

UNISC- UNIVERSIDADE DE SANTA CRUZ DO SUL

CURSO DE NUTRIÇÃO

Mariana Frantz

**CONHECIMENTOS E HÁBITOS DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO POR
ADOLESCENTES EM EXCESSO DE PESO APÓS UMA INTERVENÇÃO
NUTRICIONAL**

Santa Cruz do Sul
2017

CONHECIMENTOS E HÁBITOS DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO POR ADOLESCENTES EM EXCESSO DE PESO APÓS UMA INTERVENÇÃO NUTRICIONAL

Mariana Frantz – Graduanda do Curso de Nutrição, Departamento de Educação Física e Saúde, Universidade de Santa Cruz do Sul, Santa Cruz do Sul, RS, Brasil.

Fabiana Assmann Poll – Nutricionista Docente do Departamento de Educação Física e Saúde, Universidade de Santa Cruz do Sul (UNISC), Santa Cruz do Sul, RS, Brasil.

Resumo

Objetivo: Avaliar e relacionar o conhecimento e os hábitos de alimentação e nutrição por adolescentes em excesso de peso antes e após uma intervenção nutricional. *Metodologia:* Trata-se de um estudo quase experimental, realizado no município de Santa Cruz do Sul/RS, com adolescentes em excesso de peso, entre 10 e 16 anos e duração de três meses, entre agosto e novembro de 2017. Os conhecimentos e hábitos sobre alimentação e nutrição foram obtidos antes e após a intervenção nutricional realizada em grupo, a partir de um teste de conhecimentos sobre alimentação e nutrição composto por 26 questões objetivas, sendo 21 de conhecimentos e 5 de frequência alimentar. *Resultados:* Participaram da intervenção 17 adolescentes, com idade média de 12 anos, predominância do sexo masculino (64,71%). Os conhecimentos apresentaram um percentual geral de acertos de 56,02% no início da intervenção e 60,8% no final. Os hábitos alimentares dos adolescentes após a intervenção demonstraram um aumento no consumo de frutas, verduras e legumes, os doces, lanches e refrigerante diminuíram. *Conclusão:* Conclui-se que houve melhora nos hábitos alimentares e nos conhecimentos dos adolescentes após três meses de intervenção.

Palavras-chave: Educação alimentar e nutricional, hábitos alimentares, conhecimentos alimentação e nutrição, obesidade, adolescente.

Abstract

Objective: To evaluate and relate knowledge and eating and nutrition habits among overweight adolescents before and after a nutritional intervention. *Methodology:* This is a quasi-experimental study, carried out in the city of Santa Cruz do Sul, Brazil, with overweight

adolescents between 10 and 16 years old and lasting three months between August and November 2017. habits on food and nutrition were obtained before and after the nutritional intervention carried out in a group, based on a knowledge test on food and nutrition composed of 26 objective questions, 21 of knowledge and 5 of food frequency. *Results:* 17 adolescents, with a mean age of 12 years, predominantly male (64.71%) participated in the intervention. Knowledge presented a general percentage of correctness of 56.02% at the beginning of the intervention and 60.8% at the end. The eating habits of adolescents after the intervention demonstrated an increase in the consumption of fruits, vegetables and vegetables, the sweets, snacks and soda decreased. *Conclusion:* It was concluded that there was an improvement in the eating habits and the knowledge of adolescents after three months of intervention.

Keywords: Food and nutritional education, eating habits, food and nutrition knowledge, obesity, adolescent

REFERÊNCIAS

1. Enes CC, Slater B. Obesidade na adolescência e seus principais fatores determinantes. *Revista Brasileira de Epidemiologia* 2010, 13(1): 163-171
2. Lopes WA, Leite N, Silva LR, Consentino CLM, Coutinho P, Radominski RB, et al. Comparação de três equações para predição da gordura corporal por bioimpedância em jovens obesas. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte* 2015, 21(4): 266-270
3. Miranda JMQ, Palmeira MV, Polito LFT, Brandão MRF, Bocalini DS, Junior AJF, et al. Prevalência de sobrepeso e obesidade infantil em instituições de ensino: públicas vs. privadas. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte* 2015, 21(2): 104-107
4. Mendonça RT. Fatores de risco relacionados à obesidade infantil e na adolescência. In: Mendonça RT. *Obesidade infantil e na adolescência*. São Paulo: Rideel, 2014. p. 71-92.
5. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. IBGE. *Antropometria e Estado Nutricional de Crianças, Adolescentes e Adultos no Brasil. Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009*. Rio de Janeiro: IBGE; 2010.
6. Deminice R, Laus MF, Marins TM, Silveira SDO, Oliveira JED. Impacto de um programa de educação alimentar sobre conhecimentos, práticas alimentares e estado nutricional de escolares. *Alimentação e Nutrição* 2007, 18(1): 35-40.
7. Costa AGM, Gonçalves AR, Suart DA, Suda G, Piernas P, Lourena LR et al. Avaliação da influência da educação nutricional no hábito alimentar de crianças. *Revista do Instituto de Ciências da Saúde* 2009, 27(3): 237-243.
8. Bertin RL, Malkowski J, Zutter LCI, Ulbrich AZ. Estado nutricional, hábitos alimentares e conhecimentos de nutrição em escolares. *Revista Paulista de Pediatria* 2010, 28(3): 303-308.
9. World Health Organization. *WHO Child growth standards: length/height-for-age, weight-for-age, weight-for-length, weight-for-height and body mass index-for-age: methods and development*. Geneva: WHO; 2006.
10. Onis M, Onyango AW, Borghi E, Siyam A. Development of a WHO growth reference for school-aged children and adolescents. Geneva: *Bulletin of the World Health Organization*; 2007.
11. Pereira TS, Pereira RC, Pereira MCA. Influência de intervenções educativas no conhecimento sobre alimentação e nutrição de adolescentes de uma escola pública. *Ciências & Saúde Coletiva* 2017, 22(2): 427-435.

14. Fisberg M, Maximino P, Kain J, Kovalskys I. Ambiente Obesogênico – oportunidades de intervenção. *Jornal de Pediatria* 2016, 92(1): 30-39.
15. Sociedade Brasileira de Pediatria - SBP. Avaliação nutricional da criança e do adolescente: Manual de Orientação - Departamento de Nutrologia: São Paulo, 2 ed., 2012, p. 142.
16. Ni Mhurchu C, Margetts BM, Speller VM. Applying the stages-of-change model to dietary change. *Nutrition Reviews* 1997, 55(1pt1): 10-16.
17. Kilander HF. Testing health information of students and adults. *Journal of School Health*, 2001, 71(8): 411-413.
18. Van Weel C. Nutritional guidance in general practice: a conceptual framework. *European Journal of Clinical Nutrition* 1999, 53(Suppl 2): 108-111.
19. Ma J, Betts NM, Horacek T, Georgiou C, White A. Assessing stages of change for fruit and vegetable intake in young adults: a combination of traditional staging algorithms and food-frequency questionnaires. *Health Education Research* 2003, 18(2): 224-236.
20. Viana V. Psicologia, saúde e nutrição: Contributo para o estudo do comportamento alimentar. *Análise Psicológica* 2002, 20(4): 611-624.
21. Araújo C, Toral N, Silva ACF, Melendez GV, Dias AJR. Estado nutricional dos adolescentes e sua relação com variáveis sociodemográficas: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), 2009. *Ciência & Saúde Coletiva* 2010, 15(supl.2): 3077-3084.
22. Anizelli CP, Brecailo MK, Mazur CE. Conhecimentos Nutricionais e Perfil Alimentar: Discussão dos Saberes e Práticas de Acadêmicos de Pedagogia. *UNOPAR Científica Ciências Biológicas e da Saúde* 2015, 17(1):37-42.
23. Triches RM, Giugliani ERJ. Obesidade, práticas alimentares e conhecimentos de nutrição em escolares. *Revista de saúde pública* 2005, 39(4): 541-547.
24. Conceição SIO, Santos CJN, Silva AAM, Silva JS, Oliveira TC. Consumo alimentar de escolares das redes pública e privada de ensino em São Luís, Maranhão. *Revista de Nutrição* 2010, 23(6): 993-1004.
25. Cutchma G, Schmidt ST, Nascimento NC, Rodrigues ACK, Pigato TB, Santos TZ. Estado nutricional e consumo alimentar de escolares de uma escola municipal de Colomb-PR. *Visão Acadêmica* 2012, 13(2): 18-26.
26. Toral N, Slater B. Abordagem do modelo transteórico no comportamento alimentar. *Ciências & Saúde Coletiva* 2007, 12(6): 1641-1650.
27. Trudeau E, Kristal AR, Li S, Patterson RE. Demographic and psychosocial predictors of fruit and vegetable intakes differ: implications for dietary interventions. *Journal of the American Dietetic Association* 1998, 98(12): 1412-1417.
28. Assis MAA, Nahas MV. Aspectos motivacionais em programas de mudança de comportamento alimentar. *Revista de Nutrição* 1999, 12(1): 33-41.