

AVALIAÇÃO E ORIENTAÇÃO NUTRICIONAL EM ESCOLARES: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Libna Noab de Oliveira Barroso¹; Michele de Freitas Melo²; Valéria Marques Ferreira Normando³; Larissa dos Santos Fonseca⁴; Daniele Lima da Silva⁵

¹Graduando em Nutrição, Faculdade Integrada Brasil Amazonia (FIBRA);

²Especialização em Nutrição, Universidade Federal do Pará (UFPA);

³Doutorado em Fisioterapia, Universidade do Estado do Pará (UEPA);

⁴Graduando em Nutrição, FIBRA;

⁵Graduando em Nutrição, FIBRA

libnanoab16@gmail.com

Introdução: Os dados da última pesquisa realizada pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) o excesso de peso é prevalente a partir dos cinco anos de idade, em todos os grupos de renda e em todas as regiões brasileiras. Dentro deste contexto, observa-se uma expressiva prevalência de excesso de peso no grupo de crianças (47,8%) e nos adolescentes (21,5%), os quais apresentaram incrementos percentuais de três e quatro vezes ao longo do mesmo intervalo de tempo¹. De acordo com Duncan e colaboradores (2012), o problema é grave tendo em vista que o sobrepeso e obesidade são um dos fatores de risco mais importantes para o desenvolvimento de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), como doenças cardiovasculares e Diabetes Mellitus. Destaca-se que, a alimentação e a nutrição constituem requisitos básicos para a promoção e a proteção da saúde, possibilitando um aumento no potencial de crescimento e desenvolvimento humano³. Neste contexto, cabe ressaltar que a avaliação nutricional é uma abordagem que objetiva identificar o estado nutricional do indivíduo, detectando suas necessidades e hábitos alimentares. Tornando possível intervir de maneira adequada na manutenção ou recuperação do estado de saúde do paciente⁴. O excesso de peso em crianças e adolescentes tem sido considerado importantes problemas de saúde pública, em razão dos riscos na vida adulta, predispondo à maior incidência de distúrbios metabólicos e funcionais. Nas últimas décadas a prevalência do sobrepeso e obesidade entre os adultos jovens tem aumentado⁵. Frente a esse cenário, o excesso de peso tornou-se prioridade para o campo das políticas públicas no país, especialmente para o campo da alimentação e nutrição.

Objetivos: Realizar avaliação e orientação nutricional em escolares. **Descrição da Experiência:** O presente relato de experiência consiste em descrever as atividades desenvolvidas em um projeto de extensão com alunos do curso de Nutrição da Faculdade Integrada Brasil Amazônia (FIBRA). As atividades planejadas e executadas consistiram em realizar avaliação e orientação nutricional com os estudantes de duas escolas públicas pertencentes a Região Metropolitana de Belém. O projeto de extensão iniciou suas atividades no início do primeiro semestre, em Março de 2016, onde primeiramente foram realizadas reuniões semanais com a orientadora do projeto de extensão e com a presença dos alunos voluntários e bolsista. As reuniões tinham por objetivo a discussão de assuntos pertinentes a área de atuação do projeto, a capacitação dos alunos para a realização da avaliação antropométrica nos escolares, a importância da orientação nutricional adequada para este público e a elaboração de materiais didáticos, como fichas de diagnósticos e orientação nutricional, para serem usados como ferramentas educativas pelos envolvidos no projeto durante o treinamento com as crianças adolescentes. **Resultados:** O público atendido consistia em escolares de faixas etárias de 05 a 18 anos e de ambos os sexos do ensino fundamental. Houve a participação de duas escolas da rede pública (A e B), obtendo um total na escola A de 106 escolares, sendo 45,4% do sexo masculino e 54,5% do sexo feminino, enquanto na

escola B, 165 escolares participaram do projeto, sendo 60% do sexo masculino e 40% do sexo feminino. Foram realizados quatro encontros para a aplicação das avaliações nutricionais, onde aferiu-se o peso (kg), com o auxílio de uma balança digital e a estatura dos escolares, através do auxílio de uma fita métrica. Para o diagnóstico do estado nutricional foram utilizados dois índices antropométricos preconizados pela Organização Mundial de Saúde, Estatura para a idade (E/I) e Índice de massa corporal pela idade (IMC/I). Com a finalização das atividades de avaliação antropométrica, os integrantes da equipe juntamente com a coordenadora do projeto, elaboraram os resultados quanto ao diagnóstico do perfil nutricional dos escolares envolvidos no projeto, a fim de identificar o estado nutricional de cada um dos escolares e posteriormente levar a informação ao grupo avaliado e possíveis orientações necessárias. Os resultados obtidos na avaliação nutricional dos escolares identificaram que a maioria dos alunos avaliados, em ambas as escolas, encontravam-se com estado de eutrofia, ou seja, a estatura estava adequada para a faixa etária e o IMC encontrava-se adequado para a idade dos escolares, segundo protocolos utilizados. Na escola A, todos os estudantes apresentaram estatura adequada para a idade. Em relação ao IMC/I, constatou-se prevalência de eutrofia no sexo feminino (83,3%), enquanto, que no sexo masculino, 40% encontravam-se eutrófico e 40% com diagnóstico de sobrepeso ou obesidade. Os resultados obtidos na escola B constatou-se que os estudantes apresentavam estatura adequada para a idade. No entanto, em relação ao IMC/I, foi possível identificar uma prevalência maior de excesso de peso entre os estudantes, onde 50% dos meninos e 41,6% apresentaram estado nutricional de sobrepeso ou obesidade, respectivamente. **Conclusão ou Considerações Finais:** Possibilitar a oportunidade aos alunos do curso de nutrição para que entrassem em contato com a extensão e a pesquisa de levantamento bibliográfico de temas que já haviam sido ou ainda seriam discutidos durante sua formação possibilitou um maior significado do processo ensino aprendizagem a estes alunos, uma vez que as atividades inseriam os mesmo em campos de prática fazendo-os colocar em prática o que era visto durante as aulas teóricas. Ainda foi possível, através da realização deste projeto uma maior disseminação da importância de uma alimentação saudável e a percepção da ausência de atividades de educação nutricional nas escolas participantes, sendo possível destacar a existência de uma grande necessidade de realização deste tipo de atividade a fim de aumentar o empoderamento dos escolares quanto a execução de práticas alimentares saudáveis, para a prevenção da obesidade infantil.

Descritores: Avaliação nutricional, Escolares, Obesidade infantil.

Referências:

1. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (Brasil). Pesquisa de orçamentos familiares 2008-2009: antropometria e estado nutricional de crianças, adolescentes e adultos no Brasil. Rio de Janeiro. IBGE. 2010.
2. Duncan, B. B.; Chor, D.; Aquino, E. M. L.; Besenor, I. M.; Mill, J. G.; Schmidt, M. I.; Lotufo, P. A.; Vigo, A.; Barreto, S. M. Doenças crônicas não transmissíveis no Brasil: prioridade para enfrentamento e investigação. Revista de Saúde Pública. Vol. 46. 2012. p.126-134.
3. Ministério da Saúde (BR). Secretária de Atenção a Saúde. Departamento de Atenção Básica. Obesidade. Brasília, 2016.
4. WIDHT, M.; REINHARD, T. Manual de sobrevivência para nutrição clínica. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2011. Pg 18-20.

5. Silva GAP, Balaban G, Motta MEFA. Prevalência de sobrepeso e obesidade em crianças e adolescentes de diferentes condições socioeconômicas. Rev Bras Saúde Mater Infant. 2005; 5(1): 53-9.