



PADRÃO DOS LANCHES ESCOLARES E SUA RELAÇÃO COM DOENÇAS CRÔNICAS NÃO TRANSMISSÍVEIS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

¹ Anne Rafaela da Silva Marinho; ² Dayane Dayse de Melo Costa; ³ Regilda Saraiva dos Reis Moreira Araújo.

¹ Pós-Graduanda em Saúde e Comunidade pela Universidade Federal do Piauí- UFPI; ² Pós-graduando em Alimentos e Nutrição pela Universidade Federal do Piauí – UFPI; ³ Pós-Doutorado em Ciência dos Alimentos na Faculdade de Farmácia da UFMG e Pós-Doutorado em Nutrição em Saúde Pública na FSP/USP.

Área temática: Inovações em Saúde Coletiva

Modalidade: Comunicação Oral

E-mail dos autores: aninhafaele@hotmail.com¹; dayane785@hotmail.com²; regilda@ufpi.edu.br³

RESUMO

INTRODUÇÃO: Estudos mostram que as refeições escolares são muitas vezes compostas essencialmente por alimentos nutricionalmente deficientes de nutrientes. O aumento crescente da obesidade e outras DCNTs infantil pode ser explicado pelo aumento do consumo de produtos processados. **OBJETIVO:** Analisar a qualidade dos lanches escolares e sua relação com o DCNTs em crianças, conforme a literatura. **MÉTODOS:** Estudo de revisão integrativa nas bases de dados Pubmed e BVS, que se consta com resumo e texto completo disponível online nas bases de dados selecionadas, artigos publicados em português e inglês, compreendido no período de junho a julho de 2023. **RESULTADOS:** Foram encontrados 145 artigos em análise inicial de títulos, em segunda análise, 90 foram excluídos, os quais não atenderam ao objetivo do estudo, sendo selecionados 5 artigos para condução do trabalho. A maioria dos estudos apresentaram que o consumo de alimentos não saudáveis na merenda escolar pode acarretar no desenvolvimento de DCNTs, em sua maioria a associação foi para sobrepeso e obesidade, que por sua vez pode levar ao desenvolvimento de outras doenças. **CONCLUSÃO:** O sobrepeso e a obesidade se configuram como um problema mundial que requer intervenções urgentes por parte dos sistemas de saúde e da sociedade, através de políticas públicas que tenha como alvo as crianças e as mudanças dos padrões alimentares para se evitar possíveis doenças crônicas não transmissíveis no futuro.

Palavras-chave: (lanches), (crianças), (doenças não transmissíveis).





1 INTRODUÇÃO

De acordo com dados da Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF), entre 2002-2003 e 2017-2018, houve diminuição da participação calórica dos alimentos *in natura* e aumento da participação dos alimentos ultraprocessados, cujo consumo foi associado com risco aumentado para obesidade e outras doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs) (RODRIGUES *et al.*, 2021).

Algumas pesquisas afirmaram que os ultraprocessados fazem parte da alimentação das crianças, por serem palatáveis, prático e pelas propagandas. A composição desses alimentos no geral apresenta alto teor de açúcar, lipídios, sódio e aditivos, sendo que o consumo excessivo pode suscitar em elevação do peso e colaborar para o surgimento das DCNTs (SPARRENBERGER *et al.*, 2015; BATALHA, 2016; CRONWELL *et al.*, 2017).

A obesidade infantil é uma DCNT, seu aumento pode ser explicado pelo elevado consumo de produtos industrializados ricos em gordura saturada, sódio e alimentos altamente calóricos, e as refeições escolares são muitas vezes compostas essencialmente por esses alimentos nutricionalmente deficientes (MARTINS; MORIMOTO, 2020). Pode-se inferir que a qualidade dos lanches da merenda escolar, sejam levados de casa ou oferecidos nas escolas, é suscetível ao desenvolvimento de DCNTs em crianças.

No estudo de Meus *et al.* (2020), onde se debruçaram sobre a composição dos lanches que os alunos trazem para a escola, descobriram que, em termos de lanches trazidos de casa, 13 (92,8%) alunos traziam lanches não saudáveis que eram caracterizada pela presença de sucos industrializados, biscoitos recheados e salgadinhos, 1 (7,14%) da amostra trazia lanches saudáveis e não saudáveis (ex.: frutas e biscoito), enquanto o restante da amostra, 5 (26,31%) não trouxeram nada para lanche.

Diante do contexto, o conhecimento dos padrões de consumo alimentar das crianças é essencial para avaliar a qualidade e especificar a dimensão, comportamento e determinantes da lesão nutricional, bem como identificação de riscos e intervenções nutricionais necessárias. Assim, o objetivo da presente pesquisa foi analisar por meio da literatura a qualidade dos lanches escolares e sua relação com as DCNTs em crianças.

2 MÉTODO





O presente estudo trata-se de uma revisão integrativa, que visa por meio de busca na literatura analisar a qualidade dos lanches escolares e sua correlação com as Doenças Crônicas Não Transmissíveis. A pesquisa buscará responder a seguinte questão norteadora: a qualidade dos lanches escolares tem influência no surgimento de Doenças Crônicas Não Transmissíveis?

Para responder a questão norteadora foi realizada uma busca de artigos indexados nas bases de dados National Library of Medicine (PUBMED) e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), por meio do Periódico Capes, tendo combinação dos Descritores em Ciência da Saúde (DeSC): “school”, “snacks”, “Chronic non-communicable diseases”, “child” com a utilização dos operadores booleanos adaptados para cada base de dados. Além disso, foi realizada uma busca nas referências bibliográficas dos estudos analisados.

A coleta de dados ocorreu no período de junho a julho de 2023. Foram utilizados como critérios de inclusão artigos com acesso livre, na íntegra, que abordassem sobre a temática e nos idiomas português e inglês. A linha temporal dos estudos foi dos últimos 5 anos. Como critérios de exclusão, artigos duplicados, artigos de revisão, monografias, dissertações, teses e relatos de experiência, bem como artigos que não abordassem sobre a temática e que se encontrassem fora da linha temporal estabelecida previamente.

As pesquisas disponíveis nas bases de dados foram inicialmente analisadas quanto ao título e ano. Em seguida, foram lidos os resumos para fazer uma filtragem e foram excluídos os estudos que não se enquadrassem nos critérios de inclusão pré-estabelecidos. Posteriormente, os artigos selecionados foram acessados e lidos integralmente para nova adoção dos critérios e verificação de adequação com a temática.

3 RESULTADOS

Através das buscas de dados, foram obtidos 123 achados na PubMed, 20 na BVS e 1 nas referências dos estudos analisados. No total foram encontrados 145 artigos. Após à leitura dos títulos, excluíram-se 90 artigos. Após a leitura dos resumos foram excluídos 51 artigos. Diante disso, os 4 artigos restantes foram lidos na íntegra e foram utilizados para a construção desta revisão. Os dados escolhidos como base para a construção do presente artigo foram autores, ano de publicação, objetivo e principais resultados, expostos a seguir no **Quadro 1**.





Quadro 1: Dados dos estudos coletados das bases de dados.

| AUTORES | ANO | AMOSTRA | OBJETIVO | PRINCIPAIS RESULTADOS |
|----------------------------------|------|---------------|---|--|
| MOREIRA <i>et al.</i> | 2020 | 1036 crianças | Avaliar crianças matriculadas em escolas participantes do Programa Saúde na Escola da região Norte do Brasil. | 38,2% sobrepeso/obesidade, consumo maior de açúcar que o recomendado foi de 43,4%. Sobrepeso/obesidade: 27,8%. Risco cardiovascular em crianças com sobrepeso/obesidade: 61,5%. |
| MARTINS; MORIMOTO | 2020 | 60 crianças | Determinar os alimentos consumidos pelas crianças e traçar estratégias para melhorar a qualidade nutricional, diminuindo os índices de sobrepeso e obesidade. | Foi observado baixo consumo de alimentos precursores de sobrepeso e obesidade. |
| BRANDÃO, SA DE SM. <i>et al.</i> | 2020 | 542 crianças | Avaliar o sobrepeso, a obesidade e o consumo alimentar em pré-escolares, caracterizando-os quanto às condições de saúde e socioeconômicas | O IMC para a idade, 12,4% estavam em risco / sobrepeso. Alimentos mais consumidos em casa: arroz, feijão, leite e derivados e pães. Nas sedes municipais, o valor calórico, o consumo de proteínas, lipídios e carboidratos superaram as recomendações |
| KÖNCKE <i>et al.</i> | 2022 | 332 crianças | Estimar o efeito do consumo de produtos com quantidade excessiva de nutrientes críticos associados às DCNT sobre a qualidade da dieta de crianças de 4 a 12 anos. | Mais da metade consumiam produtos com teor excessivo de nutrientes associados às DCNT. 1/5 excesso de açúcares livres e excesso de gordura total. 61,3% excesso de sódio. E 50% açúcares livres ou gorduras totais. |

Fonte: autoria própria.

As pesquisas analisadas foram realizadas nos anos de 2020 e 2022. A mostra agrupada dos artigos expostos é de 1 970 crianças, quando são analisados de forma individual e comparando os estudos, nota-se que há uma discrepância amostral.

A maioria dos estudos apresentaram que o consumo de alimentos não saudáveis na merenda escolar pode acarretar no desenvolvimento de DCNTs, em sua maioria a associação foi para sobrepeso e obesidade, que por sua vez pode levar ao desenvolvimento de outras doenças. Ainda, um dos estudos relata que mais da metade dos escolares apresentaram risco para adquirirem doenças cardiovasculares. E em um dos estudos não teve associação direta, pois no consumo alimentar dos escolares predominava uma alimentação mais saudável, porém com excesso de calorias, resultando no sobrepeso e obesidade dos mesmos.

4 DISCUSSÃO



Nos achados foi observado que há uma associação com lanches escolares não saudáveis e a prevalência de sobrepeso/obesidade. Corroborando com o estudo de Mondini *et al.* (2007), averiguaram um maior percentual de sobrepeso/obesidade em crianças que consumiam quantidades superiores de alimentos críticos para desenvolvimento de DCNTs.

Araújo e Rosa (2016), realizaram uma pesquisa avaliando o estado nutricional de escolares e observaram que 70% das crianças apresentavam sobrepeso/obesidade. No estudo realizado por Kumar e Kelly (2017), fizeram associação do sobrepeso/obesidade com o alto consumo de alimentos ricos em açúcar.

Rinaldi *et al.* (2008), afirmam que o público infantil se sente atraído pelo gosto agradável que a quantidade exagerada de açúcares proporciona. E que seu consumo exacerbado leva a injúrias na saúde, por consequência, acarretando no desenvolvimento de dislipidemias, podendo causar precocemente o surgimento de DCNTs dentre ela a hipertensão, doenças cardiovasculares e obesidade.

Os lanches que compõem as lancheiras escolares das crianças são, em sua maioria, produtos de fácil acesso e preparo, baratos e mais saborosos, como alimentos ricos em açúcares, xaropes e adoçantes. Devido a essa composição, esses produtos estão incluídos entre os alimentos que trazem maior risco de desenvolvimento de doenças cardiovasculares no cotidiano dos escolares.

5 CONCLUSÃO

Dessa forma, podemos concluir que o sobrepeso e a obesidade se configuram como um problema mundial que requer intervenções urgentes por parte dos sistemas de saúde e da sociedade, pois os estudos revelam que o alvo – fonte de desenvolvimento do presente e do futuro são as crianças. Há a necessidade de apoiar mudanças comportamentais, que requerem políticas públicas de combate à padrões alimentares inadequados e prevenção de doenças decorrentes dessas práticas. As crianças devem ser o grupo-alvo dessas políticas, porque os hábitos alimentares são formados na infância, e hábitos inadequados incorporados nesta fase e mantidos ao longo da vida podem levar a DCNTs na idade adulta.

REFERÊNCIAS





ARAÚJO, C. G.; ROSA, S. A. M. Perfil socioeconômico e nutricional de escolares em uma instituição pública de ensino em Jaguaribara–CE. **Revista APS**. Jaguaribara, v. 19, n. 4, p. 602–612, 2016.

BATALHA, M. A. *et al.* Processed and ultra-processed food consumption among children aged 13 to 35 months and associated factors. **Cad. Saúde Pública**. [S. l.], v. 33, n. 11, 2017.

BRANDÃO, SA de SM; ARAÚJO, MA da M.; ARAÚJO, RS dos RM-. Excesso de peso e consumo de alimentos em pré-escolares / Excesso de peso e consumo alimentar em pré-escolares. **Revista Brasileira de Desenvolvimento**, [S. l.], v. 6, n. 9, pág. 69961–69976, 2020.

CORNWELL, B. *et al.* Processed and ultra-processed foods are associated with lower quality nutrient profiles in children from Colombia. **Public Health Nutrition**, [S. l.], v. 21, n. 1, p. 142–147, jan., 2017.

KUMAR, S.; KELLY, A. S. Review of childhood obesity: from epidemiology, etiology, and comorbidities to clinical assessment and treatment. **Mayo Clin Proc**. [S. l.], v. 92, n. 2, p. 251–265, fev., 2017.

KÖNCKE, F.; TOLEDO, C.; BERÓN, C.; KLACZKO, I.; CARRIQUIRY, A.; CEDIEL, G.; GOMES, E. F. S. Estimativa da Ingestão de Nutrientes Críticos Associados a Doenças Não Transmissíveis Segundo os Critérios da OPAS/OMS na Dieta de Crianças em Idade Escolar em Montevideu, Uruguai. **Nutrientes**. Montevideu, v. 14, n. 3, p. 528, fev., 2022.

MARTINS, R. S.; MORIMOTO, J. M. ANÁLISE NUTRICIONAL DE LANCHEIRAS INFANTIS E SUA ASSOCIAÇÃO COM A OBESIDADE. **Saber Científico**. Porto Velho, v. 9, n. 1, p. 1-12, jan./jun., 2020.

MEUS, K.; CAVALHEIRO, M. P.; SANTOS, R. B.; SOARES, R. C.; SOUZA, C. J.; ALMEIDA, L. C. EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL COM CRIANÇAS DE UMA ESCOLA ESTADUAL DO MUNICÍPIO DE ITAQUI/RS. **Anais do Salão Internacional de Ensino, Pesquisa e Extensão**. [S. l.], v. 9, n. 1, 14 fev. 2020.

MOREIRA, R. A. M.; MOREIRA, T. R.; COSTA, G. D.; CASTRO, L. C. V.; COTTA, R. M. M. Multilevel analysis of factors that influence overweight in children: research in schools enrolled in northern Brazil School Health Program. **BMC Pediatr**. Palmas, v. 20, n. 188, Apr. 28, 2020.

RINALDI, A. E. *et al.* Contribuições das práticas alimentares e inatividade física para o excesso de peso infantil. **Revista Paulista de Pediatria**. [S. l.], v. 26, n. 3, p. 271-277, 2008

RODRIGUES, R. M. *et al.* Evolução dos alimentos mais consumidos no Brasil entre 2008-2009 e 2017-2018. **Revista de Saúde Pública**, [S. l.], v. 55, 2021.

SPARRENBERGER, K. *et al.* Ultra-processed food consumption in children from a Basic Health Unit. **J. Pediatr**. Rio de Janeiro, v. 91, p. 535-42, 2015.

