

**INSTITUTO FEDERAL GOIANO – CAMPUS CERES
LICENCIATURA EM CIÊNCIAS BIOLÓGICAS
LARISSA DE OLIVEIRA SILVA**

**INVESTIGAÇÃO DOS HÁBITOS ALIMENTARES DE ESCOLARES DO 5º ANO
DO ENSINO FUNDAMENTAL I DE RIALMA – GO: UMA INTERVENÇÃO
POSSÍVEL**

**CERES-GO
2019**

LARISSA DE OLIVEIRA SILVA

**INVESTIGAÇÃO DOS HÁBITOS ALIMENTARES DE ESCOLARES DO 5º ANO
DO ENSINO FUNDAMENTAL I DE RIALMA – GO: UMA INTERVENÇÃO
POSSÍVEL**

Trabalho de curso como requisito, para a obtenção do título de Licenciada em Ciências Biológicas pelo Instituto Federal Goiano – Campus Ceres, sob orientação do Prof. Ma. Renata Rolins da Silva Oliveira.

**CERES – GO
2019**

Sistema desenvolvido pelo ICMC/USP
Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
Sistema Integrado de Bibliotecas - Instituto Federal Goiano

SSI586

i

Silva, Larissa de Oliveira Investigação dos
Hábitos Alimentares de Escolares do 5º ano do Ensino
Fundamental I de Rialma - GO: Uma Intervenção
Possível / Larissa de Oliveira

Silva;orientadora Renata Rolins da Silva Oliveira. -
Ceres, 2019.

29 p.

Monografia (em Licenciatura em Ciências
Biológicas) -- Instituto Federal Goiano, Campus
Ceres, 2019.

1. hábitos alimentares. 2. alimentação. 3. lúdica.
I. Oliveira, Renata Rolins da Silva, orient. II.
Título.



TERMO DE CIÊNCIA E DE AUTORIZAÇÃO PARA DISPONIBILIZAR PRODUÇÕES TÉCNICO-CIENTÍFICAS NO REPOSITÓRIO INSTITUCIONAL DO IF GOIANO

Com base no disposto na Lei Federal nº 9.610/98, AUTORIZO o Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Goiano, a disponibilizar gratuitamente o documento no Repositório Institucional do IF Goiano (RIIF Goiano), sem ressarcimento de direitos autorais, conforme permissão assinada abaixo, em formato digital para fins de leitura, download e impressão, a título de divulgação da produção técnico-científica no IF Goiano.

Identificação da Produção Técnico-Científica

- | | |
|----------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Tese | <input type="checkbox"/> Artigo Científico |
| <input type="checkbox"/> Dissertação | <input type="checkbox"/> Capítulo de Livro |
| <input type="checkbox"/> Monografia – Especialização | <input type="checkbox"/> Livro |
| <input checked="" type="checkbox"/> TCC - Graduação | <input type="checkbox"/> Trabalho Apresentado em Evento |
| <input type="checkbox"/> Produto Técnico e Educacional - Tipo: _____ | |

Nome Completo do Autor: Larissa de Oliveira Silva
Matrícula: 2016103220510273

Título do Trabalho: Investigação dos Hábitos Alimentares de Escolares do 5º ano do Ensino Fundamental I de Rialma – go: Uma Intervenção Possível.

Restrições de Acesso ao Documento

Documento confidencial: Não Sim, justifique: _____

Informe a data que poderá ser disponibilizado no RIIF Goiano: 09/12/2019

O documento está sujeito a registro de patente? Sim Não

O documento pode vir a ser publicado como livro? Sim Não

DECLARAÇÃO DE DISTRIBUIÇÃO NÃO-EXCLUSIVA

O/A referido/a autor/a declara que:

1. O documento é seu trabalho original, detém os direitos autorais da produção técnico-científica e não infringe os direitos de qualquer outra pessoa ou entidade;
2. Obteve autorização de quaisquer materiais inclusos no documento do qual não detém os direitos de autor/a, para conceder ao Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Goiano os direitos requeridos e que este material cujos direitos autorais são de terceiros, estão claramente identificados e reconhecidos no texto ou conteúdo do documento entregue;
3. Cumpriu quaisquer obrigações exigidas por contrato ou acordo, caso o documento entregue seja baseado em trabalho financiado ou apoiado por outra instituição que não o Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Goiano.

Ceres, 09 / 12 / 2019.

Assinatura do Autor e/ou Detentor dos Direitos Autorais

Ciente e de acordo:

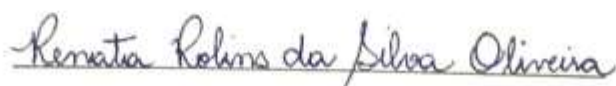
Assinatura do(a) orientador(a)

ANEXO IV - ATA DE DEFESA DE TRABALHO DE CURSO

Ao(s) vinte e oito dia(s) do mês de novembro do ano de dois mil e dez nove, realizou-se a defesa de Trabalho de Curso do(a) acadêmico(a) Larissa de Oliveira Silva , do Curso de Licenciatura em Ciências Biológicas matrícula 201610322051027 cujo título é Investigação dos hábitos alimentares dos escolares do 5º ano do Ensino Fundamental I de Riama/GO a defesa iniciou-se às 13 horas e 40 minutos, finalizando-se às 14 horas e 09 minutos. A banca examinadora considerou o trabalho aprovado com média 7,0 no trabalho escrito, média 8,6 no trabalho oral, apresentando assim média aritmética final 7,8 de pontos, estando o(a) estudante apto para fins de conclusão do Trabalho de Curso.

Após atender às considerações da banca e respeitando o prazo disposto em calendário acadêmico, o(a) estudante deverá fazer a submissão da versão corrigida em formato digital (.pdf) no Repositório Institucional do IF Goiano - RIIIF, acompanhado do Termo Ciência e Autorização Eletrônico (TCAE), devidamente assinado pelo autor e orientador.

Os integrantes da banca examinadora assinam a presente.


Renata Rolins da Silva Oliveira


Heloisa Baleroni Rodrigues de Godoy


Maria do Socorro Viana do Nascimento

AGRADECIMENTOS

À Deus que me sustentou e me levantou mesmo quando ninguém havia percebido minha queda.

Aos meus pais que fizeram tudo por mim além do apoio e amor incondicional.

Aos meus amigos que me apoiaram e me incentivaram a prosseguir, em especial a Daise Fernanda que me ajudou a buscar formas para não desistir.

Ao meu orientador não oficial Jorge Freitas que me ajudou quando precisei e me incentivou a me superar e correr atrás do que quero com conselhos bastante realistas e além das orientações acadêmicas também tiveram as orientações para vida.

À minha primeira orientadora Emiliane Belo que me apresentou a pesquisa acadêmica e me mostrou os primeiros passos nesse amplo universo científico. Aos meus orientadores Matias e Priscilla Noll que me acolheram no Grupo de Pesquisa sobre Saúde da Criança e do Adolescente (GPSaCA).

À minha maravilhosa orientadora Renata Rolins que me acolheu, me orientou e mesmo nos momentos mais complicados me apoiou e me incentivou a ser melhor e é a pessoa que me permitiu sonhar para a conclusão deste trabalho de curso.

À banca examinadora pela disposição e compreensão.

Quem nunca errou não pode dizer-se capaz de acertar, as tentativas falhas servem de treino para os acertos.

Pe. Delton Filho

RESUMO:

Atualmente, é possível observar o aumento do índice de obesidade e doenças provocadas por uma alimentação desequilibrada, como o diabetes e a hipertensão. Essas patologias são comuns entre os adultos, e recentemente, percebe-se que os números não são muito diferentes no público infantil. Diante desta realidade, realizou-se um projeto de intervenção com os escolares 5º ano do Ensino Fundamental I de Rialma – GO. O projeto teve como objetivo conscientizar os escolares de forma lúdica sobre os efeitos de uma alimentação desregulada e os benefícios de uma alimentação balanceada, de uma forma lúdica. Também, realizou o diagnóstico dos hábitos alimentares dos escolares através de um questionário. Por meio de uma roda de conversa e da análise de rótulos, observou-se que os escolares têm dúvidas sobre a classificação dos alimentos benéficos ou maléficos à saúde. Ademais, os estudantes demonstraram preocupação a respeito da composição de certos alimentos. Mediante os resultados obtidos a partir da aplicação do questionário, não foi possível negar ou afirmar que os escolares possuem hábitos alimentares saudáveis. Contudo, os dados indicam que o estado nutricional dos escolares apontou 31% de escolares acima do peso, 9% abaixo do peso e 60% saudáveis.

Palavra-chave: hábitos alimentares, alimentação, lúdica.

ABSTRACT

Currently, it is possible to observe the increase in the obesity rate and diseases caused by an unbalanced diet, such as diabetes and hypertension. These pathologies are common among adults, and recently, it is noticed that the numbers are not very different in children. Given this reality, an intervention project was carried out with the 5th grade students of Elementary School I of Rialma - GO. The project aimed to make students aware of the effects of unregulated eating and the benefits of balanced eating in a playful way. It also diagnosed students' eating habits through a questionnaire. Through a conversation wheel and the analysis of labels, it was observed that students have doubts about the classification of foods beneficial or harmful to health. In addition, students expressed concern about the composition of certain foods. Based on the results obtained from the application of the questionnaire, it was not possible to deny or affirm that the students have healthy eating habits. However, the data indicate that the nutritional status of the students indicated 31% of overweight, 9% underweight and 60% healthy students.

Keyword: eating habits, eating, playful.

Sumário

1. Introdução.....	1
2. Referencial Teórico.....	3
2.1. Classificação dos Alimentos	3
2.2. Hábitos Alimentares.....	3
2.3. Relação Entre a Escola e a Família na Alimentação do Escolar	4
2.4. Intervenções Pedagógicas.....	5
3. Metodologia	6
4. Resultados e Discussão	8
5. Referências Bibliográficas	14
ANEXO I.....	17
APÊNDICE A.....	24
APÊNDICE B.....	27

1. Introdução

Mediante a correria do cotidiano, existe um aumento na procura por comidas ultra processadas e de rápido preparo. Embora facilitem e agilizem as refeições, estes tipos de comida possuem um alto índice de açúcares, gorduras, sódio, conservantes e outros compostos. Apesar de muito agradáveis ao paladar, esses alimentos se tornam nocivos à saúde do indivíduo, dada a intensidade do consumo. Como salienta Silva e Silva (2016), esses alimentos industrializados e ultraprocessados, que apresentam quantidades sobressalentes de sal, gorduras e açúcares têm provocado os mais graves problemas de saúde relacionados à alimentação.

Loureiro (2004) afirma que a alimentação é uma das principais determinantes da saúde. O tipo de refeição diária traduz as condições de vida de cada um, além de refletir o contexto em que se move e a cultura que perfilha. Embora o alimento seja o pilar da saúde, pouco se vê partir da sociedade uma busca por melhorias em sua alimentação, o que pode acarretar danos desde o indivíduo até a economia do país. Afinal, o tratamento das doenças relacionadas ao sobrepeso e à obesidade como o diabetes, a hipertensão arterial, a osteoartrite e vários tipos de câncer, acarreta um aumento substancial dos gastos de saúde para os diversos sistemas de saúde (BAHIA; ARAÚJO 2014). Além das doenças, outro agravante decorrente dos maus hábitos são os distúrbios alimentares.

Entre os principais distúrbios alimentares apresentados pela população estão a anorexia nervosa, a bulimia nervosa, a desnutrição e Doenças Crônicas não Transmissíveis (DCT) de modo geral. Há muito tempo, com a ascensão de *fastfoods* e a aceleração do cotidiano, é possível observar o aumento da obesidade de modo geral. Danelon et al. (2006), salientam que estudos epidemiológicos têm registrado um crescimento da prevalência de obesidade entre crianças e adolescentes. Assim, estabelece-se um quadro de obesidade infantil, que muitas vezes é resultante do alto e desregrado consumo de alimentos não saudáveis.

De acordo com Freitas e Sasaki (2011) há também um aumento do número de crianças desnutridas no país, sendo que a desnutrição é um dos problemas mais antigos de saúde pública. Existem muitas preocupações associadas à desnutrição,

visto que esta reduz as defesas imunológicas, favorecendo a instalação e agravamento de infecções, que levam à diminuição do apetite e intensificam o quadro.

Para Borges (2013) quanto mais cedo se identifica os problemas relacionados à má alimentação e suas consequências, como a bulimia, desnutrição e baixa estatura, mais adequadas serão as intervenções de natureza pedagógica e de reeducação alimentar utilizadas para a mudança destes distúrbios.

Diante deste fato, demonstra-se necessário desenvolver “intervenções na promoção de hábitos alimentares saudáveis que devem ser enfatizadas durante a infância para que permaneçam ao longo da vida” (BERTIN et al., p.304, 2010). Pedraza et al. (2017) afirmam que o crescimento físico é o parâmetro mais apropriado para avaliar as condições de saúde e o estado nutricional em crianças, por refletir a evolução da saúde e o desenvolvimento da população.

Dado o exposto, este projeto realizou um levantamento dos hábitos alimentares e do estado nutricional de escolares da cidade de Rialma – GO e fez intervenções pedagógicas para incentivar os escolares a adotarem uma alimentação balanceada e saudável.

2. Referencial Teórico

2.1. Classificação dos Alimentos

Os alimentos podem ser classificados de acordo com seu modo de processamento. Para esse fim, adota-se uma medida de classificação por categorias que são estas divididas em quatro: *in natura* ou minimamente processados (1); preparações culinárias (2); os processados (3) e, os ultraprocessados (4).

Alimentos *in natura* são aqueles obtidos diretamente de plantas ou animais, como folhas e frutos ou ovos e leite, e adquiridos para consumo sem que tenham sofrido qualquer alteração após deixarem a natureza (MENEGASI et al. 2018). Já os alimentos minimamente processados são alimentos *in natura* submetidos a processos como remoção de suas partes não desejadas, secagem, e outros processos que não envolvem a adição de substâncias como sal, açúcar, óleos ou gorduras.

A segunda categoria corresponde a produtos extraídos de alimentos *in natura* ou diretamente da natureza e usados pelas pessoas para temperar e cozinhar alimentos e criar preparações culinárias. Exemplos desses produtos são os óleos, as gorduras, o açúcar e o sal (BRASIL, 2014). Os alimentos processados compõem a terceira categoria, como mencionado por Barcelos et al. (2014) são adicionados ao alimento *in natura*, sal, óleo, açúcar com a finalidade de melhorar a palatabilidade e durabilidade, como por exemplo as conservas ou salmoura.

Na quarta e última categoria estão os alimentos ultraprocessados que segundo o Guia Alimentar para a População Brasileira (BRASIL, 2014) são alimentos fabricados por indústrias de grande porte, que envolvem diversas etapas e técnicas de processamento e muitos ingredientes. Nesses alimentos são inclusos o sal, o açúcar, diversos tipos de óleos e gorduras, além de substâncias de uso exclusivamente industrial.

2.2. Hábitos Alimentares

Os termos “hábito” e “alimentar” são definidos por Aurélio (2008) como: hábito, a disposição adquirida pela repetição frequente de um ato, uso ou costume e, alimentar significa dar alimento, nutrir, sustentar, munir, abastecer. O glossário temático alimentação e nutrição (2013) traz a junção das duas definições como práticas alimentares saudáveis, segurança e qualidade dos alimentos.

Vaz e Bennemann (2014) salientam que o hábito alimentar é a resposta do indivíduo frente ao alimento, ficando caracterizado pela repetição desse ato. Assim, os autores corroboram com Klotz-Silva (2016) que afirmam que o hábito alimentar não pode ser restrito ao domínio individual, pois, uma vez inserido na cultura, o indivíduo é atravessado por disposições que o ultrapassam e o marcam de modo indelével.

2.3. Relação Entre a Escola e a Família na Alimentação do Escolar

Freitas e Sasaki (2011) ressaltam que as crianças têm o seu hábito alimentar formado pelo ambiente em que estão inseridas, recebendo influência desde o aleitamento. Ribeiro e Silva (2013) evidenciam que a influência dos pais deve ser observada, porque as crianças adquirem seus hábitos primeiramente em casa, a criança que convive com a família e tem uma alimentação diversificada, tem maiores chances de desenvolver hábitos saudáveis no futuro. Para mais, durante a infância, a instituição na qual o sujeito estuda pode exercer grande importância na formação dos hábitos de alimentação.

Santos (2017) salienta que o consumo de alimentos ultraprocessados no ambiente escolar reflete as mudanças sofridas no hábito alimentar das famílias brasileiras. Accioly (2009), afirma que a escola pode ser considerada espaço privilegiado para implantação de ações de promoção da saúde e desempenha papel fundamental na formação de valores, hábitos e estilos de vida, entre eles, o da alimentação, tendo como base práticas alimentares. Costa et al. (2018) ressaltam a necessidade de ações de promoção da saúde envolvendo pais e professores, direcionadas à conscientização de adolescentes sobre alimentação, comportamentos sedentários e o processo saúde/doença.

2.4. Intervenções Pedagógicas

Pereira et al. (2017) evidenciam a urgente necessidade de intervenções educativas, principalmente por programas de políticas públicas, para promover a adoção de práticas alimentares mais saudáveis. Entretanto Pietruszynski et al, (2010) relembrem as influências negativas:

Por outro lado, é bastante comum encontrar nos livros didáticos e de literatura infantis exemplos e informações sobre alimentos que induzem a aprendizagem, no entanto, alguns podem ser considerados inadequados à correta formação de hábitos alimentares. Por exemplo, demonstra-se a divisão fracionária em um bolo de chocolate ou em uma pizza; ou ainda, o estudo dos conjuntos é feito com porções de balas, pirulitos, chocolates e refrigerantes (PIETRUSZYNSKI et al, p. 225, 2010)

O Currículo Referência da Rede Estadual de Educação Goiás (BRASIL, 2016) apresenta a educação alimentar nas séries iniciais ocasionando um suporte sobre o assunto para os escolares. Entretanto, além de abordar o conteúdo na disciplina de Ciências, Pietruszynski et al. (2010) demonstram outra forma de orientação ao escolar. Os autores indicam que essa conscientização pode ser feita através do material didático, pois utilizar o alimento como instrumento pedagógico é uma oportunidade de tornar o conhecimento significativo para o aluno, afinal, o alimento é um elemento do cotidiano das crianças, permeado por diversas representações sociais e culturais.

3. Metodologia

Tratou-se de um estudo transversal aplicado em duas escolas municipais do Município de Rialma – GO com escolares do 5º ano do Ensino Fundamental I. O 5º ano foi propositalmente escolhido, pois é onde ocorre a transição do Fundamental I para o II. O presente trabalho foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Instituto Federal de Ciência e Tecnologia Goiano, sob parecer número 3.560.058 (Anexo I). Mediante a isso as escolas serão identificadas como escola A e B, obedecendo os critérios estabelecidos nos Termos de Consentimento e Assentimento Livre e Esclarecido (TCLE/TALE) (Apêndice A). Os termos foram entregues aos escolares (TALE) e seus responsáveis (TCLE).

As escolas participantes ofertam turmas no período matutino e vespertino, servindo o lanche as 09:30h para o matutino e 15:00 para o vespertino. A escola A, apresenta 54 escolares distribuídos em três turmas de 5º ano e a escola B possui 2 turmas com 27 alunos em cada, totalizando 108 escolares. Após o recolhimento do TCLE/TALE, os escolares participaram das intervenções listadas no Quadro I.

Quadro I: Intervenções realizadas com os escolares e seus objetivos.

Intervenção	Objetivo
Aplicação do questionário (Apêndice B)	Este foi lido em voz alta para as turmas. Durante a leitura, cada questão foi explicada e os escolares responderam concomitante a leitura se acreditavam que sua alimentação era ou não saudável (marcando sim ou não) e, aqueles que acreditavam que seus hábitos alimentares eram parcialmente saudáveis marcaram as duas opções.
Roda de conversa	Observar quais conhecimentos prévios o escolar possui através de perguntas, e sanar as dúvidas sobre o assunto, além de esclarecer conceitos errôneos que o escolar possa ter.
Análise de rótulo	Observar os ingredientes presentes nos alimentos ultraprocessados, principalmente bolacha, salgadinho de

	milho, refrigerante, entre outros e explicar aos alunos o que são estes ingredientes.
Cálculo do IMC	Através dos cálculos do IMC obter o estado nutricional dos escolares

Fonte: Elaborado pela autora.

4. Resultados e Discussão

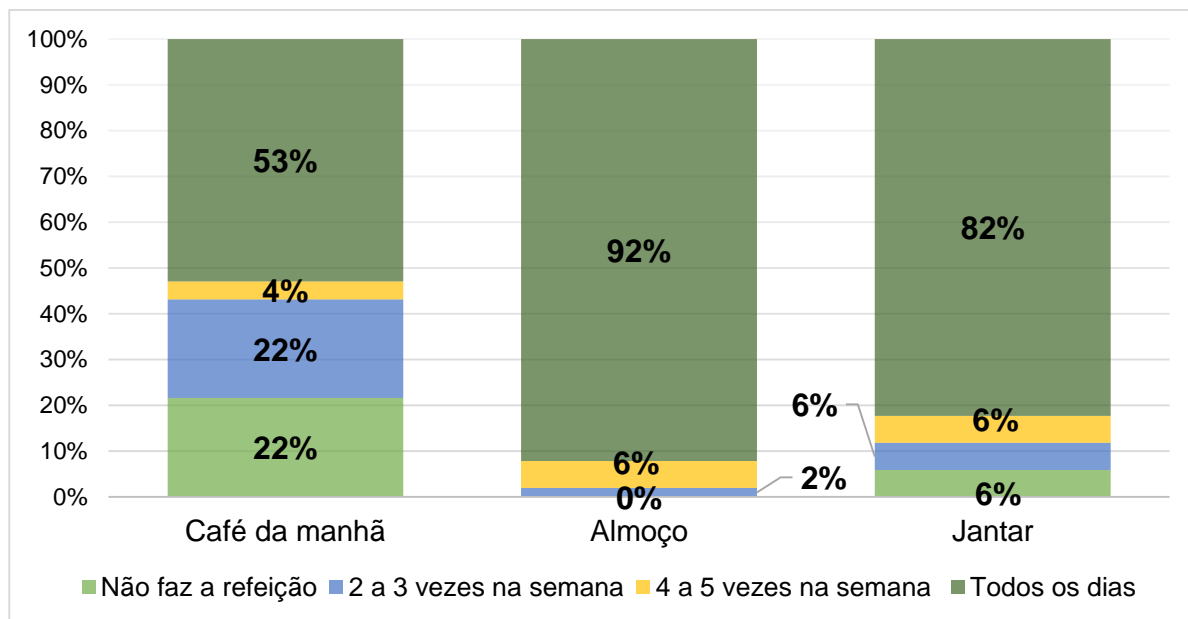
Foram entregues aos 108 escolares os TCLEs/TALEs porém apenas 51 estudantes foram autorizados a participar. Na escola A não houve justificativa ou sugestão por parte das docentes acerca dos motivos da não autorização pelos responsáveis; ao contrário da escola B onde as docentes salientaram o receio dos pais sobre a concessão dos números dos documentos necessários como Cadastro de Pessoas Físicas (CPF) para preencher o termo. Também, houve a afirmação de que os responsáveis de alguns alunos são analfabetos.

Os resultados obtidos demonstram que 35% dos escolares acreditam que possuem uma alimentação saudável, 53% acreditam que é parcialmente saudável e 12% não acreditam que sua alimentação seja saudável.

O Guia Alimentar para a População Brasileira (BRASIL, 2014) determina que as principais refeições do dia são o café da manhã, o almoço, o jantar e as pequenas refeições. Os autores ainda ressaltam a importância destas pequenas refeições para complementar a alimentação das crianças e adolescentes. De acordo com os dados é possível perceber que 14% dos escolares fazem apenas três refeições diárias, 38% quatro refeições, 18% cinco refeições e 30% seis ou mais refeições durante o dia.

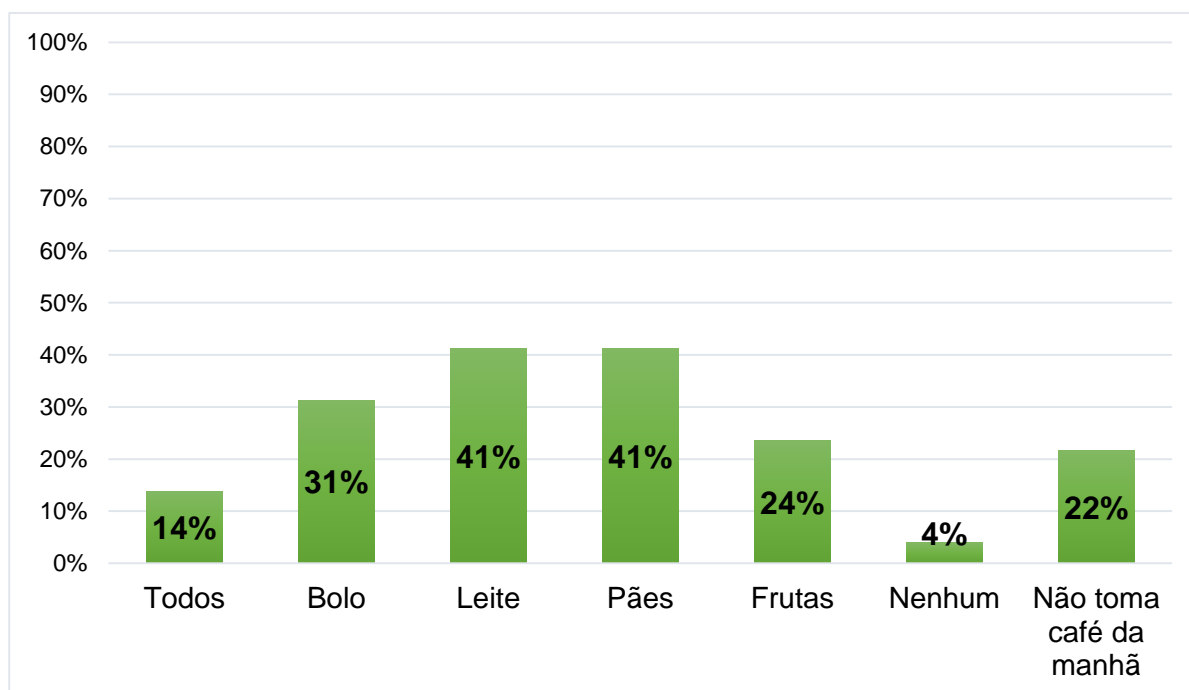
Trancoso et al. (2010) evidenciam que existe uma relação positiva entre o consumo frequente e adequado do café da manhã com o baixo risco de sobrepeso e obesidade, bem como com a melhoria no rendimento escolar. Mediante os resultados observados no gráfico 1 é possível verificar que das três refeições base, 22% dos escolares não consomem o café da manhã, enquanto apenas 53% dos escolares fazem esta refeição todos os dias. Já em relação ao almoço, 92% dos escolares almoçam todos os dias e 82% fazem a última refeição fundamental que é o jantar

Gráfico 1: Quantidade de refeições feitas durante a semana



Fonte: Elaborado pela autora

Gráfico 2: Alimentos consumidos no café da manhã dos escolares.



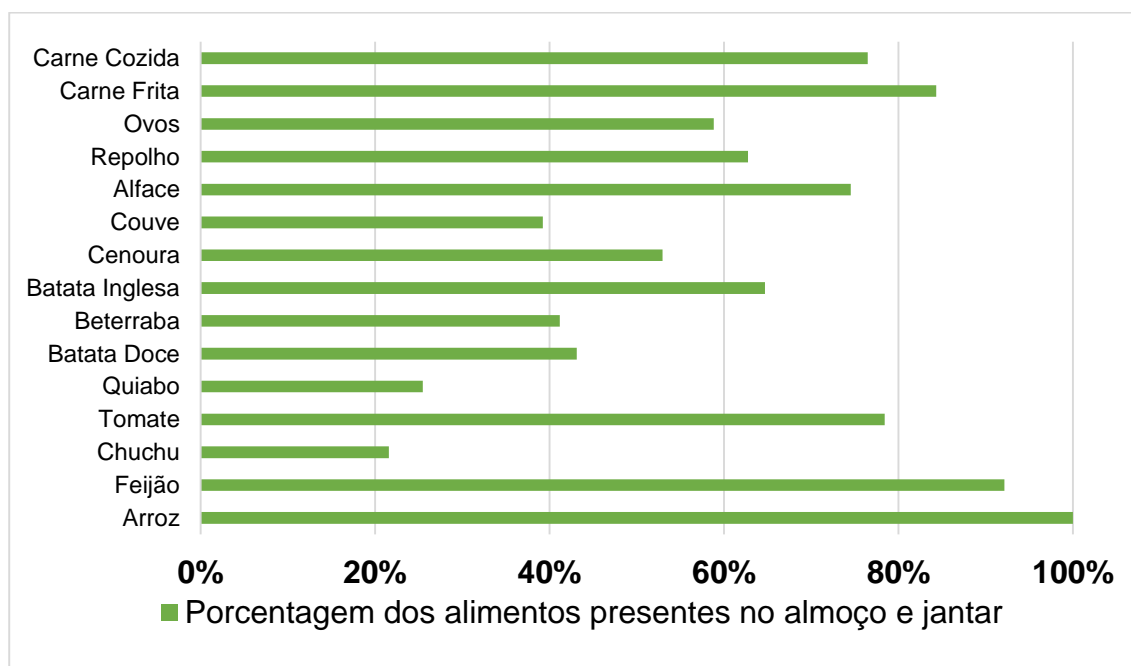
Fonte: Elaborado pela autora

Guimarães (2014) salienta que o consumo habitual de café da manhã está associado ao maior consumo de nutrientes como fibras, vitamina A, cálcio, vitamina C, zinco e ferro. Os dados apresentados no gráfico 2 ressaltam que 41% dos

escolares consomem leite e pães, e 24% frutas, que são as principais fontes de boa parte destes nutrientes. O percentual de 22% dos escolares não realizam esta refeição, que completa os micronutrientes importantes para o crescimento, tendo em vista que crianças que omitem o café da manhã tendem a não compensar o reduzido consumo de micronutrientes em outras refeições (GUIMARÃES, 2014).

No gráfico 3 é possível observar que 100% dos escolares consomem arroz e 92% feijão, ou seja existe uma relação entre no consumo dos dois alimentos associados. Cunha (2014) ressalta que mesmo que o feijão seja rico proteínas, suas proteínas são incompletas. Mas, ao associar-se com o arroz, constitui uma refeição capaz de completar a aquisição dos aminoácidos essenciais, tornando-se um excelente alimento.

Gráfico 3: Alimentos consumidos pelos escolares no almoço e jantar



Fonte: Elaborado pela autora

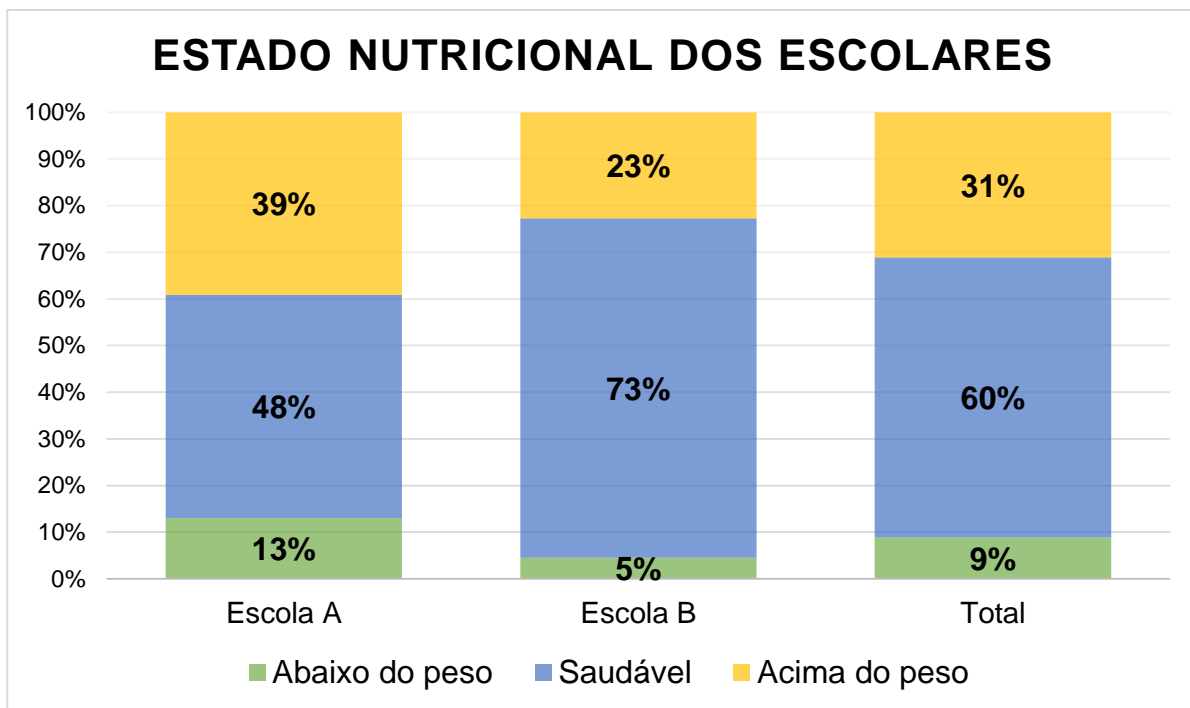
Visto que 75% dos escolares consomem salada, o que é benéfico, pois a salada traz “benefícios que uma criança necessita, auxilia no desenvolvimento, prevenções de doenças como a anemia e controle de apetite, além de proporcionar vitaminas e minerais necessárias para o bom funcionamento do organismo” (SANTANA, 2019).

Após a aplicação dos questionários, realizou-se uma roda de conversa que contou com a participação ativa dos escolares. Durante os diálogos, os estudantes sempre indagavam sobre alimentos específicos, perguntando se ele era ou não saudável. Em algumas situações, foi possível conduzir o escolar a chegar por conta própria à conclusão se o alimento era ou não saudável a partir da análise de sua composição. Silva e Silva (2018) salientam que a promoção de espaços para debate e reflexão aguçam nos alunos indagações e reformulações a respeito dos processos que levam os sujeitos a consumirem alimentos industrializados sem crítica. Além disto, também proporciona a atenção de julgar seus hábitos e poder se afastar de culturas alimentares de seu país que não sejam saudáveis.

Ao analisar o rótulo de alguns alimentos como bolacha recheada, salgadinho de milho e refrigerante, a definição de alguns ingredientes, cuja nomenclatura não era compreensível ao escolar, foi explicada, e observou-se uma preocupação por parte de alguns escolares pela quantidade de gordura e açúcar contida nos alimentos analisados. Silva e Silva (2016) destacam que esses debates reforçaram a crítica em torno dos ingredientes que estão, em diversos alimentos industrializados, mascarados sob nomes técnicos e de difícil compreensão para a maioria da população.

Posteriormente, calculou-se o estado nutricional dos escolares. Este foi feito pela aferição do Índice de Massa Corporal (IMC), calculado pelo aplicativo IMC Calculadora (Appovo), disponível para aparelhos smartphones Android a partir da versão 1.4.13. Os resultados dispostos no gráfico 7 demonstram que 31% dos escolares apresentaram sobrepeso/obesidade. Barbieri et al. (2010) em seu estudo, avaliara 407 escolares de seis a 11 anos de um município do RS e observaram que 13% dos escolares apresentaram sobrepeso e 9% obesidade. Nosso estudo verificou que, em relação ao estado nutricional baseado no cálculo do IMC, 60% dos escolares estão saudáveis, resultado semelhante ao de Bertine (2010) que obteve um percentual de 63% de escolares saudáveis na cidade de Indaial SC.

Gráfico 4: Estado nutricional dos escolares



Fonte: Elaborado pela autora

Considerações Finais

Mediante aos resultados deste estudo, não se pode afirmar que os hábitos alimentares dos escolares são ou não saudáveis. Entretanto, foi possível perceber que a maioria dos escolares possui uma alimentação adequada e mediante as intervenções realizadas foi possível despertar um novo olhar alimentar nos escolares, visto a quantidade de perguntas feitas por eles.

Antes do cálculo do IMC, alguns escolares afirmaram estar acima do peso. Não obstante, o resultado afirmou que os mesmos estavam saudáveis, ou seja, os escolares possuem consciência de que consomem alimentos não saudáveis, porém, não havia consciência das consequências de tal ato. Os números referentes a escolares acima do peso é preocupante pois se houver uma evolução no comportamento não saudável do indivíduo existe uma tendência de que a doença possa evoluir e desenvolver danos irreparáveis a sua saúde física e mental, ressaltando assim a importância de intervenções que conscientize o escolar sobre seus hábitos alimentares.

5. Referências Bibliográficas

ACCIOLY, E. A escola como promotora da alimentação saudável. **Revista Ciência em Tela**, 2009.

BAHIA, L. R.; ARAÚJO, D. V. Impacto econômico da obesidade no Brasil. **Revista HUPE**, Rio de Janeiro, 2014.

BARCELOS, G. T.; RAUBER, F.; VITOLO, M. R. Produtos processados e ultraprocessados e ingestão de nutrientes em crianças. **Revista Ciência & Saúde**, Porto Alegre, 2014.

BERTINR, L.; MALKOWSKI J.; ZUTTERL. C. I.; ULBRICHA. Z. Estado nutricional, hábitos alimentares e conhecimentos de nutrição em escolares. **Revista Paulista de Pediatria**, São Paulo, 2010.

BARBIERI, B. D. K.; REMPEL, C.; BOSCO, M. D. S. Prevalência de sobrepeso e obesidade em escolares entre 6 e 11 anos de um município do interior do RS. **ConScientiae Saúde**, São Paulo, 2010.

BRASIL. Módulo PNAE. **Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. Secretaria de Educação a Distância** – 2.ed., atual. – Brasília, 2008.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia alimentar para a população brasileira / **Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica**. – 2. ed., 1. reimpr. – Brasília, 2014.

BRASIL. Currículo Referência da Rede Estadual de Educação Goiás. **Secretaria de Estado da Educação, Governo de Goiás**, 2016.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria-Executiva. Glossário temático: alimentação e nutrição. 2. ed. Brasília: **Ministério da Saúde**, 2013.

BORGES, G. R.; MENDES, R. C. D.; MOREIRA, D. O. S. Estado nutricional de pré-escolares de escolas públicas e particulares de dourados/ms. **Interbio**, 2013.

COSTA, C.S.; FLORES, T. R.; WENDT, A.; NEVES, R. G.; ASSUNÇÃO, M. C. F.; SANTOS, I. S. Comportamento sedentário e consumo de alimentos ultraprocessados entre adolescentes brasileiros: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), 2015, **Cadernos de Saúde Pública**, 2018.

CUNHA, L. F. A Importância de uma Alimentação Adequada na Educação Infantil. **Monografia (Especialização em Ensino de Ciências). Universidade Tecnológica Federal do Paraná**, Medianeira, 2014.

DANELON, A. M. S.; DANELON, M. S.; SILVA, M. V. Serviços de alimentação destinados ao público escolar: análise da convivência do Programa de Alimentação Escolar e das cantinas. **Segurança Alimentar e Nutricional**, Campinas, 2006.

FREITAS, K; SASAKI, M; Educação nutricional na infância: intervenção em um centro de educação infantil municipal em dourados – ms. **Revista Vita et sanitas**, Trindade, 2011.

GUIMARÃES, A..C. V. T. Consumo e qualidade do café da manhã de pré-escolares. **Dissertação (Mestrado) – Universidade Federal de Goiás, Faculdade de Nutrição**, Goiânia, 2014.

KLOTZ-SILVA, J.; PRADO, S. D. SEIXAS, C. M. Comportamento alimentar no campo da Alimentação e Nutrição: do que estamos falando?. **Physis Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, 2016.

LOUREIRO, I. Importância da educação alimentar: o papel das escolas promotoras de saúde. **Revista portuguesa de saúde pública**, v. 22, n. 2 2004.

MENEGASI, B.; ALMEIDA, J. B. OLIMPIO, M. Y. M.; BRUNHARO, M. S. M.; LANGA F. R. A nova classificação de alimentos: teoria, prática e dificuldades. **Ciência & Saúde Coletiva**, 2018.

PEDRAZA, D. F; SILVA, F.A; MELO, N.S; ARAUJO, E. M. N; SOUSA, C. P. C; Estado nutricional e hábitos alimentares de escolares de Campina Grande, Paraíba, Brasil, **Ciência & Saúde Coletiva**, 2017.

PEREIRA, T. S.; PEREIRA. R. C.; ANGELIS-PEREIRA, M. C. Influência de intervenções educativas no conhecimento sobre alimentação e nutrição de adolescentes de uma escola pública. **Ciência & Saúde Coletiva**, 2017.

PIETRUSZYNSKI E. B. ALBIERO K. A. PÖPPER G. TEIXEIRA P. F. Práticas pedagógicas envolvendo a alimentação no ambiente escolar: apresentação de uma proposta. **Revista Teoria e Prática da Educação**, 2010.

RIBEIRO, G. N. M.; SILVA, J. B. A alimentação no processo de aprendizagem. **Revista Eventos Pedagógicos**, 2013.

SANTANA, K. R.; ADAMS, F. W.; NUNES, S. M. T. Hábitos Alimentares Saudáveis com Alunos da Educação Fundamental 1: Sondagem e Intervenção. **II Congresso Nacional de Ensino de Ciências e Formação de Professores**, 2019.

SANTOS, C.B. Consumo de ultraprocessados por escolares: revisão de literatura. **UERJ**, 2017.

SILVA, M. C. C. B.; SILVA, A. C.B. Debate sobre culturas alimentares: conversas em torno da cultura alimentar brasileira. **Revista Latino-Americana de Estudos em Cultura e Sociedade**, 2018.

SILVA, M. C. C. B.; SILVA, A. C.B. Ações educativas em políticas públicas de alimentação. **Revista Interdisciplinar da PUC Minas no Barreiro**, Belo Horizonte, v. 6, n. 11, 2016.

TRANCOSO, S. C.; CAVALLI, S. B.; PROENÇA, R. P. C. Café da manhã: caracterização, consumo e importância para a saúde. **Revista de Nutrição**, Campinas, 2010.

VAZ, D. S. S.; BENNEMANN, R. M. Comportamento alimentar e hábito alimentar: Uma revisão. **Revista uningá review**, v.20, n.1, 2015.

ANEXO I

PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: Investigação dos hábitos alimentares dos escolares do 5º ano do Ensino Fundamental I de Rialma - GO: uma intervenção possível **Pesquisador:** Renata Rolins da Silva Oliveira **Área Temática:**

Versão: 1

CAAE: 18116319.7.0000.0036

Instituição Proponente: INSTITUTO FEDERAL DE EDUCACAO, CIENCIA E TECNOLOGIA GOIANO **Patrocinador Principal:** Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 3.560.058

Apresentação do Projeto:

"Atualmente é possível observar um elevado aumento do índice de obesidade e doenças provocadas por uma má alimentação como o diabetes e a hipertensão entre os adultos e os números, não muito diferente das crianças. Diante desta realidade propõe-se um projeto de intervenção intitulado Investigação dos hábitos alimentares dos escolares do 5º ano do Ensino Fundamental I de Rialma – GO: uma intervenção possível, com o objetivo de conscientizar os escolares sobre os efeitos de uma alimentação desregulada e os benefícios de uma alimentação balanceada de uma forma lúdica, e o diagnóstico de seus hábitos alimentares através de um questionário."

Objetivo da Pesquisa:

Objetivo Primário:

"O projeto "Os hábitos alimentares dos escolares do 5º ano do Ensino Fundamental I de Rialma – GO: uma intervenção possível", busca descobrir os

principais alimentos consumidos por estes escolares e também promover a conscientização e adoção de boas práticas alimentares e nutricional pelos escolares.

Objetivo Secundário:

- Investigar os hábitos alimentares dos estudantes do 5º ano do Ensino Fundamental 1 das escolas públicas da cidade de Rialma – Goiás.
- com os resultados dessa investigação pretende-se sensibilizar os estudantes sobre os riscos de uma alimentação desequilibrada.
- Visa fornecer informações sobre uma alimentação saudável e quais alimentos não o são.
- Trabalhar a construção de hábitos alimentares saudáveis, a partir do conhecimento que o aluno possui de uma forma lúdica."

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Relata-se: "

"o participante da pesquisa pode se sentir desconfortável com o que for dito sobre alimentação em geral, pode se sentir incomodado ou constrangido.

Benefícios:

A conscientização do indivíduo em uma fase crucial de sua formação o que pode acarretar uma mudança em seus hábitos alimentares, que vão acompanhá-lo por toda a vida." Parecer: Atende a legislação.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

4.1 - Tema e Objeto da Pesquisa : Relata-se:"A alimentação é uma das principais determinantes da saúde e traduz as condições de vida de cada um, o contexto em que se move, a cultura que perfilha. Sendo um traço de identidade, é também o reflexo das pressões sociais (LOUREIRO, 2004). Atualmente é possível observar um aumento significativo da obesidade infantil como salienta Danelon (2006), que estudos epidemiológicos têm registrado um crescimento da prevalência de obesidade entre esses indivíduos (crianças e adolescentes). Entretanto sabe-se que a desnutrição é um dos problemas mais antigos de saúde pública e traz muitas preocupações, visto que reduz as defesas orgânicas, favorecendo a instalação e agravamento de infecções, que levam à diminuição do apetite agravando o estado de desnutrição (FREITAS, 2011). Para Borges (2013) quanto mais cedo se identifica os problemas relacionados com a alimentação e suas consequências tais como: o sobrepeso, obesidade, desnutrição e baixa estatura, mais adequada serão as intervenções utilizadas para a mudança destes distúrbios. Ribeiro e Silva (2013) afirma que:Sabe-se que a criança que é bem alimentada mostra disposição, desenvolvimento em suas habilidades. Neste sentido a alimentação acaba sendo significativa para a contribuição do desenvolvimento da criança tanto na escola como na sociedade, como por exemplo, as crianças terem hábitos mais saudáveis, praticarem exercícios físicos, brincarem com seus amigos, os ajuda no seu aprendizado também, onde o principal foco é a alimentação de qualidade e suas contribuições para a criança (RIBEIRO; SILVA, pag. 77, 2013) Diante dos fatos mencionados objetiva-se com este projeto realizar um levantamento dos hábitos

alimentares dos escolares da cidade de Rialma e realizar intervenções pedagógicas que aproxime o aluno a uma alimentação balanceada e saudável.”

4.2 - Relevância Social e objetivos da pesquisa :

Relata-se: “A conscientização do indivíduo em uma fase crucial de sua formação o que pode acarretar uma mudança em seus hábitos alimentares, que vão acompanhá-lo por toda a vida.” "Objetivo Primário: O projeto “Os hábitos alimentares dos escolares do 5º ano do Ensino Fundamental I de Rialma – GO: uma intervenção possível”, busca descobrir os principais alimentos consumidos por estes escolares e também promover a conscientização e adoção de boas práticas alimentares e nutricionais pelos escolares.

Objetivo Secundário:

- Investigar os hábitos alimentares dos estudantes do 5º ano do Ensino Fundamental 1 das escolas públicas da cidade de Rialma – Goiás.- com os resultados dessa investigação pretende-se sensibilizar os estudantes sobre os riscos de uma alimentação desequilibrada.
- Visa fornecer informações sobre uma alimentação saudável e quais alimentos não o são. • Trabalhar a construção de hábitos alimentares saudáveis, a partir do conhecimento que o aluno possui de uma forma lúdica.”

4.3- Metodologia, incluindo local, população e amostra, métodos de coleta :

Relata-se: “O presente projeto será aplicado na Escola Municipal João Zeferino Dutra no Município de

Rialma – GO com os escolares do 5º ano do Ensino Fundamental I, pois é onde ocorre a transição do Fundamental I para o II, onde será iniciado com uma reunião juntamente com a coordenação da escola para informações sobre o projeto e autorização da aplicação do projeto, em seguida será explicado aos alunos sobre o que é o projeto, o Termo de Consentimento e Assentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e o Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE) que eles levarão para seus responsáveis, onde estará explícito a confidencialidade da identidade de cada escolar afirmando que não será divulgado nenhum dado pessoal do escolar garantindo a privacidade de todos os envolvidos. Na semana seguinte será recolhido o termo e aplicado o questionário, que irá conter perguntas objetivas de múltipla escolha com o objetivo de fazer um levantamento do conhecimento que o escolar

possui sobre alimentação saudável e também perguntas sobre a alimentação do dia a dia do escolar e sua família, onde os escolares estarão dispostos em filas individuais garantindo mais privacidade ao aluno. Será feito uma roda de conversa com os alunos sobre alimentação e a análise de rótulos dos alimentos mais consumidos e na semana seguinte, o cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC) de cada aluno, onde individualmente cada aluno será informado sobre o resultado do seu IMC. De acordo com a disponibilidade de horário da escola será produzido pelos alunos uma pirâmide alimentar ou aplicado um jogo didático e ao final do projeto será produzido um artigo científico e divulgado através da publicação em revista científica a escolhe ” Local de realização da pesquisa: A pesquisa será realizada na Escola Municipal João Zeferino Dutra município de Rialma – GO. População a ser estudada: Escolares de faixa etária 10 a 12 anos de idade dos sexo feminino e masculino”.

Parecer: Atende a legislação.

4.4- Avaliação do processo de consentimento ou de obtenção do TCLE :

Relata-se: “O presente projeto será aplicado na Escola Municipal João Zeferino Dutra no Município de Rialma – GO com os escolares do 5º ano do Ensino Fundamental I, pois é onde ocorre a transição do Fundamental I para o II, onde será iniciado com uma reunião juntamente com a coordenação da escola para informações sobre o projeto e autorização da aplicação do projeto, em seguida será explicado aos alunos sobre o que é o projeto, o Termo de Consentimento e Assentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e o Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE) que eles levarão para seus responsáveis, onde estará explícito a confidencialidade da identidade de cada escolar afirmando que não será divulgado nenhum dado pessoal do escolar garantindo a privacidade de todos os envolvidos. Na semana seguinte será recolhido o termo e aplicado o questionário, que irá conter perguntas objetivas de múltipla escolha com o objetivo de fazer um levantamento do conhecimento que o escolar possui sobre alimentação saudável e também perguntas sobre a alimentação do dia

a dia do escolar e sua família, onde os escolares estarão dispostos em filas individuais garantindo mais privacidade ao aluno. ”

Parecer: Atende a legislação.

4.5- Garantias Éticas aos Participantes da Pesquisa :

Relata-se: “a pesquisa será feita sem a divulgação dos nomes dos participantes, as únicas pessoas que vão ter acesso aos nomes será a equipe executora, o participante pode optar por não participar da pesquisa ou desistir durante a pesquisa sem nenhum problema.” Parecer: Atende a legislação.

4.6- Critérios de Inclusão e Exclusão

Relata-se: “serão incluídos na pesquisa os estudantes do 5º ano da Escola João Zeferino Dutra e excluído da pesquisa os que não forem”.

Parecer: Atende a legislação. Salienta-se que esses critérios deverão ser mais explicitados, por exemplo: critérios de inclusão: "alunos que entregarem os documentos (TALE E TCLE) devidamente preenchidos.

4.7- Critérios de Encerramento ou Suspensão da Pesquisa

Relata-se: "Caso algum membro da equipe executora venha a óbito uma reunião será feita para decidir encerrar ou não a pesquisa."

Parecer: Atende a legislação.

4.8- Resultados do Estudo

Relata-se: “Será feito uma roda de conversa com os alunos sobre alimentação e a análise de rótulos dos alimentos mais consumidos e na semana seguinte, o cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC) de cada aluno, onde individualmente cada aluno será informado sobre o resultado do seu IMC. De acordo com a disponibilidade de horário da escola será produzido pelos alunos uma pirâmide alimentar ou aplicado um jogo didático e ao final do projeto será produzido um artigo científico e divulgado através da publicação em revista científica a escolher.”

Parecer: Atende a legislação. Salienta-se que o resultado do estudo é aquele dado a comunidade estudada. No projeto detalhado fica claro como se dará a divulgação do resultado, porém esses dados não foram colocados no item "resultados do estudo".

Página 05 de

Parecer: Atende a legislação.

4.9- Divulgação dos Resultados

Relata-se: “o artigo será publicado em uma revista científica ainda a escolher e se for adequado em eventos científicos promovidos pelo IF Goiano” Parecer: Atende a legislação.

4.10- Cronograma

Relata-se: Atende a legislação.

4.11- Orçamento

Parecer: Atende a legislação.

4.12- Compatibilidade entre currículos dos pesquisadores e a pesquisa Parecer: Há compatibilidade.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

5.1- Folha de rosto :

Dúvida: Devidamente preenchida.

5.2- TCLE e TALE :

Parecer: Atende a legislação.

5.3- Termo de Compromisso :

Parecer: Atende a legislação.

5.4 - Termo de Anuência da Instituição Coparticipante.

Parecer: Atende a legislação.

5.5- O projeto detalhado :

Parecer: Atende a legislação.

Página 06 de

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Prezado Pesquisador, o CEP IF Goiano aprova seu projeto. Caso haja alguma modificação, solicitamos que seja inserida uma emenda para avaliação. Ao final da pesquisa, insira uma notificação na plataforma, anexando o relatório final. O prazo para envio de relatório final será de no máximo 60 dias após o término da pesquisa.

Explicitar no projeto detalhado os procedimentos referente a guarda dos documentos, isto é, o tempo de guarda que é de no mínimo 5 anos e detalhamento do descarte.

Considerações Finais a critério do CEP:**Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:**

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_1321970.pdf	31/07/2019 05:51:03		Aceito
Outros	Questionario.pdf	31/07/2019 05:50:05	Renata Rolins da Silva Oliveira	Aceito
Outros	CurriculoLarissadeOliveiraSilva.pdf	31/07/2019 05:46:54	Renata Rolins da Silva Oliveira	Aceito
Outros	CurriculoLattesRenataRolinsdaSilvaOliveira.pdf	31/07/2019 05:46:13	Renata Rolins da Silva Oliveira	Aceito
Cronograma	Cronograma.pdf	31/07/2019 05:37:54	Renata Rolins da Silva Oliveira	Aceito
Declaração de Instituição e Infraestrutura	termosdaescola.pdf	31/07/2019 05:33:01	Renata Rolins da Silva Oliveira	Aceito
Declaração de Pesquisadores	Declaracaodopesquisador.pdf	31/07/2019 05:31:21	Renata Rolins da Silva Oliveira	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	Projetodetalhado.pdf	24/04/2019 18:04:21	Renata Rolins da Silva Oliveira	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLETALE.pdf	24/04/2019 17:19:50	Renata Rolins da Silva Oliveira	Aceito
Folha de Rosto	FolhadeRosto.pdf	24/04/2019 16:58:08	Renata Rolins da Silva Oliveira	Aceito

Página 07 de

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

GOIANIA, 06 de Setembro de 2019

Assinado por:
Roberto Takashi Sanda
(Coordenador(a))

APÊNDICE A

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)

Você, _____, pai, mãe
ou _____ responsável pelo _____ estudante
_____ que está sendo convidado
convidado(a) como voluntário(a) a participar da pesquisa intitulada “Investigação dos hábitos alimentares dos escolares do 5º ano do Ensino Fundamental I de Rialma – GO: uma intervenção possível”. Após receber os esclarecimentos e as informações a seguir, no caso de permitir que o escolar participe estudo, este documento deverá ser assinado em duas vias, sendo a primeira de guarda e confidencialidade do Pesquisador (a) responsável e a segunda ficará sob sua responsabilidade para quaisquer fins.

Em caso de recusa, você não será penalizado (a) de forma alguma. Em caso de dúvida sobre a pesquisa, você poderá entrar em contato com o (a) pesquisador (a) responsável Renata Rolins da Silva Oliveira através do telefone: (62) 985468624 ou através do e-mail renata.rolins@ifgoiano.edu.br. Em caso de dúvida sobre a ética aplicada a pesquisa, você poderá entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa do Instituto Federal Goiano (situado na Rua 88, nº310, Setor Sul, CEP 74085-010, Goiânia, Goiás. Caixa Postal 50) pelo telefone: (62) 9 9226 3661 ou pelo email: cep@ifgoiano.edu.br.

1. Justificativa, os objetivos e procedimentos: A presente pesquisa é motivada pelo aumento significativo da obesidade infantil, onde torna-se necessário um diagnóstico dos hábitos alimentares dos escolares, possibilitando a aplicação de ações de intervenção que motive os escolares a adoção por boas práticas alimentares.

O objetivo desse projeto é descobrir os principais alimentos consumidos pelos escolares e também promover a conscientização e adoção de boas práticas alimentares e nutricionais. Para a coleta de dados será utilizado um questionário com perguntas objetivas de múltipla escolha.

2. Desconfortos, riscos e benefícios: Os riscos inerentes a você, participante, são: se sentir desconfortável com o que for dito sobre alimentação, sendo que no máximo, pode se sentir incomodado ou constrangido. Os benefícios oriundos de sua participação serão: a conscientização do indivíduo em uma fase crucial de sua formação o que pode acarretar uma mudança em seus hábitos alimentares, que vão acompanhá-lo por toda a vida.

3. Forma de acompanhamento e assistência: Será assegurada a garantia de assistência integral em qualquer etapa do estudo. Você terá acesso aos profissionais responsáveis pela pesquisa para esclarecimento de eventuais dúvidas.

4. Garantia de esclarecimento, liberdade de recusa e garantia de sigilo: Você será esclarecido(a) sobre a pesquisa em qualquer tempo e aspecto que desejar, através dos meios citados acima. Você é livre para recusar-se a participar, retirar seu consentimento ou interromper a participação a qualquer momento, sendo sua participação voluntária e a recusa em participar não irá acarretar qualquer penalidade.

O(s) pesquisador(es) irá(ão) tratar a sua identidade com padrões profissionais de sigilo e todos os dados coletados servirão apenas para fins de pesquisa. Seu nome ou o material que indique a sua participação não será liberado sem a sua permissão. Você não será identificado(a) em nenhuma publicação que possa resultar deste estudo.

5. Custos da participação, ressarcimento e indenização por eventuais danos: Para participar deste estudo você não terá nenhum custo nem receberá qualquer vantagem financeira. Caso você sofra algum dano decorrente dessa pesquisa, os pesquisadores garantem indenizá-lo por todo e qualquer gasto ou prejuízo.

Termo para o responsável da criança:

Ciente e de acordo com o que foi anteriormente exposto,
eu _____ CPF _____

_____ estou de acordo que a criança ou adolescente sob minha responsabilidade _____ participe da pesquisa intitulada “Investigação dos hábitos alimentares dos escolares do 5º ano do Ensino Fundamental I de Rialma – GO: uma intervenção possível”, de forma livre e espontânea, podendo retirar a qualquer meu consentimento a qualquer momento.

_____, de _____ de 20____

Assinatura do responsável pela pesquisa

Assinatura do responsável da criança

Você _____ está sendo convidado a participar da pesquisa “Investigação dos hábitos alimentares dos escolares do 5º ano do Ensino Fundamental I de Rialma – GO: uma intervenção possível” sob responsabilidade do pesquisador Renata Rolins da Silva Oliveira. Seus pais ou responsáveis sabem de tudo o que vai acontecer na pesquisa (riscos e benefícios) e permitiram que você participe.

O objetivo desse projeto é descobrir os principais alimentos consumidos pelos escolares e também promover a conscientização e adoção de boas práticas alimentares e nutricionais. Para a coleta de dados será utilizado um questionário com perguntas objetivas de múltipla escolha. Você não é obrigado(a) a participar e poderá desistir sem problema nenhum. Você só participa se quiser. As crianças que irão participar desta pesquisa têm entre 09 a 10 anos de idade.

Para isso, será realizado a aplicação de um questionário em seguida uma roda de conversa onde falaremos sobre o alimentação saudável e demais temas relacionados, a construção de uma pirâmide alimentar ou um jogo, uma análise dos rótulos de alimentos industrializado e Cálculo de Índice de Massa Corporal. Esta pesquisa será realizada para descobrir como os alunos se alimentam e o que eles sabem sobre alimentação saudável além de informar aos estudantes o que é uma alimentação adequada e balanceada. Porém, podem acontecer de o você se sentir desconfortável com o que for falado Caso aconteça algo errado, nos procure pelo telefone (62) 985468624 ou pelo e-mail renata.rolins@ifgoiano.edu.br

Ninguém saberá que você está participando da pesquisa; não falaremos a outras pessoas, nem daremos a estranhos as informações que você nos der. Os resultados da pesquisa vão ser publicados em forma de artigo em revista científica, mas sem identificar as crianças que participaram.

ACEITO PARTICIPAR DA PESQUISA

NÃO ACEITO PARTICIPAR DA PESQUISA

Termo para o aluno:

Ciente e de acordo com o que foi anteriormente exposto, eu

_____, estou de acordo em participar da pesquisa intitulada “Investigação dos hábitos alimentares dos escolares do 5º ano do Ensino Fundamental I de Rialma – GO: uma intervenção possível”, de forma livre e espontânea, podendo retirar a qualquer meu consentimento a qualquer momento.

_____, de _____ de 20____

Assinatura do responsável pela pesquisa

Assinatura do participante

APÊNDICE B

Ministério da Educação
Secretária de Educação Profissional e Tecnológica
Instituto Federal Goiano – Campus Ceres

Nome: _____

Idade: _____

Questionário

1 – Você acredita que a sua alimentação é saudável?

() sim () não

2 – Quantas vezes você se alimenta por dia?

() 3 vezes () 4 vezes

() 5 vezes () 6 vezes ou mais

3 – Quantas vezes por semana você toma café da manhã?

() Não tomo café da manhã () Todos os dias

() 2 a 3 vezes na semana () 4 a 5 vezes na semana

4 – Quais destes alimentos está presente no seu café da manhã?

() Não tomo café da manhã () Todos

() Nenhum () Frutas

() Leite () Bolo

() Pães

5 – Quantas vezes por semana você almoça?

- não almoça Todos os dias
 2 a 3 vezes na semana 4 a 5 vezes na semana

6 – Quais destes alimentos estão presentes em suas refeições?

- Arroz Feijão Carne cozida Carne Frita
 Chuchu Beterraba Alface Salada
 Batata Doce Cenoura Quiabo Batatinha
 Tomate Couve Repolho Ovo

7 – Quantas vezes por dia você normalmente comeu frutas ou salada de frutas?

- Não comi frutas nos últimos 30 dias
 Menos de uma vez por dia (não comi todos os dias) 1 vez por dia
 2 vezes por dia 3 vezes por dia 4 vezes por dia ()
5 ou mais vezes por dia

8 – Quantas vezes por dia você normalmente comeu legumes ou verduras, tais como alface, abóbora, brócolis, cebola, cenoura, chuchu, couve, espinafre, pepino, tomate etc.?

- Não comi legumes ou verduras nos últimos 30 dias
 Menos de uma vez por dia (não comi todos os dias) 1 vez por dia
 2 vezes por dia 4 vezes por dia 5 ou mais vezes por dia

9 – Você consome refrigerante quantas vezes por semana?

- Não consome 2 vezes por semana
 4 vezes por semana Todos os dias

10 – Com que frequência você come doces como balas, bolacha recheada, refrigerante, chocolate entre outros?

Não consome doces Apenas um doce por dia

3 doces por dia 5 doces ou mais por dia

11 – O que você costuma lanchar durante o dia?

Bolacha recheada Frutas Bolos

Salgadinho de milho Salgado frito

12 – Quantas vezes você janta durante a semana?

Não janto 2 vezes na semana

4 vezes na semana Todos os dias

13 – Circule os alimentos que você considera saudáveis

Refrigerante
Milho

mel

Alface

Danone

Salgadinho de milho
Açúcar

Banana

bolacha

recheada