

040

HÁBITOS ALIMENTARES EM ESCOLARES DE UMA ESCOLA PRIVADA DE CANOAS (RS). Gabriela Koglin, Gabriela Feiden, Cristiane Franco Oliveira, Mariur Gomes Beghetto, Elza Daniel de Mello (orient.) (UFRGS).

Introdução: A adoção de hábitos alimentares saudáveis deve ser feita desde a infância, requerendo atuação conjunta de pais, escola e profissionais de saúde. Objetivo: Descrever os hábitos alimentares de alunos na sua inclusão em um programa de incentivo a adoção de estilo de vida saudável Método: Foram avaliadas as características da alimentação de 77 alunos de 5ª, 6ª e 7ª séries de uma escola privada de Canoas (RS). Adotou-se um questionário padronizado, preenchido individualmente e em presença dos avaliadores, sendo explicado o significado de cada questão. As variáveis foram descritas conforme sua distribuição. O estudo foi aprovado pelo CEP/HCPA. Resultados: Os alunos tinham 11 ± 1 anos, sendo predominantemente meninos (56%), brancos (63, 6%), naturais de Porto Alegre (71, 4%), filhos únicos (22, 1%) ou com 1 irmão (48, 1%) e possuindo pais casados (70%). A maioria dos alunos referiu fazer 4 (IQ: 4-5) refeições/dia, acompanhados da família (62, 3%), mãe (16, 9%) e irmãos (7, 8%). Muitos alunos relataram não realizar alguma das principais refeições: café da manhã (26%), almoço (6, 5%), janta (17%). Por outro lado, 66, 2% dos alunos informou comer fora dos horários usuais de refeição, especialmente bolachas (23, 5%), frutas (15, 7%) e sanduíches (13, 7%). Os alunos classificaram sua alimentação como "ótima" (28, 6%), "boa" (40, 3%), "mais ou menos" (24, 7%) ou "ruim" (6, 5%), a despeito de 44, 2% comerem regularmente lanches (67, 6%), salgados (35, 3%), comidas (26, 5%), sorvetes (17, 6%) e outros alimentos fora de casa. Conclusão: Hábitos desregrados relacionados aos horários de realização de refeições e às escolhas dos alimentos foram freqüentes nos escolares avaliados. Introduzir medidas educativas que modifiquem este cenário consiste em um desafio para todos os atores envolvidos.