

AVALIAÇÃO DAS PRÁTICAS ALIMENTARES DE ALUNOS DO INSTITUTO FEDERAL DO SERTÃO PERNAMBUCANO/CAMPUS SALGUEIRO: UMA PROPOSTA DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR

Magna da Silva do Carmo¹; Nataly Roberta Bezerra Santana Carlini²; Cristiane Ayala de Oliveira³

¹ Aluna bolsista do Curso Superior de Tecnologia de Alimentos do IF SERTÃO-PE, Campus Salgueiro, Rodovia BR 232, Km 508, sentido Recife, Zona Rural Salgueiro, CEP-56.000-000, (87) 3421-0050, Salgueiro-PE;

² Orientadora / Nutricionista do IF SERTÃO-PE, , Campus Salgueiro, Rodovia BR 232, Km 508, sentido Recife, Zona Rural Salgueiro, CEP-56.000-000, (87) 3421-0050, Salgueiro-PE;

³ Professora do Curso Superior de Tecnologia de Alimentos do IF SERTÃO-PE, Campus Salgueiro, Rodovia BR 232, Km 508, sentido Recife, Zona Rural Salgueiro, CEP-56.000-000, (87) 3421-0050, Salgueiro-PE.

RESUMO

Considerando o desenvolvimento cada vez mais precoce de doenças relacionadas a hábitos alimentares inadequados, este projeto teve como objetivos conhecer o comportamento alimentar, de alunos da instituição, bem como, a partir dos dados obtidos, desenvolver e propor um trabalho de educação alimentar contínuo no ambiente escolar a fim de orientar este público sobre hábitos alimentares saudáveis, contribuindo desta maneira na promoção da saúde e prevenção de doenças. O método utilizado foi o estudo de corte transversal realizado entre maio de 2013 e maio de 2014, onde os alunos do ensino médio integrado (EMI) dos cursos técnicos do IF Sertão-PE/campus Salgueiro foram orientados a preencherem um questionário padronizado, auto-administrado, elaborado pelo Ministério da Saúde e intitulado: "Como está a sua Alimentação?". Este instrumento contém doze questões de múltipla escolha e os participantes foram orientados a assinalar a alternativa que melhor representava seus hábitos alimentares e não o que gostariam ou achavam que seria melhor. Ao final os alunos contabilizaram sua pontuação e puderam saber como estava sua alimentação de uma maneira geral. O resultado final, após ser efetuada a contabilização das carinhas alegres e tristes nas questões marcadas pelos alunos, revelou que 85,28% (n=139) da amostra estudada (n=163) estão no caminho para uma alimentação saudável. Porém, ao analisar as frequências de cada uma das questões, considerando as respostas com mais carinhas alegres, observou-se que a questão que apresentou maior frequência foi a 09 (não adição de sal aos alimentos já prontos). Isto não significa que o consumo de sal está dentro das recomendações do Ministério da Saúde, pois não se sabe a quantidade de sal adicionada aos alimentos no momento do preparo. Logo, este hábito precisaria ser melhor investigado. Foi observado também que mais de 98% da população estudada consome frituras, embutidos, doces, balas e bolos acima da frequência adequada, segundo o instrumento da pesquisa. Com relação ao consumo de frutas, verduras e legumes (FVL) verificou-se que apenas 4,9% dos entrevistados registraram consumo ideal destes alimentos. De acordo com o teste estatístico descritivo de correlação de Pearson, em nível de significância de 0,05, o consumo reduzido de FVL, que são fontes de vitaminas, minerais e fibras, dos alunos do IF Sertão-PE/campus Salgueiro, não foi influenciado pelo consumo de alimentos de



JINCE 2014
IX JORNADA DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DO IF SERTÃO-PE
III JORNADA DE TRABALHOS DE EXTENSÃO
Local: Petrolina/PE

elevado teor calórico (frituras, embutidos e doces). A partir destes resultados foram realizadas atividades de educação alimentar por meio de palestras e divulgação de documentário sobre obesidade, os quais foram trabalhados com os alunos de forma interdisciplinar.

Palavras-chave: adolescentes, ambiente escolar, comportamento alimentar, educação nutricional.