

COMPARAÇÃO DO ESTADO NUTRICIONAL E HÁBITOS ALIMENTARES DE ESCOLARES DE UMA ESCOLA PÚBLICA E UMA ESCOLA PARTICULAR DA CIDADE DE ALVORADA DO SUL – PARANÁ

COMPARISON OF NUTRITIONAL STATUS AND FOOD HABITS OF STUDENTS IN A PUBLIC SCHOOL AND A SCHOOL OF THE CITY OF ALVORADA DO SUL, PARANÁ

Eriane Regina Vertuan *

Graziela Maria Gorla Campiolo **

RESUMO:

O aumento da obesidade infantil em crianças tem sido um grande desafio no cuidado da saúde, sendo um trauma psicológico, e é reconhecida como o principal fator de risco epidemiológico para doenças crônicas mais comuns, a educação e orientação nutricional é um dos mais amplos métodos de intervenção nutricional, tendo como propósito a educação, visando uma melhoria do estado nutricional através da mudança de hábitos alimentares adequados, eliminação de práticas dietéticas inadequadas, introdução de melhores práticas de higiene dos alimentos e o uso eficiente dos recursos alimentares. O objetivo desta pesquisa foi avaliar o estado nutricional e os hábitos alimentares dos escolares da 4ª série de uma escola pública e uma particular da cidade de Alvorada do Sul – Paraná. A amostra foi constituída de 26 escolares da escola pública e 16 da escola particular, na faixa etária de 9 a 10 anos de idade, de ambos os sexos, que responderam um questionário de frequência alimentar, e para melhor caracterização da população alvo, para avaliação do estado nutricional de acordo com o índice de massa corporal (IMC), de cada criança, foram realizadas as medidas de peso e altura as quais os indivíduos estavam descalços em balança tipo plataforma, com capacidade de até 150 kg, onde foram classificados como baixo peso ($P < 3$), risco de baixo peso ($P 3-15$), normal ($P 15-85$), risco de sobrepeso ($P 85-97$) e sobrepeso ($P > 97$), segundo OMS (2007). O sobrepeso foi encontrado em 18,75% nos escolares da escola particular e em 26,92% nos escolares da escola pública. De acordo com o consumo dos alimentos reguladores, os escolares de ambas as escolas tem o hábito de consumir mais vegetais folhosos e frutas do que os legumes. Em relação ao consumo de guloseimas o índice é alto, o refrigerante e o suco industrializado estão bem presente na alimentação dos escolares de ambas as escolas, quanto ao consumo de água foi observado que na escola particular 43,75% dos escolares consomem de 4-6 copos, e na escola pública 53,85% consomem de 2-4 copos por dia, em relação ao tempo em frente à TV, computador e vídeo *game* 50% dos escolares da escola particular ficam de 0-2 horas, e 61,54% da escola pública ficam de 2-4 horas, e finalmente em relação à prática de atividade física visto que 31,25% dos escolares da escola particular e 80,77% da escola pública praticam diariamente. Com isso, pode-se concluir que o alto consumo de alimentos ricos em calorias e gorduras tiveram aumento significativo na infância, atualmente as crianças e adolescentes têm mais acesso a estes alimentos tanto em casa quanto na escola devido à mídia, sendo assim, é necessário uma reeducação alimentar, visando melhorar o estado nutricional, já que através da educação alimentar é possível modificar hábitos alimentares inadequados, e assim reduzir a morbidade e a mortalidade devido às deficiências nutricionais e prevenir patologias futuras.

PALAVRAS - CHAVE: Escolares. Estado Nutricional. Hábito Alimentar.

* Discente do Curso de Nutrição da Unifil. Orientanda do Trabalho de Conclusão de Curso (e-mail: erivertuan@hotmail.com).

** Docente do Departamento de Nutrição da UniFil (Centro Universitário Filadélfia) (e-mail: grazielacampiolo@yahoo.com.br).

ABSTRACT:

The increasing of obesity in children has been a major challenge in health care, and psychological trauma, and it is recognized as a major epidemiological risk factor for the most common chronic diseases. Education and nutritional counseling are some of the widest nutritional intervention methods with the educational purpose, aiming at improving nutritional status by changing eating habits, eliminating an inadequate diet, introducing improved food hygiene practices and efficient use of food resources. The purpose of this research was to evaluate the nutritional status and diet habits of students from the 4th grade in a public and private school in Alvorada do Sul city - Paraná. The sample consists of 26 students from public school and 16 from private school, aged from 9 to 10 years-old, and from both genders, who answered a food frequency questionnaire. In order to improve the target population identification, and consequently the nutritional status evaluation according to the body mass index (BMI), it was measured on a platform scale the weight and height of each child. Children were classified as underweight ($P < 3$), risk of low birth weight ($P 3-15$), normal ($P 15-85$), risk of overweight ($P 85-97$) and overweight ($P > 97$), according to WHO (2007). Overweight was found in 18.75% of private school students and 26.92% of public school students. According to the consumption of regulative food, students from both schools have a habit of eating more leafy vegetables and fruits than vegetables. In relation to sweets the consumption is high. The soft drinks and industrialized juice are present in the diet of both schools. In relation to water consumption, it was observed that in the private school 43.75% of students consume 4-6 cups, and in the public school 53.85% consume 2-4 cups per day. About the length of time children spend in front of TV, computer and videogame, 50% of students from private schools spend 0-2 hours, and 61.54% of public schools 2-4 hours. Finally, when the physical activity was analyzed, it was noticed that 31.25% of private school students and 80.77% public school students practice physical exercises every day. Therefore, it can be concluded that elevated consumption of high caloric food and fat had a significant increase in childhood. It could be explained by the fact that nowadays children and teenagers have more access to these foods at home and at school. Consequently, people need a food reeducation to improve the nutritional status, and through food education it can be changed the bad eating habits, reducing morbidity and mortality due to nutritional deficiencies and preventing future diseases.

23

KEYWORDS: Students. Nutritional Status. Food Habits.

1. INTRODUÇÃO

A obesidade é um distúrbio nutricional traduzido por um aumento de tecido adiposo, resultante do balanço positivo de energia na relação ingesta-gasto calórico, que frequentemente leva a prejuízos na saúde. O excesso de peso na criança predispõe às mais variadas complicações, abrangendo as esferas psicossociais, pois há isolamento e afastamento das atividades sociais devido à discriminação e à aceitação diminuída pela sociedade (SILVA *et al.*, 2003).

Na infância a obesidade tem como importância a possibilidade de sua manutenção na vida adulta. Se nas idades menores a morbidade não é frequente, no adulto a situação é de risco e leva ao aumento da mortalidade, por associação com a doença arteriosclerótica, hipertensão arterial e alterações metabólicas. No adolescente, somam-se a isso todas as alterações do período de transição para a idade adulta, a baixa auto-estima, o sedentarismo, lanches mal balanceados em excesso e a enorme suscetibilidade à propaganda consumista (SILVA; FARIAS, 2007).

Desta forma, promover o aumento da atividade física e o incentivo à aquisição de

R
E
V
I
S
T
A

hábitos alimentares saudáveis, criando condições objetivas para sua realização, são os principais componentes de políticas de uma vida saudável entre os adolescentes (SILVA; FARIAS, 2007). A educação e orientação nutricional é um dos mais amplos métodos de intervenção nutricional, tendo como propósito a educação das pessoas visando uma melhoria geral do estado nutricional através da mudança de hábitos alimentares adequados, eliminação de práticas dietéticas inadequadas, introdução de melhores práticas de higiene dos alimentos e o uso mais eficiente dos recursos alimentares.

1.1. Antropometria

A antropometria consiste na avaliação das dimensões físicas e da composição global do corpo humano. O peso e estatura são os parâmetros antropométricos usualmente utilizados para avaliar a condição nutricional de crianças (BRASIL; DEVINCENZI; RIBEIRO, 2007).

De acordo com Sarni (2007), o exame antropométrico de um indivíduo em apenas um único momento é suficiente para que seu crescimento seja avaliado e para que eventuais déficits e, portanto, presumíveis processos de desnutrição sejam identificados.

1.2. Alimentação na Infância

A alimentação nesta fase deve ser balanceada, pois dependemos dos alimentos que consumimos, e nestes alimentos é que encontramos os nutrientes necessários para a manutenção e funcionamento do organismo, bem como prevenir os fatores de riscos nutricionais e doenças futuras (GARCIA, 2002).

24

A privação dos nutrientes essenciais nos primeiros anos de vida pode levar à diminuição da velocidade do crescimento e do desenvolvimento, causando um tipo de desnutrição conhecida por protéico-calórica. Durante a infância a desnutrição crônica, e algumas doenças, atrasam o crescimento reduzindo o desenvolvimento ósseo e retardando a puberdade, a adaptação à baixa ingestão de nutrientes, condições sanitárias deficientes, e doenças da infância, são frequentemente caracterizadas por um menor potencial de crescimento, tornando os indivíduos menores do que sua determinação genética (FERNANDEZ *et al.*, 2000).

Há que se observa que nesta fase algumas crianças optam pelo comportamento sedentário em frente à televisão, microcomputador. Na fase pré-escolar e escolar a criança está formando os hábitos alimentares, definindo as suas preferências alimentares que são influenciadas pelo meio ambiente pela mídia, e pelas próprias características físicas, sociais e psicológicas (BRASIL; DEVINCENZI; RIBEIRO, 2007).

1.3. Educação Nutricional Na Infância

A educação nutricional é a base para o desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis, sendo esta uma responsabilidade ampla dos diversos segmentos: escola, família e sociedade. Crianças com capacidade de selecionar alimentos de modo a compor um perfil alimentar saudável podem se manter nutridas e com menor risco para a vida futura. Estar atento ao comportamento alimentar das crianças é colaborar com a formação de uma sociedade saudável e desenvolvida (CELES; COELHO, 2000).

Segundo Mello (2002, p. 357) “O estado nutricional de uma população é um excelente indicador de sua qualidade de vida”, portanto, o estado nutricional depende do consumo alimentar

e do estado de saúde da criança, sendo que esses fatores, por sua vez, dependem da disponibilidade do alimento, do ambiente e dos cuidados com a criança. A educação nutricional tem ênfase no processo de modificar e melhorar o hábito alimentar em médio e longo prazo.

É importante elaborar uma dieta que inclua muitos nutrientes e sabores diferentes, assim como texturas e cores, e não só assegurará uma nutrição e desenvolvimento como também estimulará a capacidade de fazer escolhas adequadas entre os diferentes alimentos.

A preocupação com uma melhor qualidade de vida tem desencadeado uma atenção maior para a prática de educação alimentar. Neste processo o educador tem o papel de transformar bons hábitos alimentares em momentos de prazer, onde a criança se sinta fascinada pelo alimento. (CELES; COELHO, 2000).

A escola e educadores nutricionais devem trabalhar juntos, providenciando cenários, desenvolvendo jogos e demonstrações que incentivam as habilidades críticas das crianças em fazer escolhas alimentares saudáveis. O educador nutricional é uma pessoa treinada e capacitada a promover os objetivos da Educação Nutricional: preparar as crianças para que elas sejam capazes de fazer escolhas alimentares saudáveis e prepará-las como agentes multiplicadores, a fim de que influenciem os hábitos alimentares da família (CELES; COELHO, 2000).

2. METODOLOGIA

Este estudo caracterizou-se como uma pesquisa descritiva com escolares matriculados na 4º série de ambos os sexos, na faixa etária entre 9 e 10 anos de idade de uma escola pública (Escola Semente do Saber) e de uma escola particular (Colégio Monteiro Lobato), ambas localizadas na cidade de Alvorada do Sul Estado do Paraná.

A escola pública possui três turmas de 4º série, sendo que foi escolhida uma turma de forma aleatória, e somente uma turma da escola particular, os dados foram coletados durante o ano de 2009, onde foram feitas a avaliação antropométrica e também a investigação dos hábitos alimentares dos escolares. O universo de estudo foi constituído por 26 escolares da escola pública e 16 da escola particular.

Todos os pais ou responsáveis pelos escolares que fizeram parte deste estudo, após serem informados sobre o propósito desta investigação e os procedimentos adotados, assinaram um termo de consentimento livre e esclarecido. Este estudo foi desenvolvido em conformidade com as instruções contidas na Resolução 196/96 do Conselho Nacional de Saúde que normatizou a pesquisa com seres humanos, sendo submetido à aprovação pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário Filadélfia – UniFil.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Dos 16 escolares selecionados na escola particular, e 26 escolares selecionados na escola pública, todos participaram do estudo.

TABELA 1 – Escolar do sexo feminino e sexo masculino do Colégio Monteiro Lobato

Escolar do sexo feminino e sexo masculino	%
Sexo feminino	43,75
Sexo masculino	56,25

TABELA 2 – Escolar do sexo feminino e sexo masculino da Escola Semente do Saber

Escolar do sexo feminino e sexo masculino	%
Sexo feminino	46,15
Sexo masculino	53,85

Das 16 crianças da escola particular que participaram desta pesquisa, 43,75% eram do sexo feminino e 56,25% do sexo masculino, a faixa etária variou de 9 aos 10 anos de idade (tabela 1).

Das 26 crianças da escola pública que participaram desta pesquisa, 46,15% eram do sexo feminino, e 53,85% do sexo masculino, também com a faixa etária de 9 aos 10 anos (tabela 2).

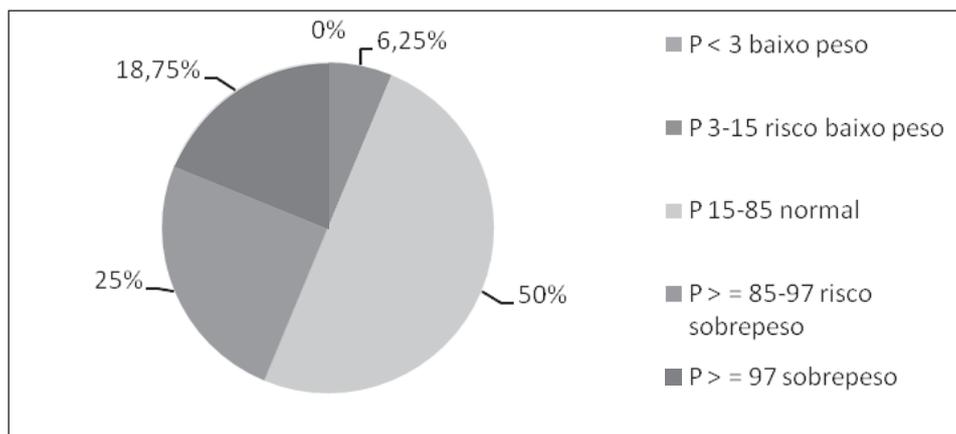


GRÁFICO 1 - Estado Nutricional dos Escolares do Colégio Monteiro Lobato

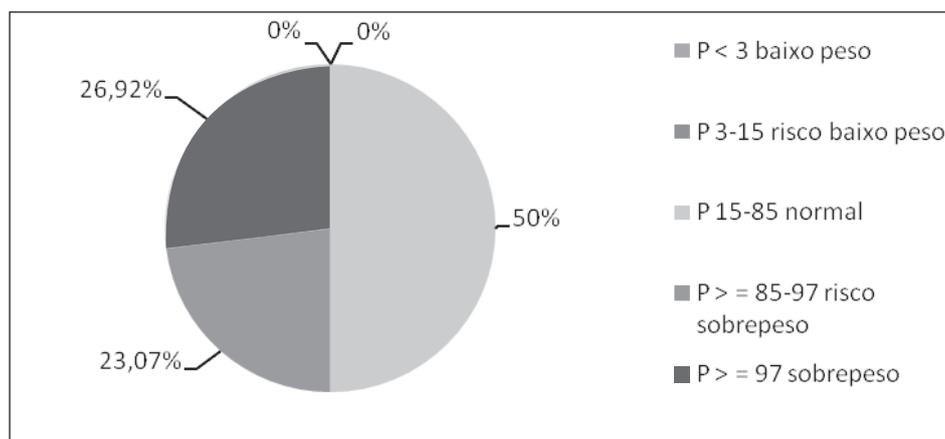


GRÁFICO 2 - Estado Nutricional dos Escolares da Escola Semente do Saber

Na amostra, em relação ao estado nutricional dos escolares da escola particular 6,25% apresentaram risco de baixo peso, 50% na faixa de normalidade, enquanto que o risco de sobrepeso foi encontrado em 25% da amostra, e sobrepeso pode-se verificar em 18,75% dos escolares, conforme mostra o gráfico 1. Na escola pública, o estado nutricional foi encontrado 50% também na faixa de normalidade, 23,07% com risco de sobrepeso, enquanto que sobrepeso apresentou 26,92% dos escolares (gráfico 2).

De acordo com Brasil, Fisberg e Maranhão (2007) a obesidade é resultante do desequilíbrio crônico entre a energia ingerida e a utilizada, a realidade atual tem demonstrado aumento considerável da prevalência da obesidade nos países em desenvolvimento. O aumento de indivíduos obesos parece estar mais relacionado às mudanças no estilo de vida e aos hábitos alimentares (FERNANDES; GALLO; ADVÍNCULA, 2006).

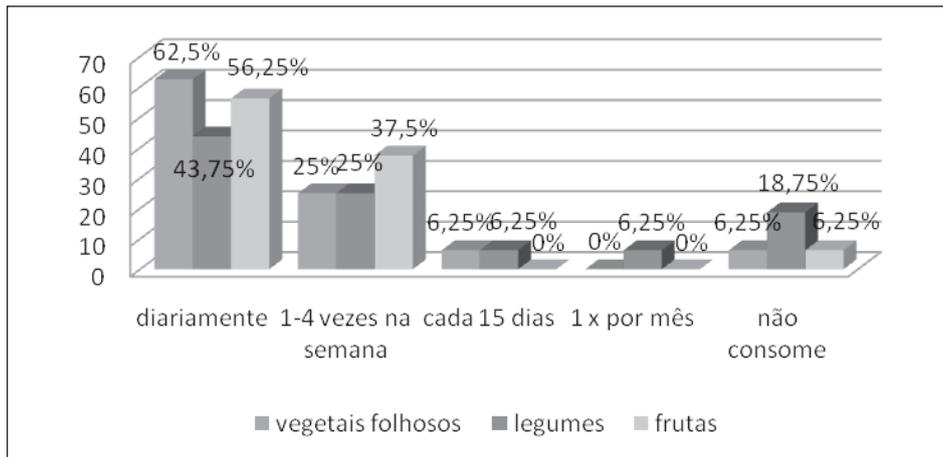


GRÁFICO 3 - Consumo de vegetais folhosos, legumes e frutas pelos escolares do Colégio Monteiro Lobato

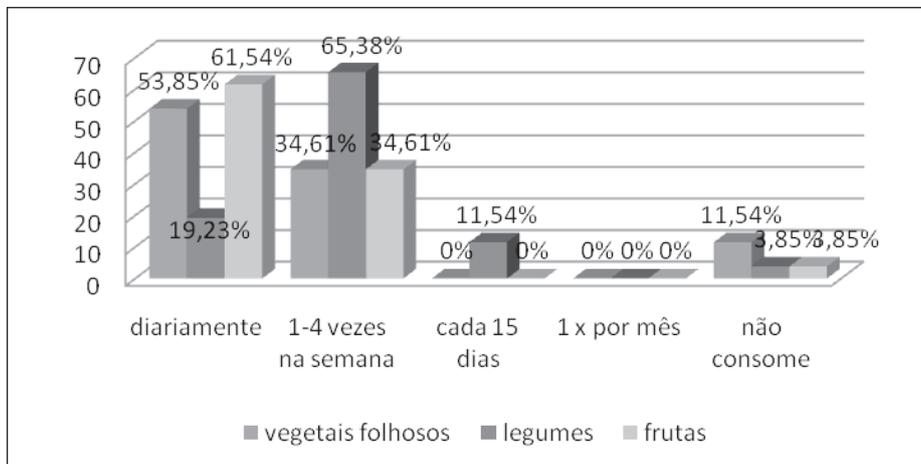


GRÁFICO 4 - Consumo de vegetais folhosos, legumes e frutas pelos escolares da Escola Semente do Saber

Segundo o gráfico 3 o consumo diário de vegetais folhosos e legumes na escola particular foi maior, 62,5% dos escolares consomem vegetais folhosos e 43,75% consomem legumes diariamente, sendo 25% dos escolares consomem ambos os alimentos de 1 a 4 vezes na semana, e 18,75% dos escolares afirmaram não consumir legumes. Já na escola pública, 53,85% dos escolares consomem vegetais folhosos diariamente e 19,23% consomem legumes, o consumo de legumes de 1 a 4 vezes na semana foi maior com 65,38% dos escolares e 34,61% consomem os vegetais folhosos e 11,54% dos escolares não consomem vegetais folhosos, sendo 3,85% da amostra não consomem legumes (gráfico 4).

De acordo com o consumo de frutas, 56,25% dos escolares da escola particular consomem frutas diariamente, 37,5% consomem de 1 a 4 vezes na semana e 6,25% dos escolares não consomem frutas (gráfico 3). Já na escola pública o consumo diário de frutas foi maior (61,54%) dos escolares, 34,61% consomem de 1 a 4 vezes na semana, e apenas 3,85% dos escolares não consomem frutas (gráfico 4).

Os minerais e vitaminas são necessários para o crescimento e o desenvolvimento normal. Com uma alimentação variada e equilibrada, em geral a criança pré-escolar e escolar pode ingerir todos os nutrientes necessários para garantir um crescimento adequado (BRASIL; DEVINCENZI;

RIBEIRO, 2007). De acordo com Fiates, Amboni e Teixeira (2008) na adaptação da pirâmide alimentar para o padrão brasileiro, indicam que o consumo diário de hortaliças não deve ser inferior a 4 porções, e que o consumo de frutas deve incluir ao menos 3 porções por dia.

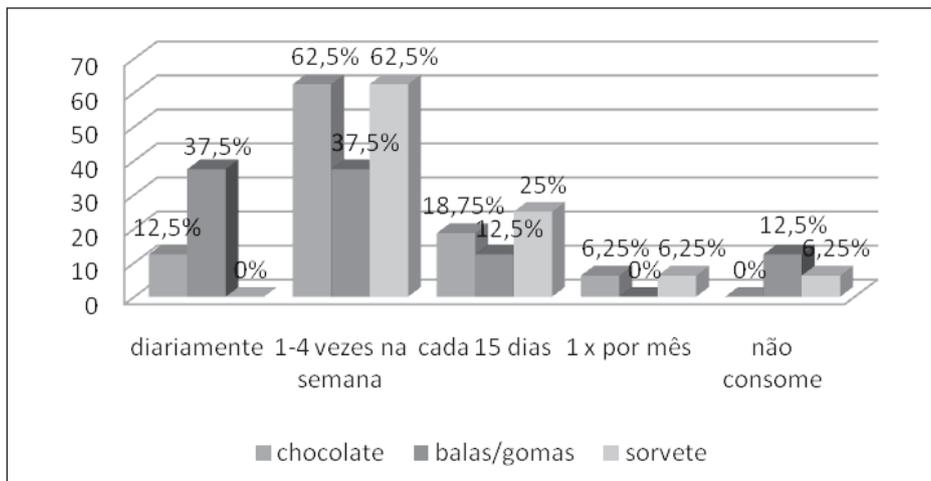


GRÁFICO 5 - Consumo de guloseimas pelos escolares do Colégio Monteiro Lobato

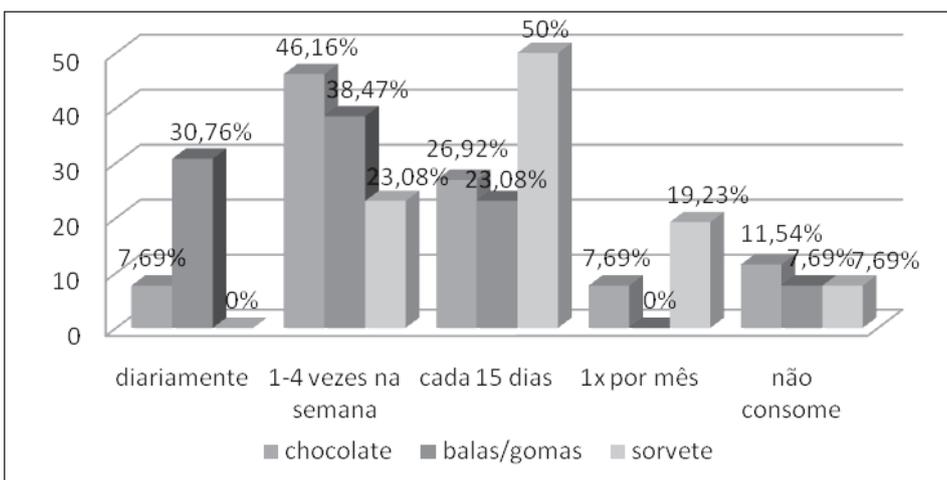


GRÁFICO 6 - Consumo de guloseimas pelos escolares da Escola Semente do Saber

De acordo com o gráfico 5, o consumo de guloseimas foi elevado, já que na escola particular 37,5% dos escolares consomem balas/gomas, e 12,5% consomem chocolate diariamente, de 1 a 4 vezes na semana, 62,5% dos escolares consomem chocolate, 37,5% consomem balas/gomas, e 62,5% dos escolares consomem sorvete, e somente 12,5% da amostra não consome balas/gomas e 6,25% dos escolares não consomem sorvete. Na escola pública (gráfico 6), o consumo de balas/gomas diariamente é maior, sendo 30,76% dos escolares, e 7,69% consomem o chocolate, de 1 a 4 vezes na semana 46,16% consomem chocolate, 38,47% consomem balas/gomas e 23,08% consomem sorvete, e 11,54% dos escolares não consomem chocolate, 7,69% não consome balas/gomas e 7,69% dos escolares não consome sorvete.

Segundo Fiates, Amboni e Teixeira (2008) a preferência infantil por guloseimas é amplamente reconhecida e sofre influência tanto ambiental quanto genética. No entanto, tais preferências estão cada vez mais divergentes das recomendações nutricionais, o que tem levado ao aumento da incidência de sobrepeso e obesidade no mundo todo.

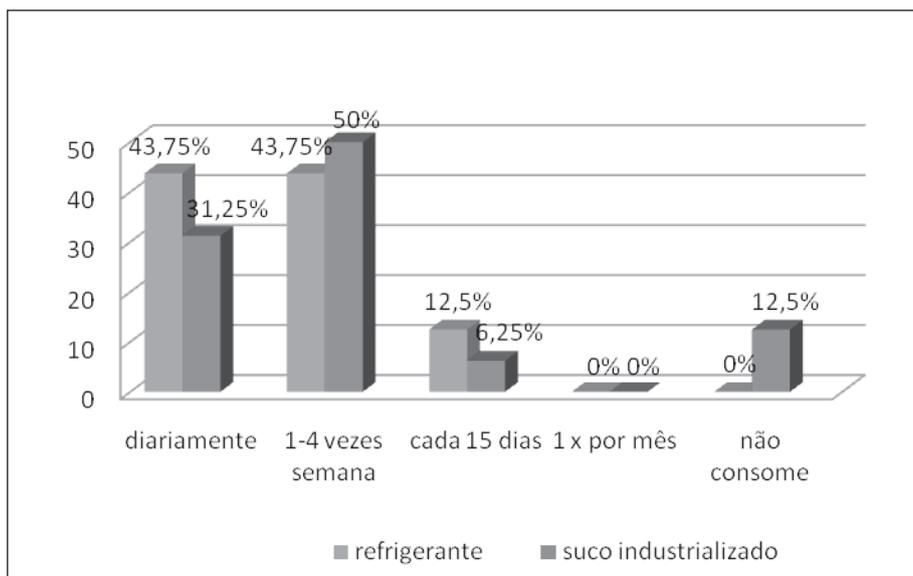


GRÁFICO 7 - Consumo de refrigerantes e sucos industrializados pelos escolares do Colégio Monteiro Lobato

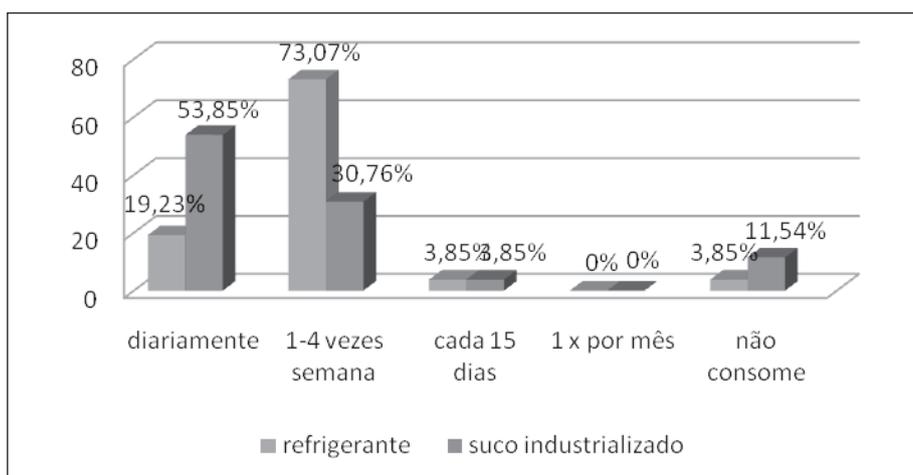


GRÁFICO 8 - Consumo de refrigerantes e sucos industrializados pelos escolares da Escola Semente do Saber

No gráfico 7, pode-se constatar que o hábito de consumir refrigerantes foi maior na escola particular, 43,75% dos escolares consomem diariamente e 31,25% consomem o suco industrializado, de 1 a 4 vezes na semana 43,75% consomem o refrigerante, e 50% dos escolares consomem o suco industrializado, e somente 12,5% dos escolares não consome suco industrializado. Já na escola pública, o consumo de refrigerante é menor, 19,23% dos escolares consomem diariamente, e o suco industrializado é maior (53,85%) dos escolares, de 1 a 4 vezes na semana 73,07% da amostra consomem o refrigerante, 30,76% o suco industrializado, e apenas 3,85% não consome refrigerante, e 11,54% dos escolares não consome o suco industrializado (gráfico 8).

Estas mudanças observadas no padrão alimentar repercutem na ingestão elevada de lipídeos e carboidratos simples, e trazem como consequência o aumento na prevalência da obesidade e outras doenças crônicas não transmissíveis (RIVERA; SOUZA, 2006).

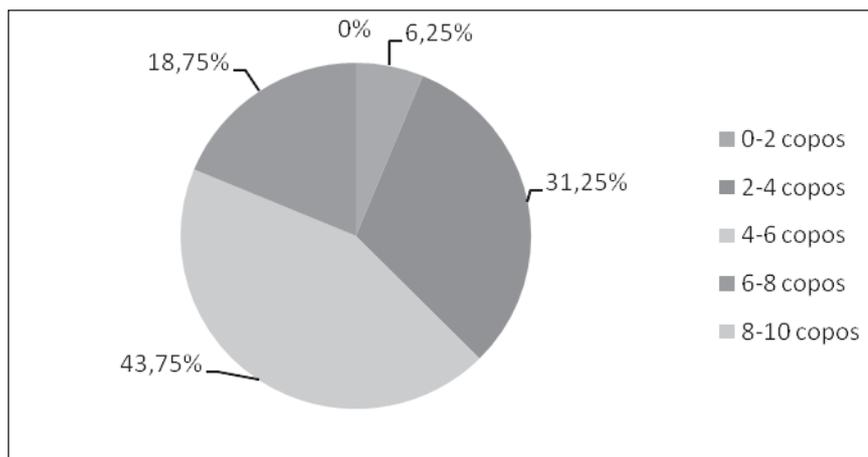


GRÁFICO 9 - Consumo de água pelos escolares do Colégio Monteiro Lobato

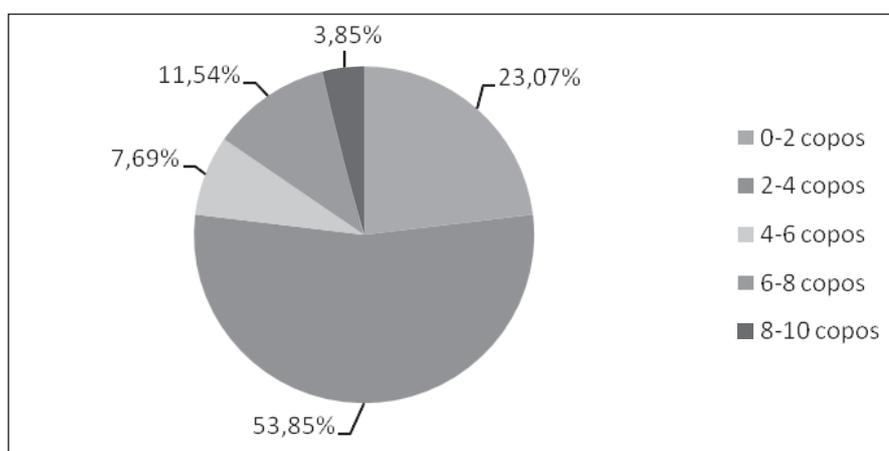


GRÁFICO 10 - Consumo de água pelos escolares da Escola Semente do Saber

No gráfico 9 foi analisado o consumo de água pelos escolares, e verificou-se um baixo consumo nas duas escolas, sendo que na escola particular, 6,25% ingerem de 0-2 copos, 31,25% dos escolares ingerem de 2-4 copos por dia, 43,75% ingerem de 4-6 copos, 18,75% dos escolares ingerem de 6-8 copos. Já na escola pública, 23,07% ingerem de 0-2 copos, 53,85% dos escolares de 2-4 copos, 7,69% ingerem de 4-6 copos, e 6-8 copos de água é consumido por 11,54% dos escolares, e apenas 3,85% dos escolares afirmaram ingerir de 8 a 10 copos de água (gráfico 10).

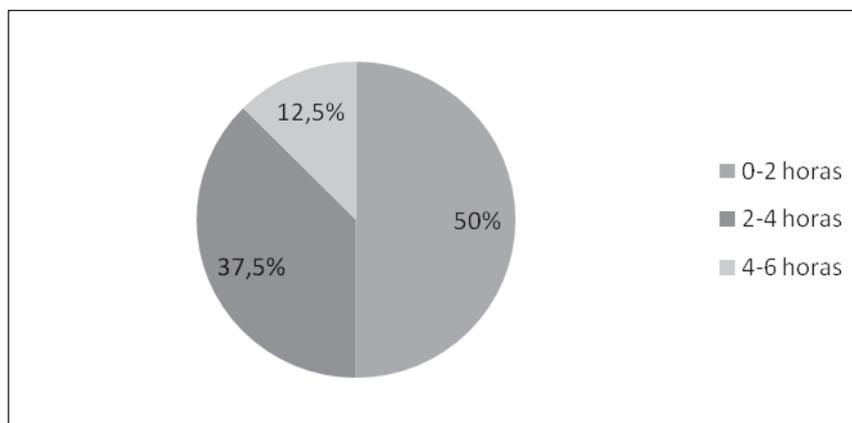


GRÁFICO 11 - Tempo em frente à TV, computador e vídeo game pelos escolares do Colégio Monteiro Lobato

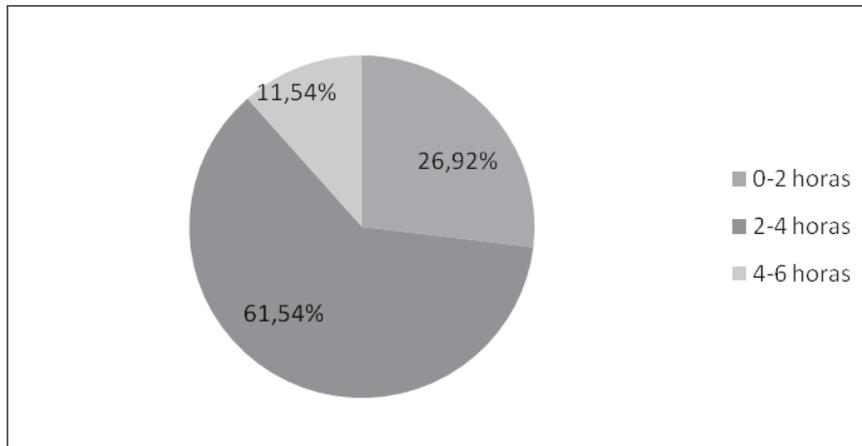


GRÁFICO 12 - Tempo em frente à TV, computador e vídeo game pelos escolares da Escola Semente do Saber

De acordo com o gráfico 11, 50% dos escolares da escola particular permanecem em frente à TV, computador e vídeo game de 0-2 horas, 37,5% dos escolares de 2-4 horas, e 12,5% da amostra de 4 a 6 horas em frente à TV, computador e vídeo game. Já na escola pública (gráfico 12), 26,92% dos escolares ficam de 0-2 horas, 61,54% dos escolares ficam de 2-4 horas, e 11,54% de 4 a 6 horas em frente à TV, computador e vídeo game.

Segundo Fiates, Amboni e Teixeira (2008) a ocorrência de sobrepeso e obesidade em crianças tem sido tradicionalmente associada ao hábito de assistir à TV, pois este promove o sedentarismo. Além disso, sabe-se hoje que os anúncios de alimentos veiculados na TV têm o poder de, efetivamente, promover seu consumo, influenciando diretamente os hábitos alimentares de crianças. o hábito de assistir à TV na infância ou na adolescência também foi associado positivamente com a ocorrência de baixo condicionamento físico, fumo e hipercolesterolemia na idade adulta.

31

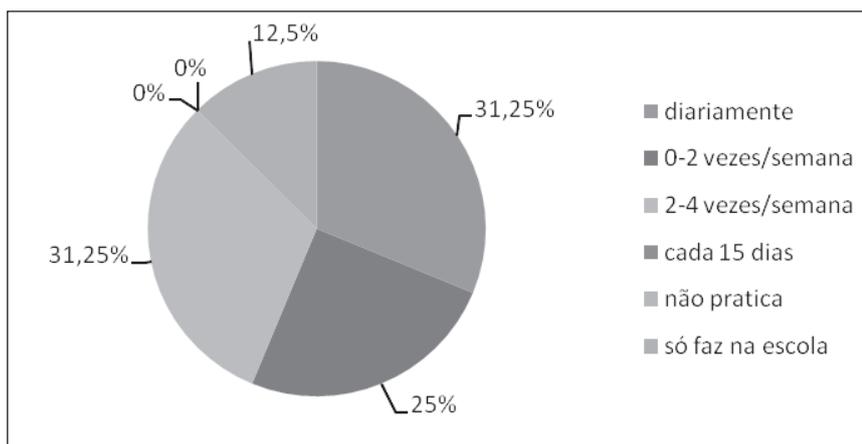


GRÁFICO 13 - Prática de atividade física pelos escolares do Colégio Monteiro Lobato

R
E
V
I
S
T
A

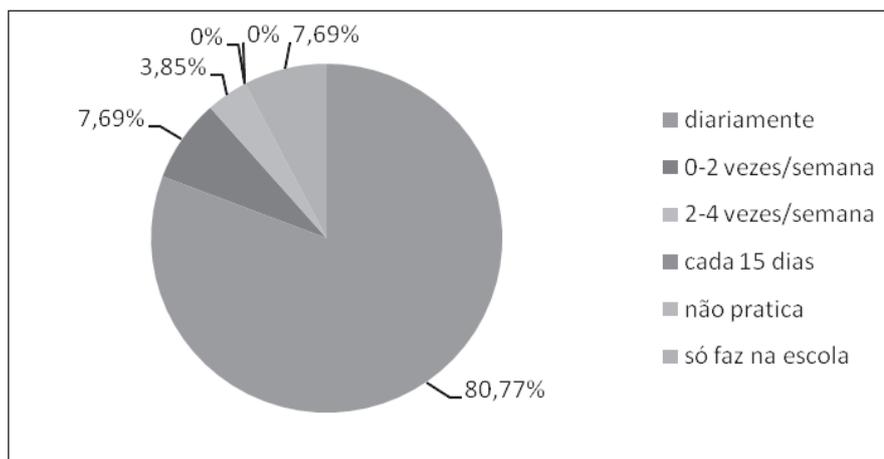


GRÁFICO 14 - Prática de atividade física pelos escolares da Escola Semente do Saber

O gráfico 13 mostra a prática de atividade física dos escolares, na escola particular 31,25% praticam atividade física diariamente, 25% de 0-2 vezes na semana, de 2-4 vezes praticam 31,25% dos escolares, e 12,5% dos alunos afirmaram somente fazer as aulas de educação física na escola. Já na escola pública (gráfico 14) a prática de atividade física diária é maior, 80,77% dos escolares, 7,69% pratica de 0-2 vezes na semana, 3,85% de 2-4 vezes na semana, e 7,69% só faz as aulas de educação física na escola.

Segundo Rinaldi *et al.* (2008) a prática frequente de exercícios físicos diminui o risco de obesidade, atua na regulação do balanço energético, influencia na distribuição do peso corporal, preserva e mantém a massa magra, além de promover perda de peso corporal.

32

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Assim, diante dos resultados encontrados no presente estudo, o excesso de peso mostrou-se significativo em ambas as escolas, sendo um problema grave para a saúde, sendo que se pode afirmar a relação com a mudança no estilo de vida e dos hábitos alimentares. Verificou-se na pesquisa um baixo consumo pelos escolares dos alimentos presentes no grupo dos reguladores, sendo esses alimentos indispensáveis para a manutenção da saúde. O consumo de guloseimas mostrou-se bastante elevado na alimentação dos escolares, e verificou-se também que o suco industrializado e o refrigerante estão bem presentes na alimentação desta população, sendo assim, nota-se que os escolares estão substituindo a água por esses alimentos. Outro dado relevante foi que a prática de atividade física prevaleceu maior na escola pública.

Diante desta problemática, pode-se afirmar que o estado nutricional adequado é importante em qualquer fase da vida, mas tem um papel fundamental em crianças, pois é o período de desenvolvimento, onde os níveis de crescimento se elevam, os hábitos alimentares se modificam e há demanda de um maior aporte nutricional, portanto a alimentação das crianças em idade escolar deve fornecer energia suficiente para promover o crescimento e desenvolvimento adequado de acordo com a faixa etária, prevenindo assim a obesidade infantil e patologias futuras.

REFERÊNCIAS

- BRASIL, Anne Lise Dias; DEVINCENZI, Macarena Urrestarazu; RIBEIRO, Luciana Cisoto. Nutrição Infantil. In: SILVA, Sandra Maria Chemin Seabra da; MURA, Joana D'Arc Pereira. *Tratado de Alimentação, Nutrição & Dietoterapia*. São Paulo: Roca, 2007.
- BRASIL, Lana do Monte Paula; FISBERG, Mauro; MARANHÃO, Hécio de Sousa. Excesso de peso de escolares em região do Nordeste Brasileiro: contraste entre as redes de ensino pública e privada. *Rev. Bras. Saúde Matern. Infant*, Recife, v. 7, n. 4, p.405-412, dez. 2007.
- CELES, Ana Paula Monnerat; COELHO Sandra. Erros Alimentares na Fase Escolar. In: WAITZBERG, Dan Linetzky. *Nutrição Oral, Enteral e Parenteral na Prática Clínica*. 3. ed., São Paulo: Atheneu, 2000.
- FERNANDES, Isidoro Tadeu; GALLO, Paulo Rogério; ADVÍNCULA, Alberto Olavo. Avaliação antropométrica de pré-escolares do município de Mogi-Guaçu, São Paulo: subsídio para políticas públicas de saúde. *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil*, São Paulo, v.6, n.2, p. 217-222, jun. 2006. Disponível em: <<http://www.scielo.com>>. Acesso em: fevereiro de 2009.
- FERNANDEZ, Ana Cláudia *et al.* Respostas Metabólicas e Cardiorrespiratórias ao Exercício Máximo e Submáximo em Meninas Eutróficas e com Desnutrição Pgressa. *Revista Associação Médica Brasileira*, São Paulo, v. 18, n. 4, p.171-178, dez. 2000.
- FIATES, Giovanna Medeiros Rataichesk; AMBONI, Renata Dias de Mello Castanho; TEIXEIRA, Evanilda. Comportamento consumidor, hábitos alimentares e consumo de televisão por escolares de Florianópolis. *Revista de Nutrição*, Campinas, v.21, n.3, p.105-114, fev. 2008.
- GARCIA, Evie Mandelbaum. *Atendimento Sistematizado em Nutrição*. São Paulo: Atheneu, 2002.
- MELLO, Elza Daniel de. O que significa a avaliação do estado nutricional. *Jornal de Pediatria*, Porto Alegre, v.78, n.5, p.357-358, out. 2002.
- RINALDI, Ana Elisa M. *et al.* Contribuições das práticas alimentares e inatividade física para o excesso de peso infantil. *Revista Paulista de Pediatria*, São Paulo, v.26, n.3, p.271-277, set. 2008.
- RIVERA, Flávia Sá Roriz; SOUZA, Elizabeth Maria Talá de. Consumo alimentar de escolares de uma comunidade rural. *Comunidade de Ciências da Saúde*, Brasília, v.17, n.2, p 111-119, abr. 2006.
- SARNI, Roseli Oselka Saccardo. Avaliação Antropométrica e de Composição Corporal. In: SILVA, Sandra Maria Chemin Seabra da; MURA, Joana D'Arc Pereira. *Tratado de Alimentação, Nutrição & Dietoterapia*. São Paulo: Roca, Cap. 7, p. 131-139, 2007.

SILVA, Gisélia Alves Pontes da *et al.* Prevalência de sobrepeso e obesidade em crianças pré-escolares matriculadas em duas escolas particulares de Recife, Pernambuco. *Revista Brasileira Saúde Materno Infantil*, Recife, v. 3, n. 3, p. 323-327, set. 2003.

SILVA, Kelly S.; FARIAS JR, José C. Fatores de risco associados à pressão arterial elevada em adolescentes. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, Niterói, v. 13, n. 4, p. 237-240, ago. 2007.