

# CARATERIZAÇÃO QUALITATIVA DOS LANCHES ESCOLARES EM CRIANÇAS DOS 3 AOS 6 ANOS EM 3 ESCOLAS DO CONCELHO DA TROFA

Ferreira A<sup>I</sup>, Poínhos R<sup>II</sup>, Pereira B<sup>II</sup>

Poster 10

## INTRODUÇÃO

Os lanches escolares, nos quais se inclui o lanche da manhã contribuem para o melhor desempenho cognitivo das crianças e para a adequação nutricional da sua alimentação.

<sup>I</sup> Licenciada em Ciências da Nutrição.

## OBJETIVO

Caraterizar qualitativamente os lanches escolares de crianças em idade pré-escolar de 3 escolas do Município da Trofa, e relacionar, para as diversas categorias de alimentos, as diferenças entre sexos, nível de ensino do Encarregado de Educação, frequência em aceder aos pedidos do educando e prática de uma alimentação saudável.

<sup>II</sup> Nutricionista, Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto.

## METODOLOGIA

Realizou-se um estudo transversal. A recolha de dados foi feita por aplicação de um questionário aos Encarregados de Educação e por registo escrito e fotográfico dos lanches da manhã das crianças de um dia escolar.

## RESULTADOS

Nos lanches da manhã avaliados, o grupo com maior presença foi o do pão e equivalentes. As crianças bebiam mais água ao pequeno-almoço do que no lanche escolar. Educandos cujos Encarregados de Educação tinham um maior nível de escolaridade apresentavam uma ingestão significativamente superior de produtos cárneos ao lanche escolar e, no registo do lanche da manhã, de água e produtos láteos. A maioria dos Encarregados de Educação considerou que os filhos tinham uma alimentação saudável e quanto maior o seu grau de concordância com a afirmação de que o seu educando praticava uma alimentação saudável, maior a ingestão de leite achocolatado ou aromatizado durante os lanches escolares. Os rapazes cujos Encarregados de Educação acediam frequentemente aos seus pedidos apresentavam um maior consumo de fruta durante o lanche escolar.

## CONCLUSÕES

O nível de ensino do Encarregado de Educação, a sua perceção sobre a alimentação do seu educando e o seu grau de permissividade mostraram ser fatores determinantes para a qualidade do lanche das crianças.