

ASSOCIAÇÃO DAS PRÁTICAS ALIMENTARES COM OS MARCADORES DO CONSUMO ALIMENTAR EM CRIANÇAS DE UMA ESCOLA PRIVADA DE MINAS GERAIS, BRASILLawinia Guimarães Jacob¹, Maria Eduarda Temponi Tavares¹, Fernanda Martins de Albuquerque¹**RESUMO**

Introdução e Objetivo: As taxas de obesidade infantil vem aumentando com o passar dos anos. Considerando as evidências sobre os impactos de comportamentos e práticas alimentares não saudáveis sobre a saúde infantil, torna-se necessário investigar a associação das práticas/comportamentos alimentares com o consumo alimentar em crianças. Materiais e métodos: Trata-se de um estudo de análise transversal quantitativo. Foram incluídas no estudo crianças, com idade entre 6 e 10 anos, matriculadas em uma escola privada, localizada na cidade de Juiz de Fora, Minas Gerais. As crianças e seus responsáveis foram convidados a participarem voluntariamente da pesquisa. Resultados: Foram avaliadas 50 crianças com idade média de 8,2 ± 1,5 anos. O feijão foi o alimento saudável mais consumido pelas crianças (90%), já dentre os alimentos não saudáveis, as bebidas adoçadas (68%) foram as mais consumidas. Os resultados também demonstram que crianças que tem o hábito de pular o café da manhã, apresentam maior consumo de alimentos ultraprocessados (75%) quando comparadas àquelas que não possuem esse hábito (6,5%) (p=0,004). Discussão: A associação observada neste estudo entre o consumo alimentar e as práticas alimentares se dão a partir dos resultados relevantes encontrados, como o fato de metade das crianças têm o costume de fazer suas refeições assistindo TV/mexendo no computador e/ou celular, e, a maior porcentagem das crianças costuma comer em restaurantes fast-food, hábito que também prejudica a alimentação das mesmas. Conclusão: Os escolares, em geral, apresentam hábitos alimentares que podem ser considerados fatores de risco para desenvolvimento de obesidade e de doenças associadas.

Palavras-chave: Alimentação Escolar. Obesidade. Comportamento alimentar.

1 - Centro Universitário UniAcademia de Juiz de Fora, Minas Gerais, Brasil.

ABSTRACT

Association of eating habits with markers of food consumption in children from a private school in Minas Gerais, Brazil

Introduction and Objective: Childhood obesity rates are increasing over the years. Considering the evidence on the impact of unhealthy eating behaviors and practices on children's health, it is necessary to investigate the association between eating practices/behaviors and food consumption in children. Materials and methods: This is a quantitative cross-sectional study. The study included children aged between 6 and 10, enrolled in a private school located in the city of Juiz de Fora, Minas Gerais. The children and their guardians were invited to take part in the study voluntarily. Results: 50 children with an average age of 8.2 ± 1.5 years were assessed. Beans were the healthy food most consumed by the children (90%), while among the unhealthy foods, sweetened drinks (68%) were the most consumed. The results also show that children who skip breakfast consume more ultra-processed foods (75%) than those who don't (6.5%) (p=0.004). Discussion: The association observed in this study between food consumption and dietary practices is based on the relevant results found, such as the fact that half of the children have the habit of eating their meals while watching TV/eating on the computer and/or cell phone, and the highest percentage of children usually eat at fast-food restaurants, a habit which also harms their diet. Conclusion: In general, schoolchildren have eating habits that can be considered risk factors for developing obesity and associated diseases.

Key words: School meals. Obesity. Eating behavior.

E-mail dos autores:
lawiniaguimaraes@hotmail.com
mdudatemponi@hotmail.com
fernandaalbuquerque@uniacademia.edu.br

Autor de correspondência:
Lawinia Guimarães Jacob
lawiniaguimaraes@hotmail.com

INTRODUÇÃO

Desde a última metade do século XX, através da urbanização e modernização, o mundo vem passando pelo processo chamado transição nutricional.

A transição nutricional caracteriza-se pela mudança no perfil nutricional de uma população.

No Brasil observa-se uma mudança de um perfil de desnutrição para aumento dos casos de obesidade.

Segundo relatórios sobre o estado nutricional de crianças de 7 a 10 anos avaliadas pela Atenção Primária a Saúde (Sisvan - Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional), em 2022, 33,7% foram diagnosticadas com excesso de peso.

Além do sobrepeso e da obesidade, a transição nutricional também é responsável por desencadear o surgimento de doenças crônicas não transmissíveis, como doenças cardiovasculares, diabetes tipo 2 e hipertensão arterial, estas responsáveis pelas maiores causas de morte prematura (Vaz e Bennemann, 2014).

Há evidências na literatura que associam fatores demográficos, sexo, renda familiar, rede de ensino (privada ou pública), o alto consumo de alimentos ultraprocessados como guloseimas e bebidas açucaradas, assim como o baixo consumo de frutas, verduras e legumes, a falta de prática de atividades físicas e o número reduzido de refeições diárias como possíveis fatores de riscos para o desenvolvimento da obesidade em crianças em idade escolar (D'ávila e colaboradores, 2016).

Sabe-se que a infância é uma fase de grande influência sobre a determinação dos comportamentos e escolhas alimentares na fase adulta, visto que ocorrem influências dos hábitos praticados pelos familiares e pelo ambiente escolar.

Estudos realizados por Almeida e colaboradores (2019) e Santos e colaboradores (2020) mostram que os pais e/ou responsáveis pela alimentação da família são grandes facilitadores do consumo de alimentos não saudáveis pelas crianças.

Hábitos alimentares certamente também desempenham um papel crítico no equilíbrio energético e na regulação da dieta, em particular o café da manhã, a primeira refeição do dia.

No artigo de revisão de Monzani e colaboradores (2019) foi demonstrado que o

hábito de pular o café da manhã em crianças está aumentando, além da relação dessa prática com o sobrepeso e a obesidade. O fato de pular o café da manhã foi associado ao pior perfil lipídico, maiores níveis de pressão arterial, resistência à insulina e síndrome metabólica.

Cinco estudos analisados na revisão relataram uma ingestão alimentar de qualidade inferior em crianças que não tomavam café da manhã. Também foi demonstrado que as crianças que tomam regularmente o café da manhã possuem maior probabilidade de ter uma alimentação de melhor qualidade, com maior ingestão de grupos alimentares e nutrientes essenciais, como frutas, laticínios e fibras alimentares e, além disso, também apresentam maior probabilidade de atender às recomendações de micronutrientes. As crianças que pulam o café da manhã tendem a consumir alimentos ricos em calorias, como fast food, levando à fome excessiva.

As preferências alimentares das famílias no cenário contemporâneo são voltadas para refeições rápidas e que sejam aderentes às suas condições socioeconômicas. Tais escolhas podem levar a uma alimentação insatisfatória, caracterizada pela substituição de alimentos tradicionais como: cereais, raízes e tubérculos, por alimentos ultraprocessados, com quantidade limitada de nutrientes e excesso de sal, açúcares e gorduras.

Somado a isso, práticas parentais de controle, pressão e recompensa utilizadas pelos pais por exemplo, parecem influenciar o comportamento alimentar das crianças, podendo aumentar ou diminuir o consumo de alimentos.

A ausência da prática de exercícios físicos e um estilo de vida sedentário, agravados pela alimentação inadequada também são fatores para o ganho de peso (Almeida e colaboradores, 2019; Santos e colaboradores, 2020).

O tempo de tela tem sido utilizado por pesquisadores para avaliação do comportamento sedentário em crianças. Segundo o estudo de revisão sistemática de Fang e colaboradores (2019) o tempo de tela ≥ 2 h/dia está associado ao risco para sobrepeso/obesidade em crianças e adolescentes.

Considerando as evidências sobre os impactos de comportamentos e práticas alimentares não saudáveis sobre a saúde

infantil, torna-se necessário investigar a associação das práticas/comportamentos alimentares com o consumo alimentar em crianças.

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo de análise transversal quantitativo, realizado com crianças entre 6 e 10 anos de idade, de ambos os sexos, sendo estes estudantes do 1º ao 5º ano de uma escola privada situada em Juiz de Fora, Minas Gerais.

As crianças e seus pais ou responsáveis foram contatados e convidados por e-mail a participarem voluntariamente da pesquisa. A coleta de dados foi realizada após a assinatura e concordância dos pais/responsáveis e das crianças maiores (9 e 10 anos) mediante o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e o Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE), respectivamente.

Foram incluídas na pesquisa as crianças que estivessem devidamente matriculadas na escola de realização da mesma e que apresentassem faixa etária de 6 a 10 anos. Foram excluídos àqueles que se recusaram a participar da pesquisa e que não apresentaram o TCLE devidamente assinado.

A amostragem foi realizada por conveniência, uma vez que foram convidados a participar do estudo todas as 374 crianças regularmente matriculadas do 1º ao 5º ano no colégio.

O projeto intitulado “Avaliação do perfil nutricional de crianças de 6 a 10 anos matriculadas em uma escola do município de Juiz de Fora-MG” foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos do Centro Universitário UniAcademia, sob o processo de nº 6.020.835, e pela diretoria da escola.

Mediante autorização da participação da criança na pesquisa, os pais/responsáveis foram contatados por e-mail para envio dos formulários eletrônicos. Após o envio, os pais/responsáveis pelos participantes responderam a um questionário online, utilizando a ferramenta Google Forms, contendo perguntas sobre o consumo e práticas alimentares das crianças.

O consumo alimentar foi avaliado através da aplicação de um questionário baseado no formulário de marcadores do consumo alimentar do SISVAN. Os alimentos

consumidos foram avaliados de acordo com a extensão e o propósito de seu processamento industrial, conforme proposto por Monteiro e colaboradores (2016).

Na classificação NOVA, são considerados alimentos in natura aqueles que são obtidos diretamente de plantas ou animais, e não sofrem qualquer modificação após deixarem a natureza, alimentos minimamente processados são alimentos in natura que passam por processos importantes, como remoção de partes não comestíveis ou indesejáveis, fermentação, pasteurização ou congelamento, para chegarem com qualidade ao consumidor. As alterações são mínimas.

Esses alimentos não recebem sal, açúcar, óleos, gorduras, nem outros ingredientes. E, como ultraprocessados, as formulações de ingredientes, em sua maioria de uso industrial exclusivo, que resultam de uma série de processos industriais que exigem equipamentos e tecnologia sofisticados (como fracionamento de alimentos inteiros em substâncias, modificações químicas dessas substâncias, montagem de substâncias alimentares modificadas por meio de técnicas industriais como extrusão, moldagem e pré-fritura e aplicação frequente de aditivos, antioxidantes, estabilizantes e conservantes (Monteiro, 2019).

Sendo assim, foram avaliados marcadores de alimentação saudável como o feijão, frutas frescas e verduras e/ou legumes (classificados como alimentos in natura/minimamente processados segundo a classificação NOVA) e, não saudável, hambúrguer e/ou embutidos, bebidas adoçadas, macarrão instantâneo, salgadinhos de pacote ou biscoitos salgados e biscoito recheado, doces ou guloseimas (classificados como ultraprocessados segundo a classificação NOVA). As práticas alimentares foram investigadas por meio de um questionário adaptado do “Instrutivo para o cuidado da criança e do adolescente com sobrepeso e obesidade no âmbito da APS” (Brasil, 2022).

Ao final da pesquisa, foi realizada uma palestra na escola com o intuito de demonstrar os resultados obtidos no projeto e apresentar orientações sobre alimentação saudável, além de entregar um livro elaborado pela equipe de pesquisadoras contendo receitas, curiosidades e jogos infantis com intuito de incentivar hábitos alimentares saudáveis.

O banco de dados foi digitado e armazenado no Microsoft Office Excel 2016 e as análises estatísticas, realizadas utilizando-se o software IBM SPSS versão 20.0 (IBM Corp., Armonk, Estados Unidos), adotando-se o nível de significância de 5%. Foi realizado o teste de normalidade (Teste de Kolmogorov-Sminorv) para avaliação da distribuição dos dados. As análises descritivas foram realizadas utilizando-se medidas de frequência para variáveis qualitativas e medidas de tendência central (média ou mediana) e de dispersão (desvio padrão ou intervalo interquartil) para variáveis quantitativas. Para avaliar a associação entre duas variáveis qualitativas realizou-se o teste do Qui-quadrado de Pearson ou exato de Fisher.

RESULTADOS

Foram avaliadas 50 crianças com idade média de $8,2 \pm 1,5$ anos, sendo 54% do sexo masculino.

A Tabela 1 mostra a avaliação descritiva dos marcadores de consumo alimentar e práticas alimentares. Pode-se observar que o feijão é o alimento saudável mais consumido pelas crianças (90%), já dentre os alimentos não saudáveis, as bebidas adoçadas (68%) são os mais consumidos. Em relação às práticas alimentares, 50% das crianças fazem suas refeições assistindo TV/mexendo no computador e/ou celular, 66% das crianças costumam comer em restaurantes fast-food, e as refeições mais realizadas são almoço e lanche da tarde (100% para ambas).

Tabela 1 - Avaliação descritiva dos marcadores de consumo alimentar e práticas alimentares de crianças de 6 a 10 anos, Juiz de Fora, Minas Gerais, 2023.

Variáveis	n (%)
Consumo de marcadores de alimentação saudável	
Feijão	45 (90,0)
Frutas frescas	39 (78,0)
Verduras e/ou legumes	35 (70,0)
Consumo de marcadores de alimentação não saudável	
Hambúrguer e/ou embutidos (presunto, mortadela, salame, linguiça, salsicha)	13 (26,0)
Bebidas adoçadas (refrigerante, suco de caixinha, suco em pó, água de coco de caixinha, xaropes de guaraná/groselha, suco de fruta com adição de açúcar)	34 (68,0)
Macarrão instantâneo, salgadinhos de pacote ou biscoitos salgados	22 (44,0)
Biscoito recheado, doces ou guloseimas (balas, pirulitos, chiclete, caramelo, gelatina)	29 (58,0)
Práticas alimentares	
A criança tem costume de realizar as refeições assistindo à TV, mexendo no computador e/ou celular?	Sim - 25 (50,0)
Os alimentos consumidos são levados de casa ou comprados em cantina/lancheonete?	Casa - 47 (94,0) Cantina/lancheonete - 3 (6,0)
A criança costuma comer em restaurantes fast-food?	Sim - 33 (66,0)
Caso tenha marcado SIM na questão anterior, responda: Com qual frequência?	1 a 3x no mês - 20 (40,0) 1 x na semana - 12 (24,0) 2 a 4 x por semana - 1 (2,0)
Refeições realizadas	
Café da manhã	46 (92,0)
Lanche da manhã	10 (20,0)
Almoço	50 (100,0)
Lanche da Tarde	50 (100,0)
Jantar	48 (96,0)
Ceia	11 (22,0)
Percentual de crianças que fazem as refeições no dia	3 (6 %)
Percentual de crianças que tem o hábito de pular o café da manhã	4 (8 %)

A Tabela 2 mostra a avaliação do consumo de alimentos in natura/minimamente processados e ultraprocessados. Nela pode-se observar que a maior parte (96%) das crianças consumiam pelo menos 1 alimento ultraprocessado e 1 alimento in natura/minimamente processado em suas refeições do dia anterior.

A partir das associações obtidas, observou-se que crianças que tem costume de realizar as refeições assistindo à TV ou mexendo no computador e/ou celular apresentam menor consumo de verduras e/ou legumes (52 %) quando comparadas àquelas que não tem esse costume (88 %) ($p=0,006$), além de apresentam menor consumo de alimentos in natura/minimamente processados (44%) quando comparadas àquelas que não tem esse costume (76%) ($p=0,021$).

Neste estudo, crianças que tem o hábito de fazer 6 refeições por dia não consumiram bebidas adoçadas (refrigerante, suco de caixinha, suco em pó, água de coco de caixinha, xaropes de guaraná/groselha, suco de fruta com adição de açúcar) (0%) quando comparadas àquelas que não tem esse costume (72,3%) ($p=0,029$) e crianças que tem

o hábito de pular o café da manhã, apresentam maior consumo de alimentos ultraprocessados (75%) quando comparadas àquelas que não possuem esse hábito (6,5%) ($p=0,004$).

Também foi encontrado que crianças que tem costume de comer em restaurantes fast-food apresentam menor consumo de verduras e/ou legumes (60,6%) quando comparadas àquelas que não tem esse costume (88,2%) ($p=0,041$), apresentam maior consumo de bebidas adoçadas (78,8%) quando comparadas àquelas que não tem esse costume (47,1%) ($p=0,026$), e apresentam maior consumo de macarrão instantâneo, salgadinhos de pacote ou biscoitos salgados (60,6%) quando comparadas àquelas que não tem esse costume (11,8%) ($p=0,001$).

Por fim, crianças que compram alimentos na cantina/lanchonete da escola apresentam não consumiram verduras e/ou legumes (0%) quando comparadas àquelas que levam alimentos de casa para comer na escola (74,5%) ($p=0,023$), e as meninas apresentam menor consumo de bebidas adoçadas (52,2%) quando comparadas aos meninos (81,5%) ($p=0,028$).

Tabela 2 - Avaliação do consumo de alimentos in natura/minimamente processados e ultraprocessados segundo a classificação NOVA em crianças de 6 a 10 anos Juiz de Fora, Minas Gerais, 2023.

Variáveis	n (%)
Percentual de crianças que consumiram todos os ultraprocessados	6 (12%)
Percentual de crianças que consumiram pelo menos 1 alimento ultraprocessado	48 (96%)
Percentual de crianças que consumiram todos os alimentos in natura/minimamente processados	30 (60%)
Percentual de crianças que consumiram pelo menos 1 alimento in natura/minimamente processados	48 (96%)

DISCUSSÃO

A associação observada neste estudo entre o consumo alimentar e as práticas alimentares se dão a partir dos resultados relevantes que foram encontrados, como o fato do feijão ser o alimento saudável mais consumido pelas crianças, e dentre os alimentos não saudáveis, as bebidas adoçadas serem os mais consumidos.

Os resultados também demonstram que o comportamento sedentário compromete a qualidade da alimentação das crianças avaliadas, já que metade das crianças têm o costume de fazer suas refeições assistindo TV/mexendo no computador e/ou celular, e, a maior porcentagem das crianças costuma

comer em restaurantes fast-food, hábito que também prejudica a alimentação delas.

Além disso, as crianças que têm o hábito de pular o café da manhã, apresentaram maior consumo de alimentos ultraprocessados e crianças que dizem consumir alimentos na cantina/lanchonete da escola, acabam não consumindo verduras e/ou legumes.

Sabe-se que práticas de alimentação saudáveis, como fazer as refeições à mesa e na companhia da família, contribuem para melhores hábitos de alimentação e para manutenção de um peso saudável em crianças (Brasil, 2019).

Em relação ao tempo de tela, Fang e colaboradores (2019) mostraram que quando comparado com o tempo <2 horas/dia, há

aumento do risco de sobrepeso/obesidade entre crianças com tempo de tela ≥ 2 horas/dia.

Além disso, de acordo com Santana (2014), crianças que se alimentam de forma inadequada tendem a desenvolver sobrepeso, obesidade e doenças crônicas associadas.

É na infância que os hábitos alimentares de um indivíduo são aprendidos e tendem a persistir ao longo de toda a sua vida.

Os hábitos familiares, os fatores socioeconômicos e o ambiente em que a criança está inserida são fortes influenciadores do estilo de vida e condições de saúde.

Porém, é no ambiente escolar que as crianças se deparam com uma variedade de guloseimas, e que facilmente irão dar preferência a elas, levando a hábitos não saudáveis e ocasionando o aumento da prevalência de sobrepeso/obesidade.

Cantinas e lanchonetes localizadas dentro ou ao redor dos colégios, como uma forma de ofertar alimento para os estudantes, em sua maioria, vendem alimentos ultraprocessados como opção de lanche, sendo esses biscoitos recheados, salgadinhos, refrigerantes, sucos em pó e guloseimas em geral (Carmo e colaboradores, 2018).

Em Juiz de Fora - MG, podemos observar que o ambiente no território das escolas pode ser considerado obesogênico, como demonstrado no estudo de Leite (2017), que teve como objetivo examinar espacialmente o ambiente alimentar e as características socioeconômicas nas regiões urbanas e no entorno das escolas da cidade.

Os achados encontrados mostraram que os estudantes tendem a conviver, no entorno de seus respectivos colégios, em ambientes que atraem a instalação de estabelecimentos que comercializam alimentos, principalmente os não saudáveis, se tornando um fator de risco para o ganho de peso dessa população, já que, por não encontrar estabelecimentos saudáveis, acabam consumindo os que encontram.

Para Kringel (2017), é dever da escola, por meio da educação nutricional, estimular os alunos a consumirem alimentos saudáveis como frutas e vegetais e, consequentemente, adquirir hábitos saudáveis como uma garantia para uma vida longa e com saúde.

Os pais e familiares também estabelecem um ambiente domiciliar que pode ser propício à alimentação excessiva ou a um estilo de vida sedentário. Pais que comem demais, muito rápido ou ignoram os sinais de

saciedade podem oferecer um exemplo negativo aos seus filhos.

Ademais, por falta de tempo devido a correria do dia a dia, acabam ofertando alimentos prontos como os ultraprocessados, com baixo valor nutricional.

Sendo assim, é fundamental que os pais estimulem seus filhos a optarem por alimentos considerados nutritivos às crianças, incluindo nos cardápios lanches saudáveis principalmente para levar para o colégio, evitando com que a criança consuma alimentos das cantinas (Torres e colaboradores, 2020).

Cabe destacar também a necessidade da proibição da venda de alimentos ultraprocessados nas cantinas escolares, iniciativa que é regulamentada por meio de dispositivos legais identificados nos municípios e estado de Minas Gerais, mas não é devidamente fiscalizada, como trata a resolução da Secretaria de Estado de Educação nº 1511/2010 que orienta a aplicação de Lei nº 18372/2009 no âmbito das escolas do sistema estadual de ensino, públicas ou privadas, e a Lei municipal nº 12121/2009, que proíbem a comercialização de produtos não saudáveis listados (incluindo refrigerantes, frituras e molhos calóricos, salgadinhos industrializados, dentre outros).

Diante disso, faz-se necessária a análise do perfil alimentar e nutricional dos escolares, para que se possa formular estratégias de ações de educação nutricional para reversão desse cenário epidemiológico, visando o incentivo a uma nova conduta de alimentação saudável, começando pela avaliação do ambiente familiar, que é considerado como importante formador do comportamento e estilo de vida das crianças, pois é neste âmbito que se iniciam as primeiras experiências e aprendizagens alimentares.

O nutricionista é um dos profissionais que pode auxiliar na prevenção de diversas patologias, orientando a melhora do estilo de vida, de acordo com as necessidades e proporcionando uma melhor qualidade de vida e bem-estar.

Nesse contexto, cabe destacar que o objetivo deve ser avaliar cada criança de forma individual, para que se possa compreender tudo que envolve seus hábitos e comportamentos alimentares e de sua família (Vaz e Bennemann, 2014).

Esse trabalho, apesar de demonstrar associações significativas entre os hábitos e consumo alimentar das crianças, apresenta

algumas limitações. A primeira, por ser por amostra do tipo conveniência, na qual era enviado por e-mail um formulário convidando os pais/responsáveis a permitirem seus filhos a participarem desta pesquisa.

Sendo assim, os pais/responsáveis que concordassem, deveriam preencher seus dados e os dados de suas crianças. No entanto, obtivemos pouca adesão de participantes, provavelmente devido ao fato de que nem todos checaram seus e-mails e por isso podem não ter respondido à pesquisa.

Consideramos também um ponto fraco o fato de não ter sido avaliado o ambiente alimentar escolar como um todo, como quais alimentos são comercializados na cantina e no entorno da escola.

Por fim, foram avaliados somente estudantes de uma escola privada, portanto os achados não podem ser extrapolados para todas as crianças.

Já como pontos fortes, podemos considerar que esse estudo abrangeu uma faixa etária ampla, sendo um aspecto considerado importante para identificar comportamentos de risco na fase escolar, além de ter utilizado instrumentos brasileiros validados para avaliação de práticas e consumo alimentar.

CONCLUSÃO

Os escolares, em geral, apresentam em sua maioria, hábitos alimentares que podem ser considerados fatores de risco para desenvolvimento de obesidade e de doenças ocasionadas por ela.

A escola demonstrou potencial em ofertar alimentos considerados não saudáveis. Além disso, como o comportamento alimentar infantil é reflexo do ambiente no qual a criança está inserida, desse modo os pais/responsáveis exercem também um papel importante na escolha alimentar dos seus filhos.

Diante das associações encontradas, conclui-se que a escola, juntamente com os pais devem procurar meios de estimular as crianças a adquirirem hábitos saudáveis que irão refletir por toda a vida, como mudanças na forma como conduzem a sua rotina, na inserção do ensino da nutrição no currículo escolar e na oferta de alimentos com qualidade.

Por fim, destaca-se que os resultados obtidos podem ser considerados para melhoria da saúde das crianças e no planejamento de

ações para a prevenção e o controle da obesidade infantil no município.

REFERÊNCIAS

1-Almeida, P.T.; Lima, L.R.; Pereira, T.C; de Menezes, R.S.M.; Calistro, M.O.; Guedes, I.C.P.; Barreto, J.A.P.S. Associação entre os hábitos alimentares inadequados em escolares e seus desfechos no estado nutricional: uma revisão integrativa de literatura. *Brazilian Journal of Health Review*. Vol. 2. Num. 5. 2019. p. 4693-4700.

2-Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Promoção da Saúde. Guia alimentar para crianças brasileiras menores de 2 anos. Brasília-DF. 2019.

3-Brasil. Ministério da Saúde. Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN). Relatórios do Estado nutricional dos indivíduos acompanhados por período, fase do ciclo da vida e índice. Brasília-DF. 2022.

4-Carmo, A.S.; Assis, M.M.; Cunha, C.F.; Oliveira, T.R.P.R.; Mendes, L.L. The food environment of Brazilian public and private schools. *Cadernos de Saúde Pública*. Vol. 34. Num. 12. 2018.

5-D'ávila, G.L.; Silva, D.A.S.; Vasconcelos, F.A.G. Associação entre consumo alimentar, atividade física, fatores socioeconômicos e percentual de gordura corporal em escolares. *Ciência e Saúde Coletiva*. Vol. 21. Num. 4. 2016. p. 1071-1081.

6-Fang, K.; Mu, M.; Liu, K.; Ele, Y. Screen time and childhood overweight/obesity: A systematic review and meta-analysis. *Child: Care, Health and Development*. Vol. 45. Num. 5. 2019. p. 744-753.

7-Kringel, A.L.; Dorneles, T.S.; Borges, C.D.; Mendonça, C.R.B. Oficina de alimentação saudável em escolas públicas: relato de dois casos. *Expressa Extensão*. Vol. 21. Num. 1. 2016. p. 42-53.

8-Leite, M.A. Ambiente alimentar em Juiz de Fora: um enfoque no território das escolas. Dissertação de Mestrado. Universidade Federal de Juiz de Fora. Juiz de Fora-MG. 2017.

9-Monteiro, C.A.; Cannon, G.; Levy, R.; Moubarac, J.C.; Jaime, P.; Martins, A.P.; Canella, D.; Louzada, M.; Martins, C.; Martinez, E.; Baraldi, L.; Garzillo, J.; Sattamini, I. NOVA. A estrela brilha intensamente. *Nutrição Mundial*. Vol. 7. Num. 1-3. 2016. p. 28-38.

10-Monteiro, C.A. Ultra-processed foods: what they are and how to identify them. *Public health nutrition*. Vol. 22. Num. 5. 2019. p. 936-941.

11-Monzani, A.; Ricotti, R.; Caputo, M.; Solito, A.; Archero, F.; Bellone, S.; Prodam, F.A. Systematic Review of the Association of Skipping Breakfast with Weight and Cardiometabolic Risk Factors in Children and Adolescents. What Should We Better Investigate in the future?. *Nutrients*. Vol. 11. Num. 2. 2019. p. 387.

12-Santana, O.S. Caracterização do consumo alimentar e seus determinantes entre adolescentes de escolas públicas e privadas das capitais brasileiras e do Distrito Federal. Dissertação de Mestrado. Universidade de Brasília. Brasília. 2014.

13-Santos, K.D.F.; Coelho, L.V.; Romano, M.C.C. Comportamento dos pais e comportamento alimentar da criança: Revisão Sistemática. *Revista Cuidarte*. Vol. 11. Num. 3. 2020.

14-Torres, B.L.P.M.; Pinto, S.R.R.; Silva, B.L.S.; dos Santos, M.D.C.; Moura, A.C.C.; Luz, L.C.X.; Melo, M.T.S.M.; Carvalho, C.M.R.G. Reflexões sobre fatores determinantes dos hábitos alimentares na infância. *Brazilian Journal of Development*. Vol. 6. Num. 9. 2020. p. 66267-66277.

15-Vaz, D.S.S.; Bennemann, R.M. Comportamento alimentar e hábito alimentar: uma revisão. *Uningá Review*. Vol. 20. Num. 1. 2014.

Recebido para publicação em 02/04/2024
Aceito em 12/10/2024