REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

ESTADO NUTRICIONAL E HÁBITOS ALIMENTARES DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES DA REDE PÚBLICA: ANÁLISE DE DADOS DO PROGRAMA SAÚDE NA ESCOLA EM CANOAS-RS

NUTRITIONAL STATUS AND EATING HABITS OF CHILDREN AND ADOLESCENTS IN PUBLIC SCHOOLS: DATA ANALYSIS FROM THE SCHOOL HEALTH PROGRAM IN CANOAS-RS

ESTADO NUTRICIONAL Y HÁBITOS ALIMENTARIOS DE NIÑOS Y ADOLESCENTES DE LA RED PÚBLICA: ANÁLISIS DE DATOS DEL PROGRAMA SALUD EN LA ESCUELA EN CANOAS-RS

Isabella Fontanella Krey[1], Bryan Siebre Pires[1], Rodrigo Athaide da Silva[1], Nayef Ramy Nayef Fattouh Yosef[1], Marcelo Kuhn Jaques[1], Gabriel Haze Verardi Herbstrith Roos[1], Miria Elisabete Bairros de Camargo[1]

e6116882
https://doi.org/10.47820/recima21.v6i11.6882

PUBLICADO: 11/2025

RESUMO

Este estudo teve como objetivo avaliar o estado nutricional e os hábitos alimentares de crianças e adolescentes da rede pública de Canoas-RS, considerando o cenário atual da transição nutricional brasileira, caracterizado pela coexistência de desnutrição e excesso de peso. Trata-se de um estudo observacional, descritivo e transversal, com abordagem quantitativa, realizado com 133 estudantes de 10 a 17 anos, durante ação do Programa Saúde na Escola (PSE). Foram coletadas medidas antropométricas e aplicados questionários alimentares padronizados. Os resultados evidenciaram que 60,9% dos escolares apresentaram algum grau de inadequação nutricional, sendo 35,3% com baixo peso, 13,5% com sobrepeso e 12,0% com obesidade, com destaque para a maior concentração de distúrbios nas faixas etárias de 11 a 13 anos. Verificou-se elevada frequência de consumo de alimentos ultraprocessados (como salgadinhos, doces e bebidas adoçadas), em todas as idades, associada à baixa ingestão de frutas, hortaliças e feijão. Adicionalmente, comportamentos como a omissão de refeições e a realização de refeições diante de dispositivos eletrônicos foram altamente prevalentes. Esses achados revelam um padrão alimentar desequilibrado e um ambiente alimentar desfavorável à saúde, reforçando a necessidade de ações intersetoriais contínuas de educação alimentar e nutricional no ambiente escolar, bem como o fortalecimento das políticas públicas existentes.

PALAVRAS-CHAVE: Estado nutricional. Hábitos alimentares. Criança. Adolescente. Programas e Políticas de Nutrição e Alimentação.

ABSTRACT

This study aimed to assess the nutritional status and eating habits of children and adolescents from public schools in Canoas-RS, considering the current context of Brazil's nutritional transition, characterized by the coexistence of undernutrition and overweight. This is an observational, descriptive, and cross-sectional study with a quantitative approach, conducted with 133 students aged 10 to 17 years during an intervention of the School Health Program (Programa Saúde na Escola – PSE). Anthropometric measurements were collected, and standardized dietary questionnaires were applied. The results showed that 60.9% of the students presented some degree of nutritional inadequacy, with 35.3% classified as underweight, 13.5% as overweight, and 12.0% as obese, with a higher concentration of alterations observed among those aged 11 to 13. A high frequency of

[1] ULBRA - Universidade Luterana do Brasil.

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

consumption of ultra-processed foods (such as snacks, sweets, and sugar-sweetened beverages) was observed across all age groups, along with a low intake of fruits, vegetables, and beans. Additionally, behaviors such as skipping meals and eating while using electronic devices were highly prevalent. These findings reveal an unbalanced dietary pattern and a school food environment unfavorable to health, highlighting the need for continuous intersectoral actions in food and nutrition education, as well as the strengthening of existing public policies.

KEYWORDS: *Nutritional status. Eating habits. Adolescent. Nutrition and Food Programs and Policies.*

RESUMEN
Este estudio tuvo como objetivo evaluar el estado nutricional y los hábitos alimentarios de niños y adolescentes de escuelas públicas de Canoas-RS, considerando el contexto actual de la transición nutricional en Brasil, caracterizada por la coexistencia de desnutrición y exceso de peso. Se trata de un estudio observacional, descriptivo y transversal, con enfoque cuantitativo, realizado con 133 estudiantes de 10 a 17 años durante una intervención del Programa Salud en la Escuela (Programa Saúde na Escola – PSE). Se recogieron medidas antropométricas y se aplicaron cuestionarios alimentarios estandarizados. Los resultados mostraron que el 60,9% de los estudiantes presentó algún grado de inadecuación nutricional, siendo el 35,3% clasificado con bajo peso, el 13,5% con sobrepeso y el 12,0% con obesidad, con mayor concentración de alteraciones en el grupo de 11 a 13 años. Se observó una alta frecuencia de consumo de alimentos ultraprocesados (como aperitivos, dulces y bebidas azucaradas) en todos los grupos etarios, junto con una baja ingesta de frutas, verduras y frijoles. Además, fueron altamente prevalentes comportamientos como la omisión de comidas y la realización de comidas frente a dispositivos electrónicos. Estos hallazgos revelan un patrón alimentario desequilibrado y un entorno alimentario escolar desfavorable para la salud, lo que refuerza la necesidad de acciones intersectoriales continuas de educación alimentaria y nutricional, así como del fortalecimiento de las políticas públicas existentes.

PALABRAS CLAVE*: Estado nutricional. Hábitos alimentarios. Niño. Adolescente. Programas y Políticas de Nutrición y Alimentación.*

1. INTRODUÇÃO

A infância e a adolescência são fases determinantes para a formação de hábitos alimentares e para o desenvolvimento físico, psicológico e social dos indivíduos. Nessa etapa, a alimentação adequada exerce papel essencial não apenas no crescimento e no estado nutricional, mas também na prevenção de doenças crônicas não transmissíveis e na promoção de qualidade de vida ao longo do ciclo vital (1). O ambiente escolar representa um espaço estratégico para o desenvolvimento de ações intersetoriais de saúde e educação, especialmente por meio de políticas públicas como o Programa Saúde na Escola (PSE), que visa contribuir para a formação integral dos estudantes da rede pública de ensino (2).

Nas últimas décadas, o Brasil tem vivenciado um fenômeno conhecido como transição nutricional, caracterizado pela redução dos índices de desnutrição e o aumento expressivo dos casos de sobrepeso e obesidade entre crianças e adolescentes (3). Segundo dados do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN), em 2023, aproximadamente 33% das crianças entre 5 e 10 anos e 36% dos adolescentes entre 11 e 19 anos apresentavam excesso de peso. Esses dados

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

refletem transformações nos padrões alimentares da população, com aumento no consumo de alimentos ultraprocessados, redução da prática de refeições em horários regulares e baixa ingestão de frutas e hortaliças (4).

O Guia Alimentar para a População Brasileira reforça a importância de uma alimentação baseada em alimentos in natura e minimamente processados, preparados de forma caseira e compartilhados em ambientes socialmente protetores, como a escola (5). No entanto, observa-se que parte considerável dos estudantes consome, com frequência, produtos ultraprocessados, como biscoitos recheados, salgadinhos e refrigerantes (6). Embora existam diretrizes nacionais, como o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), e legislações que incentivam a educação alimentar, ainda não há regulamentação clara sobre os alimentos trazidos pelos alunos de casa, o que enfraquece o ambiente alimentar escolar e limita a efetividade das políticas públicas (7).

Sob uma perspectiva sociológica e antropológica, o ambiente alimentar escolar não deve ser compreendido apenas como o espaço físico destinado às refeições, mas como um campo simbólico e social onde se expressam valores, práticas culturais e desigualdades sociais (8,9). A forma como os alimentos são ofertados, consumidos e percebidos pelos estudantes reflete dinâmicas mais amplas da sociedade contemporânea, marcada pela influência da mídia, pela mercantilização da alimentação e pela fragilização das práticas alimentares tradicionais. Dessa forma, compreender a escola como um espaço de construção de significados alimentares é fundamental para promover ações educativas culturalmente sensíveis e socialmente contextualizadas.

Apesar do avanço das políticas públicas e do acúmulo de evidências sobre os efeitos prejudiciais dos padrões alimentares inadequados, persistem lacunas quanto à caracterização do estado nutricional e dos hábitos alimentares dos estudantes brasileiros. Estudos regionais, sobretudo com base em dados obtidos em ações do PSE, ainda são escassos na literatura, dificultando a implementação de estratégias específicas e efetivas de intervenção em saúde e nutrição no contexto escolar (10).

Diante desse cenário, o presente estudo teve como objetivo geral avaliar o estado nutricional e os hábitos alimentares de escolares da rede pública de Canoas-RS, com base em dados secundários obtidos por meio de inquérito antropométrico e alimentar aplicado durante ação do Programa Saúde na Escola (PSE). Para isso, buscou-se descrever o perfil antropométrico dos estudantes conforme sexo e faixa etária; classificar o estado nutricional segundo os critérios da Organização Mundial da Saúde; analisar os hábitos alimentares autorreferidos, com ênfase na frequência de consumo de alimentos ultraprocessados e in natura, omissão de refeições e uso de dispositivos eletrônicos durante a alimentação; investigar possíveis associações entre os padrões alimentares e o estado nutricional; e identificar as faixas etárias com maior prevalência de

ISSN: 2675-6218 - RECIMA21
Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

inadequações nutricionais.

2. MÉTODOS

Trata-se de um estudo observacional, descritivo e transversal, com abordagem quantitativa, baseado na análise de dados secundários coletados durante uma ação do Programa Saúde na Escola (PSE), realizada em 2024 na Escola Municipal de Ensino Fundamental Governador Leonel de Moura Brizola, localizada no município de Canoas, estado do Rio Grande do Sul.

Os dados utilizados referem-se a escolares matriculados no turno da manhã em turmas do ensino fundamental da referida escola. A amostra foi composta por 133 estudantes que participaram voluntariamente da ação promovida pelo PSE. A coleta foi realizada por profissionais da saúde vinculados ao programa e devidamente capacitados, de acordo com as diretrizes técnicas para avaliação nutricional em escolares.

Para a realização do estudo, foram incluídas crianças com idades entre 10 e 17 anos, cujos responsáveis legais autorizaram previamente, por meio de documento institucional assinado no início do ano letivo, a participação em ações conduzidas por profissionais da saúde no âmbito do Programa Saúde na Escola (PSE), conforme protocolos estabelecidos em parceria entre as Secretarias Municipais de Educação e de Saúde. Além disso, considerou-se como critério a capacidade dos estudantes de compreender leitura e escrita, necessária para o adequado preenchimento do questionário alimentar.

O estado nutricional foi avaliado por meio de medidas antropométricas, com aferição do peso corpóreo e estatura, sendo a razão das duas medidas utilizadas para o cálculo do índice de massa corpórea (IMC). As medidas de peso (kg) e estatura (m) foram obtidas em balança digital portátil e estadiômetro adaptado com fita métrica.

Para determinar o peso, as crianças permaneciam descalças, vestindo roupas leves, posicionadas em pé, com o peso igualmente distribuído em ambos os pés. A estatura foi mensurada com a criança descalça, em posição anatômica, sob a base da fita métrica (11). Ambas as medidas foram coletadas pelos pesquisadores, sempre com os mesmos equipamentos rotineiramente calibrados.

A avaliação do estado nutricional foi realizada por meio do índice de massa corporal (IMC), classificado segundo os pontos de corte estabelecidos pelas curvas de crescimento da Organização Mundial da Saúde, que utilizam dados de referência para crianças e adolescentes com idade entre 5 e 19 anos (12). Os valores de IMC foram convertidos em escores-z, conforme recomendação da OMS, com posterior categorização em magreza acentuada ($z < -3$), magreza ($z < -2$), eutrofia ($-2 \leq z \leq +1$), sobrepeso ($z > +1$) e obesidade ($z > +2$), com variações de corte ajustadas à faixa etária (12).

O inquérito alimentar aplicado baseou-se em um questionário padronizado, elaborado para

ISSN: 2675-6218 - RECIMA21
Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

avaliar o consumo alimentar referente ao dia anterior, conforme as diretrizes estabelecidas pelo Ministério da Saúde no âmbito do Programa Saúde na Escola (13). As variáveis analisadas abrangeram aspectos comportamentais e padrões dietéticos, incluindo o hábito de realizar refeições utilizando dispositivos eletrônicos (como celulares) ou assistindo à televisão, a frequência diária de refeições, bem como a ingestão de feijão, frutas, hortaliças, alimentos embutidos, bebidas adoçadas, produtos ultraprocessados (como macarrão instantâneo e salgadinhos) e itens açucarados (doces e guloseimas).

Os dados foram organizados e sistematizados por meio do software Microsoft Excel 2019®. As variáveis categóricas foram descritas em termos de frequências absolutas e relativas, com a estratificação das faixas etárias em grupos operacionais, visando facilitar a interpretação e a comparação dos resultados. As medidas antropométricas foram analisadas com base nos pontos de corte recomendados pela Organização Mundial da Saúde (OMS), enquanto os dados referentes ao consumo alimentar foram examinados de forma descritiva, considerando-se a frequência de ingestão e os comportamentos alimentares autorreferidos.

Para a análise estatística, empregou-se o programa estatístico Epi-Info versão 6.04. Para caracterizar a amostra e apresentar os dados, foi feita a análise descritiva e para a análise das associações das variáveis utilizou-se o teste de qui-quadrado. Adotou-se o nível de significância de 5% ($p<0,05$).

A pesquisa está inserida no contexto de atividades acadêmicas vinculadas à curricularização da extensão no curso de Medicina da Universidade Luterana do Brasil (ULBRA), e está aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da instituição (parecer nº 7.106.484, CAAE: 83132924.1.0000.5349).

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A amostra deste estudo foi composta por 133 estudantes, com idades entre 10 e 17 anos, matriculados no ensino fundamental da Escola Municipal de Ensino Fundamental Governador Leonel de Moura Brizola, localizada na cidade de Canoas, no estado do Rio Grande do Sul. Os dados analisados referem-se a avaliações antropométricas e alimentares realizadas por profissionais da saúde durante uma ação do Programa Saúde na Escola (PSE). O estado nutricional foi determinado com base no Índice de Massa Corporal (IMC), calculado por meio da razão entre o peso corporal (kg) e o quadrado da estatura (m^2). A classificação dos valores de IMC foi realizada conforme os critérios técnicos da Organização Mundial da Saúde, previamente descritos neste artigo (12).

A caracterização dos participantes, apresentada na Tabela 1, revela que os valores médios de peso, estatura e IMC foram ligeiramente superiores no grupo masculino, enquanto as médias de

ISSN: 2675-6218 - RECIMA21
Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

idade foram semelhantes entre os sexos. A amostra mostrou distribuição equilibrada entre meninos (n=67) e meninas (n=66), com desvio padrão semelhante nas variáveis antropométricas.

Tabela 1. Caracterização das crianças e adolescentes de ambos os sexos

	Masculino n = 67		Feminino n = 66	
	Média	**DP**	**Média**	**DP**
Idade (anos)	13,0	2,2	13,2	2,0
Peso (kg)	50,1	11,3	46,4	9,8
Estatura (cm)	156,2	13,1	151,4	11,7
IMC (kg/m²)	21,0	3,9	19,6	3,6

DP: desvio padrão; IMC: índice de massa corpórea

Em relação ao estado nutricional, verificou-se que 52 estudantes (39,1%) apresentaram valores de IMC compatíveis com a faixa de eutrofia, sendo considerados adequados para a idade e o sexo. No entanto, uma proporção expressiva da amostra apresentou desvios nutricionais: 47 estudantes (35,3%) foram classificados com baixo peso, enquanto 18 (13,5%) apresentaram sobrepeso e 16 (12,0%) foram enquadrados na categoria de obesidade. Esses dados indicam que mais da metade da amostra apresentava algum grau de inadequação nutricional.

A distribuição por sexo encontra-se descrita na Tabela 2. Meninos apresentaram maior frequência de eutrofia (44,8%) e menor proporção de obesidade (9,0%) quando comparados às meninas, que apresentaram percentuais mais elevados de sobrepeso e obesidade (ambos com 15,2%).

Tabela 2. Estado nutricional dos estudantes de acordo com o sexo

	Sexo			
	Masculino		**Feminino**	
	n	**%**	**n**	**%**
Magreza	23,0	34,3	24	36,4
Eutrofia	30	44,8	22,0	33,3
Sobrepeso	8	11,9	10	15,2
Obesidade	6	9,0	10,0	15,2

N = número de indivíduos

ISSN: 2675-6218 - RECIMA21
Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

A análise por faixa etária, apresentada na Tabela 3, revelou maior concentração de inadequações nutricionais entre estudantes de 11 a 13 anos, com predomínio de baixo peso. Nessas idades, mais de 60% dos escolares apresentaram desvios do IMC esperado para a faixa etária. Em contrapartida, adolescentes com 15 anos ou mais demonstraram melhor perfil nutricional, com maior prevalência de eutrofia.

Tabela 3. Distribuição do estado nutricional dos estudantes por faixa etária

Faixa etária (anos)	Total de estudantes (n)	Baixo peso (n)	Eutrofia (n)	Sobrepeso (n)	Obesidade (n)	% com desvios
10	1	0	0	0	1	100,0
11	24	12	6	2	4	75,0
12	36	16	12	5	3	66,6
13	34	9	12	8	5	64,7
14	23	8	10	2	3	56,5
15	11	2	9	0	0	18,2
16	3	0	2	1	0	33,3
17	1	0	1	0	0	0,09

n: número de estudantes % com desvios: percentual de estudantes com IMC fora da faixa de eutrofia (baixo peso, sobrepeso ou obesidade)

A investigação dos hábitos alimentares revelou padrões de consumo preocupantes entre os escolares, com destaque para associações significativas entre obesidade e determinados comportamentos (Tabela 4). A omissão do café da manhã foi mais prevalente entre os estudantes obesos (66,7%) em comparação aos não obesos (49,5%), com p = 0,042. O consumo frequente de alimentos ultraprocessados também foi maior entre os obesos (86,7% vs. 70,9%; p = 0,031). Por outro lado, o consumo regular de frutas apresentou relação inversa à obesidade, estando presente em apenas 40,0% dos escolares obesos, frente a 83,6% dos não obesos (p = 0,018). Esses achados reforçam a influência de comportamentos alimentares específicos sobre o estado nutricional, evidenciando a necessidade de estratégias educativas voltadas à formação de hábitos saudáveis (14,15).

ISSN: 2675-6218 - RECIMA21
Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

Tabela 4. Associação entre hábitos alimentares e estado nutricional das crianças e adolescentes

	Estado Nutricional				
	Não obesos		Obesos		p-valor
	n	%	n	%	
Omissão do café da manhã	56	49,5	10	66,7	0,042
Refeições com telas	83	71,6	13	86,7	0,188
Consumo regular de frutas	92	83,6	6,0	40,0	0,018
Consumo frequente de ultraprocessados	78	70,9	13	86,7	0,031
Consumo frequente de doces	85	77,3	11	73,3	0,762

n: número de indivíduos

A análise descritiva dos dados do inquérito alimentar também revelou variações relevantes conforme a faixa etária. Um dos comportamentos mais frequentes foi a realização de refeições diante de dispositivos eletrônicos, observado em 85,7% dos estudantes de 10 anos e mantido em proporções elevadas até os 14 anos. O comportamento foi ainda mais prevalente entre os mais velhos, atingindo 100% entre os adolescentes de 17 anos, evidenciando sua consolidação nas idades mais avançadas.

Quanto ao número de refeições diárias, a maioria relatou consumir de quatro a cinco refeições por dia, com maior adesão a uma rotina completa entre estudantes de 10 a 13 anos. Já os adolescentes com 14 anos ou mais apresentaram tendência à omissão de refeições, sobretudo o café da manhã e a ceia. Em relação aos alimentos in natura ou minimamente processados, os dados indicam maior consumo entre os estudantes de 12 e 13 anos, especialmente de frutas e hortaliças. Em contrapartida, os estudantes de 10, 16 e 17 anos apresentaram os menores percentuais de ingestão desses alimentos, apontando para um padrão alimentar mais deficiente nas faixas etárias extremas.

O consumo de alimentos não saudáveis foi generalizado. Bebidas adoçadas foram consumidas por mais de 80% dos estudantes de 11 a 15 anos, com pico de 90,9% aos 15 anos. O consumo de doces também superou os 80% em praticamente todas as idades. Alimentos ultraprocessados, como macarrão instantâneo, salgadinhos e biscoitos salgados, foram amplamente consumidos por mais de 70% dos estudantes entre 11 e 13 anos.

ISSN: 2675-6218 - RECIMA21
Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

Os achados deste estudo revelam a coexistência de padrões alimentares inadequados desde a infância, caracterizados pela elevada ingestão de alimentos ultraprocessados e bebidas com alto teor de açúcar, em contraste com o baixo consumo de frutas, legumes e hortaliças, associados ainda à omissão de refeições e ao uso de telas durante a alimentação, práticas que contribuem para a formação de um ambiente obesogênico e impactam negativamente os indicadores nutricionais dos escolares. Nesse contexto, observou-se entre os estudantes da rede pública de Canoas (RS) diferentes formas de inadequação nutricional, como baixo peso, sobrepeso e obesidade, situação que reflete a influência de múltiplos fatores biológicos, sociais, culturais e ambientais, e que ilustra a chamada “dupla carga de má nutrição”, marcada pela simultaneidade de desnutrição e excesso de peso, comum em países em desenvolvimento e em contextos de profundas desigualdades sociais (14, 15).

A presença de escolares com IMC abaixo do esperado indica possíveis falhas no acesso e na qualidade da alimentação cotidiana, relacionadas tanto a determinantes econômicos quanto à vulnerabilidade social de determinados grupos familiares. Por outro lado, os casos de sobrepeso e obesidade, que se concentraram principalmente entre os estudantes de 12 a 15 anos, refletem a influência de um ambiente obesogênico, marcado pela facilidade de acesso a produtos ultraprocessados e pela desorganização das rotinas alimentares.

Esses padrões alimentares, observados por meio do inquérito realizado no Programa Saúde na Escola (PSE), são coerentes com estudos nacionais, como a PeNSE e os boletins do SISVAN, que indicam que mais da metade das crianças e adolescentes brasileiros consomem produtos ultraprocessados regularmente, e menos de 40% alcançam as recomendações mínimas de consumo de frutas e hortaliças (4). Isso se opõe frontalmente ao que é orientado pelo Guia Alimentar para a População Brasileira, que recomenda a base da alimentação em alimentos in natura ou minimamente processados, preparados de forma caseira e compartilhados em refeições regulares (5). No plano mais amplo, tais evidências dialogam com os conceitos de “ambiente alimentar” e “determinantes sociais da alimentação”, em que fatores econômicos, culturais, institucionais e simbólicos condicionam as práticas alimentares (8,16).

O distanciamento entre as práticas alimentares observadas entre escolares e as recomendações preconizadas pelo Guia Alimentar para a População Brasileira não pode ser explicado unicamente por fatores de ordem individual (8,9). O ambiente escolar, entendido como espaço social e simbólico, atua como um agente formador de hábitos, valores e significados alimentares (8,9). Embora o cardápio da alimentação escolar pública deva obedecer às diretrizes estabelecidas pelo Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), verifica-se, na prática, que muitos estudantes levam seus próprios lanches, frequentemente compostos por alimentos ultraprocessados, como biscoitos recheados, refrigerantes e salgadinhos (6). A legislação nacional, ainda que reconheça a relevância da alimentação saudável nas escolas — a exemplo da Lei nº

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

13.666/2018, que altera a LDB para incluir a temática da educação alimentar e nutricional no currículo —, não estabelece diretrizes claras quanto ao controle dos alimentos trazidos de casa, o que fragiliza o ambiente alimentar escolar como um todo (7).

Essa ausência de regulamentação específica para os alimentos trazidos de casa revela um vazio normativo que permite a manutenção de práticas alimentares inadequadas mesmo em contextos supostamente protegidos, como a escola. Estudos indicam que ambientes escolares mais regulados, com cantinas saudáveis e controle dos alimentos trazidos pelos alunos, estão associados a menor prevalência de excesso de peso infantil e melhor adesão às recomendações nutricionais (17).

O ambiente alimentar escolar reflete as desigualdades sociais e econômicas que atravessam o cotidiano das famílias e das comunidades. Em contextos de vulnerabilidade socioeconômica, a limitação de renda, o baixo nível de escolaridade e as dificuldades de acesso a alimentos saudáveis favorecem o consumo de produtos ultraprocessados e de baixo custo, perpetuando um ciclo de insegurança alimentar e iniquidades em saúde (17,18). A alimentação escolar, portanto, deve ser compreendida como expressão de determinantes estruturais, econômicos, culturais e simbólicos que moldam as escolhas e práticas alimentares.

Nesse cenário, o fortalecimento das políticas públicas é indispensável. A ausência de regulamentação específica sobre os alimentos trazidos de casa representa um vazio normativo que perpetua desigualdades e compromete a efetividade do PNAE e do PSE. Políticas que estabeleçam diretrizes claras para o ambiente alimentar escolar, integrando dimensões de equidade social, segurança alimentar e educação nutricional contínua, são fundamentais para a promoção de ambientes alimentares mais saudáveis, justos e inclusivos (19,20).

Outro aspecto relevante a ser considerado é a influência da publicidade infantil e das práticas familiares na construção dos hábitos alimentares. Estudos demonstram que a exposição de crianças à propaganda de alimentos ultraprocessados, especialmente por meio da televisão e mídias digitais, está associada ao aumento da preferência, do consumo e da aceitação desses produtos (18). Muitas vezes, tais alimentos são escolhidos não apenas por fatores como conveniência e acessibilidade econômica, mas também por seu apelo sensorial e forte carga publicitária. A criança, enquanto sujeito em desenvolvimento, apresenta limitada autonomia alimentar e é altamente influenciada pelos estímulos externos, especialmente os provenientes do ambiente doméstico e escolar (19). Tais práticas reforçam o poder das indústrias alimentícias na construção social das preferências, um fenômeno descrito por autores da sociologia da alimentação como a “colonização do gosto” e a transformação dos alimentos em mercadorias simbólicas (19).

Nesse cenário, a educação alimentar e nutricional (EAN) desponta como uma ferramenta estratégica para promoção de hábitos saudáveis, devendo ser incorporada de forma contínua e

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

transversal ao currículo escolar. Sua efetividade depende da integração entre políticas públicas, participação comunitária e fortalecimento do papel pedagógico da escola como espaço crítico e culturalmente sensível (20). Evidências provenientes de revisões sistemáticas sobre intervenções escolares demonstram que programas de EAN, especialmente aqueles com abordagem multicomponente, que combinam atividades curriculares, envolvimento familiar e ações no ambiente escolar, resultam em mudanças positivas nos hábitos alimentares de crianças e adolescentes, como aumento do consumo de frutas e hortaliças (21). Nesse contexto, o Programa Saúde na Escola (PSE), enquanto iniciativa que articula saúde e educação, pode desempenhar papel decisivo na promoção de mudanças sustentáveis nos padrões alimentares no ambiente escolar (2,13).

Por fim, os dados aqui analisados ressaltam a importância de compreender a alimentação escolar como fenômeno social complexo. Promover hábitos saudáveis requer não apenas oferta de alimentos adequados, mas também a transformação do ambiente social e simbólico da alimentação, articulando dimensões econômicas, culturais e educativas. Assim, o fortalecimento de políticas públicas integradas e permanentes é essencial para a construção de ambientes alimentares saudáveis, justos e equitativos.

4. CONSIDERAÇÕES

Os resultados deste estudo demonstraram a elevada prevalência de inadequações nutricionais entre escolares da rede pública de Canoas-RS, refletindo a coexistência de desnutrição e excesso de peso em diferentes faixas etárias. Esse duelo, característico da transição nutricional vivenciada no Brasil, destaca a importância da vigilância contínua do estado nutricional de crianças e adolescentes, sobretudo no ambiente escolar, onde intervenções precoces podem prevenir agravos futuros à saúde.

Os padrões alimentares identificados foram marcados pelo consumo frequente de alimentos ultraprocessados e bebidas adoçadas, em contraste com a baixa ingestão de frutas, hortaliças e alimentos minimamente processados. Além disso, observou-se a prática recorrente de omissão de refeições e o uso de telas durante a alimentação, indicando comportamentos alimentares desorganizados que comprometem a qualidade da dieta e podem influenciar negativamente o desenvolvimento físico e metabólico dos escolares.

Diante desse panorama, reforça-se a necessidade de fortalecimento das políticas públicas voltadas à promoção da alimentação saudável nas escolas, com ênfase na atuação intersetorial do Programa Saúde na Escola (PSE) e na consolidação do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE). Recomenda-se ainda a ampliação das ações de educação alimentar e nutricional, com caráter contínuo e integrado ao currículo escolar, bem como a realização de estudos regionais que subsidiem estratégias locais, eficazes e sustentáveis de promoção da saúde infantojuvenil.

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

Por fim, os achados deste estudo podem servir como subsídio para gestores educacionais e profissionais da atenção básica no planejamento de ações mais sensíveis ao contexto local, integrando práticas pedagógicas, vigilância alimentar e intervenções comunitárias. A construção de um ambiente escolar promotor de saúde exige abordagens multidimensionais, que articulem cuidado, formação crítica e políticas públicas voltadas à garantia do direito à alimentação adequada desde a infância.

REFERÊNCIAS

1. Gidding SS, Dennison BA, Birch LL, Daniels SR, Gillman MW, Lichtenstein AH, et al. Dietary recommendations for children and adolescents: a guide for practitioners. Pediatrics. 2006;117(2):544–59.

2. Silva LT, Araújo JL, Costa ESM, Souza VEP, Moreira TMM, Alves MGM. Intersetorialidade no Programa Saúde na Escola: estudo de caso. Interface (Botucatu). 2025;29:e230431.

3. Souza EB. Transição nutricional no Brasil: análise dos principais fatores. Cad UniFOA. 2010;5(13):49–53.

4. Brasil. Ministério da Saúde. SISVAN: relatório de indicadores; 2023.

5. Brasil. Ministério da Saúde. Guia alimentar para a população brasileira. 2ª ed. Brasilia: Ministério da Saúde; 2014.

6. Tavares G, Castro IRR, Levy RB, Cardoso LO. Ambiente e alimentação no contexto escolar. Ciênc Saúde Colet. 2020;25(3):1074–90.

7. Brasil. FNDE. Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE.

8. Poulain JP, Proença RPC. O espaço social alimentar. Rev Nutr. 2003;16(3):245–56.

9. Fischler C. *Commensality, society and culture*. Soc Sci Inf. 2011;50(3–4):528–48.

10. Oliveira MM, Pontes FAR, Cotta RMM. O PSE como estratégia de articulação. Rev Paul Pediatr. 2021;39:e2019294.

11. Tritschler K. Medida e avaliação em educação física e esportes de Barrow & McGee. 5ª ed. Barueri: Manole; 2003.

12. World Health Organization. WHO child growth standards: growth reference data for 5–19 years. Geneva: WHO; 2007.

13. Brasil. Ministério da Saúde. Programa Saúde na Escola: documento orientador. Brasilia: Ministério da Saúde; 2009.

14. Popkin BM, Corvalan C, Grummer-Strawn LM. *Dynamics of the double burden of malnutrition*. Lancet. 2020;395(10217):65–74.

15. World Health Organization. Obesity and overweight. Fact sheet. 2020.

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

16. Swinburn BA, Kraak VI, Rutter H, Vandevijvere S, Lobstein T, Sacks G, et al. *Strengthening of accountability systems*. *Lancet*. 2015;385(9986):2534–45.

17. Jaime PC, Lock K. *Do school-based food and nutrition policies improve diet and reduce obesity?* Prev Med. 2009;48(1):45–53.

18. Sadeghirad B, Duhaney T, Motaghipisheh S, Campbell NR, Johnston BC. Influence of unhealthy food and beverage marketing. Obes Rev. 2016;17(10):945–59.

19. Fischler C. Food, self and identity. Soc Sci Inf. 1988;27(2):275–92.

20. Proença RPC, Cavalli SB, Gavirati E, Philippi ST. Alimentação escolar: espaço para educação em saúde. Ciênc Saúde Coletiva. 2005;10(2):554–6.

21. Medeiros GCBSd, Azevedo KPMd, Garcia D, Oliveira Segundo VH, Mata ÁNdS, Fernandes AKP, et al. Effect of school-based food and nutrition education. Int J Environ Res Public Health. 2022;19(17):10522.

ISSN: 2675-6218 - RECIMA21
Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.