

# QUALIDADE DA INGESTÃO ALIMENTAR DE CRIANÇAS DE 5 A 9 ANOS DE IDADE DO MUNICÍPIO DE RIO PARANAÍBA – MINAS GERAIS – BRASIL

Moreira MM<sup>I</sup>, Santos VS<sup>II</sup>, Soares AB<sup>III</sup>

Poster 22

A obesidade infantil é considerada um dos fatores predisponentes a sua permanência do excesso de peso na fase adulta, com consequentes riscos de doenças cardiovasculares, diabetes *mellitus*, distúrbios psicológicos, isolamento, depressão e baixa autoestima. Portanto, intervenções para a prática de uma alimentação saudável são essenciais, já que uma alimentação balanceada está diretamente relacionada com uma qualidade de vida saudável. O objetivo desta pesquisa foi avaliar o hábito alimentar e a qualidade da dieta de escolas públicas da cidade de Rio Paranaíba – MG. Os hábitos alimentares foram avaliados através de um questionário de frequência alimentar que foi enviado ao domicílio para ser preenchido por cuidadores dos escolares. Para avaliação da qualidade da alimentação observou-se as recomendações nutricionais preconizadas pela Pirâmide Alimentar Brasileira. Foram avaliadas 171 crianças, com idade entre 5 e 9 anos, de três escolas da rede pública do município, sendo 47,95% (n=82) do sexo masculino e 52,05% (n=89) do sexo feminino. Em relação à alimentação, 38,59% (n=66) destas crianças raramente consumiam frutas e verduras, sendo que os alimentos mais consumidos estão no topo da Pirâmide Alimentar Brasileira, como balas, biscoitos recheados, doces e óleos e gorduras, na forma de salgados e preparações fritas; apenas 24,57% (n=42) das crianças realizam entre 5 a 6 refeições diárias; 29,82% (n=51) consomem menos de 5 refeições diárias e 45,61% (n=78) realizam mais de 6 refeições por dia. Sobre o hábito de praticar o desjejum, 95,32% (n=163) o fazem diariamente e somente 53,21% (n=91) dos escolares consomem frutas mais de 3 vezes por semana. Pôde-se constatar que as crianças da rede pública da cidade de Rio Paranaíba – MG têm hábitos alimentares variados e que é necessário maior preocupação da família e da escola para contribuir de forma concernente na formação de hábitos alimentares saudáveis, objetivando a qualidade no consumo alimentar dessas crianças.

<sup>I</sup> Graduando em Nutrição pela Universidade Federal de Viçosa – Campus de Rio Paranaíba – Minas Gerais – Brasil.

<sup>II</sup> Professora do Curso de Nutrição da Universidade Federal de Viçosa – Campus de Rio Paranaíba – Minas Gerais – Brasil.

<sup>III</sup> Graduanda em Nutrição pela Universidade Federal da Grande Dourados – Mato Grosso do Sul – Brasil.