respeitar o prazo de entrega, que era até o final daquele mês.

Por todos esses aspectos, a escola escolhida foi no Novo Mundo, local onde já havia interação por conta de outras matérias da grade curricular de Educação Física que permitem o contato extra campus.

Ao contatar a escola que gostaria de aplicar um questionário sobre a nutrição infantil com os escolares visando seus hábitos alimentares, houve grande aceitação por parte da instituição. Em seguida, relatei que após a coleta e análise dos dados, realizaria uma intervenção com os escolares para revelar seus hábitos alimentares e

¹ Projetos Integrados D (CEF005)

possíveis mudanças que eles poderiam realizar para melhorar seu hábito alimentar para mais saudável.

Com a liberação da escola para a aplicação do questionário (ANEXO 2), delimitando a pesquisa para escolares do 3º ano que possuía 30 alunos e do 4º ano que possuía 31 alunos do ensino fundamental no período da tarde, período no qual tanto o acadêmico quanto a escola haviam encontrado com disponibilidade mutua.

Visando a necessidade dos dados a serem coletados, contendo como tendência possuir mais exatidão e velocidade em perguntas que possuíam pouco aprofundamento, além de possuir uma pequena delimitação de pouco mais de 50 minutos -tempo de uma aula escolar nessa escola-.

Por essa razão o questionário conteve 13 questões (QUADRO 2) (ANEXO 3), sendo 6 questões objetivas, muitas delas possuindo poucas alternativas para facilitar o entendimento e as repostas não serem tão variáveis. Para que houvesse maior liberdade e descrição, 5 questões foram elaboradas totalmente descritivas. A necessidade de possuir respostas mais objetivas levou a elaboração de mais 2 questões predominantemente objetivas, com a temática “outros” no final, abrangendo elementos que foram esquecidos ou não muito convencionais.

A aplicação do questionário foi realizada primeiro com os alunos do 4º ano e posteriormente aos alunos do 3º ano, cada turma realizou o questionário na sua própria sala de aula, não sendo levado os escolares para nenhum lugar em específico.

Antes da entrega do questionário foi relatado para os escolares que não era um teste escolar, ou seja, não valia nota e que não haviam respostas erradas, além de não possuir limite de tempo para responder. O questionário dependia totalmente deles e era individual, não podendo copiar do colega.

Vale ressaltar que em nenhum momento anterior a este, os escolares sabiam que seria realizado o questionário com eles. Não possuindo tempo e nem oportunidade para perguntar para seus pais e/ou responsáveis sobre sua alimentação.

Isto também era válido para os professores, mas caso os escolares solicitassem auxílio para escrever uma palavra e/ou lembra de algum alimento, com os escolares descrevendo as características do alimento era válido, até mesmo, retirar alguma dúvida e/ou perguntar sobre alguma questão. Podendo se manifestar a qualquer momento.

As questões foram lidas uma por uma, a cada pergunta lida era aguardado até todos os escolares responderem para haver a progressão para as próximas perguntas.

6.3 CLASSIFICAÇÃO DOS RESULTADOS

Os escolares foram classificados em saudáveis e não-saudáveis, segundo o Guia do Educador: promovendo a Educação alimentar e nutricional nas escolas da Prefeitura de Belo Horizonte (Brasil, 2013) e o Guia Alimentar para a População Brasileira do Ministério da Saúde (2008), utilizando como base principal para isto, a refeição harmônica, no qual para uma alimentação saudável é necessário equilíbrio em quantidade e qualidade.

Os alimentos foram subdivididos em grupos alimentares básicos, segundo a classificação do Guia Alimentar para a População Brasileira do Ministério da Saúde (2008) e referenciando o Guia prático para Educadores: Alimentação em idade escolar do Ministério da Economia (Portugal, 2013) como recomendação diária da necessidade em porções para cada grupo alimentar.

6.4 ANÁLISE DOS RESULTADOS

Os escolares que conseguiram responder as questões discursivas com informações referentes a pesquisa, mesmo com erro de ortografia e/ou fora do espaço destinado a resposta foram inclusos na análise.

Já os alunos que não compactuaram com nenhuma informação nas questões discursivas, foram excluídos por motivo de autismo e/ou por não apresentarem nenhuma informação nas questões discursivas.

De modo que cada alimento descrito pelos escolares foi considerado como 1 item, cada item corresponde a uma ou mais porções de cada grupo alimentar, levando em conta a base de cada alimento.

Inicialmente os escolares foram analisados e computados em forma de quadro, de modo que foram subdivididos em 6 grupos alimentares básicos.

Para caracterizar como saudáveis, os escolares precisavam corresponder o número de porções diárias equivalentes de pelo menos 3 grupos alimentares. Caso os escolares correspondessem a apenas 2 grupos alimentares ou menos, corretamente, o escolar foi considerado não-saudável.

Os escolares foram classificados em saudáveis e não-saudáveis por idade, turma, gênero. Posteriormente, foi analisado quantos escolares eram saudáveis de acordo com cada grupo alimentar.

Outra análise feita, foi sobre o hábito alimentar diário do escolar visando quantas refeições o escolar realiza durante o dia.

7 RESULTADOS

7.1 AMOSTRA E POPULAÇÃO

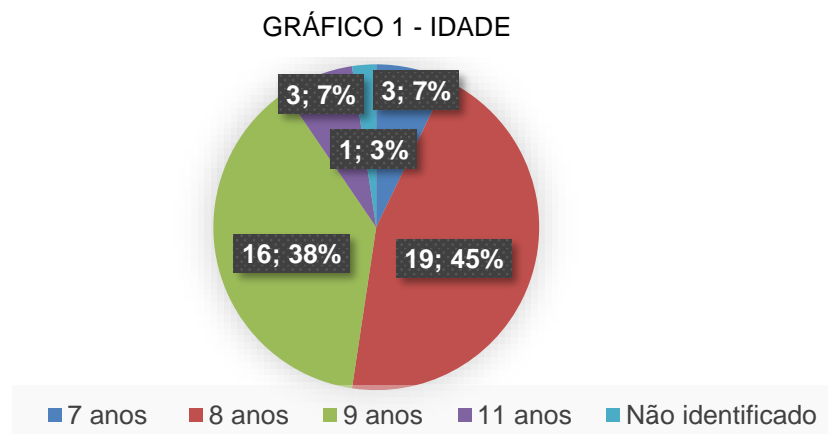
Dos 61 escolares matriculados no 3º e 4º ano no período da tarde apenas 44 escolares estavam no momento da aplicação do questionário, devido ao fato de que os 17 escolares restantes terem faltado a escola naquele dia.

Pelos dados coletados dos questionários aplicados, há um grupo amostral de 44 escolares. Entretanto, 42 escolares foram incluídos na análise e pesquisa, devido aos 2 escolares excluídos.

Os escolares que foram excluídos, 1 escolar apresentou autismo (ANEXO 4) e 1 escolar não respondeu nenhuma informação que possa ser aproveitada para a pesquisa, não correspondendo com nenhuma pergunta -escolar 33-.

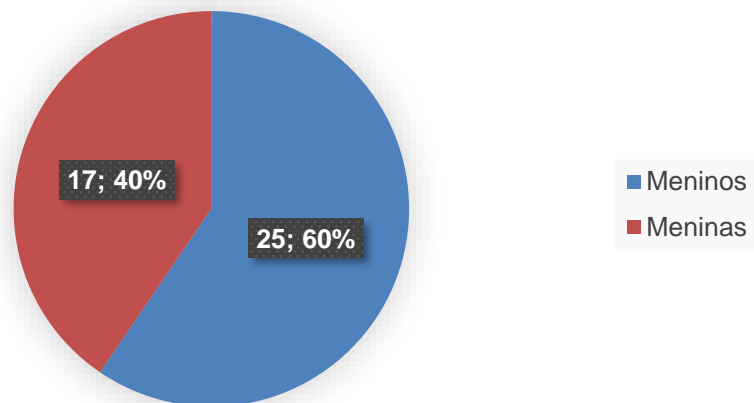
Os gráficos foram optados em formato de pizza, pelo motivo de apresentarem tanto o numeral quanto a porcentagem, facilitando também a visualização pelo espaço ocupado em relação aos outros dados.

Inicialmente foi apresentado a idade dos escolares (GRÁFICO 1). Após, foi demonstrado o número de meninos e meninas (GRÁFICO 2). Por fim, foi apresentado o ano escolar que os escolares estão inseridos (GRÁFICO 3).



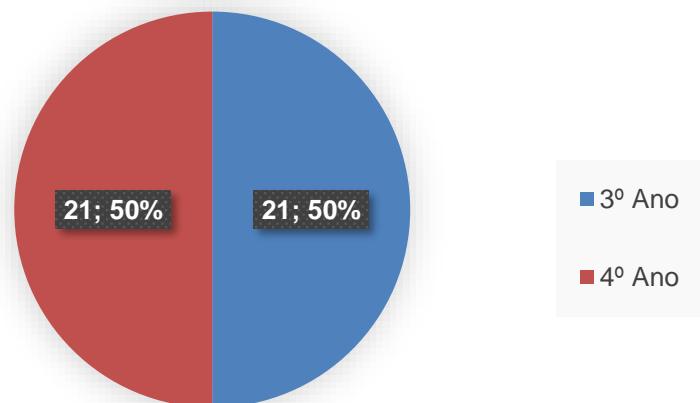
FONTE: Dados do questionário aplicado

GRÁFICO 2 - GÊNERO



FONTE: Dados do questionário aplicado

GRÁFICO 3 - ANO ESCOLAR



FONTE: Dados do questionário aplicado

7.2 DADOS GERADOS PELO QUESTIONÁRIO

Dos 42 questionários analisados, apenas 7 escolares responderam completamente certo. Desses 35 questionários que foram respondidos incorretamente, todos foram inclusos, pois foi apresentado apenas erros de escrita e/ou o local de resposta não estava de acordo com o perguntado, sendo relocado no lugar correto sempre que possível.

Nos 35 questionários respondidos incorretamente, algumas palavras citadas possuíam erros de ortografia, sendo realizado um pequeno levantamento de erros e

reagrupados. A descrição completa, bem como a frequência de ocorrência foi apresentada (QUADRO 3) (ANEXO 5).

Outras considerações realizadas sobre os alimentos/comidas, foram: alimentos que abrangiam mais de um grupo alimentar, sendo subdivididos de tal maneira (QUADRO 1).

QUADRO 1: ALIMENTOS QUE ABRANGEM MAIS DE UM GRUPO ALIMENTAR

Alimento citado	Cereais, tubérculos e raízes	Frutas, legumes e verduras	Feijões e outros alimentos vegetais ricos em proteína	Leite e derivados, carnes e ovos	Gorduras, açúcares e sal	Água
Algumas frutas	0	3	0	0	0	0
Batata frita	0	1	0	0	1	0
Bife à milanesa	1	0	0	2	1	0
Biscoito	1	0	0	0	1	0
Bolacha	1	0	0	0	1	0
Bolo	1	0	0	0	1	0
Churros	1	0	0	0	1	0
Doce	0	1	0	0	1	0
Enrolado de vira	1	0	0	1	0	0
Estrogonofe de frango	0	1	0	1	1	0
Farofa	1	0	0	1	0	0
Frango à milanesa	1	0	0	2	1	0
Lanche comprado	1	0	0	0	1	0
Molho	0	1	0	0	1	0
Nescau	0	0	0	1	1	0
Nuggets	0	0	0	1	1	0
Patê	0	0	0	1	1	0
Pipoca	1	0	0	0	1	0
Pizza	1	0	0	0	1	0
Salgado	1	0	0	1	1	0
Sanduíche	1	0	0	1	0	0
Sobremesa	0	1	0	0	1	0
Sopa	1	1	0	1	0	1
Sonho	1	0	0	0	1	0
Toddy	0	0	0	1	1	0

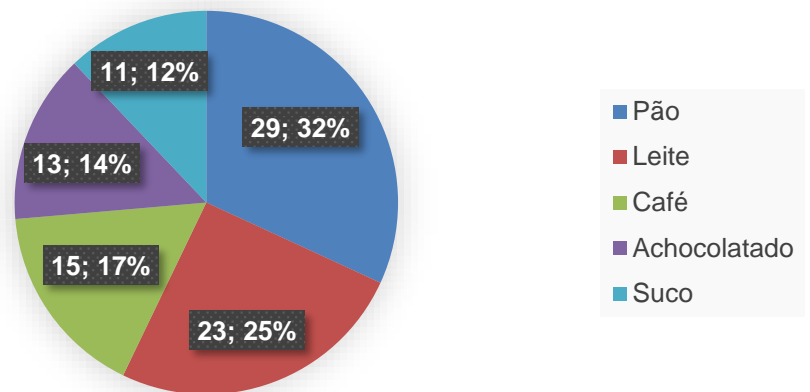
FONTE: Dados do questionário aplicado

7.3 CAFÉ DA MANHÃ

Dados gerados pelo questionário referente ao café da manhã: a divisória dos grupos alimentares do café da manhã (QUADRO 4) (ANEXO 6).

A seguir, os principais alimentos consumidos pelos escolares no café da manhã (GRÁFICO 4).

GRÁFICO 4 - ALIMENTOS MAIS CONSUMIDOS NO CAFÉ DA MANHÃ



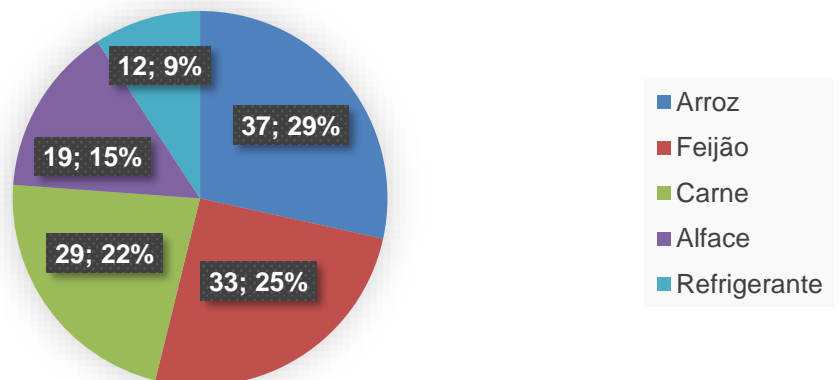
FONTE: Dados do questionário aplicado

7.4 ALMOÇO

Dados gerados pelo questionário referente ao almoço: a divisória dos grupos alimentares do almoço (QUADRO 5) (ANEXO 7).

A seguir, os principais alimentos consumidos pelos escolares no almoço (GRÁFICO 5).

GRÁFICO 5 - ALIMENTOS MAIS CONSUMIDOS NO ALMOÇO



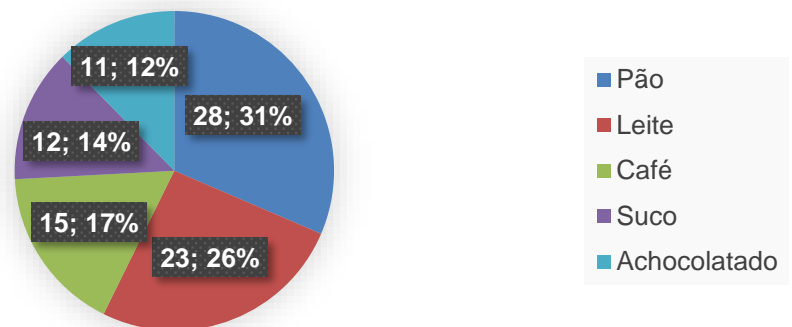
FONTE: Dados do questionário aplicado

7.5 CAFÉ DA TARDE

Dados gerados pelo questionário referente ao café da tarde: a divisória dos grupos alimentares do café da tarde (QUADRO 6) (ANEXO 8).

A seguir, os principais alimentos consumidos pelos escolares no almoço (GRÁFICO 6).

GRÁFICO 6 - ALIMENTOS MAIS CONSUMIDOS NO CAFÉ DA TARDE



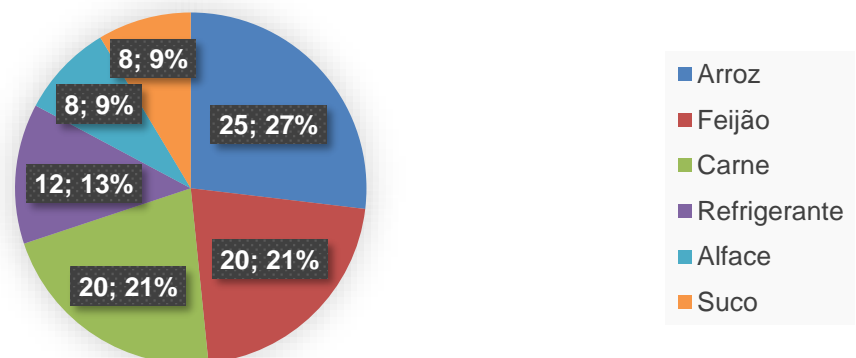
FONTE: Dados do questionário aplicado

7.6 JANTAR/LANCHE NOTURNO

Dados gerados pelo questionário referente ao jantar/lanche noturno: a divisória dos grupos alimentares do jantar/lanche noturno (QUADRO 7) (ANEXO 9).

A seguir, os principais alimentos consumidos pelos escolares no almoço (GRÁFICO 7).

GRÁFICO 7 - ALIMENTOS MAIS CONSUMIDOS NO JANTAR/LANCHE NOTURNO



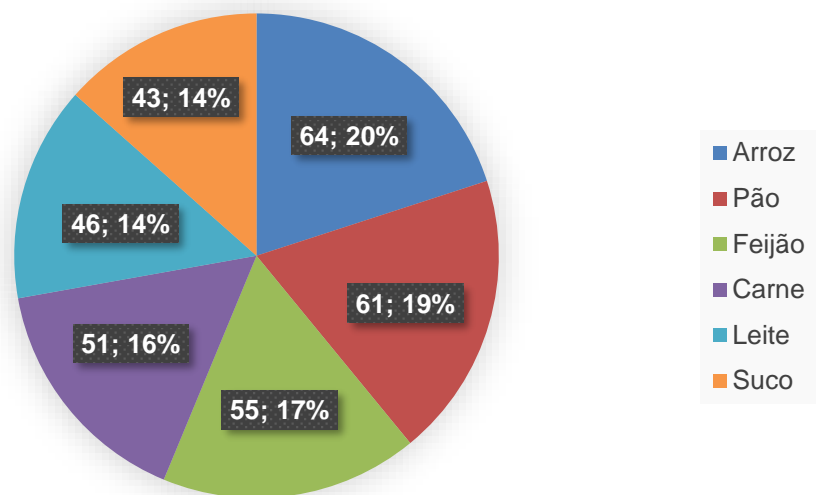
FONTE: Dados do questionário aplicado

7.7 TODAS AS REFEIÇÕES

Dados gerados pelo questionário referente a todas as refeições feitas pelos escolares, encontra-se a divisória dos grupos alimentares de todas as refeições (QUADRO 8) (ANEXO 10).

A seguir, os principais alimentos consumidos pelos escolares no almoço (GRÁFICO 8).

GRÁFICO 8 - ALIMENTOS MAIS CONSUMIDOS EM TODAS AS REFEIÇÕES



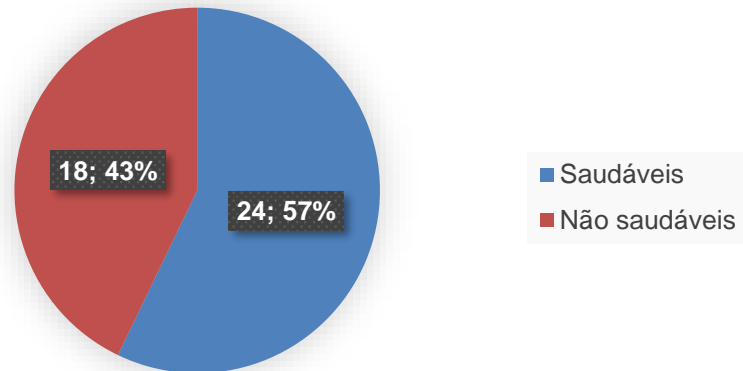
FONTE: Dados do questionário aplicado

7.8 SAUDÁVEIS E NÃO SAUDÁVEIS

Como supracitado, os saudáveis foram classificados a partir do segundo o Guia do Educador: promovendo a Educação alimentar e nutricional nas escolas o Guia do Educador: promovendo a Educação alimentar e nutricional nas escolas da Prefeitura de Belo Horizonte (Brasil, 2013) e o Guia Alimentar para a População Brasileira do Ministério da Saúde (2008). Utilizando como base o (QUADRO 8) (ANEXO 10).

Foram subdividido os 42 escolares analisados entre saudáveis e não saudáveis, seguindo a sequência: geral, idade, ano escolar, gênero e grupos alimentares. Ao primeiro momento foi apresentado de forma geral (GRÁFICO 9).

GRÁFICO 9 - SAUDÁVEIS E NÃO SAUDÁVEIS: GERAL

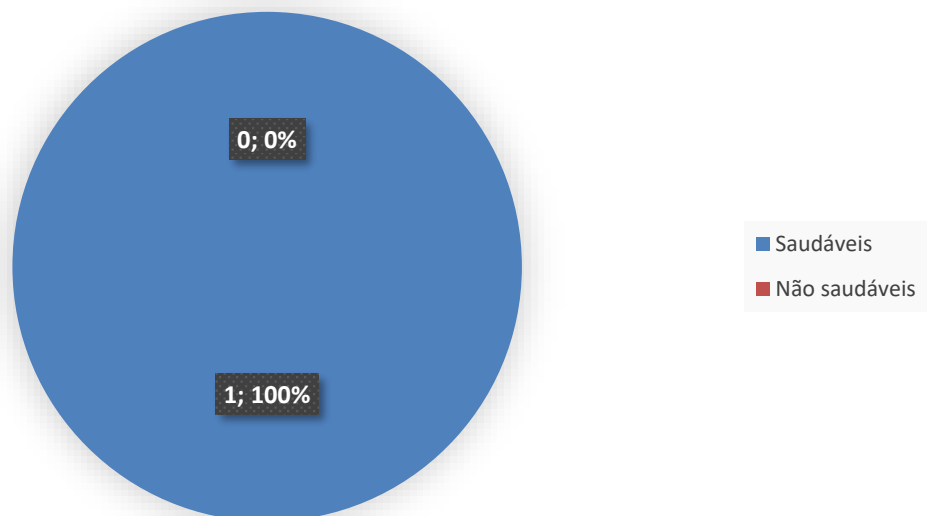


FONTE: Dados do questionário aplicado

7.8.1 Saudáveis e não saudáveis por idade.

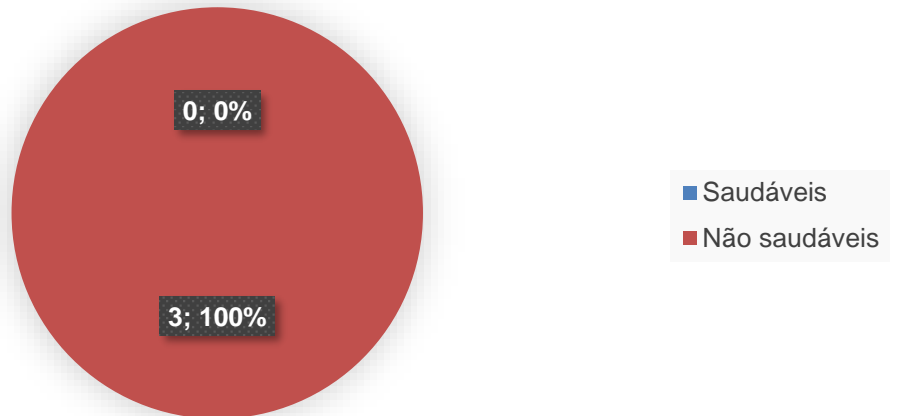
Os resultados foram subdivididos entre os escolares de idade não identificada (GRÁFICO 10). Entre os escolares de 7 anos (GRÁFICO 11). Entre os escolares de 8 anos (GRÁFICO 12). Entre os escolares de 9 anos (GRÁFICO 13). Por fim, entre os escolares de 11 anos (GRÁFICO 14).

GRÁFICO 10 - IDADE: NÃO IDENTIFICADO



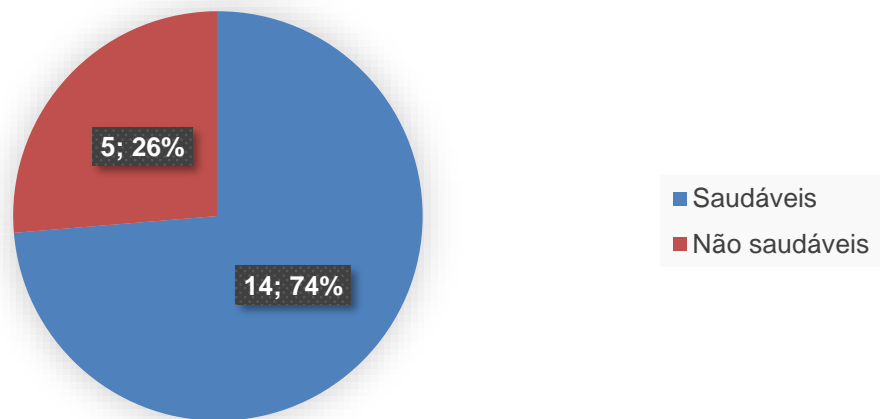
Fonte: Dados do questionário aplicado

GRÁFICO 11 - IDADE: 7 ANOS



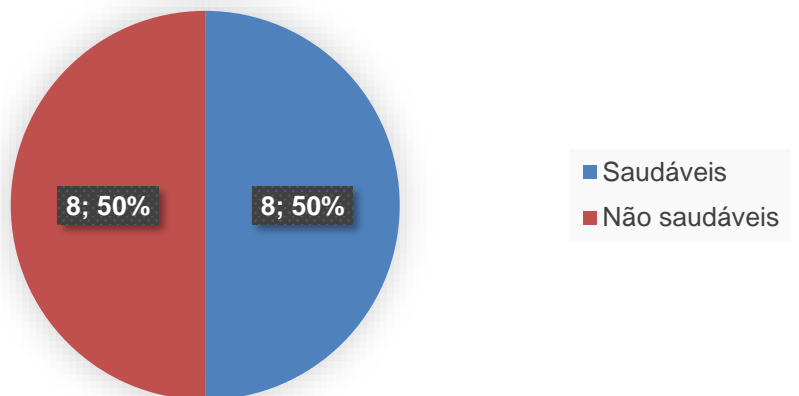
FONTE: Dados do questionário aplicado

GRÁFICO 12 - IDADE: 8 ANOS



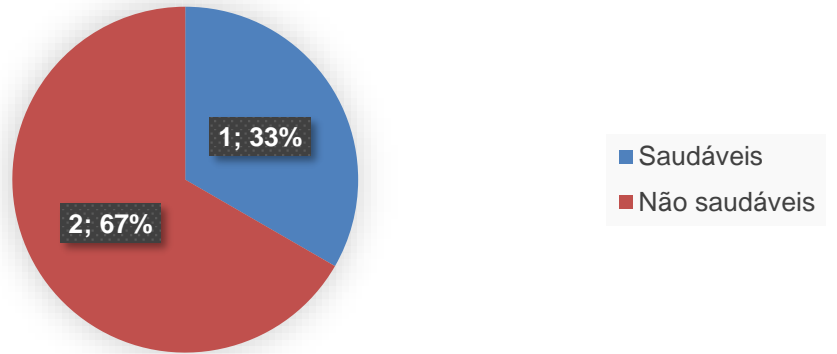
Fonte: Dados do questionário aplicado

GRÁFICO 13 - IDADE: 9 ANOS



FONTE: Dados do questionário aplicado

GRÁFICO 14 - IDADE: 11 ANOS

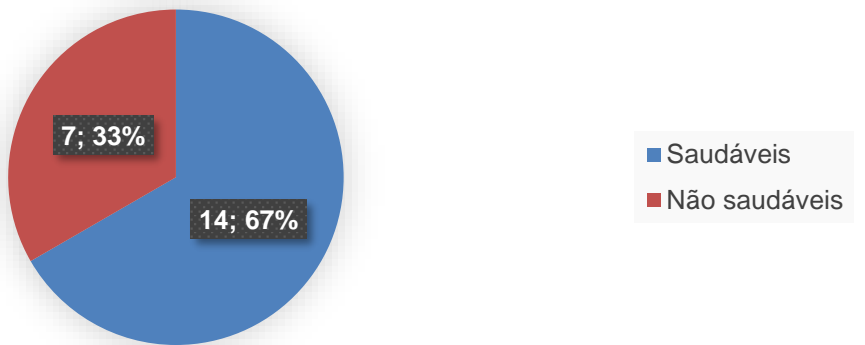


FONTE: Dados do questionário aplicado

7.8.2 Saudáveis e não saudáveis por ano escolar

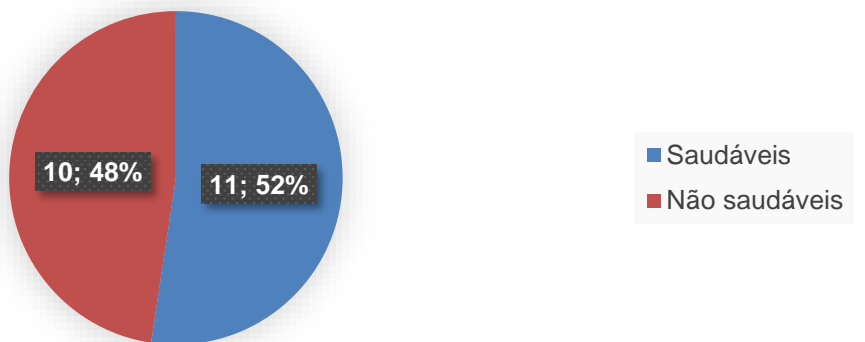
Foram subdividido entre os escolares do 3º ano (GRÁFICO 15) e entre os escolares do 4º ano (GRÁFICO 16).

GRÁFICO 15 - SAUDÁVEIS E NÃO SAUDÁVEIS NO 3º ANO ESCOLAR



FONTE: Dados do questionário aplicado

GRÁFICO 16 - SAUDÁVEIS E NÃO SAUDÁVEIS NO 4º ANO ESCOLAR

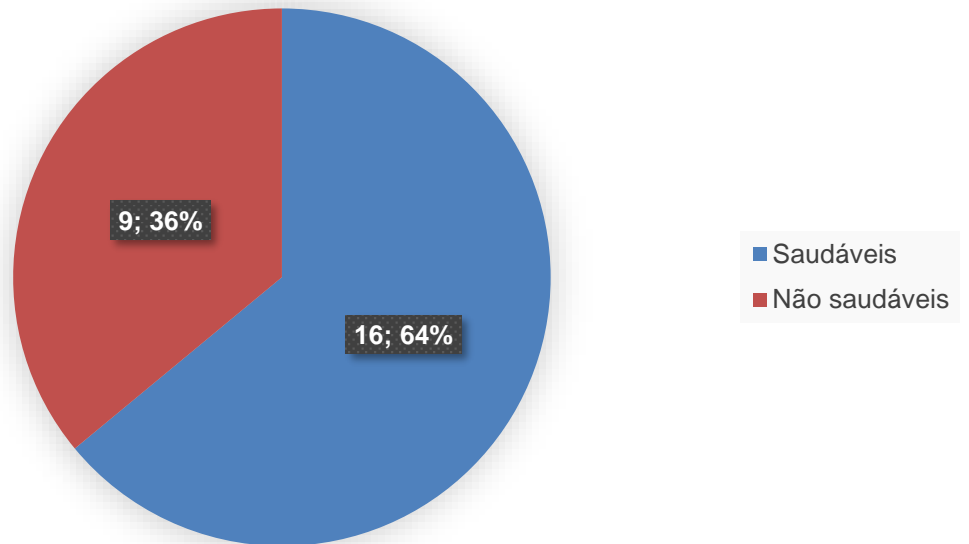


FONTE: Dados do questionário aplicado

7.8.3 Saudáveis e não saudáveis por gênero

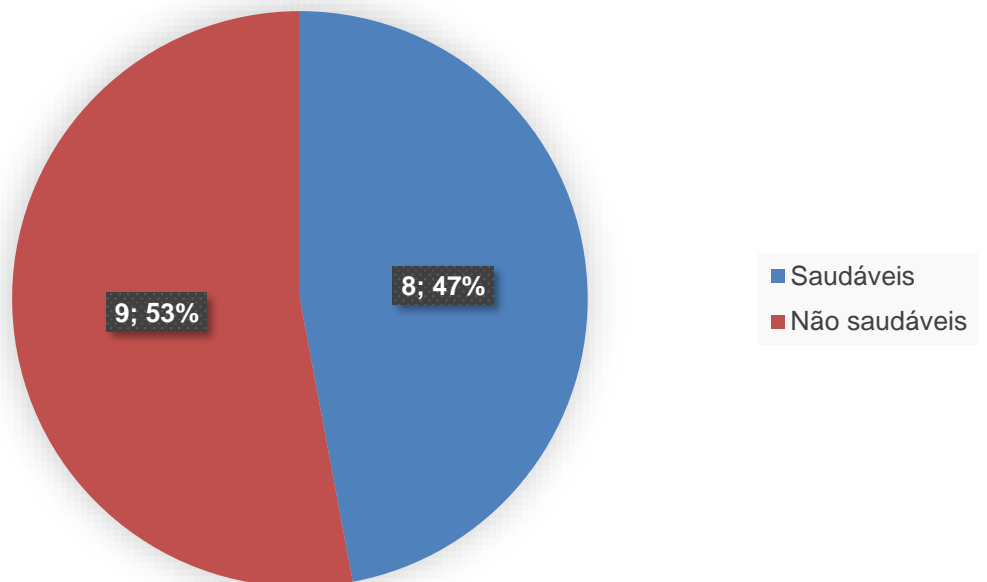
Foi subdividido entre os escolares do gênero masculino (GRÁFICO 17) e entre os escolares do gênero feminino (GRÁFICO 18).

GRÁFICO 17 - SAUDÁVEIS E NÃO SAUDÁVEIS: MASCULINO



FONTE: Dados do questionário aplicado

GRÁFICO 18 - SAUDÁVEIS E NÃO SAUDÁVEIS: FEMININO

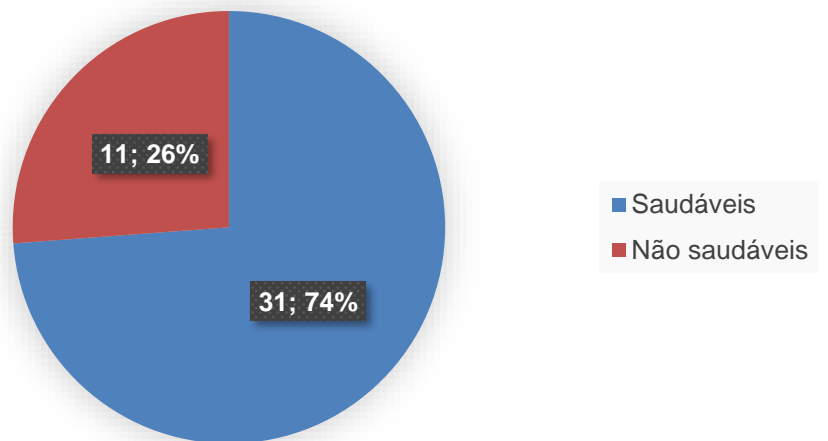


FONTE: Dados do questionário aplicado

7.8.4 Saudáveis e não saudáveis por grupos alimentares

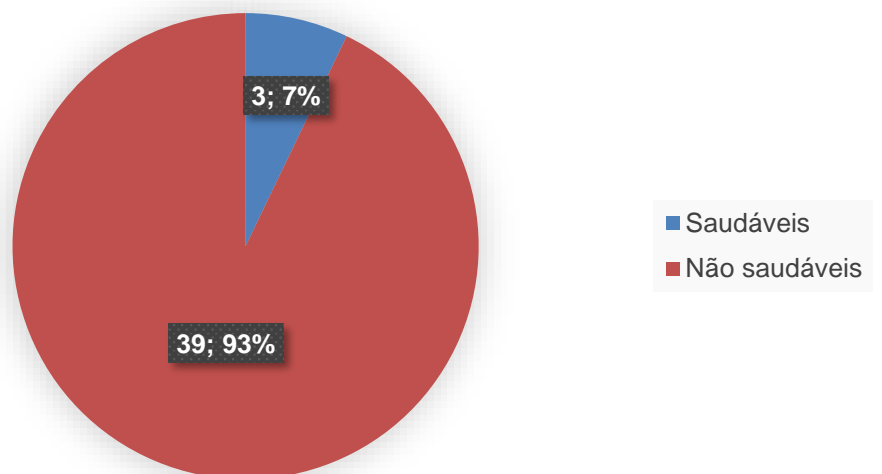
Foram subdividido entre os escolares no grupo alimentar dos cereais, tubérculos e raízes (GRÁFICO 19). Entre os escolares no grupo alimentar das frutas, legumes e verduras (GRÁFICO 20). Entre os escolares no grupo alimentar dos feijões e outros alimentos vegetais ricos em proteína (GRÁFICO 21). Entre os escolares no grupo alimentar do leite e derivados, carnes e ovos (GRÁFICO 22). Entre os escolares no grupo alimentar das gorduras, açúcares e sal (GRÁFICO 23). Entre os escolares no grupo alimentar da água (GRÁFICO 24).

GRÁFICO 19 - SAUDÁVEIS E NÃO SAUDÁVEIS: CEREAIS, TUBÉRCULOS E RAÍZES



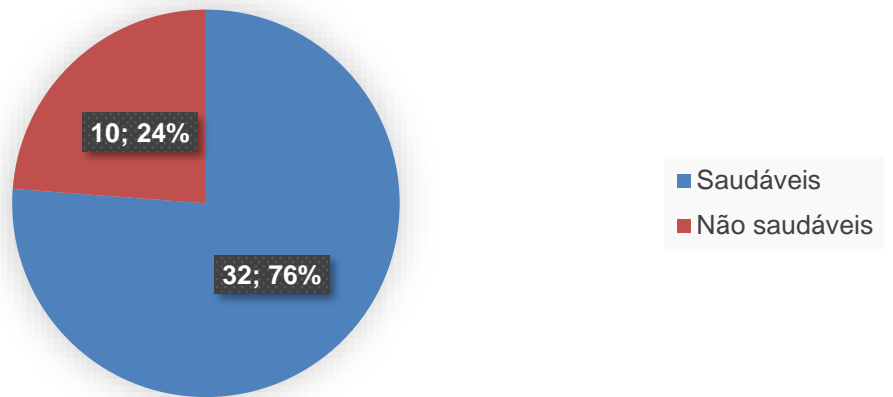
FONTE: Dados do questionário aplicado

GRÁFICO 20 - SAUDÁVEIS E NÃO SAUDÁVEIS: FRUTAS, LEGUMES E VERDURAS



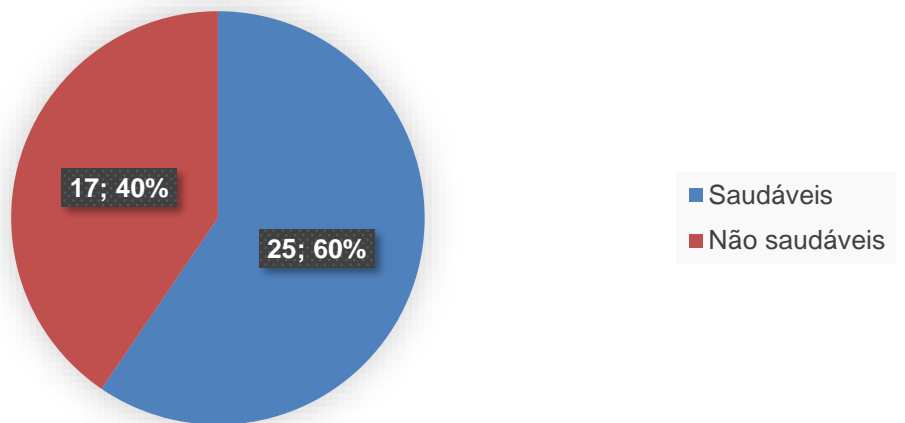
FONTE: Dados do questionário aplicado

GRÁFICO 21 - SAUDÁVEIS E NÃO SAUDÁVEIS: FEIJÕES E OUTROS ALIMENTOS VEGETAIS RICOS EM PROTEÍNA



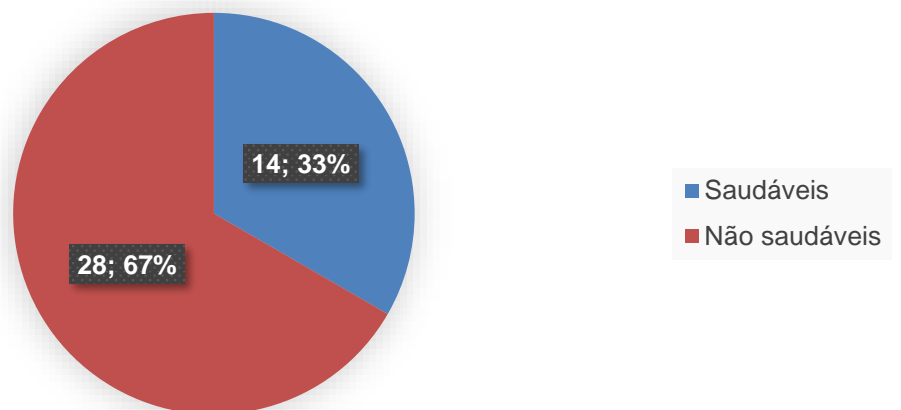
FONTE: Dados do questionário aplicado

GRÁFICO 22 - SAUDÁVEIS E NÃO SAUDÁVEIS: LEITE E DERIVADOS, CARNES E OVOS



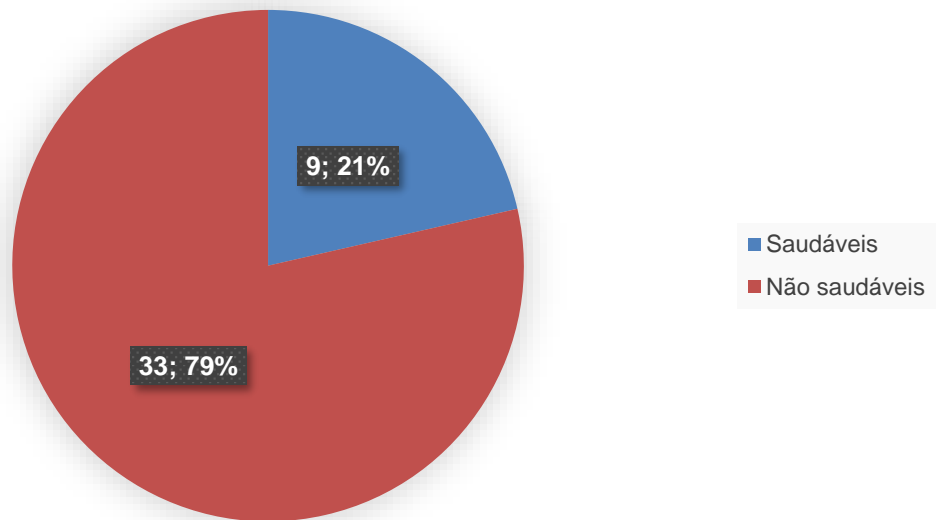
FONTE: Dados do questionário aplicado

GRÁFICO 23 - SAUDÁVEIS E NÃO SAUDÁVEIS: GORDURAS, AÇÚCARES E SAL



FONTE: Dados do questionário aplicado

GRÁFICO 24 - SAUDÁVEIS E NÃO SAUDÁVEIS: ÁGUA

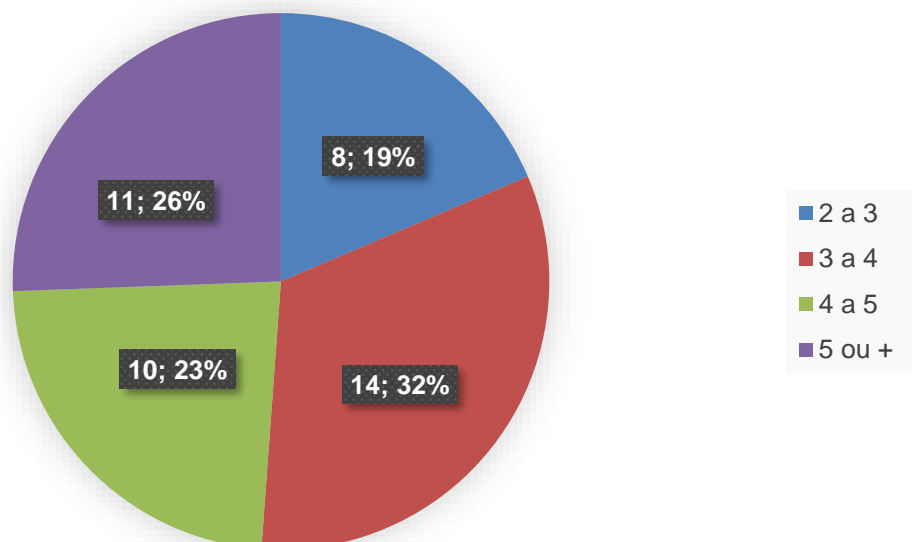


Fonte: Dados do questionário aplicado

7.9 REFEIÇÕES DIÁRIAS

De acordo com a pergunta 3 do questionário, foi levantado dados de quantas refeições os escolares realizavam diariamente (GRÁFICO 25).

GRÁFICO 25 - NÚMERO DE REFEIÇÕES DIÁRIAS



FONTE: Dados do questionário aplicado

8 DISCUSSÃO

A realização do questionário de modo individual, mas com todos da mesma turma numa única classe, acabou causando alguns debates e comentários na sala, sobre suas refeições, enquanto os mesmos escreviam. De forma que os escolares relembassem entre eles os alimentos que ingeriam diariamente.

Na apresentação e leitura de 2 questões do questionário, a questão 5 e a questão 7, nas quais eram alternativas, foi relatado para os escolares, que mesmo abaixo da questão possuindo em escrito as palavras: *Marcar apenas um oval*. Foi explicado e bem frisado que poderia marcar mais de um oval.

De todo modo, mesmo com o questionário apresentado pausadamente, esperando todos os escolares responderem para haver seu avanço, muitos alunos acabaram se confundindo e não respondendo corretamente todos os espaços pedidos. Levando a refletir que o questionário e o modo como foi preparado induziu ao erro dos escolares nesta faixa etária.

Pois mesmo com toda calma e planejamento na elaboração do questionário, no momento de aplicação do questionário, apenas 7 alunos conseguiram responder corretamente, sem qualquer erro.

Esses erros se mostram por diversos motivos observados, dois deles estão no próprio método de aplicação, uma vez que não houve um estudo piloto para o questionário. Caso houvesse, poderia obter maior quantidade de questionários respondidos corretamente, visando a necessidade de modificação da questão ou espaço designado para resposta no estudo piloto.

Outro motivo que poderia contribuir, é o acadêmico estar ao lado do escolar, lendo e explicando mais pausadamente, visto que até mesmo após o termino do questionário, houve um tempo para pensarem e escreverem mais sobre os alimentos e as suas refeições.

Enquanto não havia atingido os 50 minutos do tempo estipulados pela escola, muitos alunos logo começaram a entregar sem ter respondido algumas perguntas. De modo que após ser lembrado o esquecimento da questão e voltando a carteira para completar o questionário, já conteve uma maior quantia de questionários que foram utilizados.

Infelizmente, após acabar o tempo de 50 minutos, a coleta dos questionários teve que ser de certa forma rápida, não conseguindo dar muito atenção para questões esquecidas pelos escolares.

Após a coleta de dados, foi utilizado o Guia Alimentar para a População Brasileira do Ministério da Saúde (2008), para subdividir em grandes grupos alimentares e utilizado o Guia prático para Educadores: Alimentação em idade escolar do Ministério da Economia (Portugal, 2013) para medir o número de porções diárias. Já que os dois guias não possuem a mesma divisão de grupo alimentar.

Caso um grupo alimentar, segundo o Guia prático para Educadores: Alimentação em idade escolar do Ministério da Economia (Portugal, 2013) possui uma subdivisão a mais que o Guia Alimentar para a População Brasileira do Ministério da Saúde (2008), ela deveria ser reagrupada e os números de porções mínimas e máximas somadas, sendo utilizado como base o montante gerado.

Cada alimento relatado no questionário foi classificado por 1 ou mais grupos alimentares para classificar os escolares entre saudáveis e não saudáveis. De acordo com isso, após ler diversos artigos e guia nutricionais, não existe uma fórmula para caracterizar o escolar como saudável através de quais e quantos grupos alimentares, o escolar deve ingerir ou consegue consumir.

Entretanto, segundo dois guias, o Guia do Educador: promovendo a Educação alimentar e nutricional nas escolas da Prefeitura de Belo Horizonte (Brasil, 2013) e o Guia Alimentar para a População Brasileira do Ministério da Saúde (2008), ambos utilizam como base para um ser saudável, vários atributos baseados na alimentação. Podendo variar de sabores até cores, mas o mais propenso a ser utilizado como base principal para este trabalho, foi o atributo harmonia.

O Guia Alimentar para a População Brasileira do Ministério da Saúde (2008) relata que a alimentação saudável é estipulada por três alimentos básicos, sendo eles, alimentos com alta concentração de carboidratos, frutas, legumes, verduras e alimentos vegetais ricos em proteínas (GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRA DO MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2008 apud NATIONAL RESEARCH COUNCIL, 1989a; WORLD HEALTH ORGANIZATION, 1990b, 2003a; WORLD CANCER RESEARCH FUND, 1997; PAN AMERICAN HEALTH ORGANIZATION, 1998b; UNITED NATIONS ADMINISTRATIVE COORDINATING COMMITTEE, 2000).

Utilizando o Guia prático para Educadores: Alimentação em idade escolar do Ministério da Economia (Portugal, 2013), foi observado quantas porções diárias o escolar necessita em cada grupo alimentar para estar dentro do padrão recomendado.

Foi entrelaçando ambos os guias, que foi possível caracterizar um ser saudável e não saudável, de modo que se os escolares atingissem 3 dos 6 grupos alimentares, já estariam sendo caracterizados como saudáveis, independentemente da super ingestão de algum outro grupo alimentar.

De acordo com a pesquisa analisada por Menezes, Meirellest e Weffort (2011), o orçamento familiar de 1974 foi estudado e comparado com o de 2002/2003, constatando numa redução na ingestão de arroz em cerca de 20%, na de feijões em cerca de 30%, na de raízes e tubérculos em cerca de 30%, na de peixes em cerca de 50% e na de ovos em cerca de 84%.

De acordo com os dados coletados, foi demonstrado que a ingestão de arroz, feijões, raízes e tubérculos possuíram resultados bem positivos no almoço, porém, os escolares demonstraram uma diminuição bem grande desses alimentos no período do jantar, sendo facilmente trocado por algum alimento não muito nutritivo.

Consistindo no outro fator observado por Menezes, Meirellest e Weffort (2011), que relata sobre o aumento na ingestão de embutidos vem crescendo cerca de 300%, nas refeições prontas vem crescendo cerca de 80% e nos biscoitos mais de 400% já aumentaram.

Peixes e ovos foram os itens referentes a proteína que menos aparecem na pesquisa realizada, mostrando que desde 2002/2003 o uso desses utensílios foram diminuindo gradativamente.

De acordo com os resultados obtidos, os escolares de 7 anos não possuem maturação suficiente para lembrar de todas as suas refeições diárias ou alimentos ingeridos nos mesmos. Entretanto, isto já muda a partir dos 8 anos onde há uma progressão, contendo 74% de escolares saudáveis nessa faixa etária.

Já com 9 anos, os escolares possuem 50% de escolares saudáveis e 50% de escolares não saudáveis, havendo um declínio nessa faixa etária, entretanto não chega a ser negativo.

Todavia, os escolares de 11 anos não desempenham os mesmos resultados, havendo uma queda significativa, contendo apenas 33% de escolares saudáveis, o Ministério da Educação (Brasil, 2009) tenta explica isso com o fator do começo da independência alimentar do escolar, por volta dessa faixa etária.

Logo, segundo Laroça e Camargo (2016), tenta explicar esse fato, visando que a alimentação dos escolares possui tendência a consumir alimentos industrializados, já que é relatado uma dificuldade até dos escolares mais velhos focando na consuma do seu próprio alimento de modo saudável.

De acordo com Laroça e Camargo (2016), como os alimentos são fontes de energia para a realização de atividades diárias, incluindo as físicas. A má alimentação ou alimentação não saudável, atribui malefícios em alguma das atividades ao decorrer do dia, afetando principalmente a força e/ou disposição para realizar as suas práticas. De modo que mesmo não afetando nas atividades do dia a dia quanto escolar, chega a ser prejudicial ao comportamento das funções vitais do organismo. Podendo afetar a curta ou longa data nas práticas físicas, acarretando ainda mais malefícios a saúde.

Isto refletiu nos resultados, demonstrando tanto pela caracterização de cada idade quanto refletindo no ano escolar que os escolares estavam inseridos. Logo que o 3º ano possuía muitos mais escolares saudáveis do que não saudáveis, já no 4º ano, os não saudáveis com 52%.

A diferença não estava apenas na idade ou ano escolar, mas refletia muito no aspecto de gênero. Enquanto os meninos possuíam um número superior de saudáveis havendo cerca de 64%, o lado feminino possuía um número superior referente aos escolares não saudáveis com 53%.

Conforme o Guia Alimentar para a População Brasileira do Ministério da Saúde (2008), o grupo de cereais, tubérculos e raízes, são as mais importantes fontes de energia e o principal componente da maioria das refeições, sendo alimentos ricos em carboidratos, garantindo cerca de 45% a 65% de energia total diária.

Mesmo sendo de extrema importância esse grupo alimentar, de acordo, com o Guia Alimentar para a População Brasileira do Ministério da Saúde (2008), a sua presença diária vem diminuindo desde 1974 no qual condizia a 42,1% e em 2003 era de 38,7% e para atender à necessidade básica correspondente a 45%, o consumo deve ser aumentado perto dos 20%.

Algo que não compactua com a pesquisa realizada, já que 31 escolares (74%) que correspondem ao Guia prático para Educadores: Alimentação em idade escolar do Ministério da Economia (Portugal, 2013), no qual recomenda cerca de 4 a 11 porções diárias, pois fornece energia para nosso organismo e para atividades diárias como correr, saltar e estudar. De modo que estes alimentos devam aparecer em todas as refeições do dia.

Entretanto, em relação as frutas, legumes e verduras, segundo o Guia prático para Educadores: Alimentação em idade escolar do Ministério da Economia (Portugal, 2013), que recomendava 6 a 10 porções diárias, apenas 3 escolares atingem a recomendação. Algo que deve ser alterado já que a fruta é um alimento facilmente incluído, pelo fato de poder estar no café da manhã, complemento de uma merenda e como sobremesa.

Segundo o Guia Alimentar para a População Brasileira do Ministério da Saúde (2008), isto foi caracterizado, por esses grupos de alimentos possuírem um custo mais alto em relação aos outros alimentos vegetais, considerando o índice custo/caloria.

Mesmo valendo a alimentação desse grupo alimentar, pois segundo o Guia Alimentar para a População Brasileira do Ministério da Saúde (2008), esse grupo é abundante em vitaminas, minerais e fibras e devem estar em todas refeições do dia, podendo estar no café da manhã, complemento de uma merenda e como sobremesa, pois ajudam para a proteção à saúde e diminuição do risco de ocorrência de várias doenças.

É importante diversificar o consumo desses grupos de alimentos nas diferentes refeições do dia e da semana, pelo fato de diferentes modos de preparo desses alimentos, além de valorizar o sabor.

Decorrente das informações prestadas, o Guia Alimentar para a População Brasileira do Ministério da Saúde (2008), as leguminosas providas dos feijões garantiam, no mínimo, 5% do total de energia diária.

Mesmo possuindo o feijão no prato típico brasileiro e estando dentro da faixa recomendada e metade da ingestão no dia a dia deva ser de origem vegetal, não contendo nenhuma inconveniência para a saúde caso ultrapasse essa quantidade. Entre os anos de 1974 e 2003, a participação dos feijões e outras leguminosas no total energético obteve uma decaída de 31% (GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRO DO MINISTÉRIO DA SAÚDE 2008 apud INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA, 2004).

Algo que foi contraditório nos resultados da pesquisa realizada, já que 32 escolares, estavam que acordo com o Guia prático para Educadores: Alimentação em idade escolar do Ministério da Economia (Portugal, 2013), que recomenda de 1 a 2 porções diárias. Beneficiando os escolares, já que a sua deficiência pode afeta o humor, a concentração, a atenção, o crescimento e a capacidade de aprendizagem.

Utilizando o Guia Alimentar para a População Brasileira do Ministério da Saúde (2008), é relatado que o leite e seus derivados, principais fontes de cálcio, é essencial para a formação e manutenção da massa óssea. É recomendável, que os leites e seus derivados não sejam ingeridos nas refeições do almoço e do jantar, pelo fato do cálcio interferir, na absorção do ferro de origem vegetal e mutuamente ao contrário.

Em face aos dados apresentados, os escolares possuem uma boa demanda de cálcio na alimentação diária, já que o leite foi relatado 46 vezes. Sendo respeitado o seu consumo apenas no café da manhã e no café da tarde, sendo nulo o consumo de leites e derivados no almoço e praticamente mínimo no jantar/lanche noturno.

De acordo com o Guia Alimentar para a População Brasileira do Ministério da Saúde (2008), ao contrário dos outros alimentos desse grupo alimentar, as carnes, estão em constante crescimento. Em 1974, o uso de carnes, de leite e derivados resultava em 14,9% do consumo energético diário das famílias brasileiras, já em 2003, chegou à participação de 21,2%.

O Guia prático para Educadores: Alimentação em idade escolar do Ministério da Economia (Portugal, 2013), recomenda de 4 a 7 porções diariamente desse grupo alimentar e 25 escolares corresponderam com está perspectiva.

Seguindo a base no Guia prático para Educadores: Alimentação em idade escolar do Ministério da Economia (Portugal, 2013), o pescado é necessário que seja ingerido com certa frequência, pois fornece vitamina D, importante para os ossos e dentes, porém, nem sempre é bem-aceito pelas crianças, podendo acarretar no atraso do crescimento, redução do apetite, diminuir o sentido do paladar e dificultar a cicatrização. Por exemplo, no total de 42 escolares, apenas 1 relatou que come peixe durante a semana, sendo extremamente esquecido pela população.

O Guia prático para Educadores: Alimentação em idade escolar do Ministério da Economia (Portugal, 2013), é recomendado de uma a três porções diárias de gorduras e óleo. Esse grupo fornece lipídios, gorduras e algumas vitaminas, essenciais para o bom funcionamento do organismo, mas deve possuir cuidado para não exceder no seu consumo, pois contribui para o aumento de peso.

Algo não muito levado a sério pela família e pelos escolares, já que dos dados coletados, 14 escolares se mantêm saudáveis nesse grupo alimentar, utilizando as porções corretas de gorduras e óleos durante o dia a dia.

Mesmo a água, o alimento que todos ingerimos diariamente, o nutriente essencial à vida e inevitável, segundo o Guia Alimentar para a População Brasileira do Ministério da Saúde (2008). Apenas 9 escolares são hidratados ao longo do dia todo, já que o Guia prático para Educadores: Alimentação em idade escolar do Ministério da Economia (Portugal, 2013), na idade escolar é recomendado cerca de 1,5 litros a 3 litros por dia de água, podendo ser através de chá, suco e café.

O Guia Alimentar para a População Brasileira do Ministério da Saúde (2008), recomenda de preferência, o consumo de água nos intervalos das refeições, pois todos os sistemas e órgãos do corpo utilizam água. Essencial para regular muitos cargos vitais do organismo, como a regulação da temperatura, participar do transporte de nutrientes e de eliminar substâncias tóxicas ou que não favorecem o organismo, do processo digestivo, respiratório, cardiovascular e renal.

O corpo humano, tem como proporção de água, o volume de gordura orgânica, havendo variância de 60% nos homens e dentro de 50% a 55% nas mulheres. Sendo facilmente encontrado uma deficiência, pois uma variação de 1% de hidratação, já acarreta na mostra de sintomas de desidratação (GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRA DO MINISTÉRIO DA SAÚDE 2008 apud ASTRAND et al., 1970).

Utilizando os resultados analisados, 3 dos grupos alimentares possuíam escolares com sua maioria dentro das recomendações, enquanto os outros 3 grupos possuíam escolares fora das recomendações, segundo o Guia prático para Educadores: Alimentação em idade escolar do Ministério da Economia (Portugal, 2013).

Outro fator analisado, foi quantas refeições os escolares realizavam durante o dia, o Guia prático para Educadores: Alimentação em idade escolar do Ministério da Economia (Portugal, 2013), recomenda que o ser humano deva consumir de 5 a 6 refeições por dia, não ultrapassando um intervalo maior que três horas e meia, estimulando a criança se alimentar em todas as refeições durante o dia desde pequeno, adquirindo consciência de realizar várias refeições por dia, não saltando nenhuma refeição. Sendo essencial desde o café da manhã, que é a primeira refeição do dia, já que a criança está de um jejum de, pelo menos, seis horas, por ter acabado de acordar, tornando-se uma das refeições mais importantes do dia, garantindo que o dia inicie com energia total, fundamental para o bom desempenho do organismo, a

falta do café da manhã, é associada à falta de atenção e concentração das crianças na escola.

Pelo resultado, os escolares apresentaram uma boa alimentação durante o dia, com 11 escolares realizando 5 ou mais refeições e 9 escolares realizavam de 4 à 5 refeições. Além de que apenas 1 escolar não se alimentava durante o café da manhã e nenhum escolar realizava apenas 2 refeições ao decorrer do dia.

Outros dados importantes, são referentes aos gráficos sobre os alimentos mais destacados em cada refeição e em geral. Do gráfico 4 até o gráfico 8 apenas no gráfico 5 que relata sobre o almoço que o suco não é destaque.

Já em comparação o gráfico 4 com o gráfico 6, há uma inversão da proporção do suco no café da tarde com o achocolatado no café da manhã.

9 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com os resultados classificando 24 escolares saudáveis e 18 escolares não saudáveis, o resultado foi bem positivo. Obtendo como perfil alimentar dos escolares como satisfatório. Visando o mínimo auxílio fornecido aos escolares na hora que estavam respondendo o questionário. Além de conseguir analisar positivamente perfis alimentares de escolares do 3º e 4º de uma escola pública do município de Curitiba/PR, utilizando como base a perspectiva de grupos alimentares e alimentação saudável.

De certa forma já ficou clara a facilitação do papel do professor de escola pública no momento de montar um plano de aula. Logo que os escolares possuem 31 escolares (74%) com porções certas para o dia a dia no grupo de cereais, tubérculos e raízes, principal grupo alimentar que fornece carboidrato. Sem contar os alunos que acabaram ultrapassando o número limite de porções, ou seja, o professor pode elaborar atividades de qualquer intensidade, sem se preocupar com a energia dos escolares para as demais atividades do dia a dia, como estudar.

Entretanto, demonstra que há muito para melhorar nos hábitos alimentares de alguns escolares do 3º e 4º ano. Conforme o número de 33 escolares (79%) que compactuam com o grupo de não saudáveis em relação ao grupo alimentar da água. Não absorvendo líquidos suficiente durante as refeições para atingir a média diária.

Caso venha a continuar desse modo, alguns dos escolares podem enfrentar severas doenças no futuro, caso não mudem seus hábitos. Pois nesta pesquisa

muitos aspectos não foram levados em consideração, como o modo de preparo e nem o tempero utilizado em cada alimento, podendo agravar a situação ainda mais.

Podendo vir da própria escola uma campanha para que os escolares tomem mais água durante o período que estiver na escola de início, até se tornar hábito.

Pois, apesar de tudo, os escolares não refletem fielmente o que comem diariamente, muitas vezes esquecendo alimentos ou até mesmo os confundindo.

Na pesquisa realizada com os escolares, foi questionado várias questões referentes aos seus hábitos alimentares que não influenciaram diretamente no objetivo geral e nos objetivos específicos. Entretanto, mostram adendos e questões que podem ser consideradas para um trabalho futuro. Além da metodologia aplicada, referente a como os alunos responderam o questionário poderia mudar, com mais liberdade e com acompanhamento pessoal e mais próximo.

Podendo se tornar ainda mais enriquecedor, caso houvesse o retorno a escola para aplicação de um novo questionário com o mesmo anos de ensino que foi aplicado. Para que naquela escola e/ou região tornasse um referencial de como está o perfil alimentar daqueles anos. Sendo uma das idades que mais há modificação no desenvolvimento motor e intelectual do escolar que aquela escola pública possa ofertar.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Sebastião; NASCIMENTO, Paula; QUAIOTI, Teresa apud DA SILVA; MALINA. **Quantidade e qualidade de produtos alimentícios anunciados na televisão brasileira**. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89102002000300016&lng=en&nrm=iso&tlng=pt. Acesso em: 15 dez. 2019.

ALVARENGA, Gabriel. **A importância dos nutrientes para uma vida saudável, Manuais, Projetos, Pesquisas de Nutrição**. RIO DE JANEIRO, 2011. 3p. Disponível em: https://www.foreverliving.com.br/arqs/downloads/detalhe_1224594990_flp_cartilha_nutricao_20071214_web.pdf. Acesso em: 10 nov. 2019.

BENZECRY, Silvana; MELLO, Elza; ESCRIVÃO, Maria. **Manual de orientação do departamento de nutrologia: alimentação do lactente ao adolescente, alimentação na escola, alimentação saudável e vínculo mãe-filho, alimentação saudável e prevenção de doenças, segurança alimentar**. Rio de Janeiro, 2012. Disponível em: https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/pdfs/14617a-PDManualNutrologia-Alimentacao.pdf. Acesso em: 9 nov. 2019.

BRASIL. MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO. **Alimentação e nutrição no Brasil**. BRASÍLIA: Distrito Federal, 2009. Disponível em: http://redeetec.mec.gov.br/images/stories/pdf/eixo_social/alimentacao_escolar/240912_alim_escolar_alimentacao_e_nutricao_no_brasil.pdf. Acesso em: 10 nov. 2019.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Guia Alimentar para a População Brasileira**. BRASÍLIA: Distrito Federal, 2008. Disponível em: http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2008.pdf. Acesso em: 10 nov. 2019.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE apud ASTRAND. **Guia Alimentar para a População Brasileira**. BRASÍLIA: Distrito Federal, 2008. Disponível em: http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2008.pdf. Acesso em: 10 nov. 2019.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE apud INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Guia Alimentar para a População Brasileira**. BRASÍLIA: Distrito Federal, 2008. Disponível em: http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2008.pdf. Acesso em: 10 nov. 2019.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE apud NATIONAL RESEARCH COUNCIL; WORLD HEALTH ORGANIZATION; WORLD CANCER RESEARCH FUND; PAN AMERICAN HEALTH ORGANIZATION; UNITED NATIONS ADMINISTRATIVE COORDINATING COMMITTEE. **Guia Alimentar para a População Brasileira**. BRASÍLIA: Distrito Federal, 2008. Disponível em: http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2008.pdf. Acesso em: 10 nov. 2019.

BRASIL. PREFEITURA DE BELO HORIZONTE. **GUIA DO EDUCADOR: promovendo a educação alimentar e nutricional nas escolas**. MINAS GERAIS: Belo Horizonte, 2013. Disponível em: https://prefeitura.pbh.gov.br/sites/default/files/estrutura-de-governo/smasac/2018/documentos/guia_do_educador_pdf_versao_site.pdf. Acesso em: 10 nov. 2019.

CONSELHO NACIONAL DE SAÚDE. Res. n. 408, 11.12.2008. Disponível em: http://portal.anvisa.gov.br/documents/33916/388704/Resolucao_408_2008.pdf/4b0e7f7c-18a7-47d5-9cb2-caf4babea7f8. Acesso em: 10 dez. 2019.

CUNHA; Luana Francieli da apud GOUVÊA. **A Importância de uma Alimentação adequada na Educação Infantil**. Ibaiti, 2014. Disponível em: http://repositorio.roca.utfpr.edu.br/jspui/bitstream/1/3507/1/MD_ENSCIE_IV_2014_57.pdf. Acesso: 12 dez. 2019.

DESSEN, Maria; POLONIA, Ana apud KREPPNER. **A Família e a Escola como contextos de desenvolvimento humano**. Brasília, 2017. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/paideia/v17n36/v17n36a03.pdf>. Acesso em 8 nov. 2019.

D'AQUINO, Lúcia. **A publicidade abusiva dirigida ao público infantil**. PARANÁ: Foz do Iguaçu, 2016. Disponível em: http://www.mpsp.mp.br/portal/page/portal/documentacao_e_divulgacao/doc_biblioteca/bibli_servicos_produtos/bibli_boletim/bibli_bol_2006/RDCons_n.106.04.PDF. Acesso em: 10 nov. 2019.

DISTRITO FEDERAL. Câmara dos Deputados. Projeto de Lei 5921/2001. Acrescenta parágrafo ao art. 37, da Lei nº 8.078, de 11 de setembro de 1990, que dispõe sobre a proteção do consumidor e dá outras providências. Disponível em: <https://www.camara.leg.br/proposicoesWeb/fichadetramitacao?idProposicao=43201>. Acesso em: 10 dez. 2019.

KRAEMER et al., apud CARVALHO et al. **O discurso sobre a alimentação saudável**. Rio de Janeiro, 2014. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/physis/v24n4/0103-7331-physis-24-04-01337.pdf>. Acesso em: 10 dez. 2019.

KRAEMER et al., apud LUZ. **O discurso sobre a alimentação saudável**. Rio de Janeiro, 2014. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/physis/v24n4/0103-7331-physis-24-04-01337.pdf>. Acesso em: 10 dez. 2019.

LAROCA, Rafaela; CAMARGO, Akemi. **ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL: importância também na adolescência**. In: Paraná. Secretaria de Estado da Educação. Os desafios da escola pública paranaense na perspectiva do professor PDE, 2016. Disponível em: http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/portals/cadernospede/pdebusca/producoes_pde/2016/2016_artigo_cien_uepg_rafaelalaroca.pdf. Acesso em: 10 dez. 2019.

LAZZOLI et al. **Atividade física e saúde na infância e adolescência**. Curitiba, 1998. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbme/v4n4/a02v4n4.pdf>. Acesso em: 10 dez. 2019.

MARTINEZ, Sílvia apud WORLD HEALTH ORGANIZATION. **A nutrição e a alimentação como pilares dos programas de promoção da saúde e qualidade de vida nas organizações**. São Paulo, 2013. Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/artigos/mundo_saude/nutricao_alimentacao_pilares_programas_promocao.pdf. Acesso em: 10 dez. 2019.

MENEZES, Luciana; MEIRELLEST, Marcelo; WEFFORT, Virgínia. **A alimentação na infância e adolescência: uma revisão bibliográfica**. Minas Gerais, 2011. Disponível em: <http://rmmg.org/exportar-pdf/863/v21n3s1a26.pdf>. Acesso em: 10 nov. 2019.

PORTUGAL. MINISTÉRIO DA ECONOMIA. **Guia prático para educadores: Alimentação em idade escolar**. LISBOA, 2013. Disponível em: http://www.educacao.cm-oeiras.pt/refeitorios/Documents/Guia_Educadores_Alimentacao_Idade_Escolar.pdf. Acesso em: 10 nov. 2019.

PIMENTA, Dênia; MASSON, Daniela; BUENO, Milena apud RAMOS; STEIN. **Análise das propagandas de alimentos veiculadas na televisão durante a programação voltada ao público infantil**. São Paulo, 2011. Disponível em: https://www.unip.br/presencial/comunicacao/publicacoes/ics/edicoes/2011/01_jan-mar/V29_n1_2011_p52-55.pdf. Acesso em: 11 nov. 2019.

PIMENTA, Dênia; MASSON, Daniela; BUENO, Milena. **Análise das propagandas de alimentos veiculadas na televisão durante a programação voltada ao público infantil**. São Paulo, 2011. Disponível em: https://www.unip.br/presencial/comunicacao/publicacoes/ics/edicoes/2011/01_jan-mar/V29_n1_2011_p52-55.pdf. Acesso em: 11 nov. 2019.

SILVA; Cleliani de Cassia apud DEVINCENZI et al. **Alimentação, Atividade Física e Qualidade de Vida dos Escolares do Município de Vinhedo/SP**. Campinas, 2019. Disponível em: <http://www.bibliotecadigital.unicamp.br/document/?down=000468112>. Acesso em: 15 dez. 2019.

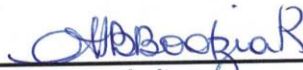
SOUSA; Priscilla Maria Oliveira de apud MS. **Alimentação do Pré-escolar e Escolar e as Estratégias de Educação Nutricional**. BRASÍLIA: Distrito Federal, 2006. Disponível em: https://www.bdm.unb.br/bitstream/10483/477/1/2006_PriscillaMariaOliveiraSousa.pdf. Acesso em: 15 dez. 2019.

ANEXO 1 - AUTORIZAÇÃO

AUTORIZAÇÃO

Eu como diretora da Escola que disponibilizou a aplicação do questionário, autorizo o graduando Robson Luiz Miquiline, estudante da Faculdade de Educação Física da Universidade Federal do Paraná, a utilizar as informações pelos alunos prestadas, para a elaboração de seu Trabalho de Conclusão de Curso, que tem como título COLETA, CLASSIFICAÇÃO E ANÁLISE DE DADOS DE GRUPOS ALIMENTARES RELATADOS POR ESCOLARES DO 3º E 4º ANO DE UMA ESCOLA PÚBLICA DO MUNICÍPIO DE CURITIBA e está sendo orientado pela Profª. Dr.(a.) Maria Gisele dos Santos.

Curitiba, 15 de abril de 2019.



Assinatura da diretora



Maria Lucimaria B. Bodziak
Diretora
Decreto 26/2018

ANEXO 2 - QUESTIONÁRIO

Hábitos Alimentares

1. Idade e Turma:

2. Você é...

Marcar apenas uma oval.

Menino

Menina

3. Quantas refeições você faz ao longo do dia? (Incluindo de pequenos lanches à grandes refeições)

Marcar apenas uma oval.

2 à 3 refeições

3 à 4 refeições

4 à 5 refeições

5 ou mais refeições

4. Quais refeições você faz? Cite todas! Exemplos: Café da manhã, lanche do intervalo da manhã, almoço e etc...

5. No almoço é de costume comer comida caseira (comida feita em casa no fogão) ou de restaurantes?

Marcar apenas uma oval.

Comida caseira (Comida feita em casa no fogão)

Comida de restaurante

Outro: _____

6. Cite como é um almoço normal seu:

7. Quando sente sede em casa costuma tomar:

Marcar apenas uma oval.

- Água
- Suco
- Refrigerante
- Outro: _____

8. Pratica a ação de comer ou beber algo no café da manhã ou da tarde?

9. Comer muito é ser saudável?

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não

10. Descreva sua janta ou alimentação noturna:

11. Você pratica alguma atividade física, além das aulas de Educação Física?

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não

12. Você sabe o que é diabetes?

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não

13. Você conhece alguém na sua família que possua diabetes?

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não
-
-

ANEXO 3 - QUADRO: DEFINIÇÃO DAS QUESTÕES DO QUESTIONÁRIO

QUADRO 2: DEFINIÇÃO DAS QUESTÕES DO QUESTIONÁRIO

Questões do questionário (13)		
Questões objetivas (6)	Questões com 2 alternativas (5)	Questões apenas com “Sim” ou “Não” sobre saúde (2)
		Questões apenas com “Sim” ou “Não” sobre diabetes (2)
		Questão sobre gênero (1)
	Questões com múltipla escolha (1)	Questão sobre a alimentação diária (1)
Questões descritivas (5)	Questões com resposta longa (4)	Questões sobre grandes refeições (3)
		Questão sobre alimentação diária (1)
	Questões com resposta curta (1)	Questão sobre a identificação (1)
Questões de caixa aberta (2)	Questões com 2 opções e “outros” (1)	Questão sobre o local da alimentação (1)
	Questões com 3 opções e “outros” (1)	Questão sobre as bebidas (1)

FONTE: Dados do questionário aplicado

ANEXO 4 - ESCOLAR COM AUTISMO

Hábitos Alimentares

1. Idade e Turma:

8 II

2. Você é...

Marcar apenas uma oval.

- Menino
 Menina

3. Quantas refeições você faz ao longo do dia? (Incluindo de pequenos lanches à grandes refeições)

Marcar apenas uma oval.

- 2 à 3 refeições
 3 à 4 refeições
 4 à 5 refeições
 5 ou mais refeições

4. Quais refeições você faz? Cite todas! Exemplos: Café da manhã, lanche do intervalo da manhã, almoço e etc...

CAEL DA TANA
 ALMOÇO
 LANCHE EFACUA
 JATUA
 GIA

5. No almoço é de costume comer comida caseira (comida feita em casa no fogão) ou de restaurantes?

Marcar apenas uma oval.

- Comida caseira (Comida feita em casa no fogão)
 Comida de restaurante
 Outro: AVES

6. Cite como é um almoço normal seu:

A RORIS FEGOLANELIGI SALPATETRA
 SUCO
 GATI
 POBLA

ANEXO 5 - QUADRO: AGRUPAMENTO E FREQUÊNCIA DE PALAVRAS ERRADAS

QUADRO 3: AGRUPAMENTO E FREQUÊNCIA DE PALAVRAS ERRADAS

Termo	Frequência					
	1x	2x	3x	4x	10x	15x
Água	Aguá; Agua					
Chá	Chã; xá; cha;					
Cereal	Sereal					
Doce	Dosinho					
Bolacha	Bolasa					
Kiwi	Kivi					
Cenoura	Cenoula					
Mandioca	Manbioca					
Pimenta	Pimeta					
Patê	Pate					
Ovo cozido	Ovo cosido					
Batata palha	Btata palha					
Miojo	Miogo					
Hambúrguer	Hamburguer					
Pizza	Pifissa					
Frango	Framgo					
Carne	Carme					
Salgado	Saugado					
Salgadinho	Saugadinho; salgadinho					
Couve-flor	Cove					
Leite	Laite					
logurte	Yourgurt					
Feijão	Jão; feijão; vegão; feijo; feivão; feija; fijão;	Feijão				
Café da tarde	Café da tara	Café da tarde				
Maçã	Maçan	Maça				
Sobremesa	Sobri messa; sobremesa		Sobrimesa			
Almoço	Aumosso; amoço		Almoso			

Café da manhã	Café da manhã; café da manha; cafe da manhan;	Cafe da manhã; café da manha;	Café da manha			
Arroz	Aroiss	Arozz; arros		Aroz		
Macarrão	Marrão		Macarão			
Nescau	Nescao; nescaul;			Nescal		
Café	Cafê; cave;			Cafe		
Refrigerante	Refi; coca; Coca- Cola;				Refri	
Alface	Alfase; auface; sala;					Salada

FONTE: Dados do questionário aplicado

ANEXO 6 - QUADRO: DIVISÃO POR GRUPOS ALIMENTARES NO CAFÉ DA MANHÃ

QUADRO 4: DIVISÃO POR GRUPOS ALIMENTARES NO CAFÉ DA MANHÃ

Café da manhã						
Número Escolar	Cereais, tubérculos e raízes	Frutas, legumes e verduras	Feijões e outros alimentos vegetais ricos em proteína	Leite e derivados, carnes e ovos	Gorduras, açúcares e sal	Água
Escolar 1	1	0	0	2	1	2
Escolar 2	0	0	0	1	0	0
Escolar 3	1	0	0	0	1	1
Escolar 4	3	0	0	0	2	2
Escolar 5	4	0	0	2	2	0
Escolar 6	2	0	0	5	0	1
Escolar 7	1	0	0	1	0	2
Escolar 8	2	1	0	2	1	2
Escolar 9	2	0	0	1	1	3
Escolar 10	3	0	0	0	2	2
Escolar 11	2	0	0	0	1	1
Escolar 12	4	0	0	0	3	2
Escolar 13	2	0	0	2	4	0
Escolar 14	1	0	0	1	1	0
Escolar 15	2	0	0	2	1	1
Escolar 16	3	1	0	1	3	2
Escolar 17	1	0	0	1	0	1
Escolar 18	2	0	0	0	3	0
Escolar 19	2	0	0	3	2	1
Escolar 20	0	0	0	1	1	0
Escolar 21	2	0	0	1	0	2
Escolar 22	0	0	0	1	1	0
Escolar 23	1	0	0	1	2	0
Escolar 24	1	0	0	1	1	0
Escolar 25	2	0	0	2	0	1
Escolar 26	2	0	0	0	1	1
Escolar 27	1	0	0	1	1	0

Escolar 28	1	0	0	0	2	0
Escolar 29	0	0	0	0	0	0
Escolar 30	0	5	0	0	0	2
Escolar 31	3	1	1	3	3	0
Escolar 32	0	2	0	1	0	1
Escolar 33	0	0	0	0	0	0
Escolar 34	2	0	0	2	3	1
Escolar 35	2	0	0	2	3	1
Escolar 36	2	0	0	1	1	1
Escolar 37	2	0	0	1	1	1
Escolar 38	1	0	0	0	0	0
Escolar 39	1	1	0	1	0	2
Escolar 40	0	0	0	1	1	0
Escolar 41	N/R	N/R	N/R	N/R	N/R	N/R
Escolar 42	1	0	0	5	2	0
Escolar 43	1	0	0	0	1	0

FONTE: Dados do questionário aplicado

ANEXO 7 - QUADRO: DIVISÃO POR GRUPOS ALIMENTARES NO ALMOÇO

QUADRO 5: DIVISÃO POR GRUPOS ALIMENTARES NO ALMOÇO

Almoço						
Número Escolar	Cereais, tubérculos e raízes	Frutas, legumes e verduras	Feijões e outros alimentos vegetais ricos em proteína	Leite e derivados, carnes e ovos	Gorduras, açúcares e sal	Água
Escolar 1	2	1	1	2	1	2
Escolar 2	1	0	0	2	0	0
Escolar 3	3	0	0	1	2	0
Escolar 4	2	1	1	1	0	0
Escolar 5	1	2	1	1	1	0
Escolar 6	3	0	1	0	0	1
Escolar 7	1	2	1	1	1	0
Escolar 8	2	2	1	3	2	1
Escolar 9	4	2	1	2	2	2
Escolar 10	2	0	1	1	1	0
Escolar 11	1	1	1	0	1	1
Escolar 12	2	1	0	1	0	0
Escolar 13	2	0	1	0	0	1
Escolar 14	2	1	1	1	1	0
Escolar 15	1	1	1	1	1	2
Escolar 16	1	1	1	2	1	1
Escolar 17	2	0	1	1	0	1
Escolar 18	2	0	1	1	2	0
Escolar 19	3	0	1	0	1	0
Escolar 20	1	0	0	0	0	0
Escolar 21	1	1	1	1	0	1
Escolar 22	1	2	1	1	0	0
Escolar 23	1	1	1	1	0	0
Escolar 24	1	0	1	1	0	1
Escolar 25	1	0	0	1	0	1
Escolar 26	2	0	1	1	0	0
Escolar 27	2	1	0	2	1	0

Escolar 28	1	0	1	1	0	1
Escolar 29	1	1	1	0	0	0
Escolar 30	1	1	1	0	0	0
Escolar 31	2	1	1	1	0	2
Escolar 32	0	0	0	1	0	0
Escolar 33	N/R	N/R	N/R	N/R	N/R	N/R
Escolar 34	1	0	1	1	0	0
Escolar 35	1	1	1	0	0	0
Escolar 36	2	1	1	1	0	0
Escolar 37	1	0	1	1	0	0
Escolar 38	1	1	1	0	0	0
Escolar 39	1	1	1	1	0	0
Escolar 40	1	0	0	1	1	0
Escolar 41	1	3	1	1	2	1
Escolar 42	2	4	1	1	0	0
Escolar 43	1	0	1	0	0	0

FONTE: Dados do questionário aplicado

ANEXO 8 - QUADRO: DIVISÃO POR GRUPOS ALIMENTARES NO CAFÉ DA TARDE

QUADRO 6: DIVISÃO POR GRUPOS ALIMENTARES NO CAFÉ DA TARDE

Café da tarde						
Número Escolar	Cereais, tubérculos e raízes	Frutas, legumes e verduras	Feijões e outros alimentos vegetais ricos em proteína	Leite e derivados, carnes e ovos	Gorduras, açúcares e sal	Água
Escolar 1	1	0	0	2	1	2
Escolar 2	0	0	0	1	0	0
Escolar 3	1	0	0	0	1	1
Escolar 4	3	0	0	0	2	2
Escolar 5	4	0	0	2	2	0
Escolar 6	2	0	0	4	1	2
Escolar 7	1	0	0	1	0	2
Escolar 8	2	1	0	2	1	2
Escolar 9	2	0	0	1	1	3
Escolar 10	3	0	0	0	2	2
Escolar 11	2	0	0	0	1	1
Escolar 12	4	0	0	0	3	2
Escolar 13	2	0	0	2	4	0
Escolar 14	1	0	0	1	1	0
Escolar 15	2	0	0	2	1	1
Escolar 16	3	1	0	1	3	2
Escolar 17	1	0	0	1	0	1
Escolar 18	2	0	0	0	3	0
Escolar 19	2	0	0	3	2	1
Escolar 20	0	0	0	1	1	0
Escolar 21	2	0	0	1	0	2
Escolar 22	0	0	0	1	1	0
Escolar 23	1	0	0	1	2	0
Escolar 24	0	0	0	0	0	0
Escolar 25	2	0	0	2	0	1
Escolar 26	0	0	0	0	0	0
Escolar 27	1	0	0	1	1	0

Escolar 28	1	0	0	0	2	0
Escolar 29	0	0	0	0	0	1
Escolar 30	0	5	0	0	0	1
Escolar 31	3	1	1	3	3	0
Escolar 32	0	2	0	1	0	1
Escolar 33	N/R	N/R	N/R	N/R	N/R	N/R
Escolar 34	2	0	0	2	3	1
Escolar 35	0	0	0	0	0	0
Escolar 36	2	0	0	1	1	1
Escolar 37	4	0	0	2	2	2
Escolar 38	0	2	0	0	0	1
Escolar 39	1	0	0	2	1	2
Escolar 40	0	0	0	1	0	0
Escolar 41	1	0	0	0	1	1
Escolar 42	3	0	0	0	2	2
Escolar 43	4	0	0	2	2	0

FONTE: Dados do questionário aplicado

**ANEXO 9 - QUADRO: DIVISÃO POR GRUPOS ALIMENTARES NO
JANTAR/LANCHE NOTURNO**

QUADRO 7: DIVISÃO POR GRUPOS ALIMENTARES NA JANTA/LANCHE NOTURNO

Janta/Lanche Noturno						
Número Escolar	Cereais, tubérculos e raízes	Frutas, legumes e verduras	Feijões e outros alimentos vegetais ricos em proteína	Leite e derivados, carnes e ovos	Gorduras, açúcares e sal	Água
Escolar 1	3	0	1	0	3	2
Escolar 2	1	0	0	1	0	0
Escolar 3	4	0	0	1	2	0
Escolar 4	2	0	1	1	2	0
Escolar 5	2	0	1	1	3	0
Escolar 6	4	1	1	1	2	1
Escolar 7	1	1	1	1	1	1
Escolar 8	3	2	1	3	2	1
Escolar 9	2	0	0	3	1	5
Escolar 10	2	0	1	1	1	0
Escolar 11	N/R	N/R	N/R	N/R	N/R	N/R
Escolar 12	4	1	0	1	1	2
Escolar 13	1	0	1	0	0	1
Escolar 14	1	0	0	2	0	0
Escolar 15	1	1	1	1	1	0
Escolar 16	2	0	1	0	1	0
Escolar 17	1	0	0	0	2	0
Escolar 18	1	0	0	0	2	0
Escolar 19	1	0	0	0	2	0
Escolar 20	1	0	0	1	1	0
Escolar 21	1	0	1	1	0	1
Escolar 22	1	2	1	1	0	0
Escolar 23	0	3	0	0	0	0
Escolar 24	1	0	1	1	0	0
Escolar 25	1	0	0	1	0	1
Escolar 26	3	0	1	0	1	0
Escolar 27	1	0	0	2	1	0

Escolar 28	0	1	0	0	1	0
Escolar 29	1	1	0	1	0	0
Escolar 30	0	3	0	0	0	0
Escolar 31	0	2	0	0	1	1
Escolar 32	0	0	0	1	0	0
Escolar 33	0	0	0	1	1	0
Escolar 34	1	0	1	1	3	0
Escolar 35	1	2	0	1	2	0
Escolar 36	1	1	1	1	0	0
Escolar 37	1	0	1	1	0	0
Escolar 38	2	1	1	1	0	0
Escolar 39	2	1	0	2	1	2
Escolar 40	1	0	0	1	0	0
Escolar 41	1	3	1	1	2	1
Escolar 42	2	4	1	1	0	2
Escolar 43	1	0	0	0	1	0

Fonte: Dados do questionário aplicado

**ANEXO 10 - QUADRO: DIVISÃO POR GRUPOS ALIMENTARES DE
TODAS AS REFEIÇÕES**

QUADRO 8: DIVISÃO POR GRUPOS ALIMENTARES DE TODAS AS REFEIÇÕES

Total						
Número Escolar	Cereais, tubérculos e raízes	Frutas, legumes e verduras	Feijões e outros alimentos vegetais ricos em proteína	Leite e derivados, carnes e ovos	Gorduras, açúcares e sal	Água
Escolar 1	7	1	2	6	6	8
Escolar 2	2	0	0	5	0	0
Escolar 3	9	0	0	2	6	2
Escolar 4	10	1	2	2	6	4
Escolar 5	11	2	2	6	8	0
Escolar 6	11	1	2	10	3	5
Escolar 7	4	3	2	4	2	5
Escolar 8	9	6	2	10	6	6
Escolar 9	10	2	1	7	5	3
Escolar 10	10	0	1	2	6	4
Escolar 11	5-1 N/R	1-1 N/R	1-1 N/R	0-1 N/R	3-1 N/R	3-1 N/R
Escolar 12	14	2	0	2	7	6
Escolar 13	7	0	2	4	8	2
Escolar 14	5	1	1	5	3	0
Escolar 15	6	2	2	6	4	4
Escolar 16	9	3	2	4	8	5
Escolar 17	5	0	1	3	2	3
Escolar 18	7	0	1	1	10	0
Escolar 19	8	0	1	6	7	2
Escolar 20	2	0	0	3	3	0
Escolar 21	6	1	2	4	0	6
Escolar 22	2	4	2	4	2	0
Escolar 23	3	4	1	3	4	0
Escolar 24	3	0	2	3	1	1
Escolar 25	6	0	0	6	0	4
Escolar 26	7	0	2	1	3	1
Escolar 27	6	1	0	6	4	0
Escolar 28	4	1	1	1	5	1
Escolar 29	2	1	1	1	0	1

Escolar 30	1	1	1	0	0	3
Escolar 31	8	3	3	7	7	3
Escolar 32	0	0	0	4	0	2
Escolar 33	0-2 N/R	0-2 N/R	0-2 N/R	0-2 N/R	0-2 N/R	0-2 N/R
Escolar 34	6	0	2	6	9	2
Escolar 35	4	3	1	3	5	1
Escolar 36	7	2	2	4	2	2
Escolar 37	8	0	2	5	3	3
Escolar 38	4	4	2	1	0	1
Escolar 39	5	4	1	4	1	6
Escolar 40	4	0	0	3	2	1
Escolar 41	2-1 N/R	6-1 N/R	3-1 N/R	2-1 N/R	4-1 N/R	2-1 N/R
Escolar 42	6	8	2	12	4	2
Escolar 43	3	0	1	0	2	0

FONTE: Dados do questionário aplicado