



## Frequência de consumo de fast food em crianças de uma escola pública e uma escola privada do município de Nova Iguaçu no Rio de Janeiro e sua influência no perfil nutricional

Ana Carolina Vieira Porto, Bianca de Araujo Barboza Pires, Simone Côrtes Coelho

Universidade do Grande Rio-UNIGRANRIO, Rio de Janeiro, Brasil

### Resumo

**Introdução:** A obesidade se transformou no problema nutricional que mais cresceu no mundo, tanto em países desenvolvidos quanto nos em desenvolvimento, tornando-se uma das doenças mais prevalentes e um dos maiores problemas de saúde pública mundial.

**Objetivo:** Este estudo teve como objetivo avaliar a frequência do consumo de *fast-food* em crianças de cinco a dez anos e sua influência no perfil nutricional, de uma escola pública e uma escola privada.

**Métodos:** Foram utilizados para a metodologia a aferição de peso e altura para a realização do IMC, além da utilização do questionário de escala hedônica.

**Resultados:** No cenário da escola particular, 49% (n = 29) da amostra encontram-se com obesidade ou risco de obesidade. Já no cenário da escola pública, 51% (n = 34) da amostra encontram-se em estado nutricional de obesidade e sobrepeso.

**Conclusões:** O alto consumo de alimentos hipercalóricos e do tipo *fast food*, seja por influência de amigos, família ou mídia, fazem com que as crianças iniciem cedo um hábito alimentar incorreto. Para sua prevenção, os hábitos alimentares saudáveis devem ser construídos na infância beneficiando o crescimento e desenvolvimento das crianças.

**Palavras-chave:** sobrepeso, crianças, *fast foods* e avaliação nutricional.

*Acta Pediatr Port* 2013;44(6):301-5

### Fast food frequency of consumption and the influence in children's nutritional profile

#### Abstract

**Background:** The obesity has become the fastest growing nutritional problem in the world, both in developed countries and in developing countries, making it one of the most prevalent diseases and one of the major public health problems worldwide.

**Objective:** This study aimed to evaluate the frequency of fast-food consumption in children 5 to 10 years and their influence on the nutritional profile of a public school and a private school.

**Methods:** We used a methodology for the measurement of weight and height for the realization of BMI, in addition to using hedonic scale questionnaire.

**Results:** In the scenario of private school, 49% (n = 29) of the sample are obese or at risk of obesity. Already in the public school setting, 51% (n = 34) of the sample are in the nutritional status of obesity and overweight.

**Conclusions:** The high consumption of high-calorie foods and fast food, is influenced by friends, family or media, cause the children to start early a bad eating habit. For prevention, healthy eating habits should be constructed benefiting childhood growth and development of children.

**Key words:** overweight, children, fast foods and nutritional assessment.

*Acta Pediatr Port* 2013;44(6):301-5

**Recebido:** 03.03.2012  
**Aceite:** 08.01.2014

**Correspondência:**  
Bianca de Araujo B. Pires,  
Rua Presidente Sodré, 774, Nova Iguaçu, RJ- 26215-180  
biapiresnutri@hotmail.com

## Introdução

A obesidade se transformou no problema nutricional que mais cresceu no mundo, tanto em países desenvolvidos quanto nos em desenvolvimento, tornando-se uma das doenças mais prevalentes e um dos maiores problemas de saúde pública mundial. Vários motivos são apontados para este acontecimento, mas o principal deles é a mudança no panorama nutricional da população, principalmente a brasileira, que vive um processo de transição nutricional, com o aumento da obesidade entre as crianças, problema este atribuído principalmente aos hábitos alimentares inadequados e ao sedentarismo.<sup>1</sup>

Nas últimas duas décadas houve uma mudança no perfil nutricional e alimentar brasileiro, onde “saiu de cena” a desnutrição e entrou no cenário a obesidade, principalmente a infantil. Com a chamada Transição Nutricional, onde houve um declínio da desnutrição, que era a pouco tempo atrás a maior preocupação em Saúde Infantil, e a ascensão da obesidade. Com a comodidade do mundo atual e com todos os avanços tecnológicos, as crianças são induzidas às condições de sedentarismo, deixando assim de realizarem atividades físicas e de perderem peso. A regulação energética, determinada pela alimentação, pode influenciar na obesidade, já que o uso de alimentos industrializados, com alto valor calórico, além do exagerado consumo de *fast-food*, está cada vez mais frequentes em crianças, juntamente com outros hábitos alimentares negativos.<sup>2,3</sup>

O fenômeno dos anos 90, com a proliferação da televisão a cabo e o uso da *internet*, atribuído também à falta de espaço para lazer e atividade física ao ar livre, desempenham um grande papel na prevalência da obesidade e mudança do hábito alimentar infantil. O apelo publicitário para o consumo de alimentos do tipo *fast food*, faz destes alimentos o cardápio diário de muitas crianças, em substituição às refeições tradicionais. Com isso, o perfil alimentar infantil vem sofrendo grandes modificações, com elas ingerindo aquilo que lhes está mais acessível e mais disponível, não só em casa, mas também nas escolas.<sup>4,5</sup>

O hábito alimentar de crianças com idade escolar é extremamente importante, pois reflete diretamente em seu crescimento e desenvolvimento. Sendo assim, conhecer o hábito alimentar tanto o de casa, com a presença dos pais, quanto o da escola, com a presença dos amigos, torna-se fundamental.<sup>6</sup> Este conhecimento deve ser investigado através da composição da dieta infantil, local onde são realizadas as refeições e como são preparados estes alimentos consumidos por estas crianças. Estes aspectos são relevantes para a manutenção da sua saúde e consequentemente do seu estado nutricional adequado, proporcionando assim uma vida mais saudável e com menor probabilidade da ocorrência de problemas futuros.<sup>7</sup>

Habitualmente, alimentos com alto teor de gordura e doces, são servidos em contextos positivos, como recompensas e celebrações fazendo com que as crianças tenham uma associação positiva na aceitação desses alimentos. Por outro lado, são forçadas a ingerir os alimentos mais saudáveis causando na maioria das vezes a recusa desse alimento. As preferências alimentares são determinantes na escolha dos alimentos e um

fator de grande relevância da obesidade é o hábito alimentar da criança e da família e o tipo de alimentação implementada no 1º ano de vida.<sup>8</sup>

O estado nutricional afeta em grande escala a saúde da criança, principalmente na faixa etária de quatro a dez anos, tanto a desnutrição quanto principalmente a obesidade, que, geralmente quando identificadas no início da vida, leva a danos permanentes, ou seja, uma vida adulta com prováveis doenças crônicas e consequentemente podendo afetar assim, as futuras gerações.<sup>9</sup> Diante do que foi apresentado, este estudo tem como objetivo avaliar a frequência do consumo de *fast food* em crianças de cinco a dez anos e sua influência no perfil nutricional, de uma escola pública e uma escola privada do município de Nova Iguaçu, Rio de Janeiro, em 2012.

## Métodos

É uma pesquisa básica, quantitativa e qualitativa, exploratória e descritiva, que foi realizada no período de março a maio de 2012, com crianças de 5 a 10 anos de ambos os sexos, matriculadas em uma escola pública e uma escola privada. Obteve-se uma amostra de 125 indivíduos, sendo 59 da escola privada e 66 da escola pública. A amostra foi dividida em Grupo A constituindo-se dos alunos da escola pública e Grupo B com os alunos da escola privada, para comparações e Figuras.

A avaliação antropométrica foi realizada a partir do cálculo do IMC, dado pela divisão do peso pela altura ao quadrado ( $\text{Peso}/\text{Altura}^2$ ); sendo as crianças classificadas de acordo com a OMS (2007). Para obtenção do peso corporal foi utilizada uma balança digital da marca Filizola® com capacidade de 150kg e precisão de 50g, onde a criança estava vestida com roupas leves; sem adereços (jóia, bijuteria, relógio, enfeite de cabelo); sem meias e sem calçados, em pé, com os calcanhares juntos, costas retas e braços estendidos ao lado do corpo, olhando para o horizonte. A medição foi realizada uma única vez. Para aferição da altura utilizou-se uma fita métrica, simples, de 150cm.

Para estimar o consumo alimentar dos indivíduos foi utilizado um Questionário de Escala Hedônica (QEH) elaborado pelos pesquisadores e destinado às crianças, o qual contém alimentos comuns em seu cotidiano, sendo este dividido em grupos alimentares de acordo com a pirâmide dos alimentos. A avaliação se deu a partir da identificação do entrevistado com as cinco carinhas de expressão facial, marcadas de acordo com seu consumo, onde foram descritas no quadro como “Nunca come”, “Come pouco”, “Come mais ou menos”, “Come algumas vezes”, “Come sempre”, respectivamente. Ao realizá-lo com as turmas do primeiro e segundo ano da escola particular e em todas as turmas da escola pública, devido à dificuldade de leitura e assimilação e para facilitar o entendimento de alguns alunos especiais da escola pública, foi ilustrado cada alimento descrito no questionário. Havia sido proposto um Questionário de Frequência Alimentar (QFA) a ser respondido pelos responsáveis, porém como houve pouco retorno do mesmo optou-se por não considerá-lo nos resultados da pesquisa.

Para o conhecimento sobre o tema e elaboração do conteúdo teórico a ser desenvolvido, foi realizada uma revisão da literatura dos últimos 10 anos (2001-2011), acerca do conhecimento científico existente sobre o consumo de *fast food* por crianças e suas correlações, e também, uma pesquisa qualitativa nas bases de dados Lilacs (Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da saúde), Scielo (Scientific Electronic Library OnLine), Medline (National Library of Medicine) e Google Acadêmico, através dos Sistemas de Busca e dos comitês nacionais de saúde.

Para a realização das pesquisas utilizou-se termos de indexação como: sobrepeso infantil, alimentação de escolares, consumo de *fast food* e avaliação nutricional infantil. O tratamento estatístico para os dados obtidos será realizado por meio do software Microsoft Excel 2010®.

Como se tratou de uma pesquisa em que foram coletados dados dos indivíduos para análise, as escolas e os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), autorizando o uso das informações e também a possível publicação do estudo.

De acordo com a Resolução nº. 196/96, do Conselho Nacional de Saúde, este Projeto de Pesquisa foi encaminhado ao Comitê de Ética em Pesquisa, da Universidade do Grande Rio, e após a aprovação a pesquisa foi realizada.

Foram excluídas crianças que apresentaram limitações médicas ou motoras incapacitantes ou que se recusaram em participar do estudo ou os pais não tenham assinado TCLE, bem como, ausência no dia da coleta de dados e fora da faixa etária proposta.

## Resultados

Conforme demonstrado na Figura 1, a partir da amostra da escola privada, os resultados obtidos a partir do cálculo de IMC mostraram que, 12% (n = 7) dessas crianças com estado nutricional em baixo peso, 39% (n = 23) em eutrofia, 24% (n = 14) em sobrepeso e 25% (n = 15) em obesidade, ou seja, 49% (n = 29) da amostra encontram-se com obesidade ou risco de obesidade. Já os resultados obtidos a partir do cálculo de IMC com a amostra da escola pública mostraram que 18% (n = 12) dessas crianças com estado nutricional em baixo peso e, 31% (n = 20) em eutrofia, 30% (n = 20) em sobrepeso e 21% (n = 14) em obesidade, onde, 51% (n = 34) da amostra encontram-se em estado nutricional de obesidade e sobrepeso.

Pela análise da Figura 2, os resultados obtidos após a análise do consumo de alimentos do tipo *fast food*, mostram que os maiores valores na frequência “Come Sempre” estão relacionados ao estado nutricional de obesidade para as duas amostras, onde a amostra da escola privada apresentou n = 15 e a amostra da escola pública foi de n = 14.

A análise da Figura 3 apontou que na amostra da escola privada, os resultados obtidos para o estado nutricional de obesidade está relacionado à frequência “Come Sempre”, a qual possui o valor mais alto, indicando que crianças com obesidade tem um alto consumo de alimentos do tipo *fast food*. Nenhuma criança da amostra registrou não consumir

alimentos do tipo *fast food* (valores zeros para a frequência “Nunca Come”), então, estes alimentos se mostram presentes e com grande frequência nos hábitos alimentares destas crianças. Observou-se também que na frequência “Come Algumas Vezes” os valores mais altos foram correspondentes ao estado nutricional de sobrepeso e eutrofia respectivamente.

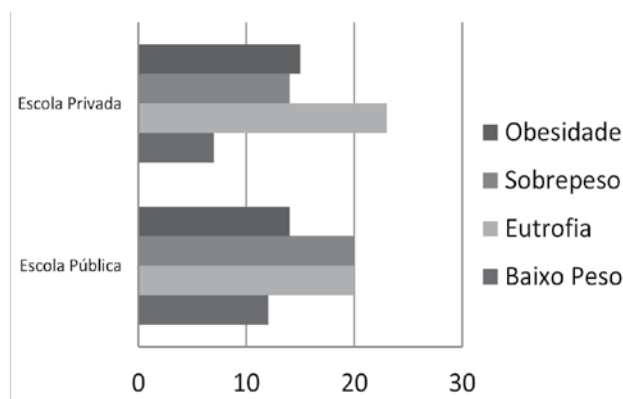


Figura 1. Índice de massa corporal vs. perfil da escola

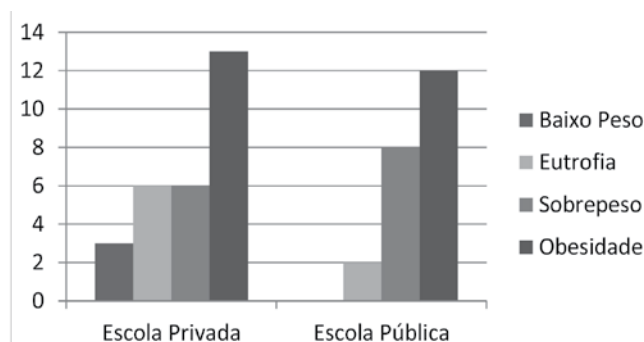


Figura 2. Come sempre (fast-food) vs. índice de massa corporal

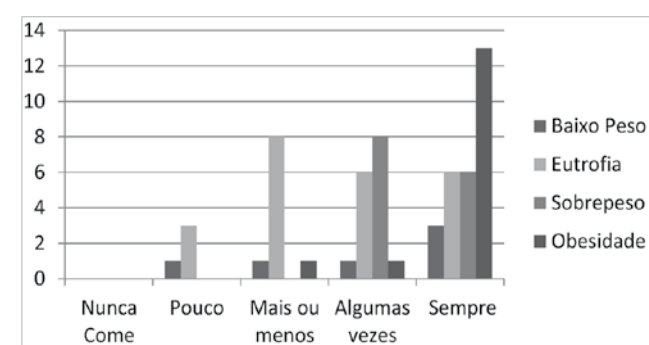
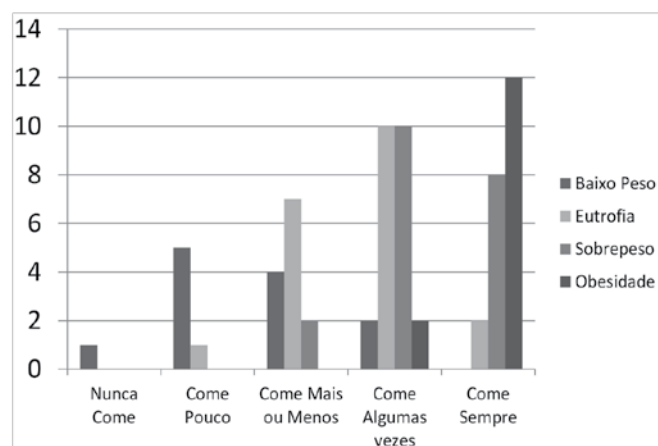


Figura 3. Consumo de fast food vs. índice de massa corporal em escola privada

Assim como a amostra da escola privada, foi possível observar que na amostra da escola pública, Figura 4, os maiores valores encontrados no estado nutricional de obesidade, foi na frequência “Come Sempre”, indicando alto consumo de alimentos do tipo *fast food* por parte das crianças entre cinco e dez anos. O maior valor encontrado para o estado nutricional de baixo peso foi na frequência “Come Pouco”, e para sobrepeso e eutrofia na frequência “Come Algumas Vezes”.



**Figura 4.** Consumo de fast food vs. índice de massa corporal em escola pública

### Discussão

A comodidade e o sedentarismo, ligados à mudança no perfil nutricional infantil e somados à construção de hábitos alimentares errôneos, são fatores que contribuem fundamentalmente para o desenvolvimento da obesidade ou até mesmo para classificação de sobrepeso ou risco de obesidade.<sup>3</sup>

Comparando as duas amostras (Figura 1), observa-se que o número de crianças com sobrepeso e obesidade, tanto da escola privada, quanto da escola pública, é elevado, segundo a classificação do IMC, isto afirma que os hábitos alimentares influenciam diretamente no estado nutricional, podendo até mesmo trazer consequências para as fases futuras da vida.

Os alimentos do tipo *fast food* analisados (Figura 2) foram: Sanduíches tipo hambúrguer (Mc Donald's®, Bob's®, Habib's®); Pizza; Batata-frita; Salgados fritos (coxinha, joelho, pão de batata, pastel, enroladinho); Biscoito do tipo salgadinhos (Ruffles®, Cheetos®, Fandangos®, Torcida®, Fofura®); Refrigerante.

O alto consumo de alimentos do tipo *fast food* vem aumentando a prevalência da obesidade, fato que vem a constituir um assunto preocupante e tem levado a estudos em muitos campos acadêmicos, devido ao aumento da prevalência da obesidade em populações cada vez mais jovens, como também, pela dificuldade dos profissionais em contornar este problema na busca de soluções mais eficazes.<sup>10</sup>

Os altos valores encontrados para as duas amostras (Figuras 3 e 4) na frequência “Come Sempre” para os sanduíches tipo hambúrguer de marcas famosas, pizza, batata-frita, salgados fritos, biscoito do tipo salgadinhos de marcas famosas e refrigerantes já era esperado e é apontado como um dos principais componentes do hábito alimentar incorreto e um dos fatores do aumento do estado nutricional de sobrepeso e obesidade entre as crianças.<sup>11</sup>

Esse alto consumo pode ocorrer exatamente na formação do hábito alimentar, construído na infância, que pode ser influenciado por família, amigos ou até mesmo pela própria mídia.<sup>11</sup>

A formação do hábito alimentar saudável na infância é de extrema importância, pois além da possibilidade de permanência na vida adulta, influencia diretamente o estado nutricional e a sua classificação segundo o índice de massa corporal (IMC).

Com a mudança no perfil nutricional e com a formação de hábitos alimentares inadequados a obesidade infantil e o risco de obesidade têm sido altos e vem crescendo ao longo dos anos.

O alto consumo de alimentos hipercalóricos e do tipo *fast food*, seja por influência de amigos, família ou mídia, fazem com que as crianças iniciem cedo um hábito alimentar incorreto e deixem de conhecer alimentos importantes presentes nos grupos da pirâmide dos alimentos, como foi observado nas escolas onde o estudo foi realizado. As crianças desconheciam o alimento “lentilha” tendo que ser explicado e visualizado para o entendimento.

### Conclusão

Para que a obesidade infantil seja tratada, o diagnóstico deve ser rápido e as orientações da mudança de hábitos alimentares e estilo de vida devem ser passados e ter adesão de toda a família. Para sua prevenção, os hábitos alimentares saudáveis devem ser construídos na infância beneficiando o crescimento e desenvolvimento das crianças.

### Referências

- Freitas Júnior IF. Sobrepeso e obesidade em crianças e adolescentes brasileiros. *Salusvita* 2007; 26 (2): 125.
- Freitas AE, Lopes JP, Dias DS, Lamounier JA. Obesidade: Alterações posturais e lesões ortopédicas na obesidade da criança e do adolescente. In: Weffort VRS, Lamounier JA. *Nutrição em Pediatria: Da Neonatologia à Adolescência*. Manole; 2009. p. 413-418.
- Neves PMJ, Torcato AC, Urquieta AS, Kleiner AFR. Importância do tratamento e prevenção da obesidade infantil. *Arq Ciências da Saúde* 2010; 17:150-3.
- Lamounier JÁ, Lamounier FB, Weffort VRS. Obesidade: aspectos gerais da obesidade na infância e na adolescência. In: Weffort VRS, Lamounier JA. *Nutrição em Pediatria: Da Neonatologia à Adolescência*. Manole; 2009. p. 327-344.
- Novaes JF, Rocha DS, Netto MP. Obesidade: Hábito Alimentar e Obesidade. In: Weffort VRS; Lamounier JA. *Nutrição em Pediatria: Da Neonatologia à Adolescência*. Manole; 2009. p. 345-352.
- Obelar MS, Pires MMS, Wayhs MLC. Nutrição da Criança: Nutrição das Fases Pré-escolar e Escolar. In: Weffort VRS, Lamounier JA. *Nutrição em Pediatria: Da Neonatologia à Adolescência*. Manole; 2009. p. 55-61.
- PHILIPPI ST. Transição no consumo alimentar de crianças de 0 a 59 meses na cidade de São Paulo [tese]. São Paulo: Universidade de São Paulo; 2001.
- Accioly E; Saunders C; Lacerda EMA. *Nutrição em Obstetrícia e Pediatria*. Cultura Médica: Guanabara Koogan; 2009.
- Lourenço BH; Cardoso MA. Infant feeding practices, childhood growth and obesity in adult life. *Arq. Bras. Endocrinol Metab* 2009; 53: 528-39.

10. Magalhães L. *Publicidade televisiva e obesidade infantil*. Moisés de Lemos Martins & Manuel Pinto (Orgs.) (2008) Comunicação e Cidadania - Actas do 5º Congresso da Associação Portuguesa de Ciências da Comunicação 6 - 8 Set. 2007, Braga, Portugal.
11. Veloso J. Influência do design de embalagens no consumo do lanche infantil de fast-foods: uma análise comparativa entre Mc Donald's, Habib's e Bob's. *Rev Bra Design Inf* 2007; 2 (4).
12. Miotto AC, Oliveira AF. A influência da mídia nos hábitos alimentares de crianças de baixa renda do Projeto Nutrir. *Rev Paul Pediatr* 2006; 24:115-20.