

AVALIAÇÃO DA ACEITABILIDADE DA MERENDA ESCOLAR E DE HÁBITOS ALIMENTARES EM ESCOLARES DE DUAS ESCOLAS DA REDE PÚBLICA DE ENSINO NO MUNICÍPIO DE AMPARO, SÃO PAULO.

MARI UYEDA¹

KARINA ROBERTA PAVAM²

RESUMO

O presente estudo teve como objetivo avaliar a aceitabilidade da merenda escolar oferecida em duas escolas estaduais de ensino fundamental do município de Amparo, São Paulo. A aceitabilidade das refeições oferecidas que compunham o cardápio no dia da pesquisa foi avaliada utilizando a escala hedônica facial de cinco pontos, aplicada a uma amostra de 44 alunos, de ambos os sexos, da 4ª e 5ª série, com faixa etária de 9 a 11 anos. A aceitabilidade da merenda escolar avaliada foi relativamente alta.

Sabe-se também que, a alimentação saudável é primordial para as crianças em idade escolar, pois ela é capaz de evitar déficits, carências e excessos nutricionais, além de melhorar o rendimento e aproveitamento escolar. Perante esta afirmação, aplicou-se a amostra representativa, um questionário ilustrado, com foco nos costumes e hábitos alimentares fora do período escolar, que revelou que, a maioria dos adolescentes consumia regularmente arroz e feijão nas refeições em casa (100%), carnes em geral (88,6%) e salada (84,09 %), sendo a salada de alface a de maior adesão (56,81 %) e realizam as refeições diante da televisão (63,63 %). A preferência alimentar dos alunos foi o chocolate (18,18 %) e, o alimento mais rejeitado por eles foi o brócolis (20,45 %). A grande maioria também revelou comer batata frita e tomar refrigerante vários dias na semana e comer frutas e verduras todos os dias.

Palavras-Chave: Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE). Aceitação da merenda escolar. Hábitos alimentares.

ABSTRACT

The study aimed to evaluate the acceptability of school lunches offered in two State schools of elementary school in the city of Amparo, São Paulo. The acceptability of meals offered that made up the menu on the day of the survey, was evaluated using the hedonic scale five-point facial, applied to a sample of 44 students, of both sexes, the 4th and 5th series, with age range of 9 to 11 years. The acceptability of school meals evaluated was relatively high.

It is also known that healthy eating is crucial for schoolchildren, for she is able to avoid deficits, shortfalls and nutrient excesses, as well as improve the performance and utilization. Before this statement, the representative sample, a quiz illustrated, focusing on Customs and habits outside of the term, which revealed that most of the teenagers regularly consuming rice and beans in meals at home (100%), meat in General (88.6%) and salad (84.09%), being the lettuce salad the highest adhesion (56.81%) and watching television (63.63%). The feeding preference of students was the chocolate (18.18%) and food more rejected by them was the broccoli (20.45%). The vast majority also revealed eat French fries and soda several days a week and eat fruits and vegetables every day.

Keywords: National School Feeding Programme (PNAE). Acceptance of school lunches. Eating habits.

1. INTRODUÇÃO

Durante a fase da infância, a criança exerce pouco controle sobre sua disponibilidade de alimentos, sofrendo influência do hábito alimentar dos pais e familiares. Além disso, ela também está mais propensa a alterações de comportamento alimentar devido a sua inserção no ambiente escolar. Perante estes fatores, a merenda oferecida pela escola deve ser nutricionalmente adequada e na forma de refeição coletiva, em horário propício, para assegurar uma melhor disposição infantil aos desafios da aprendizagem e orientar seus alunos para a prática de bons hábitos alimentares e de vida.

O PNAE, introduzido em 1955, mais conhecido como "merenda escolar", é reconhecido pela United Nations Children's Found (UNICEF) como o maior programa de alimentação do mundo e o único com atendimento universalizado. Por meio da distribuição de refeições durante o intervalo das atividades escolares, o PNAE visa atender às necessidades nutricionais dos alunos durante sua permanência na escola, sendo gerenciado pelo Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE).

O Programa teve sua origem no início da década de 40, quando o então Instituto de Nutrição do país defendia a proposta de que o Governo Federal deveria oferecer alimentação ao escolar. Entretanto, neste ano não foi possível concretizá-lo, por indisponibilidade de recursos financeiros.

Anos depois, mais precisamente na década de 50, foi elaborado um abrangente Plano Nacional de Alimentação e Nutrição, denominado Conjuntura Alimentar e o Problema da Nutrição no Brasil. Pela primeira vez, se estruturou no Brasil um programa de merenda escolar em âmbito nacional, sob a responsabilidade pública. Desse plano original, apenas o Programa de Alimentação Escolar (PAE) se manteve. Adotando diferentes denominações, estruturas institucionais e modalidades de gestão, somente no ano 1979 passou a denominar-se Programa Nacional de Alimentação Escolar.

Com a promulgação da Constituição Federal, em 1988, ficou assegurado o direito à alimentação escolar a todos os alunos do ensino fundamental por meio de programa suplementar de alimentação escolar a ser oferecido pelos governos federal, estaduais e municipais.

A partir de 2006, em meio a inúmeras mudanças que ocorriam no programa, destacou-se uma conquista fundamental - a exigência da presença do nutricionista como Responsável Técnico pelo Programa, bem como do quadro técnico composto por esses profissionais em todas as entidades executoras, o que permitiu uma melhoria significativa na qualidade do PNAE quanto ao alcance de seu objetivo.

Após inúmeras mudanças, atualmente o cardápio da alimentação escolar, sob a responsabilidade dos estados, do Distrito Federal e dos municípios, deve ser elaborado por nutricionista habilitado. Esta atividade deve contar com a participação do Conselho de Alimentação Escolar (CAE), e deverá ser programado de modo a suprir no mínimo, por refeição, 15% das necessidades nutricionais diárias dos alunos beneficiados, durante sua permanência em sala de aula (BRASIL, 2000).

A alimentação suficiente e adequada, sendo a principal necessidade do ser humano, constitui um dos direitos da criança. Em áreas onde não é fornecida a merenda escolar, a desnutrição proteico-energética (DPE) continua sendo um dos mais graves problemas de saúde pública (LEONE, 1998).

A merenda escolar ocasiona oportunidade para que os escolares sejam estimulados a conhecer, valorizar e aceitar com satisfação novos alimentos e adquirir boas práticas alimentares, além de comportamentos adequados (BRASIL, 2000).

Em se tratando de escolares, os hábitos alimentares adquiridos durante a infância e adolescência podem influenciar preferências e práticas na idade adulta e, conseqüentemente, também o estado nutricional. Assim, é importante que se conheça a situação da população, principalmente na infância e adolescência, pois é nesta fase da vida que as ações de intervenção podem ser mais efetivas, propiciando a aquisição de hábitos alimentares mais saudáveis e contribuindo para uma melhor qualidade de vida desde os primeiros anos de vida (SAMPAIO *et al.*, 2007).

Estudos revelam que intervenções nutricionais em crianças, principalmente antes dos 10 anos, proporcionam uma maior redução da gravidade da obesidade quando comparadas a pessoas na idade adulta, já que, na infância, os pais podem influenciar mudanças nas dietas de seus filhos.

Segundo Fisberg *et al.*, o comportamento alimentar da criança vincula-se fortemente aos padrões manifestados pelo grupo etário ao qual pertence, pela omissão de refeições, pelo consumo de alimentos de elevado conteúdo energético e pobre em nutrientes e pelas tendências a restrições dietéticas, que podem desencadear problemas de saúde futuramente.

Nesse contexto, o objetivo desta pesquisa foi verificar, em uma amostra de escolares de duas escolas municipais do município de Amparo, a ocorrência de déficits e excessos nutricionais, procurando estabelecer as relações com hábitos alimentares e avaliar o grau de aceitação da merenda escolar oferecida pelo PNAE para essa população.

2. OBJETIVO GERAL

Teve como finalidade avaliar o que os escolares matriculados em duas escolas da rede pública de ensino, na faixa etária de 9 a 11 anos, estão consumindo em sua alimentação rotineira fora da escola, atividade que foi realizada em conjunto com a avaliação da aceitação e do grau de satisfação da merenda escolar oferecida pelo PNAE aos alunos durante o período de permanência na escola.

2.1 Objetivos específicos

- Avaliar o grau de aceitação dos escolares quanto ao cardápio oferecido em duas escolas municipais;
- Avaliar os grupos de alimentos que os escolares consomem com maior frequência fora da escola;
- Identificar os hábitos alimentares desses escolares;
- Traçar parecer sobre estes hábitos.

3. METODOLOGIA

O presente estudo ocorreu em duas escolas municipais do município de Amparo/SP, sendo uma escola situada em área urbana e outra em área rural da cidade e ambas não dispõem de cantina comercial.

O grupo estudado foi composto pelos alunos do ensino fundamental, matriculados nestas instituições de ensino, com idade entre 9 e 11 anos,

presentes nos dias da coleta, que concordaram voluntariamente em participar do estudo e cujos pais/responsáveis autorizaram a participação, assinando um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) (Anexo I), no qual constava uma breve explicação dos objetivos da pesquisa, sobre os métodos que seriam empregados e a afirmação que não haveria identificação dos mesmos.

Utilizaram-se como critérios de exclusão os escolares que não estavam presentes nos dias da coleta de dados e os que não tiveram seu TCLE assinado pelos pais e/ou responsáveis. Pela somatória das duas escolas, foram entregues um total de 92 TCLE e somente 44 alunos (47,82 %) foram autorizados pelos pais a participar da pesquisa.

O questionário semiquantitativo (Anexo II) utilizado para a coleta de dados sobre os hábitos alimentares fora do período escolar continha uma lista com 12 itens alimentares, no qual os escolares foram orientados pela pesquisadora à assinalar os itens que consumiam com maior frequência em suas refeições realizadas em casa durante almoço e jantar. Em outra questão deviam circular os alimentos ilustrados caso os consumisse, e respectivamente indicar a frequência de consumo: todo dia, vários dias na semana, as vezes, raramente e nunca. Assim como responderem livremente as questões dos alimentos que mais gostavam, que menos gostavam, qual salada e qual fruta mais gostavam.

Para encerrar, a última questão abordava se estes escolares assistiam televisão, jogavam vídeo-game ou brincavam enquanto se alimentavam.

A partir da coleta destes questionários e da escala hedônica facial devidamente preenchidos (Anexo III) foi feita a análise de dados coletados e posteriormente amostragem dos resultados, calculados através do software excel, gráficos e representações em imagens.

Para finalizar, elaborou-se uma representação gráfica e textual conclusiva a respeito do tema abordado.

Este trabalho foi submetido ao Comitê de Ética e Pesquisa e aprovado sob número CAAE 48276515.1.00005490.

4. RESULTADO

As preparações oferecidas pelo PNAE aos alunos de uma rede municipal de ensino apresentaram uma aceitação elevada nas duas escolas municipais, visto que na análise dos dados coletados por meio da escala hedônica facial, observou-se uma aceitação com média acima do valor três da escala para as refeições oferecidas. A opção “gostei” foi assinalada por mais da metade dos alunos (61,36 %), como pode ser observado no gráfico 1.

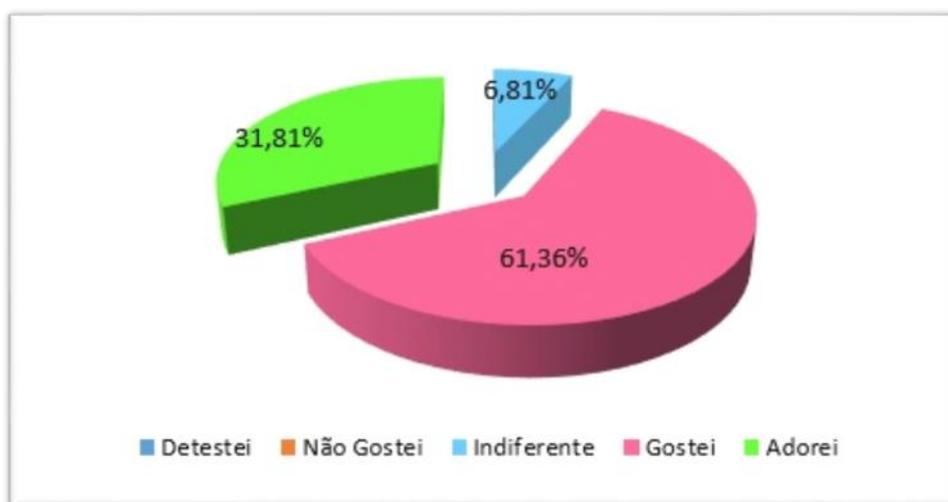


Gráfico 1: Satisfação do aluno pelo cardápio oferecido.

Os escolares também foram questionados em relação às preparações que mais gostaram e menos gostaram no cardápio oferecido, apresentadas nos gráficos 2 e 3. Segundo essa perspectiva, as refeições preferidas foram o frango (31,81 %) e o arroz com feijão (22,72 %). Já as de menor aceitação foram a salada de couve (29,54 %) seguida pelo peixe (18,18 %). Em média a taxa de rejeição das outras preparações (frango, couve flor, repolho refogado, feijão, arroz e feijão, batata, gelatina, arroz e peixe com batata) foi de 52,28 %.

Os demais alimentos (arroz, gelatina, couve flor, salada de couve, feijão, batata, peixe, peixe com batata e repolho refogado) apresentaram um índice de aceitação em torno de 45,47 %.

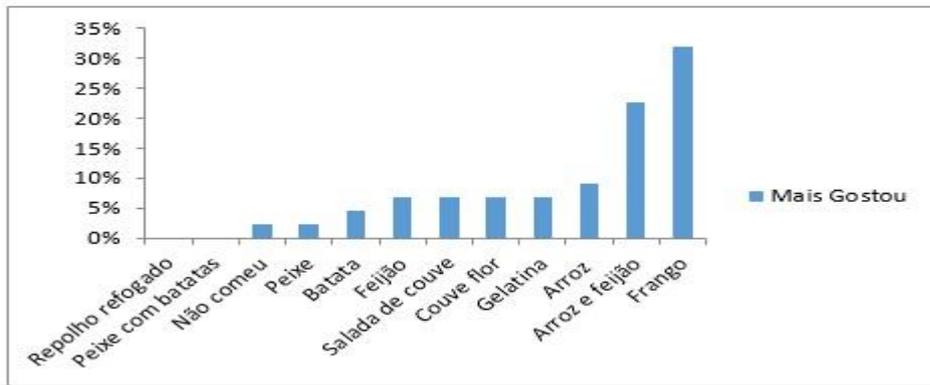


Gráfico 2: Preparação que mais gostou no cardápio

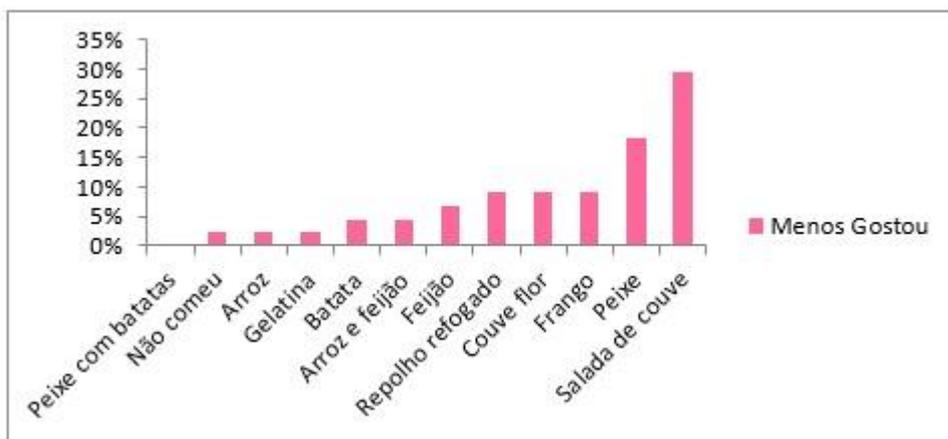


Gráfico 3: Preparação que menos gostou no cardápio

Os dados coletados no questionário aplicado sobre hábitos alimentares, referentes aos alimentos consumidos com maior frequência nas refeições do almoço e jantar realizadas em casa, podem ser observados no gráfico 4.

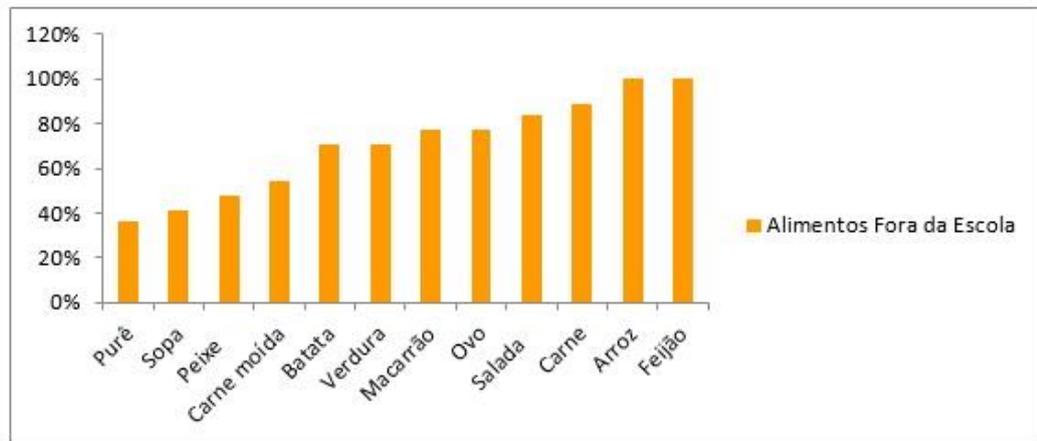


Gráfico 4: Alimentos consumidos no almoço e no jantar quando não está na escola

O consumo de arroz e feijão foi relatado por 100 % dos escolares, um valor alto e melhor que o esperado. O consumo de carnes, salada e verduras também foi alto, com relatos de 88,93 %, 84,09 % e 70,45 % respectivamente.

Constatou-se também que 77,27% dos escolares consomem macarrão e ovo com frequência, e os demais alimentos batata (70,45%), carne moída (54,54%), peixe (47,72%), sopas (40,90 %) e purê (36,36%).

Com relação a frequência de consumo dos seguintes grupos de alimentos: batata frita, refrigerante, pizzas, chocolates, doces, bolachas e salgadinhos, verduras e legumes e frutas, obteve-se os seguintes resultados apresentados no gráfico 5.

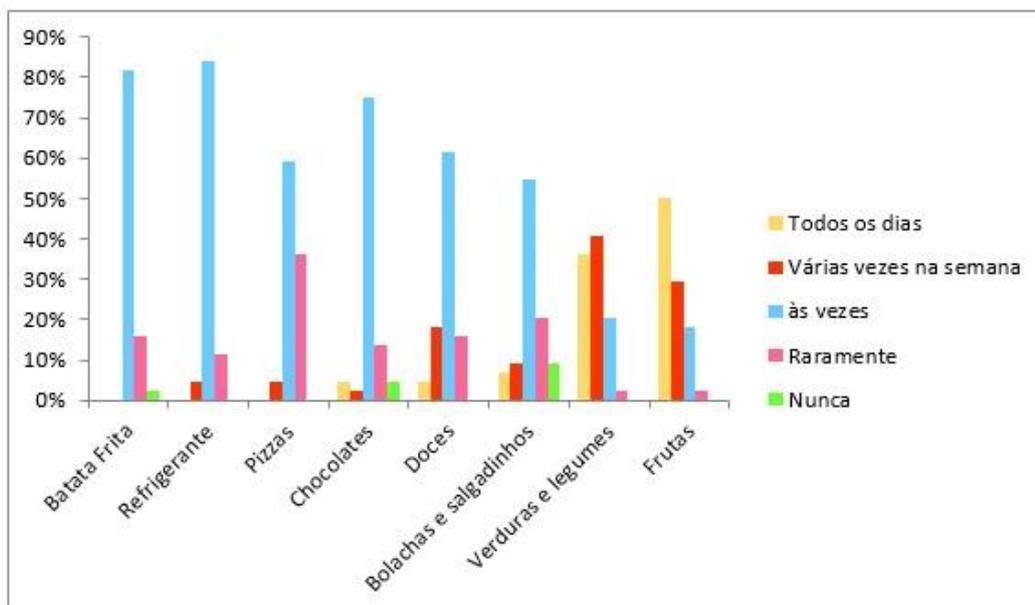


Gráfico 5: Frequência de consumo dos alimentos

Verificou-se portanto que, bolachas e salgadinhos são consumidos todo dia por 6,81 % destes escolares, tanto chocolates quanto doces são consumidos diariamente por 4,54 %, 84,09 % consomem refrigerantes de duas a três vezes na semana. Quanto ao consumo de frutas, metade da amostra (50 %) relatou consumir todos os dias, embora não tenha sido descrito a quantidade de porções e 36,36% relatou consumir verduras e legumes todo dia.

Dentre as frutas que mais gostam, a maçã e o morango neste estudo encontram-se como as mais relatadas, com relatos de 31,81% e 18,18 % respectivamente. Outras frutas também foram citadas, sendo elas: banana, uva, melancia, manga, pêra, goiaba, maracujá e mexerica, apresentando um índice de preferência em torno de 50%.

Quanto a salada, o alface aparece com a maior preferência (56,81 %) seguida pelo tomate (27,2 %). Em média as saladas de brócolis, repolho, pepino, rabanete e couve flor foram citadas como aquelas que mais gostam por 16% dos estudantes. Todos os resultados constam nos gráficos 6 e 7 a seguir:

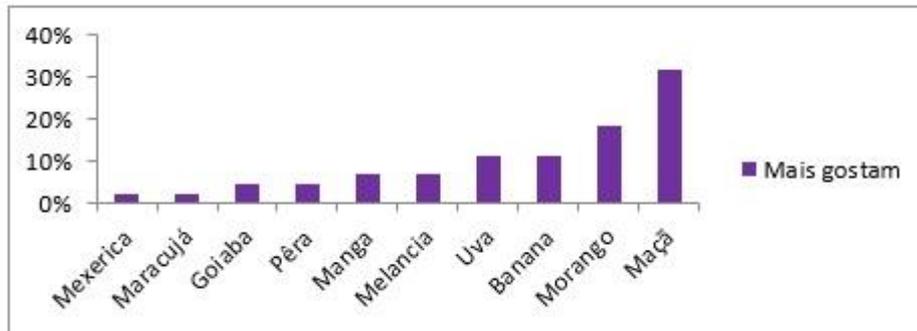


Gráfico 6: Frutas que mais gostam

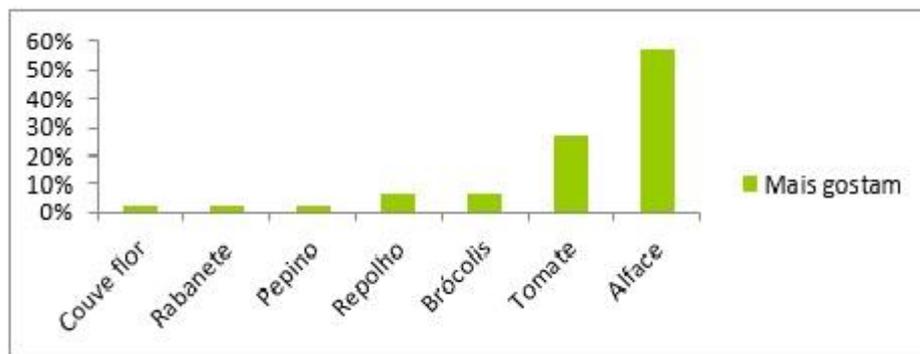


Gráfico 7: Salada que mais gostam

Os alimentos com menor aceitação e preferência alimentar, ou seja, que os escolares não gostam de comer, foram inúmeros, dentre eles o brócolis com maior índice de rejeição (20,45 %), seguido pela beterraba (13,63 %), cebola e verduras (11,36 % e 6,81 % respectivamente). Outros alimentos também foram citados, dentre eles: purê, berinjela, tomate e peixe, todos com 4,54 % de rejeição, além de pepino, queijo, salgadinho, repolho, doces, amendoim, ovo, carne e mandioca (2,27 %) de menor preferência alimentar. Os resultados podem ser observados no gráfico 8.

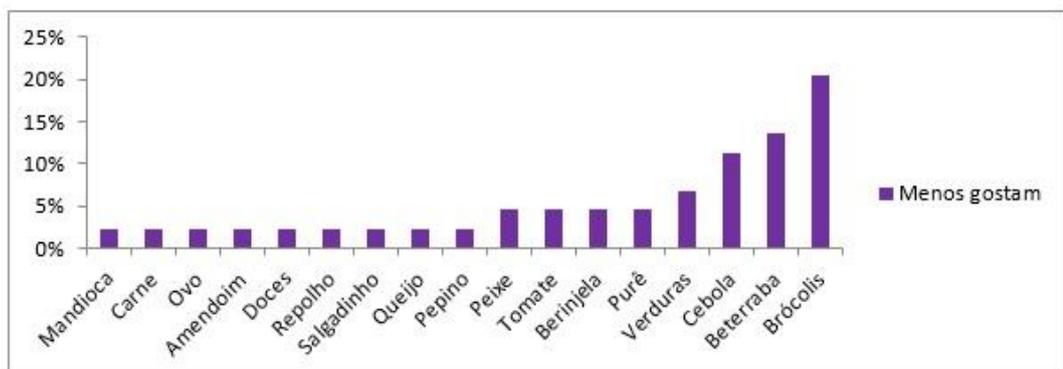


Gráfico 8: Alimentos que não gostam de comer

O gráfico 9 refere-se aos alimentos com maior aceitação, sendo eles: Chocolate (18,18 %), fruta e arroz com feijão (ambos com 9,09 %). Seguidos por lasanha (6,81%), pizza, lanche, arroz, frutas e legumes, alface, purê, doces (4,54%) e o restante (cenoura, sorvete, maçã, salgadinho, salsicha, carne, bolacha, peixe, ovo frito, salada, macarrão e uva) com 2,27% de aceitação cada.

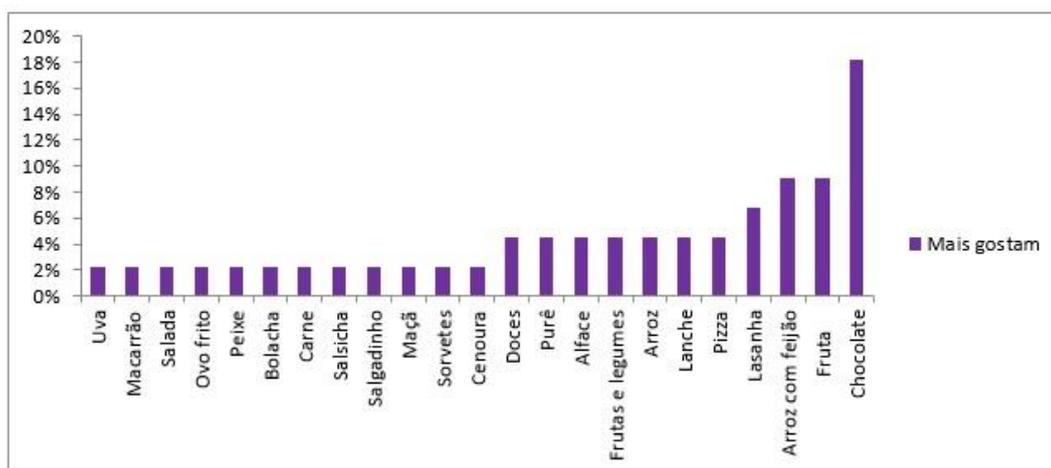


Gráfico 9: Alimentos que mais gostam de comer

Quando questionados sobre o hábito de assistir à televisão e/ou brincar, jogar vídeo-game enquanto realizam a refeição em casa, grande parte da amostra (63,63 %) respondeu que este hábito faz parte da rotina, como pode ser observado no gráfico 10.

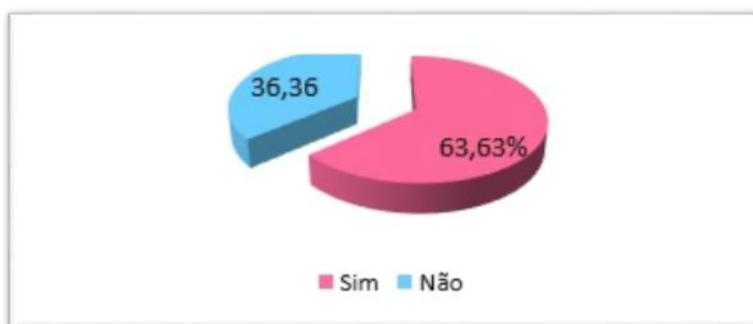


Gráfico 10: Refeições diante da televisão

5. DISCUSSÃO

Neste estudo, para o cálculo do índice de aceitabilidade, foi considerada a somatória das porcentagens de respostas dadas às opções gostei e adorei.

Portanto, foi observado que 97,17 % dos alunos participantes da pesquisa gostam da merenda servida, enquanto que, para 6,81 %, a qualidade da merenda apresenta-se indiferente, ou seja, não apresenta um atrativo a alimentação e poderia ser melhor.

Segundo a resolução nº 26 de 17 de junho de 2013, o índice de aceitabilidade não pode ser inferior a 85% para Escala Hedônica Facial Mista, sendo assim, os cardápios oferecidos no dia da pesquisa obtiveram aprovação e poderá permanecer na alimentação escolar.

Em estudo realizado por Flávio (2006) nas escolas de Ensino Fundamental de Lavras-MG, observou-se que, dentre os motivos relatados pelos alunos para o consumo da merenda escolar, destacou-se, com 62,5%, a citação de que gostavam da preparação alimentícia oferecida, resultado que pode ser confirmado também no presente estudo, pois ao observar os alunos durante a refeição a grande maioria dizia gostar da merenda e repetiam a refeição.

De acordo com Garcia *et al.* (2003), entende-se por aceitabilidade o estado de um produto favoravelmente consumido por um determinado indivíduo ou por determinada população, no que se refere a seus atributos de qualidade sensorial.

A realização da pesquisa de opinião sobre a aceitação da alimentação escolar e hábitos alimentares, segundo Calil e Aguiar (1999), é de grande importância para os serviços de alimentação escolar, bem como sobre hábitos alimentares dos alunos, facilitando assim o planejamento de cardápios e, conseqüentemente, a aceitação da merenda escolar.

Segundo Marchini *et al.* (1994) a ingestão de alimentos pela população é influenciada pela disponibilidade de alimentos, por aspectos sociais, culturais e econômicos. A situação acima pode ser claramente observada nos resultados obtidos, pois um dos locais de aplicação do teste era uma escola rural, onde as crianças consomem muito mais a merenda escolar do que na escola central da cidade, devido as diferenças sociais e econômicas evidentes.

Notou-se que poucos alunos não consomem a merenda ofertada pela escola, mas também não trazem de casa nenhum outro tipo de alimento, como bolachas recheadas, salgadinhos, doces e outras guloseimas, ao contrário do

que foi constatado no trabalho realizado por Anjos e Muller (2006) no qual verificou-se a preferência das crianças por produtos industrializados e lanches rápidos no lugar da merenda escolar.

Segundo Danelon, Danelon e Silva (2006), a presença de cantinas nas escolas comercializando alimentos de elevada densidade energética interfere diretamente em uma adesão maior à merenda ofertada gratuitamente pela escola pública. O consumo excessivo desses alimentos pode causar o aumento na quantidade de gordura corporal e, conseqüentemente, o sobrepeso (Monteiro *et al.*, 1995; Angelis, 2005). Com relação a citação acima, pode-se concluir que o alto consumo e aceitação da merenda escolar evidenciado neste estudo é influenciado pelo fato de as duas escolas onde foram realizadas as pesquisas não possuírem cantina comercial.

A preparação de frango e arroz com feijão, teve diferença significativa na questão de qual preparação o aluno mais havia gostado na merenda, constatando a grande aceitação pelas crianças.

A grande aceitação do cardápio contendo arroz com feijão e frango se deve por ser uma preparação comum e normal de serem consumidas em seus lares, no cotidiano, resultado o qual foi constatado também pelo trabalho realizado por Santos, Ximenes e Prado (2008). Nas duas escolas notou-se uma boa parcela de alunos repetindo a preparação de arroz com feijão e dizendo que é o alimento que mais gostam de consumir. O que coincide também com o estudo de Flávio *et al.* (2006), que analisando a aceitação da merenda escolar em Minas Gerais, descreveu que os cardápios que possuíam arroz como ingrediente básico apresentaram maior aceitação.

As preparações de salada de couve e peixe tiveram um maior índice de rejeição, sendo que quase 30 % dos alunos disseram não gostar da preparação da salada de couve e conforme a observação feita ao término da refeição as sobras do peixe foram altas neste dia. Tal resultado pode ser explicado pela forma de preparo e apresentação dos alimentos, como no caso do peixe, principalmente por seu odor e aspecto físico, que apresentava-se branco, sem cor e todo misturado, não tendo um aspecto agradável. Alguns alunos relataram que esta preparação não é de agrado deles.

De acordo com Ornelas (2001) e Carvalho (2007) as preparações oferecidas às crianças devem ser apresentadas de uma maneira atrativa, elevando assim o grau de aceitação e suprimindo as necessidades nutricionais dos comensais.

No questionário referente aos hábitos alimentares, constatou-se a presença de bons hábitos na maioria dos escolares e uma baixa ocorrência de maus hábitos. Ao analisar os hábitos alimentares de acordo com o que os escolares costumavam consumir nas refeições de almoço e jantar realizadas em casa, notou-se que 100 % consumia arroz e feijão nestas refeições, reafirmando o fato de ser uma alimentação rotineira e destes alimentos serem ingredientes básicos na alimentação de suas famílias, como novamente verificamos no trabalho de Santos, Ximenes e Prado (2008).

O consumo de carne (88,93 %), fonte de proteína e essencial ao desenvolvimento da criança, salada (84,09 %) e verduras (70,45 %) também foi relatado pela grande maioria, ao contrário do que mostra o estudo de Orué e Brecaillo (2011) onde o consumo diário de verduras e carnes foi baixo, com relatos de 50% e 65,71%, respectivamente. Tais dados mostram-se de extrema importância ao estudo, já que estes alimentos são fontes importantes de vitaminas e minerais, além de serem também fontes de proteínas, macronutriente fundamental para o crescimento e desenvolvimento muscular, especialmente nesta etapa da vida onde a criança está se desenvolvendo.

Em oposição, observa-se também um consumo diário de bolachas e salgadinhos por 6,81 % destes escolares, doces e chocolates são consumidos diariamente por 4,54 % e refrigerantes tem um elevado consumo semanal com relatos de 84,09 % dos escolares, hábitos estes preocupantes, que podem desencadear excesso de peso, e conseqüentemente, levar ao desenvolvimento de doenças associadas à obesidade, entre elas, a dislipidemia, a hipertensão e a diabetes tipo II. Além do possível aparecimento de cáries dentárias, como pode ser observado na pesquisa de Melo *et al* (2005), com crianças de 5 anos de idade no município de Recife, Pernambuco, que revelou que a ingestão diária de doces entre as refeições quadruplica o risco de desenvolver cárie dentária.

Os hábitos alimentares destes alunos mostram-se insatisfatórios em relação ao consumo de alimentos do grupo das frutas, como relatado apenas 50 % da amostra consome frutas todos os dias, dado preocupante e o qual não se foi pesquisado o número de porções consumidas, podendo estar abaixo das 4 porções recomendadas pela Sociedade Brasileira de Pediatria – resultado também encontrado no estudo de Barbosa (2009), no qual somente 50,4% dos estudantes relataram consumir frutas todos os dias, dados muito próximos do presente estudo.

O consumo de verduras e legumes diário também foi baixo e preocupante, somente 36,36 % fazem suas refeições contendo este importante grupo alimentar diariamente. Sendo estes alimentos de extrema importância a saúde, ricos em vitaminas importantes para a imunidade, que reduzem o risco de infecções e outras doenças associadas, regulam os processos do organismo e contribuem para a saúde e bom funcionamento de todos os órgãos de nosso corpo.

Quanto as frutas que os escolares mais gostam a maçã e o morango se destacaram, com relatos de 31,81 % e 18,18 % respectivamente. Esse resultado pode ser explicado por serem frutas comum e fáceis de serem encontradas, além do sabor doce característico das mesmas, os quais as crianças preferem.

Retornando ao estudo de Santos, Ximenes e Prado (2008), quanto a salada, a de maior preferência foi a salada de alface (56,81 %) seguida pelo tomate (27,2 %), devido a estes alimentos serem ingredientes básicos e rotineiros na alimentação de suas famílias.

Os alimentos com menor aceitação e preferência alimentar, ou seja, que os escolares não gostam de comer, foram inúmeros, dentre eles o brócolis com maior índice de rejeição (20,45 %), seguido pela beterraba (13,63 %), cebola e verduras (11,36 % e 6,81 % respectivamente). Já os alimentos com maior aceitação foram o Chocolate (18,18 %), Fruta e arroz com feijão (ambos com 9,09 %). Estes itens não foram abordados em outros estudos.

A preferência por alimentos doces, como o chocolate, é explicada como encontrado no estudo de Desor *et al* (1975), que demonstrou que o paladar está relacionado com a sacarose na dieta. Entretanto, um indivíduo que tenha

uma leve preferência por açúcar pode ter uma elevada ingestão diária de açúcar.

De acordo com a pesquisa 63,63 % dos escolares realizam suas refeições diante da televisão, brincando ou jogando vídeo-game, fator prejudicial, ainda mais na infância, pois de acordo com a literatura, comer sem prestar atenção no alimento pode levar a transtornos e desequilíbrios na alimentação e na saciedade, com excesso na quantidade de calorias ingeridas, pois a criança não presta atenção no que come e nem fica atenta quanto à satisfação, perdendo a noção da quantidade de alimento ingerido, além de que a probabilidade da mastigação ser incorreta é alta, prejudicando assim a absorção dos nutrientes e o processo de digestão.

6. CONCLUSÃO

Conclui-se através deste estudo que a merenda escolar oferecida pelo PNAE mostrou-se eficaz quanto ao objetivo de evitar a desnutrição na população estudada e atender às necessidades nutricionais dos alunos durante sua permanência na escola, prevenindo, desta maneira, a repetência e evasão escolar e problemas de saúde em geral.

Os escolares tem se alimentado de forma a evitar carências nutricionais fora do período escolar, consumindo arroz, feijão, frutas, verduras e legumes frequentemente. Em contrapartida, como se pode observar, há um consumo elevado de alimentos pertencentes aos grupos dos açúcares e doces e dos óleos e gorduras por estes escolares, tendo-se uma alta ingestão de calorias vazias, que podem levar ao excesso de peso concomitante à carências nutricionais.

A influência da televisão reforça tendências alimentares previamente existentes, especificamente pela preferência por alimentos doces e gordurosos.

Diante disso, faz-se necessário a adoção de práticas alimentares na escola, com o intuito de promover a formação de hábitos alimentares saudáveis que auxiliem na prevenção e controle dos distúrbios nutricionais, e assim promover uma melhora na qualidade da alimentação infantil que permanecerá por toda a vida.

7. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ACCIOLY Elizabeth. **A escola como promotora da alimentação saudável.** Ciência em tela, v. 2, nº 2, 2009.

BERTIN, R.L., *et al.* **Estado nutricional e consumo alimentar de adolescentes da rede pública de ensino da cidade de São Mateus do Sul, Paraná, Brasil.** Revista Brasileira Saúde Materno Infantil, Recife, v. 8, nº 4, p. 435-443, 2008.

BERTIN, R.L. *et al.* **Estado nutricional, hábitos alimentares e conhecimentos de nutrição em escolares.** Revista Paulista de Pediatria, v.28, nº 3, São Paulo, 2010.

BRASIL. **Manual de Orientação para a Alimentação Escolar na Educação Infantil, Ensino Fundamental, Ensino Médio e na Educação de Jovens e Adultos.** ed. – Brasília: PNAE : CECANE- SC, 2012. Disponível em: <<http://www.fnde.gov.br/programas/alimentacao-escolar/alimentacao-escolar-alimentacao-e-nutricao>> (Acesso em 06/04/2015)

BRASIL. **Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação - MEC/FNDE.** Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE. Diário Oficial da República Federativa do Brasil, Brasília, nº 26 de 17 de junho de 2013. Disponível em: <http://www.fnde.gov.br/fnde/legislacao/resolucoes/item/4620-resolu%C3%A7%C3%A3o-cd-fnde-n%C2%BA-26,-de-17-de-junho-de-2013>. (Acesso em 12/08/2015)

CHAVES, G.L., *et al.* **Reflexões sobre a atuação do nutricionista no Programa Nacional de Alimentação Escolar no Brasil.** Ciência e Saúde Coletiva, v. 18, nº 4, p. 917 – 926, 2013.

CONRADO, S., NOVELLO, D. **Aceitação e análise nutricional de merenda escolar por alunos da rede municipal de ensino do município de Inácio Martins/ PR.** Revista Eletrônica Lato Sensu, nº 1, 2007.

CRUZ, D. L. *et al.* **Análise de aceitação da alimentação escolar dos alunos das escolas municipais urbanas de Itabaiana – SE.** Scientia Plena, v. 9, nº 10, p. 1-6, 2013.

FNDE. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. Alimentação Escolar. Disponível em: <http://www.fnde.gov.br/programas/alimentacao-escolar/alimentacao-escolar-apresentacao>. Acesso em 06/04/2015. (Acesso em: 23/09/2015).

LEVY, R.B. *et al.* **Consumo e comportamento alimentar entre adolescentes brasileiros: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PENSE).** Ciência & Saúde Coletiva, v. 15, n°2, p. 3085-3097, 2010.

LOPES, V.M, *et al.* **Aplicação de testes de aceitabilidade por nutricionistas em escolas públicas do estado de Goiás,** 2009.

MARTINS, R.C.B, *et al.* **Aceitabilidade da Alimentação Escolar no Ensino Público Fundamental.** Saúde em Revista, Piracicaba, v. 6 n° 13, p. 71-78, 2004.

MATIHARA, H.C.; *et al.* **Valor nutricional da merenda escolar e sua aceitabilidade.** Revista Saúde e Pesquisa, v. 3, n. 1, p. 71-77, jan./abr. 2010.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Guia alimentar para a população brasileira.** 2004.

PAIVA, J.B. *et al.* **Hábitos alimentares regionais no Programa Nacional de Alimentação Escolar: um estudo qualitativo em um município do sertão da Bahia, Brasil.** Revista Nutrição, v. 25, n°2, Campinas, 2012.

PEGOLO, E.G, SILVA, V.M. **Consumo de energia e nutrientes e a adesão ao Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) por escolares de um município paulista.** Segurança Alimentar e Nutricional, v.17, n° 2, p. 50 – 62, 2010.

SANTOS, I. V., *et al.* **Avaliação do cardápio e da aceitabilidade da merenda oferecida em uma escola estadual de ensino fundamental de Porto Velho, Rondônia.** Saber Científico, jul./dez.,2008.

SCHERER, W. K., TÉO, C.R.P.A. **Adesão e aceitabilidade da alimentação escolar no município de São Carlos (SC),** 2013.

VALLE, J.M.N, *et al.* **A formação dos hábitos alimentares na infância: uma revisão de alguns aspectos abordados na literatura nos últimos dez anos.** Revista APS, v.10, n°1, p. 56-65, 2007.