

## **AVALIAÇÃO NUTRICIONAL EM ADOLESCENTES DE UMA ESCOLA PRIVADA DE PORTO ALEGRE**

Denise Cabral Bonfim  
Vanessa Filippin Marques (co-autor)  
Fernanda Miraglia (orient)  
UNILASALLE-CANOAS

**Área Temática:** Ciências Médicas e da Saúde

**Resumo:** A adolescência é um período crítico para o desenvolvimento do excesso de peso, pois junto da autonomia pode haver a predominância de práticas alimentares inadequadas e atividades sedentárias, com o aumento de horas empregadas na frente da TV ou do uso do computador. Os dados da última Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF) indicam que no Sul do País, 48,9% dos adolescentes encontram-se acima do peso e 13% com obesidade (IBGE, 2008-2009). Tendo em vista a necessidade de procurar modificar esta realidade, através da educação alimentar, foram avaliados alunos de uma escola privada de Porto Alegre. Trata-se de um estudo transversal com adolescentes com média de idade 12,5 anos. Para o diagnóstico nutricional foram aferidos dados antropométricos e alimentares. Para aferição do peso, estatura e circunferência de cintura foram utilizados respectivamente, uma balança digital portátil da marca Welmy, estadiômetro portátil e fita métrica inelástica. Os estudantes foram medidos em posição ortostática, posicionadas de modo que a cabeça, ombros, nádegas e calcanhares se encostassem a parede lisa com o olhar num ponto fixo a sua frente. Foram pesados na posição anatômica como peso do corpo igualmente distribuído entre os pés descalços e com vestimentas consideradas leves. A circunferência da cintura (CC) foi realizada no plano transversal, na metade da distância entre o último arco costal e a crista ilíaca, com o avaliado em pé, em posição ortostática. E para avaliação da ingestão alimentar de gorduras foi aplicado um questionário de frequência alimentar validado por Chiara e Sichieri, 2005. Foram incluídos 52 adolescentes, sendo 52% do sexo masculino. Dos adolescentes avaliados, 35% encontram-se com CC acima do Percentil 80 (Taylor, 2000) e 5,77% encontram-se desnutridos (< P5), 53,85% eutróficos (61619; P5 até < P85), 28,85% com sobrepeso (61619; P85 até < P95) e 11,54% obesos (&#61619; P95). Destes, 98% tem uma alimentação rica em gorduras como: 46% consomem batata frita 62% biscoitos, 50% Bolos/tortas, 23% Hambúrguer, 65% margarina/manteiga, 71% queijos, 65% linguiças/ salsichas. Concluímos que, com a realidade verificada 40,38% dos alunos encontrar-se com excesso de peso, com isso é essencial que a educação alimentar e nutricional seja revista. Este tema deve ser alvo de debates juntamente com a direção desta Escola, com os pais e professores, para evitar adultos com futuras comorbidades.