

## **AVALIAÇÃO DO CONSUMO DIÁRIO DE REFRIGERANTE EM ESCOLARES DE QUATRO CIDADES DO SUL DO PAÍS**

**CAROLINE CARDOZO BORTOLOTTO<sup>1</sup>; FERNANDA DE OLIVEIRA MELLER<sup>2</sup>;  
SAMANTA WINCK MADRUGA<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>Universidade Federal de Pelotas. UFPel – kkbortolotto@hotmail.com

<sup>2</sup>Universidade Federal de Pelotas. UFPel – fe\_meller@hotmail.com

<sup>3</sup>Universidade Federal de Pelotas. UFPel – samantamadruga@gmail.com

### **1. INTRODUÇÃO**

A caracterização das transições demográfica, epidemiológica e nutricional que o país enfrenta é um fator marcante que pode ter influenciado nas mudanças de estilos de vida da população. Diante dessas mudanças no perfil de compras de alimentos pelas famílias, houve um aumento do consumo de alimentos ricos em gordura saturada e açúcares como refrigerantes, produtos industrializados de carnes, leite e derivados ricos em gorduras, guloseimas como doces, chocolates, balas (ESCODA, 2002).

Alguns estudos têm evidenciado que crianças e adolescentes apresentam consumo elevado desses alimentos considerados não saudáveis, entre eles o refrigerante (CARVALHO, STYNE, 2001).

Sendo assim, a presença de cantinas e bares no ambiente escolar pode afetar a alimentação, tornando-a inadequada quanti e qualitativamente. Estudo mostra que, em algumas escolas, muitos alunos consomem produtos oferecidos pelas cantinas e bares, principalmente salgados caseiros, refrigerantes, balas/goma e sucos (DANELON, 2004).

Dessa forma, a escola é considerada um ambiente passível e propício para a realização de intervenções, uma vez que os alunos passam grande parte do dia nesse ambiente de educação e aprendizado.

O objetivo do presente estudo foi avaliar a prevalência do consumo de refrigerante e seus fatores associados entre os alunos matriculados no ensino médio integrado da rede pública federal.

### **2. METODOLOGIA**

Trata-se de um estudo experimental de base escolar realizado no início do ano letivo de 2012. O presente estudo fez parte de uma avaliação maior intitulada “Educação Física Mais: Praticando Saúde na Escola” da Universidade Federal de Pelotas, o qual teve como objetivo principal analisar a implantação do projeto, que visa à inserção do tema saúde, junto à disciplina de Educação Física do ensino médio integrado da rede pública federal.

As escolas foram sorteadas aleatoriamente e a amostra foi composta por alunos e professores de todas as turmas existentes do 1º ao 3º ano do ensino médio técnico integrado dos campi Charqueadas, Sapucaia do Sul, Bagé e Venâncio Aires. A coleta de dados foi realizada por uma equipe de entrevistadores previamente selecionados após receberem um treinamento de oito horas em um dia para testar os instrumentos, treinar, aplicar e tirar dúvidas.

Os dados sobre o consumo alimentar dos estudantes foram avaliados através do Formulário de Marcadores de Consumo de indivíduos com cinco anos de idade ou mais, proposto pelo Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN), o qual foi autoaplicado em sala de aula. Para o presente estudo foi estudado apenas o item referente ao refrigerante, com as seguintes opções de resposta:

“não comi ou comi em 1 dia”, “2 dias”, “3 dias”, “4 dias”, “5 dias”, “6 dias” e “7 dias”.

A prevalência do consumo elevado de refrigerante foi avaliada segundo as variáveis sexo, idade (anos completos), série, nível sócio econômico (tercis do índice de bens).

O desfecho estudado foi dicotomizado em  $< 4$  dias por semana e  $\geq 4$  dias por semana (consumo elevado).

Os dados foram duplamente digitados e analisados no programa Stata versão 11.0. A prevalência de consumo diário de refrigerante e seus fatores associados foram avaliados através do teste exato de Fisher, com nível de significância de 5%.

Foi solicitado consentimento por escrito aos pais ou responsáveis pelos alunos com idade inferior a 18 anos e aos próprios alunos com idade igual ou superior a 18 anos. O projeto “Educação Física Mais: Praticando saúde na escola” foi aprovado pelo Comitê de Ética da Faculdade de Educação Física da Universidade Federal de Pelotas, protocolo número nº 039/2011.

### 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Dos 1050 participantes elegíveis para o estudo, 832 foram entrevistados totalizando 20,7% de perdas e recusas, sendo que 829 (99,6%) apresentaram informação sobre o consumo diário de refrigerante. Observou-se que a maioria dos estudantes era do sexo feminino (50,1%), encontrava-se na faixa etária  $\geq 16$  anos (46%), estava frequentando o 1º ano do Ensino Médio (48,5%) e pertencia ao menor nível socioeconômico (33,6%).

O estudo foi capaz de identificar um dos principais fatores de risco para doenças cardiovasculares através do elevado consumo de um alimento rico em sódio e açúcar, que é o refrigerante, sendo o alimento mais consumido pelos estudantes, o qual 23,2% da amostra referiu consumir todos os dias da semana. Segundo a Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), a prevalência do consumo de refrigerante por cinco ou mais dias na última semana foi de 37,2% entre os escolares, valor elevado em comparação ao resultado do presente estudo mesmo com a metodologia de avaliação do consumo alimentar bastante semelhante (BRASIL, 2009).

O consumo elevado ( $\geq 4$  dias por semana) batata-frita, hambúrguer, bolachas doce e salgada, pela maioria dos estudantes foi 20,3%, 27,9%, 25,7%, 31,1%, respectivamente. Não houve uma associação estatisticamente significativa entre o consumo elevado de refrigerante e as variáveis: sexo, idade, série e nível socioeconômico. No entanto, a maior prevalência de consumo foi encontrada no sexo masculino, nos adolescentes com idade  $\geq 16$  anos, nos estudantes da 1ª série do Ensino Médio e naqueles com maior nível socioeconômico. Em contrapartida, quanto à variável sexo, ROMBALDI (2011) observou que homens consumiram mais refrigerante em relação às mulheres.

Na Tabela 1, estão apresentadas as prevalências de consumo elevado de refrigerante segundo consumo de alimentos considerados não saudáveis. Verifica-se associação estatisticamente significativa entre o elevado consumo de refrigerante e o consumo elevado de alimentos considerados não saudáveis como hambúrguer, batata-frita, bolacha salgada e bolacha doce. Da mesma forma, ROMBALDI (2001) encontrou associação entre a alta ingestão de refrigerante e o consumo semanal de lanches, como hambúrguer e cachorro-quente. Segundo a Pesquisa de Orçamentos Familiares (2008-2009), os grupos de alimentos associados ao maior consumo energético são também aqueles associados ao

consumo mais elevado de gordura saturada, açúcar, sal e com as menores quantidades de fibras (IBGE, 2008-2009).

**Tabela 1.** Prevalência de consumo elevado de refrigerante ( $\geq 4$  dias por semana) segundo consumo de alimentos considerados não saudáveis ( $n=829$ ). Consumo segundo de alimentos considerados não saudáveis em estudantes do Ensino Médio, 2013.

Variáveis	n (%)	Valor p*
<b>Consumo de batata-frita (por semana)</b>		<0,001
<4 dias	279(42,3)	
$\geq 4$ dias	125(74,4)	
<b>Consumo de hambúrguer (por semana)</b>		0,001
<4 dias	279(45,4)	
$\geq 4$ dias	134(58,3)	
<b>Consumo de bolacha salgada (por semana)</b>		0,001
<4 dias	277(45,0)	
$\geq 4$ dias	123(59,1)	
<b>Consumo de bolacha doce (por semana)</b>		<0,001
<4 dias	235(41,8)	
$\geq 4$ dias	165(65,0)	

\*Teste exato de Fisher

#### 4. CONCLUSÕES

O presente estudo encontrou um consumo elevado de refrigerante entre os escolares estudados. Esta inadequação alimentar deve ser considerada preocupante já que o consumo desse alimento está também relacionado ao consumo de outros alimentos não saudáveis. Além disso, a adolescência é um período da vida considerado vulnerável, onde a formação de hábitos saudáveis deve ser estimulada, pois, possivelmente, permanecerá ao longo da vida.

É extremamente necessária a adoção de estratégias de promoção e prevenção de saúde, sendo a escola um local apropriado para tal intervenção, através da melhora da qualidade dos alimentos oferecidos pelas cantinas e bares, enfatizando a redução de alimentos considerados não saudáveis e os benefícios de uma dieta equilibrada à saúde. Tais medidas irão contribuir para uma melhor qualidade de vida dos adolescentes, prevenindo e/ou diminuindo os riscos de morbidade na vida adulta.

#### 5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ESCODA, M.S.Q. Para a crítica da transição nutricional. **Revista Ciência & Saúde Coletiva**, Natal-RN, v. 7, n.2, p.219-226, 2002.

CARVALHO, C.M.R.G.; NOGUEIRA, A.M.T.; TELES, J.B.M.; PAZ, S.M.R.; SOUSA, R.M.L. Consumo alimentar de adolescentes matriculados em um colégio particular de Teresina, Piauí, Brasil. **Revista de Nutrição**, Campinas, v.14, n.2, p. 85-93, 2001.

STYNE, D.M. Childhood and adolescent obesity Prevalence and significance. **Pediatric Clinic of North America**, Califórnia, v.48, n.4, p.823-854, 2001.

DANELON, M.S.; SILVA, M.V. da; Consumo de alimentos entre alunos de escolas particulares de Piracicaba (SP). In: **Anais do 12º Simpósio Internacional de Iniciação Científica da Universidade de São Paulo [CD-ROM]**, Piracicaba-SP, 2004.

BRASIL. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE) 2009**, Rio de Janeiro: IBGE 2009.

ROMBALDI, A.J; NEUTZLING, M.B.; DA SILVA, M.C; AZEVEDO, M.R.; HALLAL, P.C. Factors associated with regular non-diet soft drink intake among adults in Pelotas, Southern Brazil. **Revista de Saúde Pública**, Pelotas-RS, v.45, n.2, p.382-390, 2011.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). **Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009**. Antropometria e Estado Nutricional de Crianças, Adolescentes e Adultos no Brasil, Rio de Janeiro, 2010. Acessado em 08 ago. 2013. Disponível em: [http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/condicaodevida/pof/2008\\_2009\\_encaa/default.shtm](http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/condicaodevida/pof/2008_2009_encaa/default.shtm)