

SESSÕES DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR SOBRE FRUTA E HORTÍCOLAS: RELAÇÃO COM O CONSUMO E COM O CONHECIMENTO POR CRIANÇAS EM IDADE ESCOLAR

Magalhães V^I, Carola L^{II}, Poínhos R^{III}, Franchini B^{III}

Comunicação oral 07

INTRODUÇÃO

O consumo alimentar adequado, nomeadamente de fruta e hortícolas (F&H), promove um normal crescimento e desenvolvimento cognitivo e contribui para a prevenção de doenças crónicas na vida adulta. Assim, a implementação durante a infância, de programas que promovam o consumo destes alimentos é fundamental.

^I Estagiária da Licenciatura em Ciências da Nutrição da Faculdade de Ciências da Nutrição e da Alimentação da Universidade do Porto.

OBJETIVO

Avaliar e comparar o consumo diário e conhecimento sobre F&H, em dois momentos, em crianças do 1.º ciclo do ensino básico, distribuídas por três grupos: *intervenção em loja*, *intervenção em escola* e *sem intervenção*.

^{II} Nutricionista do Movimento Híper Saudável – Sonae MCH.

^{III} Faculdade de Ciências da Nutrição e da Alimentação da Universidade do Porto.

AMOSTRA E METODOLOGIA

Participaram no estudo 291 crianças inscritas no terceiro e quarto ano de escolaridade do Agrupamento de Escolas de Lamações (Braga). O consumo diário foi avaliado através de um Questionário de Frequência Alimentar (QFA) preenchido pelos encarregados de educação (EE) e o conhecimento através de um questionário elaborado para o efeito, preenchido pelas crianças.

RESULTADOS

O consumo diário de fruta aumentou no grupo de intervenção em ambiente de loja e o aumento de conhecimento sobre F&H ocorreu em ambos os grupos com intervenção.

CONCLUSÃO

Os resultados obtidos, para além de evidenciarem benefícios a curto prazo de intervenções destinadas a promover o consumo de F&H em crianças do 1.º ciclo, mostram que o contexto em que as sessões ocorrem poderá ser relevante nos resultados. Em particular, uma aproximação aos locais de venda parece estar associada a resultados mais promissores.