

10^o

FEPEG FÓRUM

ENSINO • PESQUISA
EXTENSÃO • GESTÃO
RESPONSABILIDADE SOCIAL: INDISSOCIABILIDADE
ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA



ISSN 1806-549 X

Autor(es): DESIRÉE SANT ANA HAIKAL, TATIANA ALMEIDA DE MAGALHÃES, LUIZA HAIKAL DE PAULA, ADRIANE STEFANY OLIVEIRA SOUZA, MARTA RAQUEL MENDES VIEIRA, MARISE FAGUNDES SILVEIRA, DANILO LIMA CARREIRO

Perfil de consumo alimentar de professores da rede pública estadual de Montes Claros: Projeto ProfSMoc

Introdução

Atualmente um dos temas mais importantes são as mudanças no padrão de consumo alimentar, sendo que seus resultados nas populações de distintos países demonstram indicadores de variados graus de desenvolvimento das políticas de incentivo aos bons hábitos. A alimentação humana é um indicador essencial de qualidade de vida, além de afetar os indivíduos de inúmeras formas. Proteínas, vitaminas, minerais e nutrientes são elementos necessários para o funcionamento do corpo e devem ser consumidos de forma regular e na proporção ideal. Neste sentido, espera-se que a alimentação deveria encontrar-se ao alcance de todos, porém devido à dinâmica mercadológica, o consumo é afetado pelos preços, quantidade de alimentos disponíveis, renda, desigualdades sociais e outros fatores de ordem contextual e individual [1].

O sedentarismo aliado a outros fatores de risco, para o desenvolvimento de doenças estão se tornando grandes problemas para a saúde pública, tanto em países desenvolvidos como em países subdesenvolvidos. Nas cidades brasileiras a prevalência de sedentarismo sofreu elevação de 41,6% para 94,4% e isso está associado à obesidade, doenças cardiovasculares, diabetes mellitus, osteoporose e algumas formas de câncer. Essas enfermidades estão envolvidas com influências metabólicas, fisiológicas, comportamentais e sociais e se apresentam com alto índice de mortalidade [2]. Desse modo, o presente estudo teve como objetivo avaliar o perfil de consumo alimentar de professores da educação básica da rede pública estadual de Montes Claros.

Materiais e métodos

Trata-se de um estudo transversal com dados parciais do Projeto ProfSMoc – Condições crônicas de saúde e fatores associados entre professores da rede pública: um estudo de base populacional, realizado com professores da Educação Básica (Ensinos Fundamental e Médio) das escolas da Rede Estadual de Ensino, zona urbana de Montes Claros – MG. A amostra foi definida por meio de cálculo amostral, considerando a prevalência do evento de 50%, nível de confiança de 95% e erro padrão de 5%, Deff=2 e 10% para compensar possíveis perdas, resultando na necessidade de serem avaliados 700 professores de 30 diferentes escolas. O critério de inclusão foi estar em exercício da função docente há pelo menos um ano, foram excluídos professores aposentados ou de licença médica por qualquer natureza. Para a coleta de dados, utilizou-se um questionário autoaplicável. Até o momento, 400 professores de 19 escolas já foram entrevistados.

Este estudo contemplou variáveis relativas ao perfil de consumo alimentar. Todas as questões foram baseadas no VIGITEL - Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico [3]. Utilizou-se o programa *Statistical Package for Social Sciences* (SPSS) 17.0. Realizou-se, inicialmente, análise descritiva dos dados, por meio de frequências absolutas e relativas. Os aspectos éticos envolvendo pesquisa com seres humanos foram respeitados, conforme resolução 466/12 e teve aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa da Unimontes (parecer consubstanciado no 1.293.458).

Resultados e discussão

Participaram do estudo 400 professores da educação básica da rede pública estadual de Montes Claros, Minas Gerais. Sendo que 89,5% (n=358) eram professores regentes, a maioria 80,5% (n=322) pertencia ao sexo feminino e 62,9% (n=251) eram casados ou tinham união estável. Quanto ao consumo alimentar verificou-se que: 68,6% (n=274) costumavam comer algum tipo de verdura ou legume, todos os dias ou cinco a seis dias por semana; 59,9% (n=239); 49% (n=196) consumiam suco natural ou ingeriam a própria fruta de três a quatro dias ou de um a dois por semana; 49,1% (n=196) tomavam refrigerante ou suco artificial quase nunca ou nunca na semana; 64,8% (n=259) comiam alimentos doces de três a quatro dias ou de um a dois dias por semana; 65,5% (n=262) trocavam o almoço ou o jantar por outros lanches quase nunca ou nunca na semana; 52,3% (n=209) ingeriam alimentos altamente processados numa frequência de três a quatro dias ou de um a dois dias por semana; 64,3% (n=257) pensavam ter um consumo de sal adequado; 49,2% (n=196) consideravam seu consumo de água pura diário nem alto ou nem baixo; 38,6% (n=154) seguiam uma dieta balanceada com relativa frequência ou quase sempre.

Estudo também conduzido entre docentes da rede privada de Cascável (PR) no ano de 2009 identificou resultados similares no padrão de consumo de verduras ou legumes, ou seja, mais de 60% dos professores têm bons hábitos quanto

10^o

FEPEG FÓRUM

ENSINO • PESQUISA
EXTENSÃO • GESTÃO

RESPONSABILIDADE SOCIAL: INDISSOCIABILIDADE
ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA



ISSN 1806-549 X

a este item. Estes mesmos autores dizem que a renda familiar reflete diretamente na qualidade da alimentação, desfavorecendo então, a suposição de que a população se alimenta mal por ignorância nutricional. A rotina de trabalho, número de tarefas a serem realizadas durante o dia, a distância entre locais e o tempo gasto para a preparação das refeições, além destes fatores mencionados acima, o estresse também contribui para uma alimentação descuidada [4]. Talvez devido ao fato dos docentes possuírem horários de trabalhos definidos ou o fato do município em que foi conduzida a pesquisa seja de porte médio, os mesmos conseguem manter bons hábitos de consumo devido a estrutura a qual estão inseridos. Pesquisa feita entre professores da rede pública de Porto Alegre (RS) expôs que o consumo de alimentos doces é de consumo eventual para metade dos professores [5], resultado divergente do presente estudo, uma vez que mais da metade (64,8%) dos docentes ingeria doces de três a quatro dias ou de um a dois dias por semana.

Tem ocorrido elevação do consumo de açúcar refinado e de refrigerantes; substituição da banha, toucinho e manteiga por óleos vegetais e margarinas. Estas alterações, juntamente com a redução no gasto energético, desempenham papel importante na atual epidemia de obesidade, diabetes e doenças cardiovasculares. O processo de industrialização dos países favoreceu as mudanças no comportamento alimentar e o estilo de vida moderna nos grandes centros urbanos incentiva o consumo de *fast foods* e alimentos processados, cujo teor de gordura “trans” e gorduras saturadas é bastante elevado, o que é também pode gerar doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) [5].

Considerações finais

A partir da análise dos dados coletados, identificou-se que os professores avaliados apresentam bons hábitos quanto ao consumo de verduras e legumes, não consomem gorduras oriundas de carnes, tomam sucos naturais, porém ao mesmo tempo ingerem sucos artificiais e/ou refrigerantes, bem como consomem doces semanalmente.

Agradecimentos

Agradecimentos aos professores da rede pública estadual de Montes Claros que se dispuseram a participar do Projeto ProfSMoc e as instituições FAPEMIG, CNPq, Capes e Unimontes pela concessão de bolsas aos estudantes e pesquisadores envolvidos.

Referências bibliográficas

- [1] MORATOYA, E. E. et al.. Mudanças no padrão de consumo alimentar no Brasil e no mundo. **Rev. Política Agrícola**, v. 1, n. 1, p.72-84, Fev-mar, 2013.
- [2] LINO, A. S. et al. Comparação do perfil lipídico e proteico entre adultos sedentários e idosos ativos em uma população selecionada da cidade de Patos – PB. **Intesa**, Pombal, v.9, n.1, p-86-90, jan-jun, 2015.
- [3] BRASIL. Vigitel Brasil 2014 Saúde Suplementar: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Saúde Suplementar. Brasília-DF, 2015.
- [4] ECKERT, R. G; SILVA, J. P; RODRIGUES, V. C. Avaliação antropométrica e dietética de professores, funcionários e colaboradores de uma escola privada de Cascavel - Paraná. Anais do I Seminário Internacional de Ciência e Tecnologia e Ambiente. 28 a 30 de abril de 2009. Unioeste, Cascavel – Paraná – Brasil. 2009.
- [5] ANASTÁCIO, G. et al. Consumo e conhecimento sobre alimentos fontes de lipídeos por professores de escola técnica em saúde. **Revista Ciência e Saúde**, Porto Alegre, v.2, n.2, p.66-72, jul-dez, 2009.



Tabela 1 - Características sociodemográficas e de consumo alimentar de professores da rede pública estadual de Montes Claros, Minas Gerais, 2015, n=400.

Variáveis	n	%
Cargo		
Professor (a) regente	358	89,5
Professor de apoio/supervisor/sala de recursos/interprete libras	42	10,5
Sexo		
Feminino	322	80,5
Masculino	78	19,5
Estado civil*		
Casado (a) /união estável	251	62,9
Solteiro (a)	102	25,6
Divorciado (a) /viúvo (a)	46	11,5
CONSUMO ALIMENTAR		
Em quantos dias da semana, você costuma comer pelo menos um tipo de verdura ou legume?		
Todos os dias/ De cinco a seis dias por semana	274	68,6
De três a quatro dias por semana/ De um a dois dias	123	30,8
Quase nunca/ Nunca	3	0,8
Quando você vai comer carne que está com muita gordura (ou frango com pele), você costuma*		
Tirar sempre o excesso de gordura ou pele	239	59,9
Comer com a gordura ou pele	93	23,3
Não comer carne com muita gordura ou frango com pele	63	15,8
Não comer nenhum tipo de carne (vegetariano)	4	1,0
Em quantos dias da semana você costuma tomar suco de fruta natural ou comer a própria fruta?		
Todos os dias/ De cinco a seis dias por semana	177	44,3
De três a quatro dias por semana/ De um a dois dias	196	49,0
Quase nunca/ Nunca	27	6,8
Em quantos dias da semana você costuma tomar refrigerante ou suco artificial?		
Todos os dias/ De cinco a seis dias por semana	20	5,0
De três a quatro dias por semana/ De um a dois dias	184	46,1
Quase nunca/ Nunca	196	49,1
Em quantos dias da semana você costuma comer alimentos doces, tais como: sorvetes, chocolates, bolos, biscoitos ou doces?		
Todos os dias/ De cinco a seis dias por semana	62	15,6
De três a quatro dias por semana/ De um a dois dias	259	64,8
Quase nunca/ Nunca	79	19,8
Em quantos dias da semana você costuma trocar a comida do almoço ou jantar por sanduíches, salgados, pizza ou outros lanches?		
Todos os dias/ De cinco a seis dias por semana	7	1,8
De três a quatro dias por semana/ De um a dois dias	131	32,8
Quase nunca/ Nunca	262	65,5
Com que frequência você costuma comer alimentos altamente processados		
Todos os dias/ De cinco a seis dias por semana	42	10,6
De três a quatro dias por semana/ De um a dois dias	209	52,3
Quase nunca/ Nunca	149	37,3
Somando a comida preparada na hora e os alimentos industrializados, você acha que o seu consumo de sal é:		
Muito alto/alto	88	22,1
Adequado	257	64,3
Nem alto, nem baixo	47	11,8
Muito baixo	8	0,2
Você considera que seu consumo diário de água pura é:*		
Muito alto/alto	134	33,6
Nem alto, nem baixo	196	49,2
Baixo/muito baixo	68	17,1
Dieta balanceada*		
Quase nunca/raramente	98	24,6
Algumas vezes	147	36,8
Com relativa frequência/ quase sempre	154	38,6

* variação no n=400 devido a perda de informações