

ANÁLISE COMPARATIVA DO COMPORTAMENTO ALIMENTAR DE CRIANÇAS NOS AMBIENTES ESCOLAR E FAMILIAR COM RELAÇÃO À PRÁTICA DE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

Rita de Cassia de Souza Fernandes (IC) e Mônica Glória Neumann Spinelli (Orientador)

Apoio: PIVIC Mackenzie

RESUMO

Objetivou-se analisar o padrão alimentar de crianças nos ambientes escolar e familiar em relação à preferência por alimentos saudáveis, bem como a aceitabilidade da merenda oferecida pelo Programa Nacional de Alimentação Escolar e os fatores que influenciam no comportamento desses indivíduos. Foram aplicados questionários aos escolares e aos pais para avaliar as influências e o consumo e realizada uma análise observacional no ambiente escolar. Com uma média de idade de 10,06 anos, os resultados indicaram um consumo inadequado no ambiente familiar de frutas; hortaliças; cereais; leites e derivados; peixes e água. Foi encontrada adesão da merenda por 90,9% das crianças, sendo que 83,3% gostam da refeição oferecida, 93,9% não se alimentam sozinhos e 47,0% já deixaram de comer para interagir com os amigos. Na comparação entre casa e escola, não houve diferenças no consumo de frutas, hortaliças, feijão e peixes. Devido à amostra reduzida, são necessários mais estudos para corroborar que a preferência alimentar se altera com o ambiente. Em relação às influências familiares, embora não tenham sido encontradas relações com o consumo de alimentos novos, menos preferidos ou saudáveis, o controle da alimentação refletiu positivamente na diminuição do consumo de alimentos ultraprocessados. Conclui-se que a educação nutricional desde a introdução alimentar se configura como essencial para a garantia de um crescimento e desenvolvimento saudáveis que proporcionem qualidade de vida, tendo a família papel primordial. Também é necessária maior atenção quanto à composição qualitativa e quantitativa da merenda escolar.

Palavras-chave: Comportamento alimentar. Alimentação escolar. Alimentação infantil.

ABSTRACT

The objective of this study was to analyze the dietary pattern of children in school and family settings in relation to the preference for healthy foods, as well as the acceptability of the food offered by the National School Feeding Program and the factors that influence the behavior of these individuals. Questionnaires were applied to both children and parents to assess influences and consumption and it was carried out an

observational analysis in the school environment. With an average age of 10.06 years, the results indicated an inadequate fruit, vegetables, cereals, milk and derivatives, fish and water consumption in the familiar environment. 90.9% of children were adhered to the meal, 83.3% liked the meal offered, 93.9% did not feed themselves and 47.0% stopped eating to interact with their friends. In the comparison between house and school, there were no differences in the consumption of fruits, vegetables, beans and fish. Because of the reduced sample, further studies are needed to corroborate that food preference changes with the environment. Regarding family influences, although no relationships were found with the consumption of new, less preferred foods or healthy, controlling food positively reflected a reduction in the consumption of ultraprocessed foods. It is concluded that nutritional education since the food introduction is essential to ensure healthy growth and development that provide quality of life, having the family as a primary role. More attention is also needed on the qualitative and quantitative composition of school meals.

Keywords: Feeding behavior. School feeding. Child nutrition.

1. INTRODUÇÃO

Em um contexto marcado por modificações no estilo de vida e no padrão alimentar da população urbana brasileira em relação ao volume de ingestão, composição e qualidade dos alimentos, as crianças representam um grupo de grande vulnerabilidade devido ao crescimento acelerado, aquisições no processo de desenvolvimento e à imaturidade fisiológica e imunológica de seu organismo (BRASIL, 2014; CARVALHO et al., 2015).

Torna-se de extrema importância promover uma alimentação saudável que garanta a esse grupo todos os nutrientes essenciais à faixa etária, de modo também a evitar o desenvolvimento de sobrepeso, obesidade e doenças crônicas associadas (BRASIL, 2006a; FIDELIS; OSÓRIO, 2007). De tal forma, o desenvolvimento de um comportamento alimentar adequado é essencial, sendo este representado pelas práticas alimentares observadas e pelos aspectos subjetivos, socioculturais e psicológicos (BRASIL, 2014).

Escolas participantes do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) propiciam aos seus alunos um local que auxilia na formação de hábitos alimentares saudáveis, sendo a presença dos amigos um influenciador na escolha alimentar (BRASIL, 2012; CONCEIÇÃO et al., 2010). Ademais, é válido ressaltar que a alimentação dos pais e a responsabilidade por sua compra impactam decisivamente na preferência alimentar da criança e sua regulação da ingestão energética, servindo como modelo de comportamento (GAMBARDELLA; FRUTUOSO; FRANCH, 1999; VALLE; EUCLYDES, 2007).

Visto que existe uma interação entre os hábitos alimentares adquiridos na família e aqueles aprendidos na escola, podendo um influenciar o outro, a investigação precoce de práticas alimentares inadequadas é importante para o estabelecimento de estratégias de intervenção, visando à promoção da saúde (ALBUQUERQUE; MENEZES, 2010).

Portanto, os objetivos desse trabalho visam analisar o padrão alimentar de crianças nos ambientes escolar e familiar em relação à preferência por alimentos saudáveis, bem como a aceitabilidade da merenda oferecida pelo PNAE e os fatores que influenciam no comportamento desses indivíduos.

1. REFERENCIAL TEÓRICO

Após ter vivenciado uma transição nutricional devido a modificações no estilo de vida e no volume de ingestão alimentar e composição nutricional, cada vez mais rica em

gorduras, principalmente de origem animal, açúcares e alimentos industrializados, com redução do consumo de carboidratos complexos e fibras, não se pode deixar de notar que, no Brasil, os crescentes casos de obesidade em crianças e adolescentes passam a chamar mais atenção do que a desnutrição (DE LAVOR, 2007). Esse grupo, vulnerável fisiologicamente e imunologicamente e por estar em uma fase de crescimento e desenvolvimento, necessita de uma alimentação nutricional adequada e saudável nos primeiros anos de vida (BRASIL, 2013a; CARVALHO et al., 2015; FIDELIS; OSÓRIO, 2007).

Segundo o Guia alimentar para a população brasileira (BRASIL, 2014), a diversidade dietética que fundamenta o conceito de alimentação saudável deve ser composta por todos os grupos alimentares, fornecendo água, carboidratos, proteínas, lipídios, vitaminas, fibras e minerais, os quais são insubstituíveis e indispensáveis ao bom funcionamento do organismo. Além disso, as práticas alimentares saudáveis devem ter como enfoque prioritário o resgate de hábitos alimentares regionais inerentes ao consumo de alimentos in natura ou minimamente processados, com tipos e quantidades adequadas às fases do curso da vida, compondo refeições que incluam alimentos tanto de origem vegetal como animal, incluindo grãos, tubérculos e raízes, frutas, legumes e alimentos ricos em proteína, além da reduzida ingestão de gorduras, açúcares e sal. Também são recomendadas ao menos três refeições por dia (café da manhã, almoço e jantar), intercaladas por pequenos lanches.

Cavalcante et al. (2006) identificaram que crianças que possuem inadequações no consumo alimentar podem ter comprometidos o seu estado nutricional e desenvolverem, precocemente, morbidades relacionadas a carências ou excessos nutricionais.

Visto que, na infância, experiências alimentares determinarão o padrão alimentar a ser adotado pelo indivíduo ao longo da vida e que esse comportamento alimentar advém de práticas alimentares observadas (o que, quanto, como, quando e na companhia de quem comemos) e pelos aspectos subjetivos, socioculturais e psicológicos, é válido afirmar que o ambiente escolar tem um papel importante nesse processo por propiciar o contato e a criação de hábitos alimentares saudáveis (BRASIL, 2014; CONCEIÇÃO et al., 2010; VALLE; EUCLYDES, 2007).

Nesse contexto, a escola tem como dever, além de promover educação nutricional, auxiliar no controle e redução de deficiências nutricionais e da desnutrição infantil, sendo uma das formas de alcançar tais objetivos, o fornecimento da alimentação escolar (CONCEIÇÃO et al., 2010; ISSA et al., 2014; MOTA; MASTROENI; MASTROENI, 2013).

No Brasil, o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), implantado em 1979 dando continuidade à Campanha da Merenda Escolar criada em 1955, é o responsável por garantir uma alimentação nutricionalmente adequada de todos os alunos da educação básica matriculados em escolas públicas e filantrópicas por meio da transferência de recursos financeiros repassados pela União aos estados e municípios, tendo como outros objetivos suprir parcialmente as necessidades nutricionais das crianças dessas instituições de ensino, por meio da garantia de condições higienicossanitárias seguras e estando em consonância com a cultura e a tradição da população (BRASIL, 2012; DOMENE, 2005 apud ISSA et al., 2014), contribuindo assim, além do desenvolvimento da economia local, para a redução dos índices de evasão e desenvolvimento do aluno nas áreas social, cognitiva, emocional e, principalmente, nutricional (ISSA et al., 2014; WEIS; CHAIM; BELIK, 2007).

Adicionalmente, de acordo com Bezerra (2009), a alimentação escolar desempenha papel de relevância social, uma vez que, em muitos casos, é considerada como a refeição principal do dia e a única garantia de alimentação da criança. De tal forma, a literatura tem apontado que, além de grande parte dos alunos gostarem da alimentação servida na escola (MARTINS et al., 2004), tal refeição tornase importante também devido à dificuldade financeira encontrada em várias famílias, visto que muitas contam com essa possibilidade oferecida pela escola para garantir uma alimentação adequada aos seus filhos (MUNIZ; CARVALHO, 2007). Nesse sentido, a Portaria Interministerial MEC/MS 1010 (BRASIL, 2006b), preconiza que as crianças em unidades de educação devem receber refeições adequadas e balanceadas, que venham a atingir, no mínimo, 30 e 70%, respectivamente, das necessidades nutricionais diárias.

Também é válido ressaltar que a alimentação dos pais também costuma exercer influência decisiva na alimentação infantil, afetando a preferência alimentar da criança e sua regulação da ingestão energética (VALLE; EUCLYDES, 2007). Desse modo, sendo a alimentação dos familiares nutricionalmente adequada, tal exposição às crianças refletirá em um comportamento alimentar condizente com aquela que preconizam, visto que as experiências ocorridas no interior das relações familiares servem como modelo de comportamento ao público infantil (HINNING, 2010; PONTES et al., 2009). Portanto, o ambiente doméstico, o estilo de vida dos pais e as relações interfamiliares são considerados como maiores influenciados sobre a definição das preferências alimentares infantis, inclusive por serem os responsáveis pela compra e preparo dos alimentos (FILDES, 2014; GAMBARDELLA; FRUTUOSO; FRANCH, 1999).

Considera-se importante, além da questão financeira já discutida, a influência dos amigos e colegas, que estabelecem o que é socialmente aceito pelo grupo impactando na adesão ou não de determinado alimento (GAMBARDELLA; FRUTUOSO; FRANCH, 1999). Devido ao maior tempo que as crianças passam na escola, a alimentação aparece como uma forma de socialização; é por meio das escolhas alimentares que o indivíduo se integrará a determinado grupo e, quando isso ocorre, estará tão adaptado a esse hábito já formado que é muito improvável que tenha consciência real de sua alimentação diária, o que explicita o papel influenciador das amizades nas escolhas alimentares pelo público infantil (MEZOMO, 2002 apud LEMOS, DALLACOSTA, 2005).

2. METODOLOGIA

Trata-se de um estudo exploratório descritivo e observacional de delineamento transversal, com abordagem quantitativa e qualitativa, sendo os dados coletados num período de aproximadamente três semanas, em dias letivos, entre maio e junho de 2016, em uma escola municipal da rede pública de ensino, localizada em um município da zona oeste da Região Metropolitana de São Paulo, a 35 quilômetros da capital paulista. A população de estudo foi composta por escolares matriculados nos 4º e 5º ano do período matutino, de ambos os gêneros, sem restrição de raça.

Após os dados de identificação do aluno fornecidos pela instituição de ensino, foi aplicado um questionário adaptado de Muniz e Carvalho (2007), para analisar a importância, a adoção e aceitação da alimentação oferecida pelo PNAE, assim como perguntas para analisar a influência dos amigos na alimentação da criança no ambiente escolar, principalmente em relação à adoção da merenda.

Tais resultados foram utilizados para a análise observacional, realizada para registrar o número de alunos que efetivamente consumiam a refeição durante todos os dias da semana, sendo utilizada como base a metodologia de Mota, Mastroeni e Mastroeni (2013). Como critério de exclusão foram considerados os alunos que faltaram durante essa semana.

Em um período de cinco dias letivos, a pesquisadora foi à escola e, antes do intervalo desses alunos, distribuiu cartões com sua identificação pessoal aos alunos na sala de aula e os orientou a levar para o refeitório para que a mesma pudesse aferir um positivo quando a criança recebesse a refeição da merendeira, o que também ocorreu no descarte dos possíveis restos alimentares, de modo que a análise não fosse prejudicada, sendo assinalados os alimentos não consumidos. Os dados de consumo

alimentar das merendas oferecidas foram anotados em formulário próprio baseando-se no cardápio previamente definido e elaborado pela nutricionista responsável pela merenda na instituição.

Foi enviado aos pais e responsáveis um questionário para verificar, além de dados pessoais, os dados socioeconômicos e a influência familiar na alimentação das crianças, sendo anexado também o teste “Como está sua alimentação?” (BRASIL, 2008), adaptado para o grupo, haja vista que utiliza linguagem clara e acessível, as porções ingeridas de diversos grupos alimentares, como frutas; hortaliças; cereais; carne; leguminosas; leite; alimentos ricos em gorduras e açúcares, além do tipo de gordura utilizada para cozinhar, o consumo de gordura saturada, colesterol e sal de adição, o número de refeições e a ingestão de água. Para o correto preenchimento do teste, foi explicitado no questionário que fosse assinalado somente o que o aluno se alimentava fora do ambiente escolar, ou seja, em companhia da família; foi desconsiderado, portanto, o lanche da manhã. Tais dados também foram utilizados para a realização da análise comparativa da alimentação dos escolares nos dois ambientes, principalmente no que se refere à adoção de uma alimentação saudável e na verificação dos fatores presentes no ambiente familiar que se relacionam à não adesão da merenda por algumas crianças.

Para a organização dos dados e a tabulação das informações coletadas, foi utilizado o programa Microsoft Excel, versão 2010. Foi realizado o teste qui-quadrado por meio do programa *Statistical Package for the Social Science* (SPSS) versão 17.0, considerando-se como nível de significância $p < 0,05$, sendo os dados apresentados na forma de tabelas e gráficos e discutidos com base na literatura.

Os procedimentos adotados nesse estudo respeitam as diretrizes aprovadas pela resolução nº 510 que regulamenta a ética na pesquisa com seres humanos (BRASIL, 2016a). Antes da coleta de dados, foi devidamente explicada à instituição, a Secretaria Municipal de Educação e a todos os participantes e responsáveis os objetivos e procedimentos do estudo, participação voluntária e riscos, mesmo que mínimos. Os pais que consentiram voluntariamente em participar do estudo, assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE) e as crianças, o termo de assentimento esclarecido, realizado em linguagem acessível e lido em sala de aula.

Esta pesquisa está incluída no projeto temático “Avaliação das práticas alimentares de grupos populacionais e dos possíveis fatores de risco nutricional”, aprovado no Comitê de Ética da Universidade Presbiteriana Mackenzie/Plataforma Brasil, sob o número CAAE 49688715.4.0000.0084. Esses dados foram utilizados somente para fins acadêmicos.

3. RESULTADO E DISCUSSÃO

Segundo Moreira (2013), são escassas as informações sobre a ingestão alimentar de crianças de acordo com o local da refeição e a sua influência na alimentação e na saúde. De tal forma, o presente trabalho, realizado com 66 escolares com idade média de 10,06 anos ($\pm 0,63$), sendo 56,1% do gênero masculino, pode auxiliar no desenvolvimento de estratégias de saúde pública adequadas.

Após o relato do consumo da merenda, 33 estudantes participaram da análise observacional por terem o hábito diário de consumo, enquanto que 41,0% consomem apenas de uma a quatro vezes na semana. Porém, 9 faltaram em um ou mais dias da coleta de dados, restando 24 alunos para a comparação do consumo nos dois ambientes, o escolar e o familiar. Ressalta-se que para a discussão dos outros itens propostos na metodologia, todos os estudantes foram inclusos no estudo.

Em relação à importância e adesão da merenda escolar, 95,5% das crianças relataram já terem experimentado a comida oferecida, sendo que, destas, 90,9% possuem o hábito de comer a merenda, resultados que se assemelham aos encontrados por Mota, Mastroeni e Mastroeni (2013). Apenas um estudante referiu vir à instituição de ensino apenas para se alimentar e 97,0% têm a percepção da importância da merenda no ambiente escolar em relação aos aspectos sociais envolvidos, incluindo aqueles que não consomem a refeição nenhum dia da semana, o que supera o estudo de Muniz e Carvalho (2007).

Quanto à aceitabilidade, 83,3% gostam da comida, enquanto que 7,6%, apesar de não gostarem, possuem o hábito de se alimentar. Flávio, Barcellos e Lima (2004) destacaram a falta de fome como principal motivo pela não alimentação na escola; ademais, os resultados acrescentam que algumas crianças referiram só gostar das refeições maternas.

No que se refere ao padrão alimentar das crianças no ambiente escolar, por não haver cantinas ou lanchonetes, somente eram oferecidas as refeições do PNAE: um café da manhã, cujo cardápio variava entre bisnagas, biscoitos, sucos ou mingau; e o almoço. Somente o almoço foi analisado por contar com uma maior variedade de alimentos in natura ou minimamente processados, cujo cardápio da semana em que os dados foram coletados está disposta no Quadro 1. Optou-se por uma análise qualitativa.

Quadro 1 – Composição da merenda escolar de uma escola municipal de um município da zona oeste da Região Metropolitana de São Paulo, 2016.

| Dia da semana | Composição da refeição |
|----------------------|---|
| Segunda-feira | Macarrão ao molho de tomate, salsicha e suco artificial em pó |
| Terça-feira | Arroz, feijão carioca, frango desfiado com cenoura e salsa, salada de pepino e melão |
| Quarta-feira | Arroz, feijão carioca, ovos mexidos com cebola e cheiro verde e mexerica |
| Quinta-feira | Arroz, carne ao molho com mandioca, salada de acelga e tomate e suco artificial em pó |
| Sexta-feira | Arroz, feijão carioca, peixe ao molho de tomate com abóbora e coentro e melancia |

Mesmo elaborado por uma nutricionista, o cardápio contém alimentos ultraprocessados como embutidos e suco artificial em pó para reconstituição, que além terem em sua composição aditivos alimentares e possuem baixo valor nutricional, também podem prejudicar a formação de hábitos saudáveis (TOLONI et al., 2011). Tal afirmação fica evidente quando não é observada a recusa e o descarte de salsicha por nenhum aluno durante a análise observacional e pela escolha de 20,5% dos 39 estudantes que relataram preferência por algum alimento específico da merenda escolar. Uma vez que o PNAE permite, mas restringe a oferta desses alimentos, é necessária maior responsabilidade quanto a sua inserção nos cardápios escolares, pois tal exposição pode influenciar negativamente o consumo alimentar das crianças (BRASIL, 2013b; MATUK et al., 2011).

Apesar desse viés negativo, o cardápio supera a recomendação (300g) de frutas e hortaliças, ofertando 440g por aluno durante a semana (BRASIL, 2013b). Na prática, a média de consumo dos alunos que participaram da análise observacional foi de 317,1g, com rejeição de 37,5% em relação às saladas e 24,9%, das frutas oferecidas. Quanto às proteínas de origem animal, houve maior descarte de ovo (25,0%) que de carne (4,2%).

Em relação à comparação de hábitos saudáveis nos dois ambientes, não houve correlação entre o consumo de frutas ($p < 0,206$), e peixes ($p < 0,563$). Para as hortaliças, foi possível notar que quem não consome na escola também não consome em casa, ou seja, o ambiente em que eram oferecidas as hortaliças não interferiu na escolha e consumo pelos alunos ($p < 0,007$). Não houve recusa de feijão no ambiente escolar, tendo adesão, inclusive, das crianças que não consumiam esse alimento em companhia

da família, o que pode ser considerado positivo. Quanto ao consumo de hortaliças, nota-se que quem consome na escola, também consome em casa, enquanto. Todas consumiram o suco oferecido.

Dados importantes foram encontrados no que se refere às influências presentes no ambiente escolar: do total dos alunos analisados, 93,9% não costumam comer sozinhos. Entretanto, não foi encontrada associação entre a adesão do consumo da merenda oferecida pelo PNAE e a companhia dos amigos no horário da realização das refeições.

É interessante notar que 43,3% optam por não trazer lanche de casa devido a essa companhia; uma vez que o ambiente escolar expõe o aluno a preparações nutritivas, essa interação entre as crianças, além de auxiliar no desenvolvimento da personalidade do indivíduo, pode ser determinante para o consumo de uma dieta mais saudável e formação de um comportamento alimentar adequado, visto que uns servem de modelo para os outros (MOREIRA, 2010). Tal reflexão se materializa por 76,9% dessas crianças continuarem a se alimentar da merenda escolar mesmo sem a companhia de algum amigo ou colega. Além disso, tendo em vista que estudos comprovam que a composição das lancheiras de estudantes brasileiros encontra-se inadequada, com excesso de alimentos industrializados e baixa presença de in naturas, é válido ressaltar a importância da companhia dos amigos e o fornecimento da merenda no ambiente escolar (MATUK et al., 2011).

Relacionando-se o tempo do intervalo dos escolares (15 minutos) e o tamanho da porção servida, é válido ressaltar que, embora 50,8% referirem que ambos são suficientes, 16,4% acreditam que a porção servida é exagerada, o que poderia levar ao descarte de parte desse alimento e, conseqüentemente, interferir na garantia de suprimento energético e nutricional. Ademais, como o intervalo escolar é utilizado tanto para socialização como para o consumo alimentar, tais resultados revelam que essa percepção de demasia da alimentação oferecida pode estar relacionada ao pouco tempo que possuem para pegar a fila da merenda, se alimentar e interagir com os amigos (LINCK, 2009). De tal forma, 47,0% do total dos alunos referiram já ter deixado de comer algumas vezes para realizar atividades recreativas com os amigos, o que demonstra certa influência deles no consumo diário.

A alimentação das crianças em companhia da família destacou um baixo consumo do grupo dos cereais, tubérculos e raízes, com uma média diária de 4,2 porções ($\pm 0,4$). Uma vez que são fontes de carboidrato, macronutriente cuja função essencial é fornecer energia para o corpo humano, é necessário aumentar a ingestão para atender às necessidades do organismo, que necessita tanto para realizar

atividades cotidianas quanto para se desenvolver de maneira adequada (BRASIL, 2006c).

Mesmo a renda do grupo sendo de 0,4 salário mínimo per capita, foi notável que 95,5% dos familiares possuam o hábito de comprar frutas e hortaliças, não tendo relação, porém, com seu consumo pelas crianças ($p=0,316$ e $p=0,191$, respectivamente). Dados preocupantes foram encontrados quanto à adesão diária recomendada do consumo de frutas (24,2%) e hortaliças (10,6%), resultados inferiores aos encontrados por Costa, Vasconcelos e Corso (2012). Ademais, 13,6% não ingerem frutas, e 37,9% ingeriram hortaliças em nenhum dia da semana. Por serem constituídos de nutrientes reguladores, como as vitaminas e minerais, cujas funções incluem regulação, transmissão e controle de funções metabólicas, bem como atividades estruturais, e fibras alimentares, que aceleram o trânsito intestinal e auxiliarem na formação de subprodutos de importante ação fisiológica, promover o consumo desse grupo de alimentos na quantidade adequada é essencial para se prevenirem carências nutricionais, cada vez mais frequentes e relatadas como fome oculta (BERNAUD; RODRIGUES, 2013; FIDELIS; OSORIO, 2007; RAMALHO, 2009).

Paralelamente, um consumo diário surpreendentemente baixo de industrializados caracterizou o grupo estudado: doces, refrigerantes, sucos artificiais (10,6%) e frituras, extrusados e embutidos (9,1%). Apesar disso, por 25,8% dos estudantes consumirem esses alimentos de 2 a 3 vezes por semana, é necessário reduzir o consumo, uma vez que possuem altos teores de gordura saturada e gordura trans, que podem ter como consequência doenças cardiovasculares; açúcar, que aumenta a incidência de cárie dental, risco de aumento de peso e o aparecimento de diabetes; e o sódio, que em excesso, contribui para a ocorrência de hipertensão arterial (BROWN et al., 2008; LOUZADA et al., 2015; MOYNIHAN; KELLY, 2014; SBC, 2007). Estudos já comprovam que esses componentes tão utilizados em alimentos industrializados, possuem efeito somatório na geração de prazer, sendo caracterizados por Sawaya e Filgueiras (2013) como nutrientes recompensadores e que podem gerar vício alimentar e excesso de consumo.

Observou-se que 83,3% dos familiares controlam a alimentação dos escolares, o que, em relação ao consumo de frituras, refletiu na redução da ingestão ($p=0,003$). Ademais, restringir o consumo de doces impactou na redução do consumo de frituras no ambiente doméstico ($p=0,024$). Em relação aos doces, deixar as crianças consumirem ($p=0,039$) ou dar dinheiro para a compra de guloseimas ($p=0,039$) não necessariamente se relaciona com seu consumo, diferentemente do que se observa nos estudos de Rodrigues e Fiates (2012).

No que se refere às fontes de origem animal, 95,5% das crianças consomem, ao menos, um pedaço de carne ou um ovo por dia, o que caracteriza um efeito protetor contra a desnutrição energético-proteica e garante a ingestão de proteínas de boa qualidade, que contém aminoácidos essenciais, necessários para o crescimento e a manutenção do corpo humano, assim como ferro de alta biodisponibilidade e vitamina B12, que auxiliam na prevenção de anemia ferropriva e anemia megaloblástica (BRASIL, 2006c).

Porém, é alarmante a baixa frequência de consumo de peixes nessa faixa etária, que ocorre de 2 ou mais vezes por semana por apenas 9,1% dos estudantes, sendo que 45,5% só tem esse hábito algumas vezes no ano, muitas vezes em datas comemorativas, e 18,2% nunca consomem. Devido à ampla variedade encontrada no Brasil, o consumo de peixes deve ser estimulado, uma vez que se destacam por possuir em sua composição ácidos graxos essenciais, como o ácido linolênico, também conhecido como ômega 3, cujas evidências apontam efeitos anti-inflamatórios e melhoria do perfil lipídico com redução do LDL colesterol e das triglicérides, por exemplo (BRASIL, 2006c; BRASIL, 2016b). Ambos os ambientes, escolar e familiar, devem expor a criança a esse alimento, pois somente dessa forma haverá a possibilidade de consumo pelo mesmo.

Maior atenção também deve ser dada com relação à ingestão de leites e derivados, pois, por serem fontes com maior biodisponibilidade de cálcio, por ser um dos principais componentes do tecido mineral ósseo, têm sua necessidade aumentada (BUENO; CZEPIELEWSKI, 2008). Apenas 19,7% dos escolares consomem de acordo com as recomendações, enquanto que 43,9% duas porções, 28,8% uma porção e 7,6% não consomem. Desses, foi referido que 9,2% consomem leites *light* ou semidesnatados, cuja baixa adesão pode ter relação com a baixa renda com a qual convivem as famílias, corroborando os dados da Pesquisa de Orçamentos Familiares (IBGE, 2010).

É evidente que os resultados apresentaram aspectos positivos, no que se refere à adesão de 68,2% das crianças no consumo de feijões e leguminosas, fontes de proteínas vegetais e que apresentam em sua composição carboidratos complexos, fibras, vitaminas do complexo B e minerais como potássio, ferro e cálcio. Uma vez que a leguminosa mais consumida pelos brasileiros é o feijão que, combinado com o arroz, proporciona um melhor perfil de aminoácidos, deve-se incentivar seu consumo (ABREU; SPINELLI, 2014).

Apesar de atualmente maior parte do sódio da dieta vir do consumo de alimentos industrializados, 40% de sua recomendação diária vem do sal de cozinha (BRASIL,

2006c). Portanto, é positivo que 98,5% dos pais não adicionem sal de cozinha à comida já preparada, uma vez que já é adicionado previamente para intensificar sabor. Para evitar hipertensão arterial ainda na infância é essencial que desde cedo haja essa preocupação em reduzir a ingestão desse mineral (LONGO; NAVARRO, 2002; NAKASATO, 2004).

A escolha do uso de óleos vegetais nas preparações culinárias por 93,3% dos familiares traz à dieta das crianças maior qualidade nutricional se comparado ao uso de banha animal ou manteiga, que contém maior quantidade de gordura saturada, e de margarina ou gordura vegetal (BRASIL, 2016b).

A água, por regular funções vitais do organismo, deve ter sua ingestão estimulada nos ambientes escolar e familiar, uma vez que foi observado que apenas 16,7% ingerem oito ou mais copos por dia, o que segundo Padrão et al. (2014), em relação a função cognitiva dos estudantes, pode impactar negativamente, dificultando a memória a curto-prazo, a atenção e a capacidade de realizar operações aritméticas.

Quanto às refeições realizadas por dia no ambiente familiar, observou-se uma média de 3,9 refeições ($\pm 0,8$), o que diferencia positivamente o grupo de muitos estudantes brasileiros, que possuem a merenda escolar como principal ou única refeição do dia (BEZERRA, 2009; BRASIL, 2014). Entretanto, devido ao fato da escola oferecer aos alunos alimentação, surpreendeu o percentual de crianças que realizavam o café da manhã (90,9%) e o almoço (95,5%) também no ambiente familiar. Dos que consumiam a merenda todos os dias na escola, 90,9% repetia a refeição quando retornavam às suas casas. De acordo com Pereira et al. (2013), excedentes energéticos diários estão associados ao ganho de peso em crianças e adolescentes. Portanto, é necessária maior atenção, visto que muitas crianças podem totalizar sete refeições diárias, se acrescidos os lanches intermediários e caso repitam a merenda oferecida no ambiente escolar.

Foi interessante a percepção dos pais quanto à alimentação dos filhos fora do ambiente familiar; quando perguntado se a criança possuía preferências alimentares diferentes na presença de amigos, na casa de parentes e na escola, 33,3% referiu que às vezes isso acontecia e 22,7% que era uma situação frequente. Apesar da comparação realizada não confirmar tais modificações de hábitos no ambiente escolar, nos demais locais pode haver escolhas alimentares distintas, uma vez que a alimentação carrega consigo uma carga expressiva de significados, e, caso o ambiente em que será realizada a alimentação proporcione uma experiência positiva, pode influenciar no comportamento alimentar e aceitação a novos alimentos, uma vez a

exposição e o modo de preparo dos alimentos será diferente do habitual (ROSSI; MOREIRA; RAUEN, 2008; VALLE; EUCLYDES, 2007).

Em companhia da família, porém, muitas vezes as crianças apresentam resistência em experimentar novos sabores ou comer alimentos menos preferidos. De tal forma, apesar de 5% obrigarem o filho a comer, 3,0% castigarem caso haja recusa e 7,6% oferecerem recompensa, não houve diferença estatística associados à ingestão de frutas ($p=0,444$) e hortaliças ($p=0,309$), corroborando o estudo de Birch (1999) e reforçando que não apenas a disponibilidade do alimento será condicionante para seu consumo, mas também a maneira ao qual ele é apresentado e o seu ambiente (MORAES, 2014). Logo, também é positivo que 84,8% dos familiares se reúnam para comer, uma vez que Moreira (2010) relata contribuição para o estado nutricional, convívio familiar e para melhor qualidade de vida dos indivíduos, principalmente se a refeição for realizada à mesa, relatado por 69,6%.

Apesar de estudos relatarem o papel da televisão no comportamento alimentar do público infantil, principalmente devido às propagandas veiculadas com forte apelo emocional de produtos com personagens e desenhos infantis, muitas vezes ricos em gorduras, açúcares e sódio, o presente estudo não encontrou associação entre assistir televisão e o consumo de doces (0,795) e frituras (0,476), mesmo com 40,9% dos estudantes se alimentarem assistindo televisão todos os dias e 22,7% às vezes. Além disso, o não atendimento de 84,8% dos familiares aos pedidos das crianças quanto à compra desses alimentos industrializados, aparece como importante fator para restringir o consumo e evitar impactos à saúde da criança (ROSSI; MOREIRA; RAUEN, 2008).

Uma vez que o *fast food* tem seu consumo muito estimulado pela mídia, com destaque para a oferta de brinquedos, é relevante que somente 1,5% das famílias troquem o almoço ou o jantar com uma frequência superior a três vezes por semana, pois 56,1% destes afirmaram que a opção mais realizada no consumo fora do lar são lanches desses estabelecimentos. Estudos recentes demonstraram a relação entre a publicidade televisiva desses alimentos e o desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis, como a obesidade, principalmente por terem alta densidade energética e baixo valor nutritivo (TEIXEIRA et al., 2012; ZIMMERMAN; BELL, 2010). Ademais, o fator preço aparece como determinante da escolha alimentar, uma vez que lanches tendem a ser mais baratos que grandes refeições, como almoço e jantar (JOMORI; PROENCA; CALVO, 2009).

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A análise do padrão alimentar de crianças no ambiente escolar e familiar em relação a preferência por alimentos saudáveis revelou que é necessária uma maior atenção quanto ao consumo de cereais, frutas, hortaliças, leites e derivados, peixes e à ingestão de água, que se encontram abaixo do recomendado. Positivamente, o consumo de alimentos ricos em proteínas e ferro foi observado, como o grupo das carnes e ovos e dos feijões e leguminosas, evitando o desenvolvimento de anemias.

No ambiente escolar, foi encontrada adesão do consumo por 90,9% dos alunos e uma controvérsia: enquanto o intervalo escolar configura-se como um momento de socialização entre os estudantes, devido ao tempo diminuto destinado, 47,0% já relataram não ingerir a refeição para interagir recreativamente com os amigos, o que poderia interferir no suprimento energético e nutricional dessas crianças. Por outro lado, sem serem consideradas as repetições no ambiente escolar, 90,9% dos estudantes também ingeriam o almoço ou café da manhã em suas residências, o que poderia resultar em excedentes energéticos. O presente estudo reflete que é necessária maior atenção por parte dos órgãos de saúde para a promoção de estratégias adequadas para garantir o equilíbrio qualitativo e quantitativo dessa refeição, uma vez que já foi estabelecida a transição nutricional e, apesar de ainda ser necessidade para algumas, não é mais a realidade da maioria das crianças ter a merenda escolar como única e principal refeição do dia.

Apesar de 56,0% dos familiares relatarem que as preferências alimentares das crianças se alteram ao serem realizadas refeições em ambientes distintos, na comparação entre casa e escola, não houve diferenças no consumo de frutas, hortaliças, feijão e peixes. Devido à amostra ser reduzida, não se pode desconsiderar, porém, o papel da escola na formação de um comportamento alimentar adequado devido à companhia dos amigos e à merenda oferecida, uma vez que, em sua maioria, possui em sua composição alimentos saudáveis. Além disso, nos outros ambientes tais influências que impactam no consumo pelas crianças podem possíveis caso seja proporcionada uma experiência positiva na oferta e exposição, cabendo, no entanto, mais estudos para corroborar tais hipóteses em relação à ingestão de alimentos não habituais.

Influências positivas foram encontradas no que se refere à diminuição do consumo de alimentos ultraprocessados pelas crianças devido ao controle familiar, seja por proibição, não realização de compras desses alimentos ou diminuição da frequência da substituição de almoços e jantares por lanches, o que refletiu em menor ingestão de alimentos de alta densidade energética e baixo valor nutritivo. Por outro lado, em relação

à ingestão de alimentos novos, saudáveis ou menos preferidos, observou-se que a compra, a exposição ou a interferência dos pais não impactou no seu consumo, principalmente de frutas e hortaliças.

Ressalta-se, de tal forma, que para o indivíduo manter hábitos alimentares saudáveis ao longo da vida, não somente a tentativa de inserção de novos alimentos nessa faixa etária ou em determinados ambientes será suficiente, uma vez que desde a introdução alimentar na primeira infância há a formação das preferências pelo indivíduo. É importante, dessa forma, a educação nutricional, tendo a família papel primordial na apresentação e incentivo da ingestão de alimentos in natura e minimamente processados que garantam um crescimento e desenvolvimento físico e mental adequados e uma relação saudável com a comida, proporcionando qualidade de vida por evitar deficiências nutricionais, redução no desempenho escolar e doenças crônicas não transmissíveis.

5. REFERÊNCIAS

ABREU, E. S.; SPINELLI, M. G. N. **Seleção e preparo de alimentos: gastronomia e nutrição**. São Paulo: Editora Metha, 2014. 411p.

ALBUQUERQUE, D. L. B.; MENEZES, C. S. **Educação alimentar na escola: em busca de uma vida saudável**. Monografia (Pedagogia) Universidade Federal de Pernambuco, Pernambuco, 2010.

BERNAUD, F. S. R.; RODRIGUES, T. C. Fibra alimentar – ingestão adequada e efeitos sobre a saúde do metabolismo. **Arquivos Brasileiros de Endocrinologia & Metabologia**, v.57, n.6, p. 397-405, 2013.

BEZERRA, J. A. B. Alimentação e escola: significados e implicações curriculares da merenda escolar. **Revista Brasileira de Educação**, v.14, n.4, p.103-15, 2009.

BIRCH, L. L. Development of food preferences. **Annual Review of Nutrition**, v.19, p.41-62, 1999.

BRASIL. Diário Oficial da união (BR). Resolução nº. 510, de 07 de abril de 2016. 2016a. Disponível em: <<http://conselho.saude.gov.br/resolucoes/2016/Reso510.pdf>>. Acesso em: 10 jun. 2016.

_____. Ministério da Educação. **Resolução/CD/FNDE nº. 38, de 16 de julho de 2009**. Brasília: Ministério da Educação, 2009.

_____. Ministério da Saúde. Centro Brasileiro de Análise e Planejamento. **PNDS 2006: dimensões do processo reprodutivo e da saúde da criança**. 2006a.

Disponível em:

<http://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/pnds_crianca_mulher.pdf>. Acesso em: 12 out. 2015.

_____. Ministério da Saúde. Coordenação Geral da Política de Alimentação e

Nutrição. **Teste “Como está sua alimentação?”**. Brasília, DF, 2008. Disponível em: <http://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_alimentacao_saudavel.pdf>. Acesso em: 22 out. 2015.

_____. Ministério da Saúde. **Desmistificando dúvidas sobre alimentação e nutrição : material de apoio para profissionais de saúde**. Universidade Federal de Minas Gerais. – Brasília: Ministério da Saúde, 2016b. 164 p. Disponível em: <http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/desmistificando_duvidas_alimentacao.pdf>. Acesso em: 14 jan. 2017.

_____. Ministério da Saúde. **Dez passos para uma alimentação saudável: guia alimentar para crianças menores de dois anos: um guia para o profissional da saúde na atenção básica**. Brasília, DF, 2013a.

_____. Ministério da Educação. **Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE**. Resolução nº. 26, de 17 de junho de 2013. Disponível em: <https://www.fnde.gov.br/fndelegis/action/UrlPublicasAction.php?acao=abrirAtoPublico&sgl_tipo=RES&num_ato=00000026&seq_ato=000&vlr_ano=2013&sgl_orgao=FNDE/MEC>. Acesso em: 14 jan. 2017.

_____. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira** / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – 2 ed. – Brasília, 2014.

_____. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira: promovendo a alimentação saudável** / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. 2006c, 210 p.

_____. Ministério da Saúde e Ministério da Educação. Portaria Interministerial. MS/MEC n. 1010 de 08/05/2006. **Institui as diretrizes para a Promoção da Alimentação Saudável nas Escolas de educação infantil, fundamental e nível médio das redes públicas e privadas, em âmbito nacional**. 2006b. Disponível em: <<http://dtr2001.saude.gov.br/sas/PORTARIAS/Port2006/GM/GM-1010.htm>>. Acesso em: 18 out. 2015.

BROWN, C. M. et al. Sugary drinks in the pathogenesis of obesity and cardiovascular diseases. **International Journal of Obesity**, London, v.32, p. S28-34, 2008.

BUENO, A. L.; CZEPIELEWSKI, M. A. A importância do consumo dietético de cálcio e vitamina D no crescimento. **Jornal de Pediatria**, v.84, n.5, p.386-394, 2008.

CAVALCANTE, A. A. M. et al. Consumo alimentar e estado nutricional de crianças atendidas em serviços públicos de saúde do município de Viçosa, Minas Gerais. **Revista de Nutrição**, Campinas, v.19, n.3, p.321-330, 2006.

CARVALHO, A. T. et al. Programa de alimentação escolar no município de João Pessoa – PB, Brasil: as merendeiras em foco. **Interface - Comunicação, Saúde, Educação**, v.12, n.27, p.823-34, 2008.

- CARVALHO, C. A. et al. Consumo alimentar e adequação nutricional em crianças brasileiras: revisão sistemática. **Revista Paulista de Pediatria**, v.33, n.2, p.211-221, 2015.
- CONCEIÇÃO, S. I. O. et al. Consumo alimentar de escolares das redes pública e privada de ensino em São Luís, Maranhão. **Revista de Nutrição**, Campinas, v.23, n.6, p.993-1004, 2010.
- COSTA, L. C. F.; VASCONCELOS, F. A. G.; CORSO, A. C. T. Fatores associados ao consumo adequado de frutas e hortaliças em escolares de Santa Catarina, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, v.28, n.6, p.1133-1142, 2012.
- DE LAVOR, A. Alimentação no Brasil: um padrão bem pouco saudável. **RADIS Comunicação em Saúde**, n. 56, p. 18-24, 2007.
- FIDELIS, C. M. F; OSORIO, M. M. Consumo alimentar de macro e micronutrientes de crianças menores de cinco anos no Estado de Pernambuco, Brasil. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, v.7, n.1, p.63-74, 2007.
- FILDES, A. et al. Nature and nurture in children's food preferences. **The American Journal of Clinical Nutrition**, v.99, n.4, p.911-917, 2014.
- FLÁVIO, E. F.; BARCELOS, M. F. P.; LIMA, A. L. Avaliação química e aceitação da merenda escolar de uma escola estadual de Lavras – MG. **Ciência e Agrotecnologia**, v. 28, n. 4, p. 840-847, 2004.
- GAMBARDELLA, A. M.; FRUTUOSO, M. F.; FRANCH, C. Prática alimentar de adolescentes. **Revista de Nutrição**, Campinas, v.12, p.55-63, 1999.
- HINNING, P. F. **Construção de um Questionário de Frequência Alimentar Quantitativo para crianças de 7 a 10 anos**. Dissertação (Tese de Mestrado) - Faculdade Saúde Pública, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2010.
- IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). **Pesquisa de orçamentos familiares 2008 - 2009. Aquisição Alimentar Domiciliar per capita: Brasil e Grandes regiões**. Rio de Janeiro: IBGE; 2010.
- ISSA, R. C. et al. Alimentação escolar: planejamento, produção, distribuição e adequação. **Revista Panamericana de Salud Pública**, v.35, n.2, p.96-103, 2014.
- LEMOS, M. C. M.; DALLACOSTA, M. C. Hábitos alimentares de adolescentes: Conceitos e práticas. **Revista Arquivos de Ciências da Saúde**, v.9, n.1, p.3-9, 2005.
- JOMORI, M. M.; PROENÇA, R. P. C.; CALVO, M. C. M. Food choice factors. **Revista de Nutrição**, Campinas, v.21, n.1, p.63-73, 2008.
- LINCK, R. S. **Hora do Recreio! Processos de pertencimento identitários juvenis nos tempos e espaços escolares**. Dissertação (Tese de Mestrado) - Faculdade de Educação, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2009.
- LONGO, E. M.; NAVARRO, E.T. **Manual dietoterápico**. 2ªed. Porto Alegre: Artmed; 2002.
- LOUZADA, M. L. C. Alimentos ultraprocessados e perfil nutricional da dieta no Brasil. **Revista de Saúde Pública**, v.49, n.38, p.1-11, 2015.

MARTINS, R. C. B. et al. Aceitabilidade da alimentação escolar no ensino público fundamental. **Saúde em Revista**, v. 6, n. 13, p. 71-78, 2004.

MATUK, T. T. et al. Composição de lancheiras de alunos de escolas particulares de São Paulo. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 29, n.2, p.157-63, 2011.

MORAES, R. W. **Determinantes e construção do comportamento alimentar: uma revisão narrativa da literatura**. Dissertação (Trabalho de Conclusão de Curso) – Faculdade de Medicina, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2014

MOREIRA, S. A. Alimentação e comensalidade: aspectos históricos e antropológicos. **Ciência e Cultura**, v.62, n.4, p.23-26, 2010.

MOREIRA, T. **Consumo alimentar fora de casa e sua adequação em crianças de idade pré-escolar**. Dissertação (Tese de Mestrado) - Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Porto, 2013.

MOTA, C. H.; MASTROENI, S. S. B. S.; MASTROENI, M. F. Consumo de refeição escolar na rede pública municipal de ensino. **Revista Brasileira de Estudos Pedagógicos**, v.94, n.236, p.168-184, 2013.

MOYNIHAN, P. J.; KELLY, S. A. Effect on caries of restricting sugars intake: systematic review to inform WHO guidelines. **Journal of Dental Research**, v.93, n.1, p.8-18, 2014.

MUNIZ, V. M.; CARVALHO, A. T. O Programa Nacional de Alimentação Escolar em município do estado da Paraíba. **Revista de Nutrição**, Campinas, v.20, n.3, p.285-296, 2007.

NAKASATO, M. Sal e hipertensão arterial. **Revista Brasileira de Hipertensão**, v.11, n.2, p.95-97, 2004.

NUNES, B. O. **O sentido do trabalho para merendeiras e serventes em situação de readaptação nas escolas públicas do Rio de Janeiro**. Dissertação (Tese de Mestrado) - Escola Nacional de Saúde Pública, Fundação Oswaldo Cruz, Rio de Janeiro, 2000.

PADRÃO, P. et al. Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável. **Hidratação adequada em meio escolar**. 11p. Disponível em: <<https://repositorioaberto.up.pt/bitstream/10216/77598/2/106613.pdf>>. Acesso em: 16 jan. 2017.

PEREIRA, H. R. C. et al. Obesidade na criança e no adolescente: quantas calorias a mais são responsáveis pelo excedente de peso? **Revista Paulista de Pediatria**, v.31, n.2, p. 252-7, 2013.

PONTES, T. E. et al. Orientação nutricional de crianças e adolescentes e os novos padrões de consumo: propagandas, embalagens e rótulos. **Revista Paulista de Pediatria**, v.27, n.1, p.99-105, 2009.

RAMALHO, A. **Fome Oculta: Diagnóstico, Tratamento e Prevenção**. 1ª ed., São Paulo: Editora Atheneu, 2009. 378 p.

ROSSI, A.; MOREIRA, E. A. M.; RAUEN, M. S. Determinantes do comportamento alimentar: uma revisão com enfoque na família. **Revista de Nutrição**, Campinas, v.21, n.6, p.739-748, 2008

SAWAYA, A. L.; FILGUEIRAS, A. "Abra a felicidade"? Implicações para o vício alimentar. **Revista Estudos Avançados**, v.27, n.78, p.53-70, 2013.

SBC. Sociedade Brasileira de Cardiologia. V Diretrizes Brasileiras de Hipertensão Arterial **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, v.89, n.3, p.24-79, 2007.

TEIXEIRA, A. S. et al. Substituição de refeições por lanches em adolescentes. **Revista Paulista de Pediatria**, v.30, n.3, p.330-337. 2012.

TOLONI, M. H. A. et al. Introdução de alimentos industrializados e de alimentos de uso tradicional na dieta de crianças de creches públicas no município de São Paulo. **Revista de Nutrição**, Campinas, v.24, n.1, p.61-70, 2011.

TRAEBERT, J. et al. Transição alimentar: problema comum à obesidade e à cárie dentária. **Revista de Nutrição**, Campinas, v.17, n.2, p.247-253, 2004.

VALLE, J. M. V.; EUCLYDES, M. P. 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.

WEIS, B.; CHAIM, N. A.; BELIK, W. **Manual de gestão eficiente da merenda escolar**. 3 ed. 2007. 80p. Disponível em: <<http://docslide.com.br/documents/manualde-gestao-eficiente-da-merenda-escolar-1-55bd1be42611b.html>>. Acesso em: 13 abr. 2016.

ZIMMERMAN, F. J.; BELL, J. F. Associations of television content type and obesity in children. **American Journal of Public Health**, v.100, p.334-340, 2010.

Contatos: ritadecsfernandes@gmail.com e monica.spinelli@mackenzie.br