

UNISC- UNIVERSIDADE DE SANTA CRUZ DO SUL

CURSO DE NUTRIÇÃO

Milena Wasielewski

**AVALIAÇÃO DO CONSUMO DE ALIMENTOS LÁCTEOS COMO FONTE DE
CÁLCIO POR ESCOLARES NO MUNICÍPIO DE AGUDO/RS**

Santa Cruz do Sul
2017

**AVALIAÇÃO DO CONSUMO DE ALIMENTOS LÁCTEOS COMO FONTE DE
CÁLCIO POR ESCOLARES NO MUNICÍPIO DE AGUDO/RS**

**EVALUATION OF THE CONSUMPTION OF DAIRY FOODS AS A SOURCE OF
CALCIUM BY SCHOOLCHILDREN IN AGUDO/RS**

Milena Wasielewski – 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 a frequência do consumo de alimentos lácteos como fonte de cálcio e os comportamentos associados a esse consumo. **Metodologia:** Trata-se de um estudo transversal realizado em uma escola pública do município de Agudo/RS com adolescentes estudantes do 4º, 5º e 6º ano do ensino fundamental. A coleta de dados se deu através de um Questionário de Frequência Alimentar (QFA) composto por uma lista de alimentos lácteos, além de perguntas objetivas referentes ao sexo, consumo de café da manhã, presença de intolerância ou alergia alimentar, produtos adicionados ao leite e consumo de alimentos que podem alterar a frequência da ingestão de produtos lácteos. **Resultados:** Participaram 32 escolares. Referiram não consumir nenhuma porção de lácteos por dia, 31,3% dos escolares, 15,6% consomem uma porção e 53,1% consomem duas ou mais porções, não havendo diferença estatística significativa entre os sexos. Em relação ao café da manhã, 43,7% dos estudantes referem realizá-lo diariamente, sendo esse percentual maior no sexo masculino. Entre os produtos adicionados ao leite, os mais citados foram o achocolatado (68,8%), seguido do café (59,4%). O consumo regular de refrigerantes foi relatado por 59,4% dos adolescentes, e os sucos artificiais por 53,1%. **Conclusão:** O consumo de alimentos lácteos como fonte de cálcio mostrou-se mais prevalente para duas ou mais porções/dia (53,1%), não havendo diferença significativa de consumo entre os sexos. A realização do café da manhã foi mais frequente entre adolescentes do sexo masculino. Observou-se elevado consumo de bebidas açucaradas, que podem ser considerados substitutos dos lácteos na rotina dos adolescentes.

Palavras-chave: cálcio; laticínios; adolescente; hábitos.

ABSTRACT

Objective: Evaluate the consumption frequency of dairy foods as a source of calcium and the behaviors associated to this consumption. **Methodology:** It is about a cross-sectional study realized in a public school in the municipality of Agudo/RS with teenager students of the 4th, 5th and 6th years of elementary school. The data collection was performed through a Food Frequency Questionnaire (FFQ) composed by a list of dairy foods, as well as gender related objective questions, Breakfast consumption, presence of food allergy or intolerance, products added to milk and the consumption of foods that can alter the ingestion frequency of dairy foods. **Results:** 32 schoolers participated. 31.3% reported not consuming dairy foods in their daily basis, 15.6% consume only a portion and 53.1% consume two or more portions, without significative statistical differences between genders. Relating to Breakfast, 43.7% of the students reported to have it daily, being the higher percentage male. Among the products added to milk, the most cited were chocolate powder (68.8%), followed by coffee (59.4%). The regular consumption of soda was related by 59.4% of the teenagers, and artificial juice by 53.1%. **Conclusion:** The consumption of dairy foods as a source of calcium was more prevalent for two or more portions per day (53.1%), there being no significative gender related difference in consumption. The realization of Breakfast was more frequent between male teenagers. It was observed a high consumption of sugary drinks, that can be considered substitutes of the dairies in the adolescent routine.

Key words: calcium; dairies; adolescent; habits.

REFERÊNCIAS

1. Organización Mundial de la Salud. La salud de los jóvenes: un reto y una esperanza. Geneva: OMS, 1995.
2. Carvalho CMRG, Nogueira AMT, Teles JBM, Paz SMR, Souza RML. Consumo alimentar de adolescentes matriculados em um colégio particular de Teresina, Piauí, Brasil. Rev. Nutr. 2001; 14(2): 85-93. Disponível em URL: <<http://www.scielo.br/pdf/rn/v14n2/7556.pdf>>.
3. Oliveira JED, Marchini JS. Ciências nutricionais. 2.ed. São Paulo: Sarvier, 2008. 173p.
4. Lerner BR, Lei DLM, Chaves SP, Freire RD. O cálcio consumido por adolescentes de escolas públicas de Osasco, São Paulo. Rev. Nutr. 2000; 13(1): 57-63. Disponível em URL: <<http://www.scielo.br/pdf/rn/v13n1/7924.pdf>>.
5. Philippi ST. Pirâmide dos alimentos: fundamentos básicos da nutrição. 2. ed. rev. São Paulo: Manole, 2014. 399p.
6. Lanzillotti HS, Lanzillotti RS, Trotte APR, Dias AS, Bornand B, Costa EAMM. Osteoporose em mulheres na pós-menopausa, cálcio dietético e outros fatores de risco. Rev. Nutr. 2003; 16(2): 181-193. Disponível em URL: <<http://www.scielo.br/pdf/rn/v16n2/a05v16n2.pdf>>.
7. Institute of Medicine. Dietary Reference Intakes for Calcium and Vitamin D. Washington, DC: National Academy Press; 2011. Disponível em URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK56070/pdf/Bookshelf_NBK56070.pdf>.
8. Palma D, Escrivão MAMS, Oliveira FLC. Universidade Federal de São Paulo, coordenação. Guia de nutrição clínica na infância e na adolescência. 1. ed. Barueri: UNIFESP, 2009. 661 p.
9. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009: Análise do consumo alimentar pessoal no Brasil. Rio de Janeiro: IBGE, 2011. Disponível em URL: <<http://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv50063.pdf>>.

10. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Pesquisa Nacional de Saúde Escolar. Rio de Janeiro: IBGE, 2009. Disponível em URL: <<http://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv43063.pdf>>.
11. Slater B, Fisberg RM, Philippi ST, Latorre MRO. Validation of a semi-quantitative adolescents food frequency questionnaire applied at a public school in São Paulo, Brazil. In: Barbosa JM, Neves CMAF, Araújo LL, Silva EMC. Guia ambulatorial de nutrição materno-infantil. 1ª edição. Rio de Janeiro: MedBook, 2013. 466 p.
12. Chiara VL, Sichieri R. Consumo alimentar em adolescentes. Questionário simplificado para avaliação de risco cardiovascular. In: Vitolo MR. Nutrição: da gestação ao envelhecimento. Rio de Janeiro: Rubio, 2008. 628 p.
13. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Regulamento técnico de porções de alimentos embalados para fins de rotulagem nutricional. Disponível em URL: <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/anvisa/2003/anexo/anexo_res0359_23_12_2003.pdf>.
14. Vitolo MR. Nutrição: da gestação ao envelhecimento. Rio de Janeiro: Rubio, 2008. 628 p.
15. Oliveira CF, Silveira CR, Beghetto M, Mello PD, Mello, ED. Avaliação do consumo de cálcio por adolescentes. Rev. Paul. Pediatria 2014; 32(2): 216-220. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rpp/v32n2/pt_0103-0582-rpp-32-02-00216.pdf>.
16. Silva J, Fulaneti MS, Marchiori JMG. Avaliação da frequência do consumo do cálcio na alimentação de crianças do município de Colina (SP). Revista Fafibe On-Line 2016; 9(1): 16-27. Disponível em URL: <<http://unifafibe.com.br/revistasonline/arquivos/revistafafibeonline/sumario/49/16032017211409.pdf>>.
17. Coleone JD, Kumpel DA, Alves ALS, Mattos CB. Perfil nutricional e alimentar de escolares matriculados em uma escola municipal. Rev. Ciência & Saúde 2017; 10(1): 34-38. Disponível em URL: <<http://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/faenfi/article/view/22762/15408>>.

18. Neutzling MB, Assunção MCF, Malcon MC, Hallal PC, Menezes AMB. Hábitos alimentares de escolares adolescentes de Pelotas, Brasil. *Rev. Nutr.* 2010; 23(3): 379-388. Disponível em URL: <<http://www.scielo.br/pdf/rn/v23n3/06.pdf>>.
19. Santos GG, Sousa JB, Toscano MB, Morais MEA. Hábitos alimentares e estado nutricional de adolescentes de um centro de juventude da cidade de Anápolis. *Rev. Ensaios e Ciência: Ciências Biológicas, Agrárias e da Saúde* 2011; 15(1): 141-151. Disponível em URL: <<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=26019329010>>.
20. Matuk TT, Stancari PCS, Bueno MB, Zaccarelli EM. Composição de lancheiras de alunos de escolas particulares de São Paulo. *Rev. Paul. Pediatr.* 2011; 29(2): 157-163. Disponível em URL: <<http://www.scielo.br/pdf/rpp/v29n2/a05v29n2.pdf>>.
21. Leal GVS, Philippi ST, Matsudo SMM, Toassa EC. Consumo alimentar e padrão de refeições de adolescentes, São Paulo, Brasil. *Rev. bras. epidemiol.* 2010; 13(3): 457-467. Disponível em URL: <<http://www.scielo.br/pdf/rbepid/v13n3/09.pdf>>.
22. Marchioni DML, Gorgulho BM, Teixeira JA, Junior EV, Fisberg RM. Prevalência de omissão do café da manhã e seus fatores associados em adolescentes de São Paulo: estudo ISA-Capital. *Nutrire Rev. Soc. Bras. Alim. Nutr.* 2015; 40(1): 10-20. Disponível em URL: <<http://pesquisa.bvsalud.org/sms/resource/pt/lil-749168>>.
23. Pereira JL, Castro MA, Hopkins S, Gugger C, Fisberg RM, Fisberg M. Prevalence of consumption and nutritional content of breakfast meal among adolescents from the Brazilian National Dietary Survey. *J Pediatr (Rio J)*. 2017.
24. Trancoso SC, Cavalli SB, Proença RPC. Café da manhã: caracterização, consumo e importância para a saúde. *Rev. Nutr.* 2010; 23(5): 859-869. Disponível em URL: <<http://www.scielo.br/pdf/rn/v23n5/a16v23n5.pdf>>.
25. Maham LK, Escott-Stump S, Raymond JL. Krause: Alimentos, nutrição e dietoterapia. 13ª edição. Rio de Janeiro: Elsevier; 2012. 1227 p.
26. Nogueira FAG, Canniatti-Brazaca SG. Disponibilidade de cálcio em leites integral e desnatado adicionados de frutas, café e achocolatado. Universidade Federal do Paraná -

- Boletim Centro de Pesquisa de Processamento de Alimentos 2008; 26(2): 213-228.
Disponível em URL: <<http://revistas.ufpr.br/alimentos/article/view/13277/9009>>.
27. Cozzolino SMF. Biodisponibilidade de nutrientes. 5 ed. rev. e atual. Barueri: Manole, 2016, 1443p.
28. Monteiro LS, Vasconcelos TM, Veiga GV, Pereira RA. Modificações no consumo de bebidas de adolescentes de escolas públicas na primeira década do século XXI. Rev. Bras. Epidemiol. 2016; 19(2): 348-361. Disponível em URL: <<http://www.scielo.br/pdf/rbepid/v19n2/1980-5497-rbepid-19-02-00348.pdf>>.
29. Saraiva DA, Cabral BC, Moraes HCC, Nascimento LS, Silva LMC, Frazão AGF et al. Características antropométricas e hábitos alimentares de escolares. Rev. Ciência & Saúde 2015; 8(2): 59-66. Disponível em URL: <<http://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/faenfi/article/view/19657/13467>>
30. Levy-Costa RB, Sichieri R, Pontes NS, Monteiro CA. Disponibilidade domiciliar de alimentos no Brasil: distribuição e evolução (1974-2003). Rev Saúde Pública 2005; 39(4): 530-540. Disponível em URL: <<http://www.scielo.br/pdf/rsp/v39n4/25522.pdf>>.
31. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE): Pesquisa de Orçamentos Familiares 2002-2003: análise da disponibilidade domiciliar de alimentos e do estado nutricional no Brasil. Rio de Janeiro, 2004. Disponível em URL: <<http://www.abeso.org.br/uploads/downloads/70/553a2408c2702.pdf>>.
32. Pereira GAP, Genaro PS, Pinheiro MM, Szejnfeld VL, Martini LA. Cálcio dietético: estratégias para otimizar o consumo. Rev. Bras. Reumatol. 2009; 49(2): 164-180. Disponível em URL: <<http://www.scielo.br/pdf/rbr/v49n2/08.pdf>>.