

CONSUMO DE FRUTAS E HORTALIÇAS POR ESCOLARES ADOLESCENTES DO SUDOESTE DA BAHIA

Congresso Brasileiro Online de Nutrição da Criança e do Adolescente, 1ª edição, de 11/01/2021 a 15/01/2021
ISBN dos Anais: 978-65-86861-33-4

LIMA; Stefany Manguiera¹, OLIVEIRA; Merabe Quezia Leite de², MIRANDA; Adriana da Silva³, BARBOSA; Camila Pereira⁴, SANTOS; Samantha Caires Amaral⁵, OLIVEIRA; Micaella de Cássia Meira⁶, SANTANA; Renata Ferreira⁷

RESUMO

Introdução: A adolescência é uma fase de intensas transformações biopsicossociais, neste contexto é válido ressaltar o papel das frutas e hortaliças, que auxiliam no seu desenvolvimento e aprendizado, e atuam também na prevenção de doenças crônicas não transmissíveis, em um público onde é notada uma baixa ingestão de alimentos *in natura* associada a um consumo elevado de *fast foods* e industrializados. **Objetivo:** Avaliar o consumo de frutas, verduras e legumes por adolescentes do ensino médio de um colégio estadual da Bahia. **Métodos:** Pesquisa de corte transversal, com parecer nº 3.857.051, no dia 27 de fevereiro de 2020. A coleta de dados foi realizada em um colégio estadual dentre os 30 colégios existentes no município, situado no sudoeste baiano. A amostra foi composta por 32 alunos do ensino médio, de ambos os sexos, que estavam devidamente matriculados no turno vespertino da instituição. Para a avaliação do consumo de frutas e hortaliças foi aplicado um questionário de frequência alimentar, elaborado pelo Grupo de Pesquisa de Avaliação do Consumo Alimentar da Universidade de São Paulo, sob supervisão de entrevistadores capacitados. Os dados foram coletados, codificados, tabulados no programa de Excel 2013, e posteriormente analisados no *software Statistical Package for the Social Sciences* versão 22.0. **Resultados:** Dos 32 investigados 59,4% eram do gênero feminino e 40,6% do gênero masculino, com idade média de 16,38 anos. Com relação ao consumo de frutas foi relatado por 50% dos adolescentes um consumo diário, sendo possível notar destaque positivo de maior consumo de ≥ 2 /dia para: maçã/pêra 21,9%, seguidos por laranja/ mexerica/ abacaxi e banana ambos com 18,8%, e menor consumo da uva 0% e o melão/melancia 3,1%. Quanto ao consumo das hortaliças, contidas no grupo das verduras e legumes, foi detectado um relato similar de 50% de consumo diário do grupo, podendo ser observado que cenoura e tomate possuíam os maiores percentuais de consumo diário, sendo respectivamente de 28,1% e 25%, sendo as menos consumidas outras verduras cruas (acelga, rúcula, agrião) e a brócolis, couve-flor, repolho, correspondendo cada a 3,1%. **Conclusão:** Os resultados obtidos demonstraram consumo mediano de 50% de ambos grupos alimentares na população em estudo, apresentaram também variedade de consumo relativamente baixa, tal fato pode estar relacionado a diversos fatores como disponibilidade, acessibilidade, safra e custo. Portanto, uma alternativa para melhorar esse parâmetro seria a adoção de ações de cunho educativo para a elaboração e implementação estratégias para a mudança dos hábitos alimentares no público em questão, priorizando alimentos regionais, *in natura* ou minimamente processados como preconizado pelo Ministério da Saúde. Para tal, o ambiente escolar apresenta-se como um local favorável, uma vez que é um ambiente de aprendizado importantíssimo que abriga número considerável de crianças e adolescentes.

PALAVRAS-CHAVE: Consumo de alimentos, Educação alimentar e nutricional, Hábitos alimentares, Questionário de frequência alimentar, Nutrição do adolescente.

¹ Centro Universitário de Tecnologia e Ciências (UNIFTC)-campus Vitória da Conquista - Bahia, stefany1026.lima@gmail.com

² Centro Universitário de Tecnologia e Ciências (UNIFTC)-campus Vitória da Conquista - Bahia, merabe2009@hotmail.com

³ Universidade Federal da Bahia (UFBA)-campus Vitória da Conquista - Bahia, adrinut@gmail.com

⁴ Centro Universitário de Tecnologia e Ciências (UNIFTC)-campus Vitória da Conquista - Bahia, camilapereirabarbosa2015@hotmail.com

⁵ Centro Universitário de Tecnologia e Ciências (UNIFTC)-campus Vitória da Conquista - Bahia, samantha-caires@outlook.com

⁶ Centro Universitário de Tecnologia e Ciências (UNIFTC)-campus Vitória da Conquista - Bahia, micaellacmo@hotmail.com

⁷ Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB)-campus Itapetinga - Bahia, rena_nutri@yahoo.com.br