

ESCOLAS PÚBLICAS E PARTICULARES VERSUS ALIMENTAÇÃO, FAMÍLIA E MÍDIA NO SEXTO ANO DO ENSINO FUNDAMENTAL**Marina de Aguiar Dias^{1,2}, Joseval Jesus de Amorim^{1,3}, Leonardo Freire^{1,4}****RESUMO**

O artigo a seguir tendo como metodologia a pesquisa exploratória de cunho qualitativo bibliográfico fala sobre a obesidade e a alimentação nas escolas confrontando as variáveis mídia, família, e escola e de que formas elas acabam afetando a saúde dos grupos pesquisados. Duas turmas do sexto período do ensino médio, sendo da escola pública e da escola privada foram analisados de forma física, questionativa e comportamental. Foram feitas coletas de dados antropométricos básicos para o cálculo de IMC, foram entregues três questionários um para a diretoria na intenção de verificar atitudes educativas em relação à boa alimentação, um para as cantinas das escolas, para saber o que se oferece como opção de alimentos, e um para a família, na intenção de saber o que as crianças levavam para escola para o lanche quando não levavam dinheiro para consumir na cantina. Em relação aos alunos do colégio privado foi observado que três alunos estão com baixo peso, quatro alunos se encontram com peso normal e dois acima do peso. Nenhum dos avaliados no colégio particular se encontrou na faixa de obesidade. Já em relação aos alunos do colégio público nenhum aluno se encontra com baixo peso, dez alunos se encontram com pesos normais, nenhum aluno com sobrepeso nem em risco a obesidade. Comprovamos então que as crianças do colégio particular tem uma maior probabilidade de vir a se tornarem futuros obesos do que os alunos do colégio público.

Palavras-chave: Crianças. Alimentação. família e obesidade.

- 1 - Programa de Pós-Graduação Lato Sensu em Obesidade e Emagrecimento da Universidade Gama Filho – Salvador/Ba.
- 2- Bacharel em Educação Física pela Faculdade Social da Bahia - FSBA
- 3- Licenciado em Educação Física pela Universidade Federal da Bahia – UFBA
- 4- Licenciado em Educação Física Pela Universidade Católica de Salvador - UCsal

ABSTRACT

The physical education for 6^o year of basic education in public and particular schools versus feeding, family and media.

The article to follow has as methodology the exploratory research of bibliographical qualitative matrix about obesity and the food in the schools collating the 0 variable media, family, and school and how this finish affecting the health of the searched groups. Two groups of the sixth period of average education, being of the public school and of the private school had been analyzed of physical, questionative and mannering form. Collections of basic anthropometrics data had been made for calculate the IMC, had been delivered three questionnaires one for the direction in the intention to verify educative attitudes in relation to the good feeding, one for the canteens of the schools, to know what it is offered as food option, and one for the family, in the intention to know what food the children led to school for the snack when they did not take money to consume in the canteen. In relation to the pupils of the private college it was observed that three pupils are with low weight, four pupils were found with normal weight and two above of the weight. None of the evaluated ones in the particular college was found in the obesity band. Already in relation to the pupils of the public college no one was found with low weight, ten pupils with normal weights, no pupil with overweight nor at risk of obesity. We prove then that the children of the particular college have a bigger probability to become future fats than the pupils of the public college.

Key words: Children. Feeding. family and obesity

Endereço para correspondência:
maryfitness27@hotmail.com
saudejvamorim@yahoo.com.br
leo_freire75@hotmail.com

INTRODUÇÃO

A obesidade infantil vem se tornando um acontecimento alarmante em todo o mundo, o crescimento constante de casos de crianças com problemas de outras faixas etárias como pressão alta, obesidade, problemas circulatórios e muitas outras vem despertando as pesquisas para reverter esse quadro.

A obesidade aumenta significativamente o risco de hipertensão arterial, diabetes, doenças coronarianas, doenças metabólicas e digestivas (Wilmore e Costill, 1999).

Segundo dados da Organização Mundial de Saúde – OMS – A obesidade infantil vem crescendo consideravelmente nestas últimas décadas. Os consumos de alimentos calóricos, aliado à ausência da prática de exercícios físicos contribuem para o aumento de peso. Em geral, as crianças obesas estão sujeitas à depressão; têm baixo desempenho escolar; têm baixa auto-estima; apresentam distúrbios de relacionamento e estão sujeitas à obesidade quando adultas.

A obesidade vem se tornando uma das doenças com maior prevalência do século XXI pelo aumento no número de pessoas que a adquirem. Segundo estatísticas da Organização Mundial de Saúde (OMS), calcula-se que cerca de 25% da população mundial é obesa e que destes, 25% morrem por conseqüências diretas ou indiretas da obesidade.

A obesidade não é mais uma doença que acomete só aos adultos, mas também as crianças e hoje é um problema internacional.

Os índices de obesidade vem aumentando a cada dia, mas antes isso não era visto como algo ruim, a alguns anos atrás a magreza sim era vista como doença, e hoje vemos o quadro se inverter. Aumentam os riscos de doenças coronarianas, aumentam os casos de diabetes adquiridas, os problemas circulatórios, hipertensão, e os casos extremos de obesidade mórbida, chegando à morte.

O excesso de alimentos gordurosos e ricos em carboidratos, a alimentação feita em horas impróprias e o sedentarismo podem aumentar as fontes de reserva de gordura e o aumento de células adiposas, o que na infância é ruim por que o indivíduo se encontra em formação.

A nutrição excessiva na infância pode ser uma das principais causas da obesidade, pois, a velocidade de formação de novas células adiposas é especialmente mais rápida nos primeiros anos de vida, e quanto maior é o grau de armazenamento de gordura, maior é o número de células adiposas (Guyton e Hall, 1997)

Os dados da Organização Mundial de Saúde (OMS) demonstram considerar a OBESIDADE como um dos principais problemas de saúde pública. São 30 milhões de pessoas que sofrem deste problema no mundo. Os excessos alimentares, sedentarismo, os fatores clínicos e psicológicos, sem citar os constantes apelos de marketing da indústria alimentícia e de lançamentos de medicamentos e fórmulas "milagrosas" para emagrecer.

Até pouco tempo atrás não se falava na gravidade da situação do aumento de peso e os problemas que ele pode desenvolver com o passar do tempo conforme o ganho de calorías.

Nas crianças o impacto de estar acima do peso possui um efeito um pouco maior do que em adultos em nosso ponto de vista, por que as crianças não sabem lidar emocionalmente com esse fato, os colegas colocam apelidos, isolam o colega das brincadeiras por que ele não tem agilidade e a criança se vê limitada e cercada de preconceitos, não sendo aceita nos grupos sociais e desenvolvendo problemas que podem ter um desdobramento até a idade adulta.

Segundo estudos de Pegolo e colaboradores (2005) a obesidade também é uma manifestação de má-nutrição, relacionada à co-morbidade decorrentes do excesso de gordura corporal.

Portanto o objetivo do nosso trabalho foi observar e tentar constatar quais os agentes desse processo que podem fazer de uma criança saudável um futuro obeso dentro da escola onde ficam uma boa parte do dia, relacionando alimentação, família e mídia.

MATERIAIS E MÉTODOS

Amostra

Esse artigo teve como método de pesquisa, a pesquisa exploratória de cunho

qualitativo bibliográfico. Foram escolhidos dois grupos de pesquisa sendo eles uma escola particular e outra pública, com a intenção de avaliar as condições da alimentação oferecidas nas escolas, em casa e o poder da mídia sobre essa alimentação, buscando tornar a escola e o ambiente familiar mais aptos à prevenção da obesidade ou desnutrição unindo escola e família.

Os avaliados no colégio particular tem a idade média de nove a doze anos, com altura de um metro e quarenta e sete centímetros (1,47 m) a um metro e quarenta e oito centímetros (1,48 m), variando o peso em torno de vinte nove a sessenta quilogramas (29 a 60 kg). Todos os alunos das turmas foram analisados. Os alunos do colégio público tem a idade média de dez a treze anos e a altura varia de um metro e quarenta e sete centímetros (1,47m) a um metro e cinquenta e dois centímetros (1,52 m), variando peso de (40,1 a 57,4 kg). Todos os alunos da turma foram analisados. Sendo o tempo curto para a pesquisa limitamos o número da amostra.

Procedimentos para a Avaliação Física

Para a avaliação do IMC das crianças utilizamos o estadiômetro personal portátil da sanny e a balança G – tech modelo flat II (portátil) digital para a aferência do peso e altura e circunferências dos mesmos.

Como critério foi pedido que as crianças ficassem descalças e se colocassem em postura ereta de costas para a parede onde o avaliador estaria coletando os dados para a avaliação da estatura fora as medidas de circunferência, em seguida o avaliado se dirigia a balança para aferência do peso. A avaliação foi realizada no turno da manhã antes do horário do lanche, as crianças se encontravam com as vestimentas do colégio próprio para a atividade de educação física que ocorre uma vez na semana, e que não causavam interferências na avaliação. Para a coleta dos dados, estiveram presente a professora dos alunos e um de nossos pesquisadores para facilitar no processo avaliativo.

Procedimentos para a Avaliação Escrita

Foram elaborados três questionários para um maior esclarecimento em relação às condições alimentícias dos alunos nas escolas

e em seu ambiente familiar. Um dos questionários foi direcionado ao responsável pelas cantinas das escolas, sendo dois questionários entregues, o outro direcionado aos pais na intenção de ter uma idéia geral da dieta dos indivíduos pesquisados num total de 24 questionários e o terceiro para as diretorias dos colégios para saber se a escola cria oportunidades de inserção de hábitos saudáveis nas salas de aula junto aos alunos como uma forma de conscientização, também foram entregues dois questionários.

Sendo a alimentação alvo principal de nossa pesquisa. Com os questionários obtivemos informações sobre os hábitos alimentares dos pesquisados, na intenção de também intervir na melhora dos indivíduos em relação à alimentação no ambiente doméstico e escolar, buscando proporcionar bem-estar e promover a saúde.

RESULTADOS

Em relação ao quadro um foi observado que três alunos estão com baixo peso, quatro alunos se encontram com peso normal e dois acima do peso. Nenhum dos avaliados no colégio particular se encontrou na faixa de obesidade.

Quadro 1 - Resultados da Idade, do Peso, Altura e IMC dos Estudantes do Colégio Particular.

INDIVÍDUO	IDADE	PESO	ALTURA	IMC kg/m ²
1	10 anos	35 kg	145 cm	16,66 kg/m ²
2	09 anos	29 kg	137,5 cm	15,34 kg/m ²
3	11 anos	44 kg	140,5 cm	22,33 kg/m ²
4	10 anos	63 kg	149 cm	28,37 kg/m ²
5	09 anos	40 kg	147,5 cm	18,43 kg/m ²
6	10 anos	34 kg	148,5 cm	15,45 kg/m ²
7	10 anos	34 kg	145 cm	16,19 kg/m ²
8	10 anos	43 kg	146 cm	20,18 kg/m ²
9	10 anos	42 kg	157 cm	17,07 kg/m ²
10	10 anos	28 kg	144,5 cm	13,46 kg/m ²
11	10 anos	56 kg	146 cm	26,29 kg/m ²
12	10 anos	40 kg	148 cm	18,26 kg/m ²
13	9 anos	46 kg	146,5 cm	21,49 kg/m ²
Média	9,8 anos	41 kg	146,2 cm	19,19 kg/m ²
Desvio Padrão.				4,41 kg/m ²

Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento.

ISSN 1981-9919 *versão eletrônica*

Periódico do Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício

www.ibpefex.com.br - www.rbone.com.br

Em relação ao quadro dois, nenhum aluno se encontra com baixo peso, dez alunos se encontram com pesos normais, nenhum

aluno com sobrepeso nem em risco a obesidade.

Quadro 2 - Resultados da idade, do peso, altura e IMC dos estudantes do colégio público.

INDIVÍDUOS	IDADE	ALTURA	PESO KG	IMC KG/M ²
1	12 anos	147 cm	40,1 kg	18,55 kg/m ²
2	13 anos	142 cm	40,0 kg	19,83 kg/m ²
3	11 anos	155 cm	57,5 kg	23,93 kg/m ²
4	13 anos	150 cm	48,3 kg	21,46 kg/m ²
5	12 anos	145 cm	40,0 kg	19,02 kg/m ²
6	12 anos	147 cm	50,0 kg	23,13 kg/m ²
7	11 anos	147 cm	48,0 kg	22,21 kg/m ²
8	11 anos	143 cm	51,5 kg	25,18 kg/m ²
9	12 anos	152 cm	54,5 kg	23,58 kg/m ²
10	10 anos	146 cm	49,0 kg	22,98 kg/m ²
11	12 anos	144 cm	50,0 kg	24,11 kg/m ²
média				22,18 kg/m ²
Desvio Padrão				2,20 kg/m ²

QUADRO 3 - Indica a média geral das duas escolas pública e privada.

IMC Colégio Particular	
Indivíduos	IMC kg/m ²
1	16,66 kg/m ²
2	15,34 kg/m ²
3	22,33 kg/m ²
4	28,37 kg/m ²
5	18,43 kg/m ²
6	15,45 kg/m ²
7	16,19 kg/m ²
8	20,18 kg/m ²
9	17,07 kg/m ²
10	13,46 kg/m ²
11	26,28 kg/m ²
12	18,26 kg/m ²
13	21,49 kg/m ²
Média	19,19 kg/m ²
Desvio Padrão	4,41 kg/m ²

IMC Colégio Público	
Indivíduos	IMC kg/m ²
1	18,55 kg/m ²
2	19,83 kg/m ²
3	23,93 kg/m ²
4	21,46 kg/m ²
5	19,02 kg/m ²
6	23,13 kg/m ²
7	22,21 kg/m ²
8	25,18 kg/m ²
9	23,58 kg/m ²
10	22,98 kg/m ²
11	24,11 kg/m ²
Média	22,18 kg/m ²
Desvio P.	2,09 kg/m ²

RESULTADOS DOS QUESTIONÁRIOS

Questionário 1

De acordo com a coleta de dados referentes ao questionário usado para entrevistar as donas das cantinas no colégio particular adquirimos os seguintes resultados:

100% - Afirmam que além dos doces e salgados oferecem sucos de fruta, vitaminas.

Questionário 2

De acordo com a coleta de dados referentes ao questionário usado para entrevistar os pais no colégio particular adquirimos os seguintes resultados:

50% - Afirmou optar por lanches rápidos devido ao curto espaço de tempo para preparar os lanches dos filhos alegando trabalho e outros afazeres.

40% - Levam dinheiro para comprar o lanche na cantina da escola.

10% - Leva o lanche de casa.

De acordo com a coleta de dados referentes ao questionário usado para entrevistar os pais no colégio público adquirimos os seguintes resultados:

35% - Comem no refeitório do colégio.

30% - Levam lanches de casa.

35% - Levam dinheiro para a escola..

Questionário 3

De acordo com a coleta de dados referentes ao questionário usado para entrevistar os diretores nos colégios públicos adquirimos os seguintes resultados:

50% - Apenas o colégio particular oferece atividades educativas sobre a alimentação adequada, promovendo um evento conhecido como semana da alimentação saudável, onde os alunos levam frutas e verduras para o preparo de um sopão e uma salada de frutas coletiva.

DISCUSSÃO

A obesidade infantil vem crescendo com o passar dos anos sendo um problema irreversível por que se pode perder peso, mas as células adiposas adquiridas permanecem no organismo, as células de gordura adquiridas na infância serão mantidas por toda a vida.

Em crianças obesas o número de células adiposas é quase três vezes maior do que em crianças normais (Guyton e Hall, 1997).

A obesidade hoje não afeta só aos adultos, as crianças também desenvolvem essa doença. Nos últimos anos, o interesse sobre os efeitos do ganho de peso excessivo na infância tem aumentado, devido ao fato de que o desenvolvimento da celularidade adiposa neste período será determinante nos padrões de composição corporal de um indivíduo adulto.

A cada dia aumenta o número de casos de diabetes, doenças cardiovasculares e outras doenças em crianças apresentando os mesmos quadros clínicos que um indivíduo adulto devido a uma má alimentação e ao sedentarismo.

Nas escolas pesquisadas não é diferente, as guloseimas estão sempre presentes na alimentação das crianças. Em casa isso também é comum devido à dinâmica de vida dos pais que optam por uma alimentação rápida que não implique em preparo. Os sucos industrializados, os biscoitos recheados, as balas e doces são os primeiros da lista. Nas cantinas, frituras, doces e salgados ricos em carboidrato e gordura são oferecidos como opção de merenda, fora os refrigerantes e os sucos artificiais. Lembrando que a alimentação é o foco de nossa pesquisa.

Segundo Powers e Howley (2004), apresentamos uma tendência de consumir mais do que a quantidade recomendada de gordura, o que se acredita estar relacionado com o problema da obesidade.

Foram feitas algumas avaliações para alcançar o objetivo do nosso artigo. A avaliação física, a entrevista com os pais através de questionários, a entrevista com os responsáveis pelas cantinas que forneciam lanches nas escolas e um terceiro para a diretoria da escola.

Na avaliação física tivemos como critérios a utilização do mesmo equipamento para as duas escolas para ter fidedignidade nas avaliações foram entregues três questionários, um para a responsável pela cantina de ambas as escolas, um questionário que deveria ser respondido pelos pais em relação à alimentação escolar que foi enviado para casa na agenda dos alunos e entregues previamente, e o último para a diretoria para saber quais medidas educativas quanto à alimentação saudável eles implantavam no colégio.

Como se trata do sexto período do ensino fundamental, vimos que as crianças

têm mais liberdade com relação à merenda por que ou levam dinheiro ou pedem aos pais para comprar a merenda que gostariam de comer que nem sempre é a nutritiva. A mãe já não interfere muito nas escolhas dos filhos. Já o questionário enviado para a diretoria revelou que no colégio particular pesquisado, tem sim um projeto para incentivar a boa alimentação que leva o nome de "Semana Saudável". As crianças levam frutas e verduras e preparam saladas de fruta e sopa e servem para todo o colégio.

O que deveria vir a ser um hábito a ser desenvolvido diariamente nessas escolas.

A escola também tem papel fundamental ao modelar as atitudes e comportamentos das crianças sobre Nutrição. Uma forma de realizar este trabalho é integrar a nutrição à sala de aula, incorporando conceitos de Nutrição às crianças. (Schartzman e Teixeira, 2001)

O colégio público oferece uma merenda que não é muito atrativa ao paladar dos alunos, segundo os mesmos (mingau, arroz doce, pão com manteiga e suco etc.), sendo que, nem sempre tem merenda escolar, o que é ruim por que nem todos possuem as condições de se alimentar de forma a satisfazer as necessidades energéticas diárias ideais para um pleno funcionamento orgânico. Os casos de desnutrição em crianças implicam no baixo peso e no desenvolvimento físico e cognitivo comprometidos, podendo também levar essa criança a desenvolver uma obesidade tardia.

Observamos também a marca dos alimentos de escola para escola, comprovamos que as marcas que saem em comerciais de televisão são mais consumidas em colégios particulares do que em colégios públicos quando os mesmos não são comprados ou na cantina do colégio ou nos vendedores ambulantes fora das escolas.

CONCLUSÃO

Como resultados da pesquisa em relação à escola particular, vimos que apesar do colégio agregar crianças de uma classe social média e alta, observamos um percentual pequeno de crianças com baixo peso em relação à idade e altura, dois estavam acima do peso e quatro mantinham o peso normal.

Os alunos avaliados ainda não se encontram em uma faixa de classificação para

a obesidade, não que isso não possa vir a acontecer, por que essa condição depende de bons hábitos alimentares e de atividade física.

Já no colégio público nenhum aluno apresentou quadro de baixo peso, nem sobrepeso e também não apresentaram obesidade.

Encontramos um quadro inverso em relação aos colégios público e particular, mas, o fácil acesso aos alimentos da classe média e alta, acaba potencializando os riscos dessas crianças desenvolverem sobrepeso ou obesidade, ou até mesmo, baixo peso por uma deficiência nutricional na injusta diária.

Foi feito à comparação da média geral das duas escolas e também o desvio padrão. A escola particular difere 3% da escola pública em relação à média geral. Apresentando também um desvio padrão de 2,12 kg/m² de uma para outra.

Quanto à mídia, além de não exercerem o compromisso educacional, que deveria ser prioridade por serem veículos formadores de opiniões e de acesso fácil, inclusive de crianças, influenciam de forma direta nas escolhas alimentares das mesmas em vários aspectos como marca, tamanho e sabor e focam apenas nas questões financeiras dos seus parceiros comerciais.

REFERENCIAS

- 1- Gayton, A.; Hall, G. Fisiologia humana e mecanismos das doenças. 6.ed. 1997, Editora Guanabara Koogan S.A
- 2- Powers, S.; Howley, E. Fisiologia do exercício. 5.ed. 2004, Editora Manole.
- 3- Pegolo, G.E. Obesidade Infantil: Sinal de Alerta. Nutrição em Pauta. Ano. 13. Num. 74. Set/Out. 2005. p. 20-28.
- 4- Schartzman, F.; Teixeira, A.C. Educação nutricional prevendo a obesidade. Revista Nutrição em Pauta. Num. 60. Set. 2001. p. 19-20.
- 5- Wilmore, J.; Costill, D. Fisiologia do esporte e do exercício. 2.ed. 1999, Editora Manole.

Recebido para publicação em 20/02/2009

Aceito em 26/04/2009