

**LIGA DE ENSINO DO RIO GRANDE DO NORTE
FARN – FACULDADE NATALENSE PARA O DESENVOLVIMENTO DO RIO
GRANDE DO NORTE**

MARÍLIA CAMPOS BEZERRA

**AVALIAÇÃO QUANTI-QUALITATIVA DO LANCHE DE ADOLESCENTES DE UMA
ESCOLA PARTICULAR DE NATAL/RN**

**Natal/RN
2009**

MARÍLIA CAMPOS BEZERRA

AVALIAÇÃO QUANTI-QUALITATIVA DO LANCHE DE ADOLESCENTES DE UMA
ESCOLA PARTICULAR DE NATAL/RN

Trabalho de conclusão de curso
apresentado ao curso de Nutrição da
Faculdade Natalense para o
Desenvolvimento do Rio Grande do
Norte como requisito final para
obtenção do grau de nutricionista.

Orientadora: Bianca Arnoud Rodrigues (Esp.)

Natal/RN
2009

MARÍLIA CAMPOS BEZERRA

**AVALIAÇÃO QUANTI-QUALITATIVA DE ADOLESCENTES DE UMA ESCOLA
PARTICULAR DE NATAL/RN**

Aprovado em 07/ 12/ 2009.

BANCA EXAMINADORA

**Bianca Arnoud Rodrigues
Especialista**

**Célia Regina Barbosa de Araújo
Mestre**

Maria Verônica Moraes Oliveira

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus pelo dom da vida, por guiar os meus passos e me fortalecer em todos os momentos.

Aos meus pais que com muito amor não mediram esforços para que eu chegasse a esta etapa da vida.

A Viviany, Franklin e Eralce pelo carinho, incentivo e amizade.

A Ana Carolina e Otávio por me proporcionarem momentos de extrema alegria.

A todos da família “Ferreira” por poder contar sempre com vocês.

A minha orientadora Bianca Arnoud por todo o conhecimento transmitido, dedicação e principalmente paciência durante toda a realização deste trabalho.

A todos os professores pelas experiências e conhecimentos compartilhados.

Ao Profº Aluísio Alberto pela sua atenção e valiosa contribuição.

A Lena e Fernanda por disponibilizarem a cantina para coleta dos dados.

Aos coordenadores e direção do Henrique Castriciano e Escola Doméstica pela receptividade. E a todos os alunos que aceitaram participar desta pesquisa, obrigada pela confiança.

As queridas amigas Ingrid, Laine, Anne e Raphaela pelo companheirismo, união, compreensão, apoio constante e carinho que partilhamos durante a nossa caminhada.

A Maria José pelo carinho e contribuição na realização desse trabalho.

A Adriane pela sua amizade e o incentivo de sempre.

Agradeço a todos que de alguma forma passaram pela minha vida e contribuíram para o meu crescimento.

Muito Obrigada!

RESUMO

A alimentação exerce grande influência sobre o crescimento, desenvolvimento e saúde dos indivíduos. Sabe-se que a escola é um ambiente importante na formação das práticas alimentares, uma vez que o contato com outros alunos tende a interferir nos modelos alimentares adotados em casa. Na adolescência o indivíduo está definindo sua identidade, auto-imagem e estilo de vida, se ajustando à vida social, familiar e escolar. Considerando a importância da alimentação saudável na adolescência e reconhecendo que os alunos adolescentes preferem realizar o lanche na cantina da escola, o objetivo deste trabalho foi avaliar qualitativamente os lanches adquiridos pelos alunos através de cartões magnéticos utilizados na cantina de uma escola particular de Natal/RN. Além disso, buscou-se realizar um levantamento dos custos para aquisição desses lanches. Trata-se de uma pesquisa quanti-qualitativa do tipo documental. O estudo ocorreu no período de maio a junho de 2009, e contou com a participação de 19 alunos, sendo 12 matriculados no 5º ano e 7 no 8º ano. O levantamento dos dados foi realizado a partir dos registros de compras nos cartões magnéticos dos alunos, sendo assim possível identificar quais produtos foram comprados na cantina durante o período do estudo e seus respectivos gastos. A avaliação qualitativa foi feita dividindo os alimentos adquiridos de acordo com os grupos alimentares propostos pela pirâmide alimentar. A avaliação quantitativa foi referente aos gastos com lanches. Os resultados obtidos indicam que o grupo dos cereais foi consumido por 100% dos alunos. O grupo dos doces teve consumo por 92% dos alunos do 5º ano e 100% dos alunos do 8º ano. No que diz respeito ao grupo das frutas, os alunos de menor faixa etária apresentaram maior consumo quando comparados aos alunos de maior idade. Alimentos do grupo das verduras e legumes apareceram apenas no consumo dos alunos de maior idade, sendo incluídas dentro de sanduíches. Os laticínios foram consumidos apenas pelos alunos matriculados no 5º ano, sendo representados pelas bebidas lácteas achocolatadas e queijos. O consumo do grupo das carnes foi equivalente nas duas turmas, sendo apresentados na forma de embutidos tais como hambúrgueres e presuntos. Óleos e gorduras foram incluídos nos lanches através das frituras e o público que mais consumiu foram os alunos do 8º ano. Não houve registro de consumo do grupo das leguminosas. Considerando 21 dias úteis, o gasto mensal médio foi de R\$ 68,67 para os alunos do 5º ano e R\$ 144,27 para os do 8º ano. Correlacionando estas despesas com o salário mínimo vigente em maio de 2009, pode-se afirmar que correspondeu a 15% e 31% respectivamente, nas turmas estudadas. A pesquisa permite concluir que os alunos do 5º ano apresentaram hábitos alimentares mais saudáveis, pois consumiram mais alimentos dos grupos das frutas e laticínios, menor consumo de doces e frituras, além de apresentar um consumo mais variado quando comparados aos alunos do 8º ano. No que diz respeito a média de gastos foi maior nos alunos do 8º ano em relação aos matriculados no 5º ano.

Palavras-chave: Adolescência, Pirâmide alimentar, Cantina escolar.

ABSTRACT

The food has great influence on the growth, development and health of individuals. It is known that the school is an environment in the formation of habits, since the contact with other students tends to interfere in the models adopted food at home. In adolescence the individual is defining its identity, self-image and lifestyle, adjusting to social life, family and school. Considering the importance of healthy eating in adolescence and recognizing that teenage students prefer to carry a snack in the cafeteria, the objective of this study was to investigate the snacks purchased by students through magnetic cards used in the canteen of a private school for Natal/RN. In addition, we sought to survey costs to buy these snacks. This is a quantitative and qualitative research of the type of documents. The study took place from May to June 2009, and was attended by 19 students, 12 enrolled in 5 years and 7 in 8 years. The survey data was made from the purchase records on magnetic cards for students, making it possible to identify which products were purchased in the cafeteria during the study period and their costs. Qualitative analysis was performed by dividing the food purchased in accordance with the food groups proposed by the food pyramid. Quantitative evaluation was related to the cost of snacks. The group of grain was consumed by 100% of the students. The group had candy consumption by 92% of students in 5th year and 100% of students in grade 8. Regarding the group of fruits, students younger children had higher consumption when compared to students of legal age. Food group of vegetables appeared only in the consumption of older students, are included within the sandwiches. Dairy products were consumed only by students enrolled in the 5th year, being represented by drink milk chocolate and cheese. The consumption of meat group was similar in both groups and are presented in the form of embedded such as burgers and hams. Oils and fats were included in snacks and fried food through the public that consumed most were students of the 8th year. There was no record of consumption of the group of legumes. Recital 21 days, the monthly average was R \$ 68.67 for students of 5th year and R \$ 144.27 for 8 years. Comparing these costs with the minimum wage in May 2009, can be said that amounted to 15% and 31% respectively in the classes studied. The research reveals that the students of 5th year were healthier eating habits, since they consumed more food groups of fruits and dairy products, reduced consumption of sweets and fried foods, and consume a more varied when compared to students in grade 8 . Concerning the average expenditure was higher among students in grade 8 compared to those enrolled in the 5th year.

Keywords: Adolescence, food pyramid, canteen

APÊNDICE

ANEXOS

APÊNDICE 1: TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO
LIGA DE ENSINO DO RIO GRANDE DO NORTE
FACULDADE NATALENSE PARA O DESENVOLVIMENTO DO RIO GRANDE DO
NORTE

Título do projeto: “Avaliação quanti-qualitativa do lanche de adolescentes em uma instituição de ensino particular em Natal/RN.

Pesquisadora: Marília Campos Bezerra

Orientadoras: Bianca Arnoud Rodrigues

Objetivo: O objetivo deste estudo será avaliar qualitativamente os lanches adquiridos cantina através dos cartões magnéticos utilizados para comprar lanches na cantina da Liga de Ensino do Rio Grande do Norte.

Participantes: Alunos matriculados na Escola Doméstica de Natal e Henrique Castriciano que utilizam o cartão magnético para comprar na cantina da instituição.

Benefícios: Os benefícios em participar desta pesquisa são contribuir para conhecer de forma qualitativa os alimentos mais consumidos por estes alunos, através dos lanches adquiridos através dos cartões magnéticos existentes na cantina, bem como também será possível realizar um levantamento do gasto per capita destes lanches.

Confidenciabilidade: O registro da participação neste estudo será mantido confidencial, até o limite permitido por lei. No entanto, o comitê de Ética do Hospital Universitário Onofre Lopes pode inspecionar e copiar registros pertinentes à pesquisa. Se qualquer relatório ou publicação resultar deste trabalho, a identificação dos alunos não será revelada.

Participação voluntária: Toda participação é voluntária. Não há penalidade alguém que decida não participar neste estudo. Ninguém será penalizado se decidir desistir de participar do estudo, em qualquer época.

Consentimento para a participação:

Estou de acordo em autorizar a presença do meu filho(a) em participar dos estudos provenientes desse projeto. Foi garantido o direito de desistir da participação em qualquer época. participação do(a) meu filho(a) não implicará em custos ou prejuízos de caráter econômico, social, psicológico ou moral, sendo garantido o anonimato e sigilo dos dados referentes a identificação do meu filho.

Nome do aluno: _____

Assinatura do pai ou responsável: _____

Assinatura do pesquisador: _____

Data: _____