

Projeto de Pesquisa

Efetividade de um programa de promoção do consumo de peixes e frutos do mar em escolares de Florianópolis: Ensaio comunitário

Mestranda: Adriana Mello

Nutricionista: Sanlina Barreto Hülse

RESUMO

Devido às recomendações nutricionais que incentivam o consumo de peixes e frutos do mar e a importância da inclusão destes alimentos na alimentação escolar foram realizados dois estudos sobre o tema. **Objetivos:** 1) investigar as opiniões das cozinheiras da rede municipal de ensino fundamental sobre a aceitação dos peixes e frutos do mar entre os escolares, definindo as barreiras para a sua utilização no Programa Municipal de Alimentação Escolar de Florianópolis. 2) Realizar a aplicação de um questionário adaptado do VIGITEL em uma amostra de pais de alunos de uma escola do ensino fundamental da rede pública municipal de Florianópolis para estimar a frequência de consumo de peixes, frutos do mar e de alimentos considerados fatores de risco e de proteção para doenças crônicas não transmissíveis. **Métodos:** Participaram da coleta de dados para a investigação qualitativa das opiniões sobre a aceitação desses alimentos entre os escolares, 68 cozinheiras. Os dados foram coletados por meio de um questionário com nove perguntas, cinco questões relativas ao consumo de peixes e frutos do mar e quatro referentes às preparações a base destes produtos oferecidos na alimentação escolar e as barreiras percebidas para o consumo entre os escolares. Para o segundo estudo, 41 pais ou responsáveis por alunos do terceiro e quarto ano da Escola Desdobrada Retiro da Lagoa participaram respondendo um Questionário de Frequência Alimentar adaptado do questionário VIGITEL. **Resultados:** As principais barreiras citadas foram relacionadas ao gosto dos escolares pelo sabor do peixe, tipos de preparações e tipos de peixe e frutos do mar utilizados nas escolas. Também foi citado que os escolares não têm o hábito de consumo destes produtos e que os professores não incentivam o consumo. Na opinião das cozinheiras a aceitabilidade destes produtos entre os escolares poderia aumentar com a mudança dos tipos de peixes e frutos do mar oferecidos na alimentação escolar, com o conhecimento dos hábitos alimentares dos

escolares em relação a peixes e frutos do mar, com a realização de preparações mais elaboradas e com o incentivo dos professores. Menos da metade dos participantes (46%) consomem peixes e frutos do mar de 1 a 2 dias na semana e 22% dos participantes quase nunca consomem. Os peixes e frutos do mar com maior preferência foram tainha e camarão, respectivamente e a forma de preparo preferida para estes alimentos foi assado. Mais da metade dos entrevistados (76%) refere o próprio domicílio como o local onde normalmente consomem peixes e frutos do mar. O consumo diário de carne vermelha foi evidente em 17% dos entrevistados. Somente 10% relataram comer carne vermelha com gordura e 14,6% afirmaram consumir frango com a pele. O hábito de adicionar sal nos alimentos prontos para o consumo foi relatado por 24% dos participantes. 56,1% dos participantes consomem refrigerantes e sucos artificiais de 1 a 4 dias na semana e 10% todos os dias. 41% dos participantes consomem feijão de 3 a 4 dias por semana e apesar de 44% dos participantes consumirem frutas diariamente, apenas 22% consomem verduras e legumes todos os dias. **Conclusões:** Há necessidade de maior atenção para as barreiras encontradas, principalmente no aprimoramento do sabor das preparações com peixes e frutos do mar. O fato de menos da metade dos participantes atenderem as recomendações de consumo de peixes e frutos do mar proposta pela OMS aliada à grande produção destes alimentos em Florianópolis, sugere que ações para o incentivo ao consumo de peixes e frutos do mar sejam elaboradas com o intuito de mudar esta realidade, sendo de grande importância, identificar quais são as barreiras que impedem o maior consumo destes alimentos. A adoção de uma alimentação mais saudável, como o aumento de consumo peixes e frutos do mar, frutas, verduras, legumes, leguminosas e a diminuição do consumo de alimentos como carne vermelha, refrigerantes e sucos artificiais, são iniciativas a serem aplicadas na população estudada como forma de evitar o desenvolvimento de DCNT bem como controlá-las, caso já existam. Os dados levantados fornecem subsídios para programas de intervenção e novos estudos dirigidos ao levantamento de outras barreiras para a utilização de peixes e frutos do mar na alimentação escolar.