

## **IMPACTO DA EDUCAÇÃO NUTRICIONAL DESENVOLVIDA NOS ALUNOS PARTICIPANTES DO PROJETO DO LABORATÓRIO DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO.**

Leila Maria Bentes da CRUZ<sup>1</sup>, Dionísia NAGAHAMA<sup>2</sup>; Rosana Castro de ALBUQUERQUE<sup>3</sup>; Jordânia Mota de ARRAES<sup>3</sup>.

<sup>1</sup>Bolsista PIBIC/CNPq/INPA; <sup>2</sup>Orientadora CPCS/ INPA; <sup>3</sup>Colaboradores CPCS/ INPA.

### **1. Introdução**

A Educação Nutricional é um processo que visa levar às pessoas a ciência da nutrição, através do qual se obtém mudanças de atitudes e práticas alimentares e de conhecimentos nutricionais com garantia da saúde do homem. O poder aquisitivo, a falta e saneamento básico e a disponibilidade de alimentos por si só não geram problemas de saúde por desvios alimentares, mas sim, a associação destes fatores à falta de conhecimento que as pessoas têm sobre a alimentação correta, influências sócio-culturais e hábitos alimentares inadequados que também incidirão para o mau uso dos recursos alimentares disponíveis (Camarneiro Jorge & Almeida Peres, 2004). A educação nutricional tem papel fundamental de conscientização que se faz necessária para as modificações dos hábitos prejudiciais à saúde e qualidade de vida dos adolescentes, porém deveria ser iniciada na infância, já que é nesta fase da vida que se formam o hábito alimentar. A adolescência é o momento privilegiado para se colocar em prática medidas preventivas, uma vez que os hábitos alimentares criados quando o indivíduo afirma sua independência, tornando-se responsável por suas próprias ingestões alimentares, aparentemente persistem na idade adulta (Jacobson 1998). Neste sentido, o Grupo da Nutrição do Laboratório de Alimentos e Nutrição – LAN - vem capacitando alunos do ensino médio desde o início do programa de Iniciação Científica – PIBIC/Jr em 2004, onde são orientados a realizar atividades de iniciação científica dentro dos parâmetros da ciência da Nutrição. São orientados pelo Grupo em média 12 adolescentes no programa PIBIC Jr por ano, como também capacitou jovens do ensino fundamental do projeto Jovem Pesquisador coordenado pelo grupo do Laboratório de Pesquisa e Educação Ambiental do Instituto Nacional de Pesquisa da Amazônia. Estes alunos realizam atividades já pré-estabelecidas visando a iniciação nas pesquisas em campo ou em laboratório. Sendo assim a nutrição deve ser sempre considerada como uma variável de controle para busca de uma melhor qualidade de vida da população, sendo que a falta de educação nutricional pode causar prejuízos às vezes irreversíveis a saúde do indivíduo. Levando em consideração as atividades realizadas pelo Laboratório de Alimentação e nutrição (LAN) da Coordenação de Pesquisa em Ciências da Saúde (CPCS) do Instituto Nacional de Pesquisa da Amazônia (INPA) com adolescentes do ensino médio público da cidade de Manaus é que foi realizada essa pesquisa para verificar o impacto da educação nutricional desenvolvida nos adolescentes participantes do projeto LAN/CPCS/INPA.

### **2. Material e Métodos**

A população estudada foi composta de 11 adolescentes entre 15 e 18 anos de idade participantes do Programa de Iniciação Científica PIBIC Jr, lotados no LAN/CPCS - INPAN/AM. O período foi de setembro de 2008 a junho de 2009. Após a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido dos responsáveis como também dos adolescentes, foi realizada a atividade inicial sobre o conhecimento de alimentos e nutrição, o mesma atividade foi feito no final da pesquisa, sendo seguindo o cronograma de atividades conforme o projeto PIBIC Jr, do grupo do LAN. Onde Foram realizadas quatro aulas no período de nove meses, sendo que os adolescentes realizavam atividades semanais durante o decorrer do projeto (8 horas semanais). O conhecimento da Educação Nutricional foi avaliado de acordo com a literatura existente sobre esse tema e definida conforme Ferreira (1999). Para a medida do peso corporal utilizou-balança digital com capacidade para 150 kg e sensibilidade de 100 g. A estatura foi mensurada através de antropômetro portátil de marca Alturaexata, seguindo as recomendações de Lohman *et al.* (1988). Para avaliação do estado nutricional foram utilizados os critérios propostos pela OMS (WHO, 1995) e utilizados pela rede de atenção básica de Saúde. Para a análise sócioeconômica foi utilizado o critério de avaliação econômica do Brasil (ANEP, 2003).

### 3. Resultados e Discussão

Devido a desistência de 6 alunos do grupo do LAN, a amostra final foi de 11 participantes, este grupo foi composto por 7 adolescentes do sexo feminino e 4 do sexo masculino. Na Tabela 1 são mostrados os resultados relativos às análises antropométricas tendo por base a distribuição dos percentis do IMC. Os dados apresentados revelam que 9,9% apresentam baixo peso e que 54,55% dos adolescentes apresentam-se eutrófico e 36,36% estão com sobrepeso, confirmando com os resultados encontrados por Trindade (2004) que demonstrou em seus estudos que a maioria dos adolescentes apresentou um estado de eutrofia (77,8%). É importante salientar que adolescência é caracterizada por crescimento físico e desenvolvimento acelerado, e pode ser considerada como um período vulnerável e sensível a fatores relacionados com a alimentação e nutrição (Fisberg *et al.*, 2000).

Tabela 1. Distribuição dos adolescentes em categorias do estado nutricional, com base nos percentis do Índice de Massa Corporal-IMC. Manaus 2009.

<i>Estado Nutricional</i>	<i>FI</i>	<i>%</i>
Baixo Peso	1	9,09
Eutrófico	6	54,55
Sobrepeso	4	36,36
Total	11	100,00

Na Tabela 2 são mostrados os resultados relativos às classes socioeconômicas dos adolescentes e 79,16% encontravam-se na classe C, 16,16% na classe D e apenas 4,16% na classe E. Nenhum dos adolescentes se encontrava nas classes mais favorecidas (classe A e B). Nesse estudo, realizado em adolescentes participantes do grupo do LAN. Corroboram com estudos anteriores realizados no Brasil, mostrando que mais de 90% das famílias dos adolescentes avaliados pertenciam às classes econômicas menos favorecidas (C, D e E). No Brasil, segundo dados da ANEP, a maior parte das famílias pertencem às classes socioeconômicas de menor renda (D: 33% e E: 31%), sendo que, nas Regiões Norte e Nordeste, a situação é mais precária, com 67% das famílias pertencentes às classes D e E (37% e 30%, respectivamente). Esses dados mostram que mais de 60% das famílias brasileiras se encontram em classes socioeconômicas menos favorecidas. A inserção socioeconômica nas classes C, D e E na quase totalidade das famílias dos adolescentes pode ser um fator de explicação para o grande percentual- mais de 60% - de adolescentes inseridos no mercado de trabalho, a fim de contribuir com o aumento da renda familiar. Gambardella (1999). Fato este que coincide com as opiniões dos adolescentes em relação à bolsa de estudo, "estamos aqui pelo valor da bolsa, e não pelo conhecimento" (adolescentes do programa de iniciação científica PIBIC Jr. 2009). No Brasil, tem sido apontada claramente a renda como determinante do estado nutricional da população. Não podemos dizer, com isso, que fatores biológicos e culturais não têm peso nenhum. Mas em famílias com renda per capita inferior a 1 ou 1,5 salário mínimo, as perspectivas de sucesso da educação nutricional são mínimas (Gouveia, 1999).

Tabela 2. Indicador socioeconômico dos adolescentes participantes do projeto do Laboratório de Alimentação e Nutrição da Coordenação de Pesquisa em Ciências da Saúde do Instituto Nacional de Pesquisa da Amazônia. Manaus 2009.

<i>Classes</i>	<i>FI</i>	<i>%</i>
Classe C	57	79,16
Classe D	12	16,16
Classe E	3	4,16
Total	72	100,00

Os resultados referentes ao conhecimento sobre as definições de nutrição; nutrientes; alimento e alimentação mostraram que a grande parte dos adolescentes não sabia definir tais conceitos e que houve grande confusão em relação às definições. Fazendo uma comparação com as respostas dos mesmos depois da educação nutricional realizada, verificou que os adolescentes pesquisados obtiveram resposta positivas e com mais precisão de acertos, sem haver trocas nas definições. Essa forma de conhecimento onde o aluno busca criar conceito ou mesmo compreender o seu significado gera possibilidade de grande entendimento com o novo, entretanto, o pensamento verbal não é uma forma de comportamento natural e inata, mas é determinado por um processo histórico-cultural e têm propriedades e leis específicas que podem ser encontradas formas naturais de pensamento e fala. Isto é, os conceitos são construções culturais, internalizadas pelos indivíduos ao longo do processo do conhecimento (Vygotsky, 1979). São escassos os estudos avaliando o conhecimento nutricional e alimentar de adolescentes por meio de instrumentos devidamente validados, pode-se considerar este trabalho como o primeiro a avaliar o impacto da educação nutricional em adolescente de um grupo de estudo de estudo desta modalidade de pesquisa (PIBIC Jr), demonstrando assim a carência de estudos de referência nesta população.

#### 4. Conclusão

As análises dos indicadores antropométricos indicaram que a população estudada é eutrófica (estado nutricional normal), sendo que apresentou prevalência de sobrepeso revelando percentual acima do esperado. Esse resultado se deu em virtude do número da amostra ser pequeno  $n=11$ . Em relação a situação socioeconômica os pesquisados estão dentro da classe C. Diante das limitações deste estudo, podemos concluir que impacto da educação nutricional desenvolvida nos adolescentes mostrou novos caminhos para o conhecimento em relação a educação nutricional onde os pesquisados estão mais cientes das escolhas em virtude de uma boa alimentação. Sendo que é visível e compreensível a dificuldade de mudança de hábitos alimentares, principalmente nesta faixa etária, muitos fatores contribuem para isso, dentre eles a herança cultural e genética dos diferentes grupos sociais.

#### 5. Referências Bibliográficas

- Critérios de Classificação Econômica do Brasil. Anep, 2003. Disponível em: ([WWW.anep.org.br/codigosguias/cceb.pg](http://WWW.anep.org.br/codigosguias/cceb.pg)). Acesso em: 04/05/09.
- Carneiro Jorge, T. & Almeida Peres, S.P.B., 2004. Elaboração de Recursos Pedagógico-Nutricionais para Programas de Educação nutricional. Nutrição Brasil. São Paulo, Julho/ Agosto.
- Ferreira, A. B. H., 1999. Dicionário da Língua Portuguesa. Rio de Janeiro: Nova Fronteira.
- Fisberg, M.; Bandeira, C.R.S.; Banilha, E.A., 2000. Hábitos Alimentares na Adolescência. *Pediatria Moderna*. V. 36. N. 11. Pg. 724.
- Gambardella, A.M.D.; Frutuoso, M.F.P.; Franchi, C., 1999. *Prática alimentar de adolescentes*. Rev. Nutr. 12(1): 55-63.
- Gouveia, E.L.C., 1999. *Nutrição, Saúde e Comunidade*. 2 ed. Rio de Janeiro. Revinter. Pg. 247.
- Jacobson, M, S. 1998. *Nutrição na adolescência*. Anais Nestlé, São Paulo, v.55, n.24, p.24-33.
- Lohman, T.G.; Roche, A.F.; Martorell, R., 1988. *Anthropometric standardization reference manual*. Champaign, Illinois: Human Kinetics Books.
- Trindade, S.N., 2004. *Perfil nutricional de atletas adolescentes da Fundação Vila Olímpica da Manaus – AM*. Dissertação de Mestrado – INPA/ UFAM, Manaus: INPA/FUA.
- Vygotski, L. S. 1979. *Pensamento e linguagem*. Lisboa: Antídoto, p.48.
- [WHO] World Health Organization, 1998. *Consultation on obesity. Obesity: prevention and managing the global epidemic*. Geneva.