

CONSUMO DE ALIMENTOS FONTES DE FIBRA E GORDURA ENTRE ADOLESCENTES DE 11 ANOS DE IDADE CONFORME NÍVEL SOCIOECONÔMICO

GAMINO, Mariana¹; NEUTZLING, Marilda Borges²; VIEIRA, Maria de Fátima A¹; MUNIZ, Ludmila Correa³; MENEZES, Ana Maria Baptista^{3,4}

¹Universidade Federal de Pelotas/Faculdade de Nutrição; ²Universidade Federal do Rio Grande do Sul/Departamento de Medicina Social; ³Universidade Federal de Pelotas/Programa de Pós-Graduação em Epidemiologia; ⁴Universidade Federal de Pelotas/Departamento de Clínica Médica.
e-mail: mamahgmino@y-mail.com

1 INTRODUÇÃO

A dieta é um importante fator associado a diversas doenças crônicas de alta prevalência, como a obesidade, diabetes tipo 2 e doenças cardiovasculares (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2003). Uma vez que hábitos alimentares são formados em períodos precoces da vida e tendem a se manter ao longo da idade adulta, a identificação de fatores que influenciam o consumo alimentar de jovens tem recebido crescente atenção (NESS et al, 2005). Entretanto, estudos populacionais que analisem a associação entre consumo alimentar e nível socioeconômico de adolescentes brasileiros são pouco frequentes.

Serra Majem et al, em 2003, estudando uma amostra representativa da população espanhola de 2 a 24 anos de idade, observaram que o nível socioeconômico familiar influenciou o consumo de alimentos como carne, peixe, frutas e vegetais, iogurte e queijo (SERRA MAJEM et al, 2003). Giskes et al, em estudo de base populacional na Austrália, mostraram que o consumo de frutas e vegetais entre adultos e adolescentes foi positivamente associado a renda familiar (GISKES et al, 2002). No Brasil, Nunes e colegas, através de estudo transversal com adolescentes de escolas públicas e privadas de Campina Grande-PB, verificaram maior frequência de consumo diário de alimentos pouco saudáveis (refrigerantes, doces e salgadinhos) entre jovens de classes econômicas mais elevadas (NUNES et al, 2007). Em Pelotas-RS, Neutzling et al constataram que o nível socioeconômico e a escolaridade materna estiveram associados com o consumo de dietas ricas em gorduras e pobres em fibras, entre adolescentes pertencentes à coorte de nascimentos de 1993 (NEUTZLING et al, 2007).

A maioria dos trabalhos que avaliam consumo alimentar de populações se baseia na avaliação de macronutrientes e no consumo de micronutrientes específicos associados a certas doenças (SICHERI, CASTRO e MOURA, 2003). Mais recentemente, no entanto, o Guia Alimentar para a População Brasileira tem enfatizado suas recomendações sobre o consumo de alimentos ao invés de nutrientes (BRASIL, 2006). Frente a isso, o objetivo do presente estudo foi descrever os alimentos consumidos por adolescentes de 11 anos de idade pertencentes à coorte de nascimentos de 1993 de Pelotas-RS, conforme o nível socioeconômico.

2 METODOLOGIA (MATERIAL E MÉTODOS)

Estudo transversal aninhado à coorte de nascimentos de 1993 de Pelotas-RS. As análises do presente estudo são referentes ao acompanhamento realizado em 2004-5 quando os adolescentes pertencentes à coorte tinham, em

média, 11 anos de idade. Detalhes metodológicos sobre este acompanhamento estão descritos em outra publicação (VICTORA et al, 2006).

A frequência alimentar foi coletada através de questionário proposto por Block (THOMPSON e BYERS, 1994), o qual é dividido em duas partes. A primeira, composta de 15 itens alimentares, visa identificar a frequência de consumo de alimentos ricos em gordura. A segunda parte, composta de nove itens, avalia a ingestão de alimentos ricos em fibra. No presente estudo os 24 itens alimentares foram avaliados. O nível socioeconômico foi verificado a partir de um índice de bens, construído por análise fatorial e dividido em quintis.

As análises descritivas incluíram o cálculo de distribuições de frequência para variáveis categóricas. Para estudar a associação entre o nível socioeconômico e o consumo alimentar foi utilizado o teste qui-quadrado. A análise foi conduzida com o auxílio do programa Stata 11.0.

O projeto do estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Pelotas. As mães ou responsáveis assinaram um termo de consentimento concordando com a participação dos jovens no estudo.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A amostra estudada (N=4452), acrescida dos 141 membros que faleceram entre 1993 e 2004, representa 87,5% da coorte original. Cerca de metade (50,8%) dos adolescentes eram do sexo masculino e o número de jovens em cada quintil do índice de bens era 863, 851, 857, 857 e 856, em ordem crescente de riqueza.

Os alimentos ricos em gordura mais consumidos em cinco ou mais vezes por semana foram manteiga ou margarina (74,6%) e leite (48,5%). Os alimentos ricos em fibras mais consumidos diariamente foram o pão branco (83,0%) e o feijão (66,4%).

A Figura 1 apresenta os alimentos fonte de gordura, consumidos em cinco ou mais vezes por semana, segundo nível socioeconômico. O consumo de manteiga ou margarina foi mais frequente entre adolescentes mais pobres. O consumo de leite, bolos e bolachas, presunto e queijo foi mais frequente entre os adolescentes de maior nível econômico. Em acordo com estes dados, resultados da última Pesquisa de Orçamento Familiar mostraram um aumento no consumo de laticínios à medida que aumentava o rendimento das famílias (BRASIL, 2009).

Com relação à frequência de consumo diário de alimentos fonte de fibra, segundo nível econômico (Figura 2), observa-se que o consumo de frutas, vegetais e salada verde foi pouco frequente em todos os subgrupos populacionais. Estes resultados sugerem que o baixo consumo de frutas e vegetais não se deve apenas a questões econômicas, mas também à falta de hábito de consumo destes alimentos. O consumo diário de feijão entre os pobres (77%) foi quase o dobro daquele verificado entre os ricos (41,7%). O saudável hábito de consumo de feijão entre os mais pobres, provavelmente se mantenha pela maior possibilidade de acesso da população a esse alimento, cujo preço ainda se mantém relativamente baixo.

Adolescentes de melhor nível socioeconômico consomem produtos industrializados (embutidos, queijo ou requeijão, bolacha, etc) com maior frequência.

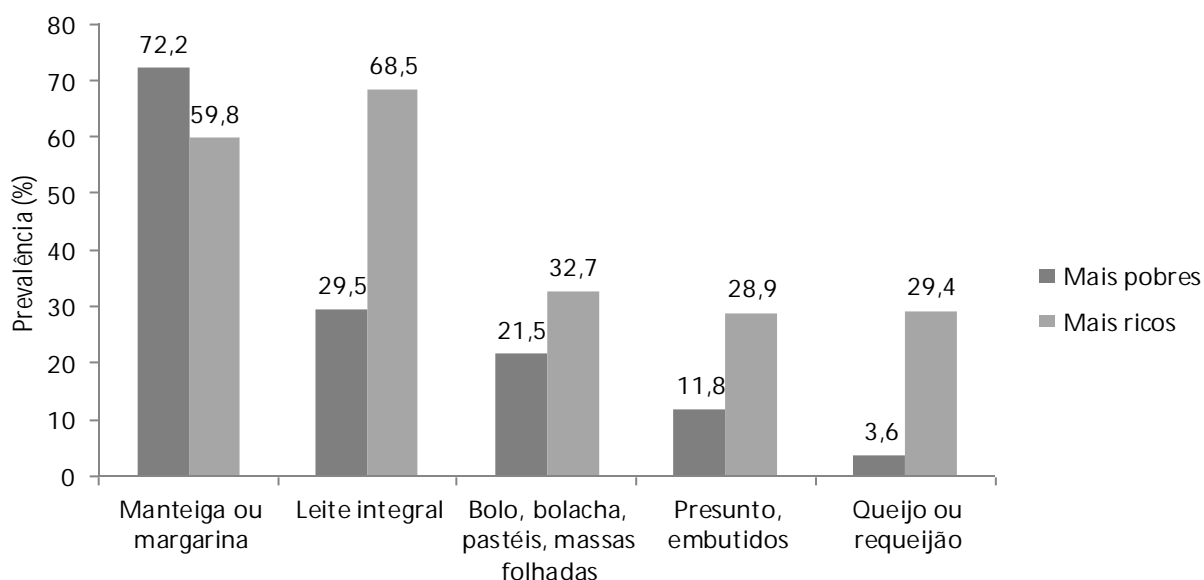


Figura 1. Frequência de consumo ≥ 5 vezes por semana de alimentos fonte de gordura entre adolescentes. Pelotas-RS, 2004.

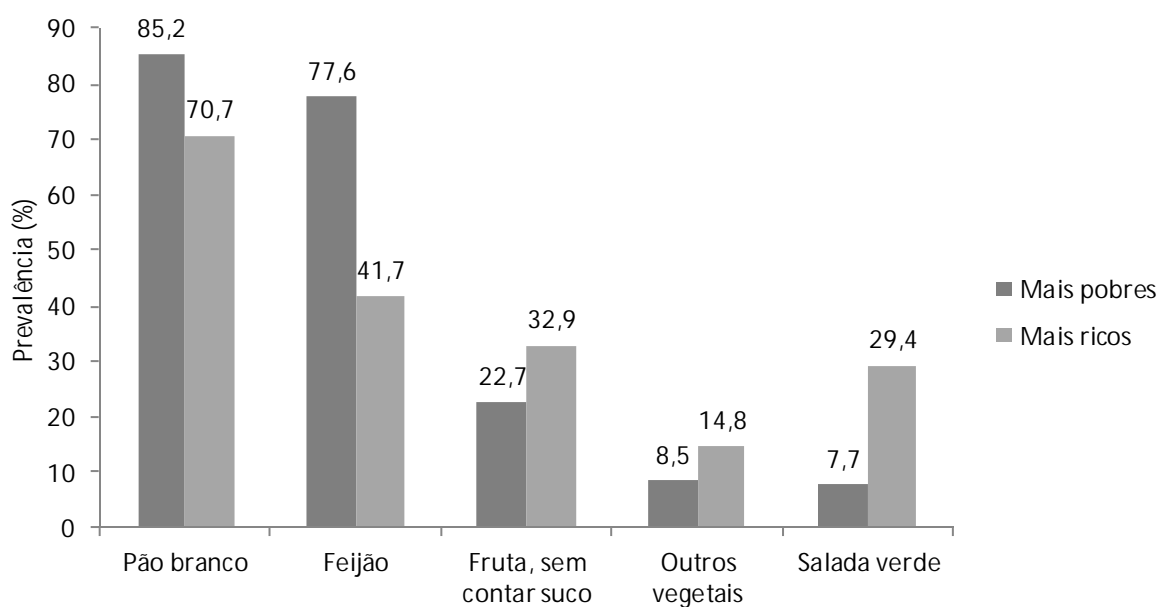


Figura 2. Frequência de consumo diário de alimentos fonte de fibras entre adolescentes. Pelotas-RS, 2004.

4 CONCLUSÃO

Os resultados desse estudo mostraram que todos os grupos socioeconômicos apresentaram consumo inadequado de alimentos. É de extrema importância a ênfase em políticas públicas que tenham como alvo os determinantes do consumo de frutas, legumes, verduras e produtos com altos teores de gordura, além de ações educativas que objetivem a mudança de comportamento individual

dos adolescentes. Essas políticas devem incluir ações que incentivem a produção de alimentos saudáveis e de custo reduzido, rotulagem de alimentos e controle de propagandas que incentivem o consumo de alimentos densamente energéticos.

5 REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da saúde. Coordenação Geral da Política de Alimentação e Nutrição. Guia alimentar para a população brasileira: promovendo a alimentação saudável. Brasília, DF, 2006.

BRASIL. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009. Avaliação nutricional da disponibilidade domiciliar de alimentos no Brasil. Rio de Janeiro, 2010.

Giskes K, Turrell G, Patterson C, Newman B. Socio-economic differences in fruit and vegetable consumption among Australian adolescents and adults. **Public Health Nutr**, v.5, p.663-9, 2002.

Ness AR, Maynard M, Frankel S, Smith GD, Frobisher C, Leary SD, et al. Diet in childhood and adult cardiovascular and all cause mortality: the Boyd Orr cohort. **Heart**, v.91, p.894-8, 2005.

Neutzling MB, Araujo CL, Vieira Mde F, Hallal PC, Menezes AM. Frequency of high-fat and low-fiber diets among adolescents. **Rev Saude Publica**, v.41, p.336-42, 2007.

Nunes MM, Figueiroa JN, Alves JG. [Overweight, physical activity and foods habits in adolescents from different economic levels, Campina Grande (PB)]. **Rev Assoc Med Bras**, v.53, p.130-4, 2007.

Serra Majem L, Ribas Barba L, Perez Rodrigo C, Roman Vinas B, Aranceta Bartrina J. Dietary habits and food consumption in Spanish children and adolescents (1998-2000): socioeconomic and demographic factors. **Med Clin (Barc)**, v.121, p.126-31, 2003.

Sichieri R, Castro JF, Moura AS. Factors associated with dietary patterns in the urban Brazilian population. **Cad Saude Publica**, v.19, (Suppl 1), p.S47-53, 2003.

Thompson FE, Byers T. Dietary assessment resource manual. **J Nutr**, v.24, p.2245S-317S, 1994.

Victora CG, Araujo CL, Menezes AM, Hallal PC, Vieira Mde F, Neutzling MB, et al. Methodological aspects of the 1993 Pelotas (Brazil) Birth Cohort Study. **Rev Saude Publica**, v.40, p.39-46, 2006.

WHO, FAO, Expert Consultation on Diet, Nutrition and the prevention diseases. Diet Nutrition and the Prevention of chronic diseases: report of a joint WHO/FAO WHO expert consultation. Geneva: WHO **Technical Report Series**, 916; 2003.