

PES187 - CONSUMO DE SÓDIO OFERTADO NOS CARDÁPIOS DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR EM UM MUNICÍPIO DO ESTADO DO PARÁ

TALITA NOGUEIRA BERINO¹; PAULA VALENTE LEÃO¹; ISAMERILIAM ROSAULEM PEREIRA DA SILVA¹; NÁDIA ALINNE FERNANDES CORRÊA²; CLÁUDIA DANIELE TAVARES DUTRA CAVALCANTI³

nutritalitaberino@outlook.com

¹Graduação, ²Mestrado, ³Doutorado

Universidade Federal do Pará (UFPA)

Introdução: O sódio (Na) é um micronutriente que desenvolve papéis importantes nas reações metabólicas do organismo. É encontrado em diversos alimentos, o mais comum é o sal de cozinha, que tem 40% de sódio em sua composição. Todavia, se ingerido em quantidades inadequadas por um longo período de tempo e associado a maus hábitos alimentares, pode ocasionar problemas de saúde irreversíveis. As iniciativas voltadas à redução do consumo de sódio se destacam entre as ações de prevenção e controle das doenças crônicas diretamente associadas à alimentação. Estas recomendações têm se intensificado nos últimos anos devido ao aumento do consumo de sódio associado à elevação de ocorrências de doenças relacionadas à alimentação.¹ O Guia Alimentar para a População Brasileira reforça sobre os males que o excesso de sódio associado a uma alimentação inadequada pode causar, e estimula que a população reduza a quantidade de sal adicionado, assim como a quantidade de alimentos industrializados, que são ricos em sódio. Há uma associação entre o consumo excessivo de sódio e o desenvolvimento de doenças crônicas, desde a hipertensão arterial e doenças cardiovasculares até o câncer de estômago, doenças renais e osteoporose, dentre outros². Os cuidados com a alimentação devem começar desde a infância e perdurar por toda a vida, neste sentido, a escola tem um papel fundamental para formar hábitos alimentares saudáveis. A alimentação escolar no Brasil é fundamentada pelo Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) que é gerenciado pelo Fundo Nacional de Desenvolvimento para a Educação (FNDE), estando presente em todas as escolas públicas do país e sendo responsável por atender os alunos da educação básica pública ofertando alimentação adequada, que contemple as necessidades nutricionais dos escolares atendidos durante todo o período letivo, contribuindo assim para o crescimento e desenvolvimento biopsicossocial e formando hábitos alimentares saudáveis, que influenciam na aprendizagem e no rendimento escolar.^{3,4} A resolução nº26/2013 do FNDE determina a quantidade de macro e micronutrientes a ser alcançada pela alimentação escolar, de acordo com as modalidades de ensino e faixa etária. Para escolas que atuam em tempo parcial e ofertem uma refeição por dia, a legislação determina que a alimentação ofertada, supra no mínimo 20% das necessidades nutricionais diários dos escolares, de acordo com cada faixa etária. Em relação ao sódio, esta refeição não deve ultrapassar a quantidade de 400mg de sódio per capita, independente da faixa etária dos escolares.⁴

Objetivos: Verificar o consumo de sódio ofertado nos cardápios da alimentação escolar em um município do estado do Pará. **Métodos:** Estudo do tipo transversal realizado nos meses de agosto a setembro de 2015. Foram realizadas duas visitas técnicas à Central de Estoque do município de Abaetetuba-Pará, onde foram solicitados à nutricionista Responsável Técnica (RT) os cardápios planejados da alimentação escolar da área urbana e rural, dos 12 meses do ano de 2014, referente a todo o período letivo, para os alunos de pré-escolar, ensino fundamental, médio e EJA, cuja faixa etária vai de 4 a 60 anos. Foram utilizados para coleta os dados das requisições que acompanhavam os cardápios, como quantidade per capita e itens. Não foram utilizadas fichas técnicas

de preparação, pois o município não dispunha. Foi feita a análise dos de idade atendidos com apenas uma refeição na escola (20% das necessidades). Para a análise quantitativa dos alimentos foi utilizado o programa Microsoft Office Excel 2007 e a Tabela Brasileira de Composição de Alimentos (TACO). Para análise da quantidade de sódio foi utilizada como base a Resolução nº 26/2013/MEC/FNDE. **Resultados e Discussão:** Foram analisados 129 cardápios. Destes, 35 eram o total de cardápios designados ao pré-escolar, sendo repetidos ao longo de um ano. O ensino fundamental também apresentou 35 cardápios ofertados em 2014, o ensino médio contou com 29 cardápios e o EJA com 30. Nos cardápios da pré-escola, a média dos valores analisados resultou em 767,5 mg de sódio per capita/dia, ultrapassando a recomendação máxima em 191,9%. Ao ensino fundamental foi ofertada uma média de 650,4 mg de sódio per capita/dia, 162,5% acima da referência. O cardápio para o ensino médio apresentou uma quantidade limítrofe, com média de 407,2 mg, atendendo 101,8% as necessidades. Em compensação, a alimentação servida à modalidade EJA proporcionou níveis de sódio dentro dos valores recomendados, com média de 340,4 mg per capita/dia, chegando a alcançar 85,1% do valor máximo estipulado. Dias et al⁵ ao analisar cardápios de escolas municipais durante um semestre letivo encontrou uma média de 622,85 mg de sódio sendo ofertados aos escolares. Ressalta-se que excesso no consumo de sódio pode ocasionar problemas ainda maiores na vida adulta se o alto consumo iniciar na infância e adolescência.² Como os cardápios em questão eram destinados a escolas que ofertam apenas uma refeição por dia, a preocupação se torna ainda maior, pois estes escolares farão outras refeições ao longo do dia. **Conclusão:** As quantidades de sódio na alimentação escolar nas modalidades pré-escolar, ensino fundamental e ensino médio apresentaram valores superiores aos recomendados pela legislação do PNAE, a exceção foram os valores de sódio encontrados nos cardápios destinados ao EJA, que apresentou média dentro das conformidades. Há a necessidade de uma reestruturação do cardápio associada à educação alimentar e nutricional dentro das escolas com o intuito de conscientizar e prevenir as doenças crônicas não transmissíveis.

Referências Bibliográficas:

1. Nilson EAF, Jaime PC, Resende DO. Iniciativas desenvolvidas no Brasil para a redução do teor de sódio em alimentos processados. *Rev Panam Salud Publica*. 2012;34(4):287– 92.
2. Brasil. Ministério da Saúde; Secretaria de Atenção à Saúde; Departamento de Atenção Básica. Guia Alimentar para a população brasileira. Brasília, 2014, 2.ed.
3. Brasil. Ministério da Educação; Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE). Lei nº 11.947 de 16 de junho de 2009. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar e do Programa Dinheiro Direto na Escola aos alunos da educação básica. - PNAE. Disponível em < http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2009/lei/111947.htm>.
4. Brasil. Ministério da Educação; Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE). Resolução nº 26 de 17 de junho de 2013. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE. Disponível em < <http://www.fnde.gov.br/fnde/legislacao/resolucoes/item/4620-resolu%C3%A7%C3%A3o-cd-fnde-n%C2%BA-26,-de-17-de-junho-de-2013>>.
5. Dias LCD, Cintra RMGC, Souza JT, Aranha CGS. Valor nutricional da alimentação escolar oferecida em uma rede municipal de ensino. *Rev. Ciênc. Ext.* 2012; v.8, n.2, p.134-143.