

**UNISC- UNIVERSIDADE DE SANTA CRUZ DO SUL**

**CURSO DE NUTRIÇÃO**

Gisele Pereira Azambuja

**ESTADO NUTRICIONAL E FREQUÊNCIA DE CONSUMO DE  
ALIMENTOS RICOS EM SÓDIO POR ESCOLARES**

Santa Cruz do Sul  
2018

# ESTADO NUTRICIONAL E FREQUÊNCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS RICOS EM SÓDIO POR ESCOLARES

## NUTRITIONAL STATUS AND FREQUENCY OF CONSUMPTION OF FOODS RICH IN SODIUM BY SCHOOLS

Gisele Pereira Azambuja, Acadêmica do curso de Nutrição, Universidade de Santa Cruz do Sul (UNISC), Santa Cruz do Sul, RS, Brasil.

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

### RESUMO

**Introdução:** A nutrição é de extrema importância nos primeiros anos de vida, para um bom desenvolvimento a criança precisa de energia e fontes alimentares adequadas, além do que, nessa faixa etária os hábitos alimentares adquiridos, podem persistir na vida adulta.

**Objetivo:** Verificar o estado nutricional e a frequência de consumo de alimentos ricos em sódio por escolares.

**Materiais e método:** Estudo com delineamento transversal, realizado com escolares matriculados no 4º e 5º ano do ensino fundamental da escola estadual de educação básica de Encruzilhada do Sul/RS. Aplicou-se um questionário de frequência alimentar com alimentos fonte de sódio, e fez-se a aferição de peso/altura e circunferência abdominal, para identificação do estado nutricional pelo Índice de Massa Corporal para idade, e do risco cardiovascular, respectivamente. A análise dos dados foi descritiva.

**Resultados:** A amostra foi composta por 23 escolares, com idade média de 10,69 anos, sendo 65,21% do sexo feminino. Observou-se que 78,26% estavam eutróficos, e 73,91% não tinham risco cardiovascular. Na análise da frequência de consumo de alimentos fontes de sódio pelos escolares avaliados, pode-se observar que a frequência “nunca” predominou para todos os alimentos avaliados.

**Conclusão:** Concluímos que a maioria dos escolares estava em eutrofia e com baixo risco cardiovascular. E que não houve um consumo habitual de alimentos ricos em sódio pela maioria dos escolares.

**Palavras-chaves:** escolares; consumo de sódio, estado nutricional.

## **ABSTRACT:**

**Introduction:** Nutrition is of extreme importance in the first years of life, for a good development the child needs energy and adequate food sources, in addition to that, in this age group acquired eating habits, can persist in adult life.

**Objective:** To verify the nutritional status and frequency of consumption of sodium-rich foods by schoolchildren.

**Materials and methods:** Cross-sectional study, carried out with schoolchildren enrolled in the 4th and 5th year of elementary education at the state school of basic education in Encruzilhada do Sul / RS. A food frequency questionnaire was applied with sodium source foods, and weight / height and abdominal circumference were checked for nutritional status by Body Mass Index for age and cardiovascular risk, respectively. Data analysis was descriptive.

**Results:** The sample consisted of 23 students, with a mean age of 10.69 years, being 65.21% female. It was observed that 78.26% were eutrophic, and 73.91% had no cardiovascular risk. In the analysis of the frequency of food consumption of sodium sources by the evaluated students, it can be observed that the frequency "never" prevailed for all evaluated foods.

**Conclusion:** We concluded that most schoolchildren were eutrophic and had low cardiovascular risk. And there was no regular consumption of sodium-rich foods by most schoolchildren.

**Keywords:** school children; sodium intake, nutritional status.

## REFÊRENCIAS

1. Nasser L. Importância da nutrição, da infância à adolescência. In: FAGIOLI, D. (1ºEd). Educação nutricional na infância e na adolescência. São Paulo: RCN Editora, 2009, p. 31 – 35.
2. Paiva XV. Qualidade nutricional dos lanches escolares das escolas particulares do Plano Piloto – DF 009. 67 f. Dissertação (Mestrado em Nutrição Humana) — Universidade de Brasília, Brasília, 2009.
3. Ministério da Saúde. Caderno de Atenção Básica nº 38: Estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica obesidade. Brasília, DF, 2014<sup>a</sup>.
4. Souza AM et al. Alimentos mais consumidos no Brasil: Inquérito Nacional de Alimentação 2008-2009. Rev Saúde Pública, 2013, 471-10.
5. Costa FP, Machado SH. O consumo de sal e alimentos ricos em sódio pode influenciar na pressão arterial das crianças?. Ciência & Saúde Coletiva, 15, 1383-1389, 2010.
6. Ministério da Saúde. Guia alimentar para a população brasileira. 2. ed. Brasília - DF, 2014<sup>b</sup>.
7. <https://www.encruzilhadadosul.rs.gov.br/prefeitura/home/#>
8. Manfroi, GF, Santos RS, Teixeira AS. et al. Consumo de sódio em usuários com Síndrome Metabólica de uma Unidade de Saúde. Revista da Graduação, v.9, n.2, 2016.
9. BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Orientações para a coleta e análise de dados antropométricos em serviços de saúde : Norma Técnica do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional - SISVAN/Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. Brasília: Ministério da Saúde, 2011.76 p.
10. WHO. World Health Organization. **Growth reference data for 5-19 years**. Disponível em: < [http://www.who.int/growthref/who2007\\_bmi\\_for\\_age/en/](http://www.who.int/growthref/who2007_bmi_for_age/en/)> . Acesso em: 26 Nov. 2018.
11. Taylor RW, Jones IE, Williams SM, Goulding A. Evaluation of waist circumference, waist-to-hip ratio, and the conicity index as screening tools for high trunk fat mass, as measured by dual-energy X-ray absorptiometry, in children aged 3-19 y. Am J Clin Nutr. 2000;72:490-5.
12. 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: IBGE; 2010.
13. DE Souza, Peres M, Molz P, Pereira CS. Análise do consumo de alimentos fonte de sódio e excesso de peso em escolares do município de Rio Pardo, RS. Cinergis, Santa Cruz do Sul, v. 15, n. 1, set. 2014. ISSN 2177-4005.
14. Medeiros, Muniz CC et al. Estado nutricional e hábitos de vida em escolares. Rev. bras. crescimento desenvolv. hum., São Paulo , v. 21, n. 3, p. 789-797, 2011.
15. Pedraza, Figueroa D et al . Estado nutricional e hábitos alimentares de escolares de Campina Grande, Paraíba, Brasil. Ciênc. saúde coletiva, Rio de Janeiro , v. 22, n. 2, p. 469-477, Feb. 2017.

16. Pereira PF et al. Circunferência da cintura como indicador de gordura corporal e alterações metabólicas em adolescentes: comparação entre quatro referências. Rev. Assoc. Med. Bras., São Paulo , v. 56, n. 6, p. 665-669, 2010 .
17. Silva BPS, Silva CS de O, Mourão DM, Da Costa BK, Silveira MF, Bauman CD. Classificação da circunferência abdominal de escolares matriculados na rede pública de ensino da cidade de Montes Claros/MG. Revista Eletrônica Acervo Saúde, 2017. Vol. Sup. 7.
18. Pedroni JL et al. Prevalência de obesidade abdominal e excesso de gordura em escolares de uma cidade serrana no sul do Brasil. Ciênc. saúde coletiva, Rio de Janeiro , v. 18, n. 5, p. 1417-1425, May 2013 .
19. Aires APP et al. Consumo de alimentos industrializados em pré-escolares. Revista da AMRIGS, Porto Alegre, 55 (4): 350-355 out.-dez. 2011.
20. Gomes EC et al. Consumo de alimentos ultraprocessados por pré-escolares de uma escola da rede municipal de ensino de itaquí-rs. Anais do VII Salão Internacional de Ensino, Pesquisa e Extensão – Universidade Federal do Pampa, V. 8,N. 2, 2016.

