

EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL COMO FERRAMENTA EFETIVA DE SAÚDE DO ESCOLAR: UMA REVISÃO DE LITERATURA.

ELISAMA MATOS BRASIL
MAILÍ SANTOS MEDRADO
ILKA MAJDALANE QUEIROZ DE OLIVEIRA
THAIS MAJDALANE QUEIROZ DE OLIVEIRA
ANGÊLO LUÍS VARGAS
Faculdade Nobre, FAN- FSA/BA/BRASIL
Programa de Pós Graduação- Universidade Pedro de Valdivia-CHILE
E-mail: thaismajdalane@hotmail.com

INTRODUÇÃO

A saúde na idade escolar se reflete definitivamente na adolescência e na vida adulta, sendo fundamental a prática alimentar baseada numa dieta balanceada desde esse período (ACCIOLY, 2009; SILVA, 2010; SOUZA et al., 2011). Como as crianças estão crescendo e se desenvolvendo, elas precisam de alimentos mais nutritivos, pois, por um lado, o consumo alimentar insuficiente é fator de risco para a desnutrição e deficiências por micronutrientes e por outro, o excesso alimentar relaciona-se à ocorrência de obesidade e suas comorbidades (CONCEIÇÃO, 2010; SOUZA, 2011).

Por tanto, os lanches escolares que até pouco tempo atrás, significavam apenas episódios circunstanciais e menos estruturados, hoje passa para a ideia do lanche equilibrado nutricionalmente e que vem ganhando importância cada vez maior (MENEZZO et al., 2011), devido às preocupações atuais sobre quantidades excessivas de gorduras, sal e açúcar nos alimentos industrializados, resultando em mudanças para um oferecimento de maior variedade de frutas e vegetais frescos, produtos de grãos integrais e menos itens de panificação.

Pois, de acordo com Simon et al. (2009), a dieta tem sido apontada como um dos mais relevantes fatores ambientais que influencia no aparecimento da obesidade não só do ponto de vista quantitativo mais também qualitativo (WAITZBERG, 2009; SANTOS et al., 2010).

Com o intuito de reduzir os índices de obesidade e promover hábitos alimentares mais saudáveis, acredita-se que seja importante que as pessoas tenham conhecimentos de alimentação e nutrição. Com isso, a educação nutricional tem sido abordada como tática a ser seguida para que as pessoas tenham uma alimentação mais saudável, conseqüentemente, um peso adequado (SANTOS et al., 2010).

Este estudo objetivou o entendimento da educação nutricional como ferramenta efetiva da saúde do escolar. Dado essa importância, uma vez que é na infância que os hábitos alimentares se formam, é necessário o entendimento dos seus fatores determinantes, para que seja possível propor intervenções educativas efetivas, para que ocorram mudanças nos padrões alimentares das crianças e conseqüentemente impacto positivo na qualidade de vida desta população.

MATERIAL E MÉTODO:

Trata-se de estudo descritivo e exploratório realizado por meio de revisão de literatura que tem por finalidade explicar um problema a partir de referências teóricas publicadas em documentos, buscando conhecer e analisar contribuições científicas e culturais existentes sobre determinado tema, não sendo apenas repetição do que já foi dito ou descrito, mas permite o exame de um assunto sob novo enfoque ou abordagem, tendo conclusões inovadoras (MARCONI e LAKATOS, 2005). Para o desenvolvimento desta pesquisa, buscou-se por publicações disponíveis na Bireme, especificamente nas bases de dados da literatura

Latino-Americana e em Ciências da Saúde (LILACS), no período compreendido entre os meses de agosto a outubro de 2012. Segundo Santos (2004), a pesquisa bibliográfica é aquela desenvolvida a partir de material já elaborado, constituído principalmente de livros e artigos científicos, sendo este último o componente do levantamento bibliográfico aqui realizado. A busca foi feita por meio da junção dos descritores: “Comportamento Alimentar”, “Alimentação Escolar”, “Educação Alimentar e Nutricional”, disponíveis nos Descritores em Ciências da Saúde (DECS). Com o resultado da busca, optou-se por um desmembramento de três focos sobre Alimentação escolar, ou seja: Nutrição e Alimentação do Escolar, Obesidade Infantil e Educação Nutricional.

RESULTADOS:

Nutrição e Alimentação do Escolar

A alimentação do escolar deve ser saudável, completa, variada e agradável, afirma Escudero, com proporcionalidade, visando equilíbrio entre os nutrientes dos alimentos oferecidos, moderação dos produtos que podem causar prejuízos à saúde do educando, como excesso de açúcar, gordura e sal e variedade com uma alimentação balanceada rica em nutrientes essenciais à idade. Não devendo proibir, mas esclarecer que é necessário para manter a saúde, já que estão diariamente expostas à mídia, onde há um grande incentivo ao consumo de uma gama de produtos nada saudáveis ao escolar (LOPEZ, 2004).

A alimentação adequada fornece ao organismo a energia e os nutrientes necessários para o desempenho de suas funções e para a manutenção de um bom estado de saúde (LOPEZ, 2004). O consumo alimentar insuficiente é fator de risco para a desnutrição e deficiências por micronutrientes. Por outro lado, o excesso alimentar relaciona-se à ocorrência de obesidade e suas comorbidades, como hipertensão arterial, diabetes Mellitus, dislipidemias e doenças cardiovasculares (CONCEIÇÃO, 2010; SOUZA, 2011).

A criança está propensa a alterações e a aquisição de alguns comportamentos quanto à alimentação, devido a sua inserção no ambiente escolar, pois, na escola, assim como na família a criança observa, adquire e incorpora hábitos de vida e dentre eles estão os hábitos alimentares (FERNANDES et al., 2009; AIRES et al., 2011).

As necessidades econômicas de hoje modificaram o mercado de trabalho em muitos países, de modo que os pais têm profissões que os mantêm fora de casa por mais tempo, resultando em crianças com maior permanência no ambiente escolar. Isso faz com que para muitas crianças, mais da metade dos nutrientes consumidos diariamente sejam oferecidos nestas instituições (VALLE, 2007).

Partindo deste pressuposto, de alimentação saudável, existem diretrizes específicas para garantir o fornecimento de refeições nutritivas nesse tipo de ambiente, tornando hoje as escolas uma maneira de correlacionar a nutrição com aspectos práticos de fornecimento de alimentos. É por meio dessas diretrizes que as refeições escolares têm como característica, apresentar rotineiramente alimentos fora do costume familiar do aluno, como forma de introduzir alimentos diferentes do seu dia a dia para que ele tenha ciência da educação alimentar e possa identificar a qualidade nutricional de diferentes alimentos. O fundamental é despertar no escolar não apenas o prazer de se alimentar, mas a consciência dos benefícios que oferece uma boa alimentação para manter sua saúde enquanto jovem e para o futuro. (GALISA; ESPERANÇA; SÁ, 2008).

No ambiente escolar, sabe-se que o acesso aos alimentos pode ocorrer por meio de fontes variadas, sendo uma delas as cantinas escolares, presentes na maioria das escolas. Nesse sentido, as cantinas comerciais escolares devem ser consideradas no que se refere à promoção da alimentação saudável no ambiente escolar, por ser um dos locais com grande oferta diária de alimentos e onde a prática alimentar se perfaz (GABRIEL et al., 2010; AMORIM

et al., 2012), porém estudos têm demonstrado que as cantinas escolares comercializam alimentos com elevada densidade energética, ricos em açúcares, gorduras e sal, cujo consumo frequente pelos alunos pode contribuir para a prevalência de excesso de peso e doenças associadas (DANELON; DANELON; SILVA, 2006; SCHMITZ et al, 2008).

Teixeira (2010) ainda informa, que alimentos importantes, como leite e derivados, hortaliças, frutas e vegetais, que deveriam fazer parte do consumo diário durante a infância, aparecem com baixa frequência na alimentação de crianças. Com isso acredita-se que os alunos que frequentam as cantinas escolares, estão mais propensos a desenvolver a obesidade, em função da quantidade de produtos industrializados (com alto teor de gordura, sal e açúcares refinado) oferecidos, que são conseqüentemente de alto valor calórico e, portanto, prejudiciais à saúde (SCHMITZ et al., 2008).

Estudos relatados por Teixeira (2010) demonstram que as cantinas não oferecem frutas, por não ter a aceitação dos alunos o que resultaria em perdas financeiras para tais. Fato este que contraria as recomendações nutricionais adequadas às crianças, onde é enfatizado a presença de frutas frescas, vegetais e grãos integrais em seus cardápios.

Tornando interessante ressaltar a publicação da Portaria Interministerial nº 1.010 de 8 de maio de 2006, pelos Ministros da Educação e da Saúde, que tem como doutrinas, diretrizes para o incentivo à alimentação saudável no ambiente escolar tanto de redes públicas como privadas, em território nacional. A portaria traz alguns focos prioritários, dentre os quais vale destacar, a restrição ao comércio e à promoção de alimentos e preparações com altos teores de gorduras, açúcar e sal e estímulo ao consumo de frutas, legumes e verduras (GABRIEL et al., 2010).

Nesse contexto, observa-se a importância da execução de programas de educação nutricional nas escolas e a conseqüente criação de um ambiente favorável às escolhas alimentares saudáveis através do fornecimento e/ou comercialização de alimentos e refeições adequados nutricionalmente. Partindo da proposta de que a valorização da qualidade da alimentação do escolar parte do reconhecimento de que a saúde está diretamente relacionada com a nutrição adequada (DANELON; DANELON; SILVA, 2006; FERNANDES et al., 2009).

Obesidade Infantil

A obesidade tem sido causa de preocupação para as autoridades e profissionais da saúde devido ao seu aumento contínuo, e principalmente porque cada vez mais crianças estão sendo atingidas por tal distúrbio (WAITZBERG, 2009).

Segundo Simon et al. (2009), esta é “uma síndrome multifatorial que consiste em alterações fisiológicas, bioquímicas, metabólicas, anatômicas, além de alterações psicológicas e sociais, sendo caracterizada pelo aumento de adiposidade e de peso corporal”, envolvendo fatores genéticos e ambientais. De acordo com Simon et al. (2009), a dieta tem sido apontada como um dos mais relevantes fatores ambientais que influencia no aparecimento da obesidade não só do ponto de vista quantitativo mais também qualitativo. Um estudo realizado com crianças obesas em idade escolar demonstrou que essas possuíam dietas com índice calórico elevado (WAITZBERG, 2009; SANTOS et al., 2010).

De acordo com a *International Obesity Task Force* – IOTF, cerca de 155 milhões de crianças em idade escolar apresentam sobrepeso e obesidade no mundo, sendo esta uma das alterações pediátricas mais frequentes (WAITZBERG, 2009).

No Brasil esse problema nutricional começou a ser diagnosticado com maior frequência no início da década de 1980. A Pesquisa Nacional sobre Saúde e Nutrição – PNSN, em 1989 mostrou que cerca de um milhão e meio de crianças com idade inferior a dez anos eram obesas no Brasil e a prevalência era maior em meninas do que em meninos (RINALDI et al., 2008; SIMON et al., 2009; LOPES; PRADO; COLOMBO, 2010).

Pesquisas feitas atualmente têm revelado o crescimento do sobrepeso e obesidade principalmente entre crianças em idade escolar. De acordo com dados da Pesquisa de Orçamento Familiar – POF 2008/2009 realizada pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística – IBGE, o peso das crianças brasileiras ultrapassou o padrão internacional e uma em cada três crianças de 5 a 9 anos apresenta o peso acima do recomendado pela Organização Mundial de Saúde – OMS, sendo a prevalência maior em meninos do que em meninas. Os dados apresentados demonstram a relevância da obesidade como problema de saúde pública no Brasil.

As crianças têm adquirido desde cedo hábitos alimentares inadequados, onde essas têm consumido de forma excessiva produtos gordurosos, açúcares, doces e bebidas açucaradas e quantidade reduzida de frutas e verduras. Essa mudança no padrão alimentar foi demonstrada pela POF (2008-2009), realizada pelo IBGE, que apontou aumento no consumo de carnes, frutas, bebidas e infusões e redução do consumo de cereais, leguminosas, oleaginosas, aves e ovos o que tem refletido nos altos índices de obesidade infantil e doenças associadas (IULIANO; MANCUSO; GAMBARDELLA, 2009; AIRES et al., 2011; SILVA; BITTAR, 2012).

Segundo Rossi; Moreira; Rauen (2008) uma pesquisa com uma amostra de 225 crianças e 88 pais mostrou que o consumo de frutas, sucos naturais e vegetais é influenciado positivamente pela disponibilidade e pela acessibilidade desses alimentos em casa. Da mesma forma, os pais podem limitar os tipos e as quantidades de alimentos que contenham alto valor energético (por exemplo, bolacha recheada, refrigerante, *snacks*).

Sendo assim, a família é vista como influenciadora do padrão alimentar infantil. Estudos tem demonstrado que não há uma grande preocupação dos pais com a formação de hábitos alimentares mais adequados do ponto de vista qualitativo em seus filhos. Isso se deve as novas tendências nacionais onde o tempo dedicado ao planejamento e preparação das refeições é cada vez menor, levando as pessoas a escolherem alimentos industrializados, que são de mais fácil preparação ou não precisam ser preparados, porém na maioria das vezes estes apresentam excessiva quantidade de calorias que sendo consumido rotineiramente podem contribuir para o ganho de peso (DIEZ-GARCIA; CERVATO-MANCUSO, 2012).

A escola também pode ser destacada como um fator incentivador do padrão dietético inadequado, principalmente no que diz respeito à disponibilidade de lanches nas cantinas, pois estes em sua maioria são incorretos do ponto de vista nutricional contribuindo para a prevalência da obesidade infantil (DANELON; DANELON; SILVA, 2006; SCHMITZ et al., 2008). Como também estratégias de educação nutricional devem ser adotadas no ambiente escolar dentre outras através do oferecimento de lanches saudáveis e com objetivo de estimular a prática alimentar adequada e prevenir o aparecimento de distúrbios relacionados à alimentação inadequada (MIRANDA; NAVARRO, 2008; DIEZ-GARCIA; CERVATO-MANCUSO, 2012).

Estudos apontam que quanto mais cedo o indivíduo apresenta obesidade e, quanto mais tempo se mantém obeso, maior é a chance de complicações. Estão relacionadas à obesidade patologias como hipertensão arterial, doença cardíaca, osteoartrite, diabetes mellitus tipo II e alguns tipos de câncer e no caso particularmente de crianças e adolescentes são constatados frequentemente a presença de baixa autoestima, afetando o desempenho escolar e os relacionamentos (MELLO; LUFT; MEYER, 2004; RINALDI et al., 2008; LOPES; PRADO; COLOMBRO, 2009).

No entanto, Taddei et al. (2011), afirma que no caso da obesidade a prevenção é mandatária. Sabendo que na infância se formam os hábitos alimentares, é importante iniciar a educação alimentar neste período de vida evitando o aparecimento de tal distúrbio e suas complicações (SANTOS et al., 2010).

Educação Nutricional no Âmbito Escolar como Ferramenta de Mudança Comportamental

Com intuito de promover hábitos alimentares mais saudáveis e diminuir os índices de obesidade, acredita-se que seja importante que as pessoas tenham conhecimentos de alimentação e nutrição. Com isso, a educação nutricional tem sido abordada como tática a ser seguida para que as pessoas tenham uma alimentação mais saudável, conseqüentemente, um peso adequado (SANTOS et al., 2010).

O conceito de educação nutricional é amplo e aparece elaborado por diferentes autores, que é definido por Oliveira; Marchini (2008) como parte da nutrição que utiliza seus recursos para aprendizado, adequação e incorporação de hábitos nutricionalmente adequados, de acordo com as crenças, valores, atitudes, representações, práticas e relações sociais que se estabelecem em torno do ato de se alimentar.

A educação nutricional na infância é importante para a saúde do indivíduo ao longo da vida, pois hábitos alimentares adquiridos quando criança têm grandes chances de continuar na vida adulta e poderão contribuir para a prevenção primária ou como fator desencadeante de doenças relacionadas à alimentação com a obesidade (MATTOS et al., 2010).

Segundo Fernandes et al. (2009), intervenções nutricionais em crianças, principalmente antes dos 10 anos, mostram uma maior redução da gravidade da obesidade quando comparadas a pessoas na idade adulta.

Órgãos internacionais vêm recomendando fortemente práticas de promoção de saúde no ambiente escolar, pois, apesar da suscetibilidade biológica, nutricional e social, crianças maiores de cinco anos se acham excluídas das prioridades estratégicas das políticas de saúde (BRASIL, 2008; MIRANDA; NAVARRO, 2008; SANTOS et al., 2010; SILVEIRA et al., 2011).

Um estudo de intervenção nutricional realizado com escolares foi apontado com melhora nos conhecimentos nutricionais, atitudes e comportamentos alimentares, além de influências nos hábitos alimentares de seus familiares, sendo então a educação nutricional na escola considerada uma ferramenta essencial para modelar as atitudes e comportamentos das crianças sobre nutrição, visando à modificação e melhorias dos hábitos alimentares em longo prazo, e como um elemento de conscientização e reformulação das distorções do comportamento alimentar, auxiliando a refletir sobre a saúde e qualidade de vida (FERNANDES et al., 2009; SANTOS, 2010).

São consideradas dentre outras estratégias de educação alimentar e nutricional: a oferta de alimentação saudável, a inserção do tema alimentação saudável no currículo escolar e desenvolvimento de oficinas culinárias experimentais com os alunos (CONCEIÇÃO, 2010).

De acordo com a *American Dietetic Association* – ADA, o ambiente escolar é um local importante para o desenvolvimento de estratégias de intervenção para a formação de hábitos de vida saudáveis, através do fornecimento de lanches nutricionalmente equilibrados aos escolares e programas de educação nutricional (FERNANDES et al., 2009).

Contudo, a implementação de programas de educação nutricional nas escolas e a conseqüente criação de um ambiente favorável à saúde e à promoção de práticas alimentares e estilo de vida saudáveis constituem-se em importantes estratégias para enfrentar problemas alimentares e nutricionais como obesidade e doenças crônicas não transmissíveis associadas, tornando imprescindíveis programas de educação alimentar e nutricional nas escolas com objetivo de contribuir para o conhecimento e conscientização de que a adoção de hábitos alimentares saudáveis ocasionará uma melhor qualidade de vida e promoção da saúde do indivíduo, da família e da comunidade (MIRANDA; NAVARRO, 2008; FERNANDES et al., 2009).

Compreendendo-se o homem como uma individualidade unificada, independente e transcendente, é possível conceber os sujeitos deste estudo como potencialidades individualizadas em forma e ações, instâncias estas, que vão compor sob o ponto de vista cultural a corporeidade (VARGAS, 2002).

CONSIDERAÇÕES FINAIS:

Estudos científicos realizados na área da saúde e nutrição têm mostrado que a adoção de um estilo de vida saudável, associado a uma alimentação equilibrada e nutritiva, é essencial para prevenção e tratamento de muitos distúrbios sendo o principal a obesidade. Como sabemos, o período da infância é de suma importância para a formação de hábitos e práticas comportamentais em geral, e, mais especificamente, de hábitos alimentares.

A Educação Nutricional, na sua vertente problematizadora, apresenta-se como caminho possível para o enriquecimento profissional, uma vez que devidamente trabalhada, ampliará também ao educando a construção de conhecimentos, inserindo-os em bases mais significativas.

Neste sentido, a importância da pesquisa para a sociedade, é mostrar a relevância da Educação Nutricional, principalmente no âmbito escolar, para formação de hábitos alimentares saudáveis em crianças. Visto que, os reflexos de uma alimentação altamente calórica e pouco nutritiva, decorrente de hábitos alimentares inadequados, afetam prejudicialmente a saúde das mesmas, trazendo diversos problemas de saúde, tanto a curto como em longo prazo, podendo influenciar até mesmo no desenvolvimento cognitivo dessas crianças.

REFERÊNCIAS

- ACCIOLY, Elizabeth. **Nutrição em Obstetrícia e Pediatria**. 2.ed. – Rio de Janeiro: Cultura Médica: Guanabara Koogan, 2009.
- AIRES, Ana Paula P. et al. **Consumo de alimentos industrializados em pré-escolares**. Revista da AMRIGS, Porto Alegre, v. 55, out./dez. 2011.
- AMORIM, Nina. F.A et al. **Implantação da cantina escolar saudável em escolas do Distrito Federal, Brasil**. Revista de Nutrição, Campinas, v. 25, n. 2, abr. 2012.
- BRASIL. Ministério da Saúde e Ministério da Educação. **Portaria Interministerial MS/MEC nº 1.010, de 8 de Maio de 2006**.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Manual operacional para profissionais de saúde e educação: promoção da alimentação saudável nas escolas**. Brasília: Ministério da Saúde, 2008.
- CONCEIÇÃO, Sueli I.O et al. **Consumo alimentar de escolares das redes pública e privada de ensino em São Luís, Maranhão**. Revista de Nutrição, vol.23, n.6, 2010.
- DANELON, Maria. A. S; DANELON, Mariana. S; SILVA, Marina. V. **Serviços de alimentação destinados ao público escolar: análise da convivência do Programa de Alimentação Escolar e das cantinas**. Rev. Segurança Alimentar e Nutricional, Campinas, v. 13, n. 1, 2006.
- DIEZ-GARCIA, Rosa W.; CERVATO-MANCUSO Ana Maria. **Mudanças alimentares e educação nutricional**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2012.
- FERNANDES, Patrícia S. et al . **Avaliação do efeito da educação nutricional na prevalência de sobrepeso/obesidade e no consumo alimentar de escolares do ensino fundamental**. Jornal de Pediatria. Porto Alegre, v. 85, n. 4, agosto, 2009.
- GABRIEL, Cristine G. et al . **Cantinas escolares de Florianópolis: existência e produtos comercializados após a instituição da Lei de Regulamentação**. Revista de Nutrição, Campinas, v. 23, n. 2, abr. 2010.
- GALISA, Mônica S.; ESPERANÇA, Leila M.B., SÁ, GAUDENCI, Neide de. **Nutrição : Conceitos e aplicações**. São Paulo – M. Books do Brasil Editora Ltda, 2008.
- IULIANO, Bianca A; MANCUSO, Ana Maria C; GAMBARDELLA, Ana Maria D. **Educação nutricional em escolas de ensino fundamental do município de Guarulhos-SP**. Revista Mundo da Saúde, São Paulo, 2009.

LOPES, Patrícia C. S; PRADO, Sônia R.L.A; COLOMBO, Patrícia. **Fatores de risco associados à obesidade e sobrepeso em crianças em idade escolar.** Revista Brasileira de Enfermagem, Brasília, v. 63, n. 1, Fevereiro, 2010.

LOPEZ, Fábio A. **Nutrição e dietética em clínica pediátrica.** São Paulo: Editora Atheneu, 2004.

MARCONI, Marina de Andrade; LAKATOS, Eva Maria. **Fundamentos da metodologia científica.** 6 ed. São Paulo: Atlas, 2005.

MATTOS, Marília Costa et al. **Influência de propagandas de alimentos nas escolhas alimentares de crianças e adolescentes.** Psicol. teor. prat., São Paulo, v. 12, n. 3, março, 2010.

MELLO, Elza D de; LUFT, Vivian C; MEYER, Flavia. **Obesidade infantil: como podemos ser eficazes?** Revista Jornal de Pediatria, Rio de Janeiro, Vol. 80, n.3, 2004.

MENEGAZZO, Manoela et al. **Avaliação qualitativa das preparações do cardápio de centros de educação infantil.** Revista de Nutrição, Campinas, v. 24, n. 2, Abril. 2011.

MIRANDA, Adriana Andrade Noia de; NAVARRO, Francisco. **A prevenção e o tratamento da obesidade durante a infância: uma opção eficaz para reduzir a prevalência desta patologia.** Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento, São Paulo v.2, n.10, Jul/Ago. 2008.

REIS, Caio Eduardo G; VASCONCELOS, Ivana Aragão L.; BARROS, Juliana Farias de N. **Políticas públicas de nutrição para o controle da obesidade infantil.** Revista Paulista de Pediatria. São Paulo, v. 29, n. 4, dezembro, 2011.

RINALDI, Ana Elisa M. et al. **Contribuições das práticas alimentares e inatividade física para o excesso de peso infantil.** Revista Paulista de Pediatria. São Paulo, v. 26, n. 3, setembro, 2008.

ROSSI, Alessandra; MOREIRA, Emília Addison Machado; RAUEN, Michelle Soares. **Determinantes do comportamento alimentar: uma revisão com enfoque na família.** Revista de Nutrição. Campinas, v. 21, n. 6, Dezembro, 2008.

SANTOS, Ariana et al. **Avaliação da comercialização de alimentos nas cantinas de escolas públicas e privadas de Governador Valadares, Minas Gerais.** Monografia (Bacharel em Nutrição) - Faculdade de Ciências da Saúde da Universidade Vale do Rio Doce, 2010.

SILVA, Sandra Maria Chemin Seabra da. **Tratado de Alimentação, nutrição e dietoterapia.** 2. Ed. São Paulo: Roca, 2010.

SILVA, Carolina Penteado Guerra; BITTAR, Cléria Maria Lobo. **Fatores ambientais e psicológicos que influenciam na obesidade infantil.** Revista Saúde e Pesquisa, v. 5, n. 1, jan./abr, 2012.

SILVEIRA, Jonas A. C. et al. **A efetividade de intervenções de educação nutricional nas escolas para prevenção e redução do ganho excessivo de peso em crianças e adolescentes: uma revisão sistemática.** Jornal de Pediatria. Porto Alegre, v. 87, n. 5, Outubro, 2011.

SIMON, Viviane Gabriela Nascimento et al. **Prevalência de sobrepeso e obesidade em crianças de dois a seis anos matriculadas em escolas particulares no município de São Paulo.** Revista Brasileira Crescimento Desenvolvimento Humano, v. 19, 2009.

TADDEI, José Augusto de A. Carrazedo et al. **Nutrição em Saúde Pública.** – Rio de Janeiro: Editora Rubio, 2011.

TEIXEIRA, C.. **Análise quanto ao valor calórico dos lanches oferecidos nas cantinas das escolas.** Anuário da Produção de Iniciação Científica Discente, v 12, maio, 2010.

VARGAS, A. **As Sementes da Marginalidade: uma análise histórica e bioecológica dos meninos de rua.** Rio de Janeiro: Forense, 2002.

WAITZBERG, Dan Linetzky. **Nutrição Oral, Enteral e Parenteral na Pediátrica Clínica.** 4.ed. São Paulo: Editora Atheneu, 2009.

Thais Majdalane Queiroz de Oliveira.

Email: thaismajdalane@hotmail.com

Rua Mazagão, 390, Quadra E, casa 04, Mangabeira, CEP: 44036-690, Feira de Santana-Bahia-Brasil.