

OS HÁBITOS ALIMENTARES E FÍSICOS DE ESTUDANTES DO 1º ANO DO ENSINO FUNDAMENTAL RELACIONADOS AO CONTEXTO SOCIODEMOGRÁFICO DA FAMÍLIA

The eating and physical habits of 1st grade Elementary School students related to the family's sociodemographic context

Poliana da Silva Freitas
Universidade Federal de Pernambuco

RESUMO

Este estudo aborda o comportamento alimentar e físico de crianças a partir do entendimento de que, na maioria das vezes, elas fazem a ingestão de alimentos industrializados sem a introdução de frutas e verduras, aumentando quantidade de carboidratos e fazendo com que seu gasto energético não seja o suficiente. Essa realidade pode ocasionar em mais casos de obesidade infantil, que está correlacionada à morte precoce e à uma vida adulta cheia de desafios, trazendo a probabilidade de doenças cardiovasculares respiratórias, como hipertensão, diabetes e, principalmente, doenças psicológicas. Por conta disso, definiu-se como problema de pesquisa: Como são os hábitos alimentares e físicos dos estudantes do 1º ano do ensino fundamental de uma escola urbana de Jaboatão-PE relacionados ao seu contexto sociodemográfico? Buscando responder à questão, o objetivo geral deste estudo envolveu analisar o contexto e o comportamento alimentar e físico de estudantes do 1º ano do Ensino Fundamental de uma escola urbana de Jaboatão-PE. Utilizou-se como instrumentos de coleta de dados a aplicação de três questionários, seguida da análise (descritiva) realizadas com o auxílio do programa estatístico Jamovi versão 2.2.5 (jamovi.org). Os resultados apontam que todas as crianças da amostra não possuem problemas de saúde, porém algumas crianças possuem hábitos alimentares e físico considerados bons, enquanto outras possuem hábitos ruins, tornando-se importante ressaltar que os maus hábitos podem produzir diversos problemas de saúde ao longo dos anos. Além disso, verificou-se que o contexto sociodemográfico não interfere em seus hábitos, já que eles se mostraram bem variados em relação a este fator. Infere-se, portanto, que cabe aos pais e responsáveis a adoção de medidas preventivas e corretivas em aspectos alimentares e ligados ao uso excessivo de telas, além de incentivo a prática de atividade física e acompanhamento e inclusão dos próprios responsáveis na alimentação mais saudável tendo em vista que estes são como espelhos por seus filhos.

Palavras-chave: saúde; obesidade infantil; atividade física; hábitos alimentares; Ensino Fundamental; contexto sociodemográfico.

ABSTRACT

This study addresses the eating and physical behavior of children based on the understanding that, most of the time, they consume industrialized foods without introducing fruits and vegetables, increasing the amount of carbohydrates and making their energy expenditure less enough. This reality can lead to more cases of childhood obesity, which is correlated with early death and an adult life full of challenges, bringing

the probability of cardiovascular and respiratory diseases, such as hypertension, diabetes and, above all, psychological illnesses. For this reason, the following research problem was defined: How are the eating and physical habits of students in the 1st year of elementary school in an urban school in Jaboatão-PE related to their sociodemographic context? Seeking to answer the question, the general objective of this study involved analyzing the context and the food and physical behavior of students in the 1st year of elementary school in an urban school in Jaboatão-PE. The application of three questionnaires was used as data collection instruments, followed by analysis (descriptive) carried out with the help of the statistical program Jamovi version 2.2.5 (jamovi.org). The results indicate that all children in the sample do not have health problems, but some children have good eating and physical habits, while others have bad habits, making it important to emphasize that bad habits can produce several health problems over the years. In addition, it was found that the sociodemographic context does not interfere with their habits, since they were quite varied in relation to this factor. It is inferred, therefore, that it is up to parents and guardians to adopt preventive and corrective measures in terms of food and related to excessive use of screens, in addition to encouraging the practice of physical activity and monitoring and inclusion of those responsible themselves in healthier eating, having in view that these are like mirrors for their children.

Keywords: health; child obesity; physical activity; eating habits; Elementary School; sociodemographic background.

1 INTRODUÇÃO

De acordo com dados da OMS (2020), 38,2 milhões de crianças entre 0 e 5 anos encontravam-se obesas ou com sobrepeso no Brasil em 2019. Isso é devido às crianças até os 7 anos não terem a capacidade de entender da sua obesidade e podendo se alimentar compulsivamente, pois possuem facilitadores dentro do lar que na maioria das vezes as alimentam mal (ROSSI *et al.*, 2019).

Essas crianças normalmente fazem a ingestão de alimentos industrializados, não havendo a introdução de frutas e verduras, aumentando a quantidade de carboidratos em sua alimentação e fazendo com que seu gasto energético não seja o suficiente. Nesse contexto a criança se torna sedentária por não ter estímulos aos esportes adequados para sua idade e fazer uso dos equipamentos eletrônicos, acarretando cada vez mais em crianças parando de se movimentar e com problemas no seu crescimento e desenvolvimento (ROSSI *et al.*, 2019).

Discutir sobre o comportamento alimentar e físico de crianças justifica-se devido à existência e recorrência da obesidade infantil, que está correlacionada à morte precoce e à uma vida adulta cheia de desafios, com a probabilidade de doenças cardiovasculares respiratórias, como hipertensão, diabetes e, principalmente, doenças psicológicas. Além disso, tal tema parece não receber a devida atenção, o

que acaba tornando a situação ainda mais grave, visto que as consequências do sobrepeso podem ser gravíssimas e irreversíveis (NIEMAN, 1999). Sabendo que a obesidade e o sobrepeso vêm aumentando de forma significativa entre crianças e adolescentes em idade escolar, essa temática se torna importante para professores de educação física.

Portanto, definiu-se como problema de pesquisa: Como são os hábitos alimentares e físicos dos estudantes do 1º ano do Ensino Fundamental de uma escola urbana de Jaboatão-PE relacionados ao seu contexto sociodemográfico? Buscando responder à questão, o objetivo geral deste estudo envolveu analisar o contexto e o comportamento alimentar e físico de estudantes do 1º ano do Ensino Fundamental de uma escola urbana de Jaboatão-PE. Assim, a partir da pesquisa, poderá ser possível identificar os meios de intervenção para minimizar o sobrepeso e/ou obesidade na faixa etária escolar, já que a criação de hábitos saudáveis para as crianças é de responsabilidade de todos os adultos, devendo a atuação ser conjunta entre família, escola e sociedade.

2 METODOLOGIA

A pesquisa realizada se caracteriza como uma pesquisa de caráter exploratório e descritivo. De acordo com Malhotra (2001, p. 106) a pesquisa exploratória possui como objetivo principal o fornecimento de critérios sobre a situação-problema enfrentada pelo autor. Enquanto a pesquisa descritiva, segundo Triviños (1987), pretende descrever de forma exata os fatos e os fenômenos de determinada realidade. Além disso, a pesquisa assume uma abordagem qualitativa e quantitativa que, conforme Knechtel (2014, p. 106)”, “[...] interpreta as informações quantitativas por meio de símbolos numéricos e os dados qualitativos mediante a observação, a interação participativa e a interpretação do discurso dos sujeitos (semântica)”.

Em um primeiro momento, entrou-se em contato com a Escola Municipal Professor Silvio Romero Vieira para solicitar a autorização para realização da pesquisa através da carta de anuência (anexo A) e da autorização para a utilização de arquivos/dados (anexo B). O projeto de pesquisa foi submetido e aprovado pelo comitê de ética em pesquisa com seres humanos do Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal de Pernambuco (CEP-CCS-UFPE, parecer n. 5.657.594).

A partir disso, para dar início a pesquisa, selecionou-se os participantes de forma não probabilística e por conveniência, sendo este composto por escolares de

uma turma do Ensino Fundamental anos iniciais, turno vespertino, com idade entre 6 e 8 anos. Foi necessário, devido a idade dos participantes, a assinatura dos termos de assentimento (apêndice A – TALE, destaca-se que os termos foram disponibilizados por meio de *template* pela universidade) e consentimento (apêndice B – TCLE) livre e esclarecido, bem como, a assinatura do termo de autorização para o uso de imagem e depoimento (apêndice C). Nessa perspectiva, foram excluídos do estudo apenas as crianças que não tiveram a devolutiva dos termos de compromisso assinados.

O recrutamento dos participantes se deu através de uma reunião com os pais e alunos, na própria escola, para explicar a pesquisa. A amostra final foi composta por nove alunos das turmas do 1º ano C e E, conforme mostra a tabela 1.

Tabela 1 - Frequência de Turma

Turma	Contagens	% do Total
1C	6	66.7 %
1E	3	33.3 %

Fonte: Autora (2023).

Utilizou-se como instrumentos de coleta de dados três questionários. Primeiro foi um questionário sociodemográfico (apêndice F) para os pais e/ou responsáveis pelo menor, contendo 12 Perguntas abertas e fechadas, a fim de identificar em que classe social os escolares se encontram (BERNARDO *et al.*, 2012).

O segundo questionário foi em relação aos hábitos alimentares das crianças, para isso o Questionário de Alimentação da Criança (QAC) proposto por Lorenzato *et al.* (2017) serviu de base para o de fato utilizado (apêndice D¹). O QAC tem por objetivo medir o grau alimentar da criança, com 14 perguntas fechadas e abertas.

Por fim, para a avaliação do comportamento sedentário foi utilizado um questionário contendo 7 perguntas (apêndice E). Este questionário contém perguntas pontuais relacionadas ao tempo de tela, sendo considerado mais de 2 horas por dia como ponto de corte para o sedentarismo, entre outras questões.

¹ Lista adaptada da Ficha de marcadores de Consumo Alimentar do Ministério da Saúde. Disponível em: http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/documentos/ficha_de_marcadores_de_consumo_alimentar_2.0.0.pdf. Acesso em: 18 abr. 2023.

Destaca-se que todos os 3 questionários foram aplicados com os pais dos alunos. Nesse sentido, 88,9% dos responsáveis pelo aluno que responderam aos questionários foram as mães (Tabela 2).

Tabela 2 - Frequência de Parentesco nas respostas dos questionários

Parentesco	Contagens	% do Total
Pai	1	11.1 %
Mãe	8	88.9 %

Fonte: Autora (2023).

Após a coleta dos dados, ocorreu a tabulação dos dados em planilha Excel® para posterior análise descritiva com o auxílio do programa estatístico *Jamovi* versão 2.2.5 (jamovi.org). Os dados categóricos foram apresentados em frequência absoluta e relativa.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Como já destacado anteriormente, 88,9% dos respondentes dos questionários foram as mães dos alunos do 1º ano (Tabela 2) e, conseqüentemente, essa mesma porcentagem é do sexo feminino (Tabela 3). Além disso, a maioria dos responsáveis são solteiros (55,6%), apenas 22,2% são casados e os demais ou vivem juntos ou possuem companheiro (Tabela 4).

Tabela 3 - Sexo do responsável que respondeu o questionário pela criança

Sexo	Contagens	% do Total
Masculino	1	11.1 %
Feminino	8	88.9 %

Fonte: Autora (2023).

Tabela 4 - Estado civil do responsável que respondeu o questionário pela criança

EC	Contagens	% do Total
Solteiro	5	55.6 %
Casado	2	22.2 %
Vive junto	1	11.1 %
Companheiro(a)	1	11.1 %

Fonte: Autora (2023).

Em relação à escolaridade dos responsáveis, observou-se que possuem apenas o ensino básico, sendo 44,4% e 33,3% com Ensino Médio completo (EMC) e incompleto (EMI) respectivamente, enquanto os demais possuem apenas o Ensino Fundamental completo (EFC) (Tabela 5). Ademais, os responsáveis pelos alunos se classificaram com um nível socioeconômico médio (33,3%), médio-baixo (22,2%) e baixo (44,4%), conforme apresentado na tabela 6.

Tabela 5 – Escolaridade dos responsáveis

Escolaridade	Contagens	% do Total
EFC	2	22.2 %
EMI	3	33.3 %
EMC	4	44.4 %

Fonte: Autora (2023).

Tabela 6 - Nível socioeconômico dos pais/responsáveis pelo aluno

Nível	Contagens	% do Total
Médio	3	33.3 %
Médio-baixo	2	22.2 %
Baixo	4	44.4 %

Fonte: Autora (2023).

Troncon *et al.* (2007), também verificou em seu estudo o nível de escolaridade e socioeconômico dos pais/responsáveis pela criança, chegando à conclusão de que ambos os fatores, apesar de terem uma diferença estatisticamente significativa entre as amostras, não possuem associação significativa quando comparados ao estado nutricional das crianças. Já nesta pesquisa, há uma limitação quanto a esta análise devido à falta de informação fornecida pelos pais referente à altura das crianças, não sendo possível gerar o Índice de Massa Corporal (IMC).

Todos os alunos residem em zona urbana, como evidenciado pelas próximas tabelas, porém apenas 44,4% possuem praças, parques e/ou piscinas gratuitas próximo a residência (Tabela 7) e é justamente essa mesma porcentagem que frequenta esses locais (Tabela 8) de uma a três vezes na semana (Tabela 9). Quanto aos 55,6% que responderam não morar próximo a praças, parques e/ou piscinas gratuitas (Tabela 7), realmente não frequentam esses lugares nenhuma vez por

semana (Tabela 9).

Tabela 7 – Possuem praças, parques e/ou piscinas próximo a moradia

PP	Contagens	% do Total
Sim	4	44.4 %
Não	5	55.6 %

Fonte: Autora (2023).

Tabela 8 – Frequenta praças, parques e/ou piscinas próximo a moradia

Frequenta	Contagens	% do Total
Não respondeu	2	22.2 %
Sim	4	44.4 %
Não	3	33.3 %

Fonte: Autora (2023).

Tabela 9 – Quantas vezes na semana frequenta praças, parques e/ou piscinas

QPS	Contagens	% do Total
Não respondeu	5	55.6 %
1 vez	2	22.2 %
2 vezes	1	11.1 %
3 vezes	1	11.1 %

Fonte: Autora (2023).

De acordo com Fernandes, Penha e Braga (2012) e Araújo *et al.* (2009), o sedentarismo é um dos fatores que contribuem para o aumento da gordura corporal e que se eleva cada vez mais em razão da globalização, fazendo com que as crianças fiquem menos ativas. A partir desse ângulo e dos resultados coletados, é possível pontuar que o fato de não ter lugares recreativos e de lazer próximo a moradia faz com que os pais tenham dificuldade para levar a criança para descontrair e ter momentos mais ativos e de gastos calóricos durante o seu dia, o que, conseqüentemente, contribui para o aumento do tempo de tela das crianças e um sedentarismo.

Os dados coletados a respeito do tempo que as crianças passam fora de casa e na frente de tela realmente apontam para um sedentarismo, pois 77,8% das crianças passam mais de 2 horas por dia na frente de telas (Tabela 10). Em contrapartida, o

indicado pela Sociedade Brasileira de Pediatria - SBP (EISENSTEIN, 2019) para crianças de 6 a 8 anos é de, no máximo, 1 hora a 2 horas por dia. Vale ressaltar que esse tempo é definido de acordo com a idade e o desenvolvimento cerebral mental-cognitivo-psicossocial das crianças.

Tabela 10 – Tempo de tela em minutos por dia

Telas	Contagens	% do Total
60 min.	1	11.1 %
90 min.	1	11.1 %
120 min.	2	22.2 %
140 min.	1	11.1 %
180 min.	2	22.2 %
360 min.	1	11.1 %
720 min.	1	11.1 %

Fonte: Autora (2023).

Além disso, essa restrição se deve ao fato de que a maioria dos estudos associam significativamente durações maiores de tempo de tela ao sedentarismo e ao sobrepeso, enquanto menores tempo de tela são associados à composição corporal favorável, conforme verificado na revisão da literatura realizada por Barnabé *et al.* (2022). Nessa linha, torna-se possível observar que as crianças deste estudo possuem uma tendência maior a terem sobrepeso e obesidade, já que a maioria ultrapassa as 2 horas recomendadas pela SBP (EISENSTEIN, 2019), como exemplificado na tabela abaixo.

Não obstante, apenas 11,1% dos alunos não praticam atividades físicas (Tabela 11), os demais praticam alguma modalidade de atividade (moderada ou vigorosa) pelo menos uma vez na semana. Sendo que 88,9% dos alunos realizam atividade recreativa moderada (Tabela 12) e 77,8% praticam esporte vigoroso (Tabela 13) de duas a três vezes na semana. Pitanga, Beck e Pitanga (2020) apontam que a prática de atividade física de forma regular diminui o tempo de comportamento sedentário, que as práticas de intensidade moderada e vigorosa são responsáveis por benefícios à saúde cardiovascular e metabólica e que as atividades de intensidade leve e moderada promovem benefícios ao sistema imunológico.

Tabela 11 – Frequência de atividade física moderada na semana

ATV Física	Contagens	% do Total
Não	1	11.1 %
Sim	8	88.9 %

Fonte: Autora (2023).

Tabela 12 – Frequência de atividade física moderada na semana

Atividades	Contagens	% do Total
Nenhuma vez	1	11.1 %
3 vezes	5	55.6 %
5 vezes	3	33.3 %

Fonte: Autora (2023).

Tabela 13 – Frequência de esporte vigoroso na semana

Esportes	Contagens	% do Total
Nenhuma vez	1	11.1 %
1 vez	1	11.1 %
2 vezes	3	33.3 %
3 vezes	1	11.1 %
4 vezes	1	11.1 %
5 vezes	2	22.2 %

Fonte: Autora (2023).

Com isso, é possível observar que apesar de o tempo de tela extrapolar o indicado pela SBP (EISENSTEIN, 2019), indicando uma maior chance de sedentarismo e sobrepeso, muitos dos alunos mantêm uma prática regular de atividade física, diminuindo essas chances. Além disso, torna-se relevante destacar que aqueles alunos com menos tempo de tela são os mais ativos no quesito atividade física, enquanto aqueles que passam mais tempo em tela possuem uma menor frequência de atividades ou nem a realizam.

Conforme o estudo de Minuzzi *et al.* (2019), o Perfil de Estilo de Vida (PEV) dos filhos se correlaciona ao dos pais, a partir desta perspectiva, os autores verificaram que as respostas da nutrição dos alunos e dos pais retratavam um comportamento negativo. Já no componente atividade física, observou-se que o comportamento

positivo de ambos os pais pode ter um impacto positivo na vida dos filhos (MINUZZI *et al.*, 2019). Nesse sentido, parece sensato afirmar que, independentemente do estado civil dos pais, estes influenciam no PEV das crianças que participaram deste estudo.

Para finalizar a análise dos hábitos físicos das crianças do 1º ano de uma escola urbana de Jaboatão-PE, verificou-se que 55,6% delas caminham cinco dias na semana, o que provavelmente corresponde ao trajeto casa-escola e escola-casa, enquanto 11,1% não caminha nenhum dia na semana (Tabela 14). Em relação aos níveis de passos rápidos (1), moderados (2) e lentos (3), observa-se que 66,7% possui um caminhar moderado (Tabela 15).

Tabela 14 - Quantidade de vezes na semana que a criança realiza caminhadas

Caminhar	Contagens	% do Total
Nenhuma vez	1	11.1 %
1 vez	1	11.1 %
2 vezes	1	11.1 %
3 vezes	1	11.1 %
5 vezes	5	55.6 %

Fonte: Autora (2023).

Tabela 15 - Níveis de passos que a criança caminha

Passos	Contagens	% do Total
Rápido	2	22.2 %
Moderado	6	66.7 %
Lento	1	11.1 %

Fonte: Autora (2023).

Em relação aos hábitos alimentares das crianças, observou-se que, ao analisar a tabela 16, apenas 22,2% das crianças receberam leite materno exclusivamente até os seis meses. Além disso, 33,3% das crianças já tiveram a inserção de outros alimentos, como o consumo de frutas, sucos e papinhas (CFSP) antes dos seis meses (Tabela 17), ou seja, tiveram a interrupção precoce do aleitamento materno exclusivo.

No estudo de Almeida *et al.* (2020), das 366 crianças que participaram da pesquisa, apenas 6% receberam aleitamento materno exclusivo, isto é, 94% das crianças tiveram a interrupção do aleitamento materno exclusivo antes dos seis

meses. A pesquisa ainda destaca que este fato explica a inserção de alimentos errôneos de forma precoce, justificando o peso excessivo nessas crianças.

Tabela 16 - Até quantos meses consumiu leite Materno

Leite M	Contagens	% do Total
0 meses	1	11.1 %
2 meses	1	11.1 %
4 meses	2	22.2 %
6 meses	2	22.2 %
36 meses	2	22.2 %
60 meses	1	11.1 %

Fonte: Autora (2023).

Tabela 17 - Iniciaram o consumo de frutas, sucos e papinhas (CFSP) em meses

C F S P	Contagens	% do Total
0 meses	1	11.1 %
4 meses	1	11.1 %
5 meses	1	11.1 %
6 meses	4	44.4 %
10 meses	1	11.1 %
12 meses	1	11.1 %

Fonte: Autora (2023).

Atualmente 11,1% das crianças que participaram da pesquisa realizam apenas uma refeição por dia, as demais realizam quatro (33,3%), cinco (22,2%) e até seis (33,3%) refeições por dia conforme demonstrado na tabela 18. De acordo com estudos realizados por Toledo, Abreu e Lopes (2013), é importante que essas refeições sejam saudáveis, isto é, ricas em fibras e reduzindo em sua composição: calorias, valor energético, açúcares, gorduras totais, gorduras saturadas, colesterol e sódio quando comparados à sua composição tradicional.

Além disso, é importante criar hábitos de comer alimentos naturais como: frutas, verduras, hortaliças, cereais, dentre outros (TOLEDO; ABREU; LOPES, 2013). Infere-se, portanto, que a maioria dos alunos, por fazer pelo menos quatro refeições por dia, teriam condições de diversificar sua alimentação se englobarem todos os grupos alimentares, mas não é isso o que acontece no cotidiano desses alunos.

Tabela 18 - Quantidade de refeições que a criança faz no dia

Quant Refeição	Contagens	% do Total
1	1	11.1 %
4	3	33.3 %
5	2	22.2 %
6	3	33.3 %

Fonte: Autora (2023).

Ao verificar o consumo de verduras e frutas durante a semana, observa-se que 44,4% dos alunos consomem de duas a quatro porções durante a semana, enquanto 11,1% consome verduras todos os dias (Tabela 19) e 0% consomem frutas diariamente (Tabela 20). Segundo Silva *et al.* (2017), o consumo de frutas, legumes e verduras menor que três porções por semana é inadequado e verificaram que apenas 1 indivíduo dos 21 que compuseram a amostra fazia o consumo adequado de verduras durante a semana. Sobre este ponto, é possível constatar que as crianças da presente pesquisa, assim como as do estudo de Silva *et al.* (2017) possuem hábitos alimentares pouco saudáveis, considerando que uma alimentação baixa em frutas e verduras normalmente aponta para uma alimentação mais rica em processados que, por sua vez, caracteriza hábitos alimentares de uma vida sedentária.

Tabela 19 - Frequência do Consumo de verduras durante a semana

Verduras	Contagens	% do Total
0	2	22.2 %
1	2	22.2 %
2	4	44.4 %
3	1	11.1 %

Fonte: Autora (2023).

Tabela 20 - Frequência do Consumo de frutas durante a semana

Frutas	Contagens	% do Total
0	1	11.1 %
1	4	44.4 %
2	4	44.4 %

Fonte: Autora (2023).

Assim, foi possível de fato constatar que os alunos possuem hábitos alimentares de uma vida sedentária ao analisar os resultados sobre o consumo de processados durante a semana. Conforme demonstrado na tabela 21, 44,4% dos alunos consomem processados todos os dias da semana pelo menos 1 vez por dia, alguns consomem até mais de duas vezes. Os demais alunos fazem o consumo entre 2 a 4 vezes por semana. Já em relação a ingestão de fritura, apenas 22,2% ingerem todos os dias, os demais apenas uma vez na semana (Tabela 22).

Segundo Mendes, Bastos e Moraes (2019), a obesidade exógena (resultado de hábitos alimentares incorretos e sedentarismo) é mais comum entre os estudos quando comparados a obesidade endógena (resultante de síndromes genéticas). Para os autores, existem diversos hábitos incorretos no dia a dia das crianças, como alimentação com altas calorias e o sedentarismo, que exercem influência no peso e na massa corporal, fazendo com que as crianças desenvolvam obesidade na fase adulta (MENDES; BASTOS; MORAES, *et al.*, 2019).

Tabela 21 - Frequência do Consumo de processados durante a semana

Processados	Contagens	% do Total
2	5	55.6 %
3	2	22.2 %
4	2	22.2 %

Fonte: Autora (2023).

Tabela 22 - Frequência do Consumo de fritura durante a semana

Fritos	Contagens	% do Total
1	7	77.8 %
3	2	22.2 %

Fonte: Autora (2023).

Para finalizar, 100% dos responsáveis disseram que seus filhos não possuem problemas de saúde (Tabela 23). Segundo o estudo realizado por Toledo, Abreu e Lopes (2013), doenças crônicas e cardiovasculares são consequências de uma má alimentação. Portanto, mesmo as crianças ainda não tendo problemas de saúde, é necessária a criação do hábito de uma alimentação saudável para evitar futuros

problemas, pois grande parte das crianças da pesquisa, apesar de possuírem uma razoável frequência de atividades físicas, possuem hábitos alimentares negativos e um tempo de tela excessivo.

Tabela 23 - Problema de saúde

Saúde	Contagens	% do Total
Não	9	100.0 %

Fonte: Autora (2023).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Foram analisados para construção deste artigo aspectos sociodemográficos e os hábitos físicos e alimentares dos alunos para que fosse possível perceber a relação entre os fatores em função da obesidade ou do risco de obesidade dos alunos. Assim, conclui-se que o estilo de vida dos alunos se assemelha ao estilo de vida dos pais, podendo ser comportamentos positivos tanto como negativos.

Foi possível perceber durante o estudo que os pais independentemente de serem adeptos ou não a prática de atividade física, incentivam os seus filhos de alguma forma e com isso ao que tange a atividade física os pais dos alunos que foram definidos para este estudo possuem comportamentos positivos em função de seus filhos.

Em relação ao aspecto socioeconômico dos pais, sendo este um fator determinante para adesão de dietas mais restritas quando necessárias ou adesão de práticas físicas com valor financeiro, não foi relevante em função ao estado nutricional das crianças tendo em vista que o comportamento dos pais entre as amostras foi em sua grande maioria o mesmo. Vale ressaltar que a análise sobre o IMC das crianças não pode ser calculada tendo em vista que os dados oferecidos pelos pais não continham em totalidade a altura das crianças, inviabilizando assim os cálculos.

Um fator perceptível neste estudo foi o de que muitos alunos não possuíam acesso a parques, praças e/ou piscinas próximos a sua residência, impossibilitando a frequência desses alunos a estes lugares. Infere-se, portanto, que talvez esse seja um fator que aumente o nível de tela desses alunos. Concluindo que esse é dos fatores resultantes do aumento de gordura corporal pode ser advindo do sedentarismo, uma vez que com os avanços do processo de globalização, as crianças tendem a ficar menos ativas, levando a considerar que estas crianças por não terem

a oportunidade ou incentivo por parte dos responsáveis, poderá vir a desenvolver algum problema de sobrepeso caso tenha um estilo de vida sedentário.

Em relação a prática física, muitos dos alunos possuem um comportamento positivo, realizando atividades, seja vigorosa ou moderada, de forma regular. Já em relação aos hábitos alimentares, conclui-se que os alunos não possuem, em sua grande maioria, bons hábitos e isso pode gerar problemas de saúde, tendo em vista que estão em período de desenvolvimento e necessitam dos nutrientes corretos para uma vida saudável.

Dessa forma, conclui-se que as crianças analisadas no estudo possuem hábitos bons e ruins, conforme descrito ao longo do estudo, no entanto, é importante ressaltar que os maus hábitos podem produzir diversos problemas de saúde ao longo dos anos, tendo em vista que os controles destes hábitos tendem a ficarem mais difíceis conforme o tempo vai passando. Assim sendo, cabe aos pais e responsáveis a adoção de medidas preventivas e corretivas em aspectos alimentares e ligados ao uso excessivo de telas, além de incentivar a prática de atividade física e acompanhamento e inclusão dos próprios responsáveis na alimentação mais saudável tendo em vista que estes são como espelhos por seus filhos.

Como sugestão para estudos futuros, seria interessante o acompanhamento e inclusão dos responsáveis nas metas diárias de alimentação de seus filhos em relação a alimentação mais saudável, criando assim hábitos no ambiente familiar para que dessa forma a criança se sinta incentivada, bem como a aplicação de incentivo à prática de atividade física por períodos maiores para uma melhora significativa na manutenção da saúde da criança.

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, N. B.; MENEZES, R. C. E.; SOBRAL, K. S.; GOMES, J. F.; LONGO-SILVA, G.; SILVEIRA, J. A. C. Pre and perinatal factors associated with weight gain among preschool children enrolled at day care centers. **Rev. paul. pediatr.**, São Paulo, v. 38, p. 1-9, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rpp/a/4zz7DNtbM35BzTmsnjMpwfp/?lang=en>. Acesso em: 18 abr. 2023.
- ARAÚJO, C. Q. B; TEIXEIRA, J. V. M.; COUTINHO, L. Q. M.; SILVA, A. T. Obesidade infantil versus modernização: uma revisão de literatura. **Tema – Revista Eletrônica de Ciências**, Campina Grande, v. 8, n. 12, p. 1-7, 2009. Disponível em: <http://revistatema.facisa.edu.br/index.php/revistatema/article/view/21>. Acesso em: 18 abr. 2023.

BARNABÉ, B. A.; MIRANDA, B. M. D.; GONTIJO, I. B. D. F.; CRUZ, P. M. C.; BRASIL, V. L. L. **ASSOCIAÇÃO ENTRE O TEMPO DE TELA E OBESIDADE EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES**: revisão narrativa. 2022. 47 f. Trabalho de conclusão de curso (Medicina) – Faculdade da Saúde e Ecologia Humana – FASEH, 2022.

BERNARDO, C. O.; PUDLA, K. J.; LONGO, G. Z.; VASCONCELOS, F. A. G. Fatores associados ao estado nutricional de escolares de 7 a 10 anos: aspectos sociodemográficos, de consumo alimentar e estado nutricional dos pais. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, Florianópolis, v. 15, n. 3, p. 651-661, 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbepid/a/FFqfCCw9P3kHZ7DVxX65nRd/?lang=pt>. Acesso em: 18 abr. 2023.

EISENSTEIN, E.; PFEIFFER, L.; GAMA, M. C.; ESTEFENON, S.; CAVALCANTI, S. S. **Manual de orientação: #Menos telas #Mais saúde**. SBP - Sociedade Brasileira de Pediatria, Grupo de Trabalho Saúde na Era Digital (2019-2021), 2019. Disponível em: chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/_22246c-ManOrient_-_MenosTelas__MaisSaude.pdf. Acesso em: 18 abr. 2023.

FERNANDES, M. M.; PENHA, D. S. G.; BRAGA, F. A. Obesidade infantil em crianças da rede pública de ensino: prevalência e consequências para flexibilidade, força explosiva e velocidade. **Rev. educ. fis.**, UEM, v. 23, n. 4, p. 629-634, 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/refuem/a/ztkz59Cn6xqrDJLNyWzVFWJ/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 18 abr. 2023.

KNECHTEL, M. R. **Metodologia da pesquisa em educação**: uma abordagem teórico-prática dialogada. Curitiba, PR: Intersaberes, 2014.

LORENZATO, L.; CRUZ, I. S. M.; COSTA, T. M. B.; ALMEIDA, S. S. Translation and Cross-Cultural Adaptation of a Brazilian Version of the Child Feeding Questionnaire. **Paidéia**, Ribeirão Preto, v. 27, n. 66, p. 33-42, 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/paideia/a/6jgJNMctgpPr3vPBG8hGVGF/?lang=en>. Acesso em: 18 abr. 2023.

MALHOTRA, N. K. **Pesquisa de marketing**: uma orientação aplicada. 3. ed. Porto Alegre: Bookman, 2001.

MENDES, J. O. H.; BASTOS, R. C.; MORAES, P. M. Características psicológicas e relações familiares na obesidade infantil: uma revisão sistemática. **Rev. SBPH**, São Paulo, v. 22, n. 2, p. 228-247, 2019. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-08582019000300013. Acesso em: 18 abr. 2023.

MINUZZI, T.; PANDOLFO, K. C. M.; AZAMBUJA, C. R.; SANTOS, D. L. Relação do comportamento do perfil do estilo de vida de escolares com o de seus pais. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 24, p. 3563-3570, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/njKDGvQfGpyvV3jGFXzWrsf/?lang=pt>. Acesso em: 18 abr. 2023.

NIEMAN, D. **Exercício e saúde**. São Paulo: Manole, 1999.

OMS - Organização Mundial da Saúde. **Obesidade e excesso de peso**. Genebra: Organização, 2020.

PITANGA, F. J. G.; BECK, C. C.; PITANGA, C. P. S. Atividade física e redução do comportamento sedentário durante a pandemia do Coronavírus. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, v. 114, p. 1058-1060, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/abc/a/R7MH39r4TkfLz34z5WYWcyL/?lang=pt>. Acesso em: 18 abr. 2023.

ROSSI, C. E.; COSTA, L. C. F.; MACHADO, M. S.; ANDRADE, D. F.; VASCONCELOS, F. A. G. Fatores associados ao consumo alimentar na escola e ao sobrepeso/obesidade de escolares de 7-10 anos de Santa Catarina, Brasil. **Ciencia & saude coletiva**, v. 24, p. 443-454, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/46sCqyvMtxHNNn66JV7skGH/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 18 abr. 2023.

SILVA, A. D. C.; CASTRO, A. J. O.; PEREIRA, A. P. N.; SOUZA, A. A. R.; AMORIM, P. R. A.; REIS, R. C. Hábitos alimentares e sedentarismo em crianças e adolescentes com obesidade na admissão do programa de obesidade do Hospital Universitário Bettina Ferro de Souza. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, São Paulo, v. 1, n. 61, p. 39-46, 2017. Disponível em: <http://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/486/413>. Acesso em: 18 abr. 2023.

SILVA, K. S.; LOPES, A. S.; SILVA, F. M. Comportamentos sedentários associados ao excesso de peso corporal. **Rev. bras. Educ. Fís. Esp.**, São Paulo, v. 21, n. 2, p. 135-41, 2007. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/rbefe/article/view/16650/18363>. Acesso em: 18 abr. 2023.

TOLEDO, M. T. T.; ABREU, M. N.; LOPES, A. C. S. Adesão a modos saudáveis de vida mediante aconselhamento por profissionais de saúde. **Revista de Saúde Pública**, v. 47, v. 3, p. 540-548, 2013. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rsp/a/g6V6K9ccKBWP5q9R4hBWWQz/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 18 abr. 2023.

TRIVIÑOS, A. N. S. **Introdução à Pesquisa em Ciências Sociais**: a pesquisa qualitativa em educação. São Paulo: Atlas, 1987.

TRONCON, J. K.; GOMES, J. P.; GUERRA-JÚNIOR, G.; LALLI, C. A. Prevalência de obesidade em crianças de uma escola pública e de um ambulatório geral de Pediatria de hospital universitário. **Rev Paul Pediatr.**, v. 25, n. 4, p. 305-10, 2007. Disponível em: [https://www.scielo.br/j/rpp/a/GNSzWXnpP6XKM5NyXfshkCd/?lang=pt#:~:text=Das%20107%20crian%C3%A7as%20avaliadas%20na,obesas%20\(20%2C2%25\)](https://www.scielo.br/j/rpp/a/GNSzWXnpP6XKM5NyXfshkCd/?lang=pt#:~:text=Das%20107%20crian%C3%A7as%20avaliadas%20na,obesas%20(20%2C2%25)). Acesso em: 18 abr. 2023.

APÊNDICES

APÊNDICE A - TERMO DE ASSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO PARA MENORES DE 7 A 18 ANOS E ASSENTIMENTO DO(DA) MENOR DE IDADE EM PARTICIPAR COMO VOLUNTÁRIO(A).



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
TERMO DE ASSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO
(PARA MENORES DE 7 A 18 ANOS)**

Convidamos você _____, após autorização dos seus responsáveis legais para participar como voluntário (a) da pesquisa: **Os hábitos alimentares e físicos de estudantes do 1º ano do ensino fundamental relacionados ao contexto sociodemográfico da família**, que está sob a responsabilidade do (a) orientador Professor doutor André dos Santos Costa Telefone: XXXXXXXX, e-mail andre.santoscosta@ufpe.br e também da pesquisadora Poliana da Silva Freitas, TEL XXXXXX, Poliana.freitas@ufpe.br.

Você será esclarecido (a) sobre qualquer dúvida com o responsável por esta pesquisa. Apenas quando todos os esclarecimentos forem dados e você concorde com a realização do estudo, pedimos que coloque seu nome nas folhas e assine ao final deste documento, que está em duas vias. Uma via deste termo lhe será entregue para que seus pais ou responsáveis possam guardá-la e a outra ficará com o pesquisador responsável.

Você estará livre para decidir participar ou recusar-se. Caso não aceite participar, não haverá nenhum problema, desistir é um direito seu. Para participar deste estudo, um responsável por você deverá autorizar e assinar um Termo de Consentimento, podendo retirar esse consentimento ou interromper a sua participação em qualquer fase da pesquisa, sem nenhum prejuízo.

Você concordando participar junto com a autorização dos seus pais ou responsáveis, você participará de 12 aulas com duração de 50 minutos cada aula, muitas com a utilização de jogos e brincadeiras para aprenderem alimentação saudável e atividades físicas que são importantes para a sua saúde e sua vida. Todas as aulas vão ocorrer no seu período de aula, dentro da escola. Antes de iniciar a 1ª aula será realizada uma roda de conversa para saber o que você sabe sobre alimentação e atividade física. Ao final das 12 aulas novamente será realizada uma roda de conversa para ver o que vocês aprenderam. Terá mais uma roda de conversa quando retornarem das férias para falarmos sobre os mesmos temas (alimentação e atividade física). As três rodas de conversas serão gravadas para que os pesquisadores possam avaliar o quanto sabem, o quanto entenderam e o quanto lembraram dos temas e utilizam na sua vida. Alguns riscos poderão ser observados com a sua participação na pesquisa, como o risco de constrangimento com algum tema desenvolvido e/ou nas 3 rodas de

conversas. Embora todas as atividades propostas estejam de acordo com a sua idade, você não será obrigado a realizar qualquer atividade que não queiram, sem qualquer cobrança ou punição. Na roda de conversa que você terá que falar como você se alimenta e/ou sabe sobre alimentos/comida e atividade física, você poderá ter medo ou vergonha em falar. Fique tranquilo que você poderá não falar/participar, pois não são obrigadas a responder se não se sentirem bem com a atividade (roda de conversa).

Como benefícios você aprenderá mais sobre alimentação e atividades físicas com as 12 aulas e poderá com isso mudar seu comportamento a partir da participação neste estudo. Além disto, você estará ajudando a entender se esta forma de aulas poderá ajudar os educadores a trabalhar com outras crianças a mudaram comportamentos de saúde, como a alimentação e a atividade física.

Esclarecemos que você tem plena liberdade de se recusar a participar do estudo e que esta decisão não acarretará penalização por parte dos pesquisadores. Todas as informações desta pesquisa serão confidenciais e serão divulgadas apenas em eventos ou publicações científicas, não havendo identificação dos voluntários, a não ser entre os responsáveis pelo estudo, sendo assegurado o sigilo sobre a sua participação. As suas imagens e depoimentos ficarão armazenados em pastas de arquivo e computador pessoal, sob a responsabilidade da pesquisadora e do orientador responsáveis, no endereço acima informado, pelo período de mínimo 5 anos após o término da pesquisa.

Nem você e nem seus responsáveis legais pagarão nada para você participar desta pesquisa, também não receberão nenhum pagamento para a sua participação, pois é voluntária. Se houver necessidade, as despesas (deslocamento e alimentação) para a sua participação e de seus pais serão assumidas ou ressarcidas pelos pesquisadores. Fica também garantida indenização em casos de danos, comprovadamente decorrentes da sua participação na pesquisa, conforme decisão judicial ou extrajudicial.

Este documento passou pela aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa Envolvendo Seres Humanos da UFPE que está no endereço: **(Avenida da Engenharia s/n – 1º Andar, sala 4 - Cidade Universitária, Recife-PE, CEP: 50740-600, Tel.: (81) 2126.8588 – e-mail: cephumanos.ufpe@ufpe.br).**

Poliana da Silva Freitas (Pesquisadora)

**ASSENTIMENTO DO(DA) MENOR DE IDADE EM PARTICIPAR COMO
VOLUNTÁRIO(A)**

Eu, _____, portador (a) do documento de Identidade _____ (se já tiver documento), abaixo assinado, concordo em participar do estudo **Os hábitos alimentares e físicos de estudantes do 1º ano do ensino fundamental relacionados ao contexto sociodemográfico da família**, como voluntário (a). Fui informado (a) e esclarecido (a) pela pesquisadora sobre a pesquisa, o que vai ser feito, assim como os possíveis riscos e benefícios que podem acontecer com a minha participação. Foi-me garantido que posso desistir de participar a qualquer momento, sem que eu ou meus pais precise pagar nada.

Local e data _____

Assinatura _____ do _____ (da) _____ menor:

Presenciamos a solicitação de assentimento, esclarecimentos sobre a pesquisa e o aceite do/a voluntário/a em participar. (02 testemunhas não ligadas à equipe de pesquisadores):

Nome:	Nome:
Assinatura:	Assinatura:

APÊNDICE B - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO PARA RESPONSÁVEL LEGAL PELO MENOR DE 18 ANOS E CONSENTIMENTO DO RESPONSÁVEL PARA A PARTICIPAÇÃO DO/A VOLUNTÁRIO.



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO
(PARA RESPONSÁVEL LEGAL PELO MENOR DE 18 ANOS)**

Solicitamos a sua autorização para convidar o (a) menor que está sob sua responsabilidade _____ para participar, como voluntário (a), da pesquisa: ***Os hábitos alimentares e físicos de estudantes do 1º ano do ensino fundamental relacionados ao contexto sociodemográfico da família.*** Esta pesquisa é da responsabilidade do orientador Prof. Dr. André dos Santos Costa, Av. Jornalista Aníbal Fernandes, Departamento de Educação Física da UFPE, Cidade Universitária, CEP: 50730120- Recife, PE – Brasil, Telefone: (81) 21268506, e-mail: andre.santoscosta@ufpe.br. Este projeto será regido pela pesquisadora Poliana da Silva Freitas, Telefone: XXXXXX, e-mail: poliana.freitas@ufpe.br.

O/a Senhor/a será esclarecido (a) sobre qualquer dúvida a respeito da participação dele/a na pesquisa. Apenas quando todos os esclarecimentos forem dados e o/a Senhor/a concordar que o (a) menor faça parte do estudo, pedimos que rubriche as folhas e assine ao final deste documento, que está em duas vias.

Uma via deste termo de consentimento lhe será entregue e a outra ficará com o pesquisador responsável. O/a Senhor/a estará livre para decidir que ele/a participe ou não desta pesquisa. Caso não aceite que ele/a participe, não haverá nenhum problema, pois desistir que seu filho/a participe é um direito seu. Caso não concorde, não haverá penalização para ele/a, bem como será possível retirar o consentimento em qualquer fase da pesquisa, também sem nenhuma penalidade.

O projeto tem por objetivo analisar a mudança de comportamento dos estudantes sobre a percepção de corpo saudável oportunizando a vivência alimentar e física dentro do contexto social e histórico crítico.

Solicitamos a sua colaboração para responder três (03) questionários com respostas curtas/rápidas sobre: 1) Doze (12) perguntas sobre suas condições socioeconômicas (por exemplo sua idade, escolaridade, profissão, tipo de residência); 2) Catorze (14) perguntas sobre os hábitos alimentares do seu/sua filho(a) ou menor sob sua responsabilidade; 3) Sete (07) perguntas sobre hábitos de atividade física do seu/sua filho(a) ou menor sob sua responsabilidade. O tempo estimado para responder aos três questionários é de no máximo 20 minutos. Após responder aos questionários e com autorização de todos, assim como a autorização da escola, seu/sua filho(a) ou menor sob sua responsabilidade participará de 12 aulas durante o período escolar

reservado para a Educação Física com a finalidade de vivenciar temas relacionados a alimentação saudável e pratica de atividades físicas, utilizando de jogos e brincadeiras lúdicas, próprias para a idade deles e com objetivo de promover a aprendizagem. O (A) seu/sua filho(a) ou menor sob sua responsabilidade participará no 1º dia, no último dia e no retorno das férias de roda de conversa, momento que realizaremos a gravação da imagem e depoimento para análise posterior, com temas relacionados a alimentação saudável e pratica de atividades físicas para avaliar o quanto sabem sobre estes temas, o quanto aprenderam após 12 aulas e o quanto guardaram as informações e estão praticando após o período de férias escolares.

Alguns riscos poderão ser observados com a sua participação na pesquisa, como o risco de constrangimento ao responder os três questionários. Devemos esclarecer que suas respostas não serão compartilhadas com ninguém e serão utilizadas somadas as respostas de outros pais e/ou responsáveis, sendo analisadas de forma coletiva e nunca de forma individual. Mesmo assim, caso o(a) senhor(a) não se sentir confortável com alguma pergunta poderá não responder, deixando em branco. Isto não levará a nenhuma punição ao seu/sua filho(a) ou menor sob sua responsabilidade, inclusive podendo participar das aulas sem nenhum problema.

Em relação à participação do(a) seu/sua filho(a) ou menor sob sua responsabilidade nas 12 aulas, poderá também correr o risco de constrangimento com algum tema desenvolvido e/ou nas 3 rodas de conversas. Embora todas as atividades propostas estejam de acordo com a faixa etária e com amparo da literatura, todas serão orientadas que não são obrigadas a realizar qualquer atividade que não queiram, sem qualquer cobrança ou prejuízo às mesmas. Na roda de conversa que terá o objetivo de observar possíveis mudanças de comportamento, poderá ocorrer eventualmente constrangimento devido a necessidade de exposição das crianças a darem opinião sobre as questões relacionadas à atividade física e comportamento alimentar. Todas serão informadas que não são obrigadas a responder se não se sentirem bem com a atividade (roda de conversa).

Como benefícios com a participação do(a) seu/sua filho(a) ou menor sob sua responsabilidade nas 12 aulas de intervenção, esperamos que sejam observadas mudanças de comportamento em relação ao autocuidado, refletindo na mudança de comportamento alimentar e na prática de atividades físicas. Com a comprovação de que as aulas propostas neste estudo promovam mudança de comportamento em crianças, os resultados deste estudo serão divulgados em meio científico e poderão auxiliar educadores na utilização total ou parcial desta metodologia em outros centros educacionais.

Esclarecemos que os participantes dessa pesquisa têm plena liberdade de se recusar a participar do estudo e que esta decisão não acarretará penalização por parte dos pesquisadores. Todas as informações desta pesquisa serão confidenciais e serão divulgadas apenas em eventos ou publicações científicas, não havendo identificação dos voluntários, a não ser entre os responsáveis pelo estudo, sendo assegurado o sigilo sobre a sua participação. Os dados coletados nesta pesquisa (questionários e escalas de motivação e humor), ficarão armazenados em pastas de arquivo e computador pessoal, sob a responsabilidade da pesquisadora e do orientador

responsáveis, no endereço acima informado, pelo período de mínimo 5 anos após o término da pesquisa.

O (a) senhor (a) não pagará nada e nem receberá nenhum pagamento para ele/ela participar desta pesquisa, pois deve ser de forma voluntária, mas fica também garantida a indenização em casos de danos, comprovadamente decorrentes da participação dele/a na pesquisa, conforme decisão judicial ou extrajudicial. Se houver necessidade, as despesas para a participação serão assumidas pelos pesquisadores. Em caso de dúvidas relacionadas aos aspectos éticos deste estudo, o (a) senhor (a) poderá consultar o Comitê de Ética em Pesquisa Envolvendo Seres Humanos da UFPE no endereço: **(Avenida da Engenharia s/n – Prédio do CCS - 1º Andar, sala 4 - Cidade Universitária, Recife-PE, CEP: 50740-600, Tel.: (81) 2126.8588 – e-mail: cephumanos.ufpe@ufpe.br).**

Poliana da Silva Freitas (Pesquisadora)

CONSENTIMENTO DO RESPONSÁVEL PARA A PARTICIPAÇÃO DO/A VOLUNTÁRIO

Eu, _____, CPF _____, abaixo assinado, responsável por _____, autorizo a sua participação no estudo OS HÁBITOS ALIMENTARES E FÍSICOS DE ESTUDANTES DO 1º ANO DO ENSINO FUNDAMENTAL RELACIONADOS AO CONTEXTO SOCIODEMOGRÁFICO DA FAMÍLIA, como voluntário(a). Fui devidamente informado (a) e esclarecido (a) pelo (a) pesquisador (a) sobre a pesquisa, os procedimentos nela envolvidos, assim como os possíveis riscos e benefícios decorrentes da participação dele (a). Foi-me garantido que posso retirar o meu consentimento a qualquer momento, sem que isto leve a qualquer penalidade ou interrupção de seu acompanhamento para mim ou para o (a) menor em questão.

Local e data _____

Assinatura do (da) responsável: _____

Presenciamos a solicitação de consentimento, esclarecimentos sobre a pesquisa e aceite do voluntário em participar. 02 testemunhas (não ligadas à equipe de pesquisadores):

Nome:	Nome:
Assinatura:	Assinatura:

APÊNDICE C - TERMO DE AUTORIZAÇÃO DE USO DE IMAGEM E DEPOIMENTO.**TERMO DE AUTORIZAÇÃO DE USO DE IMAGEM E DEPOIMENTO**

Eu _____, CPF _____,

RG _____, autorizo meu filho (A)

_____ depois de conhecer

e entender os objetivos, procedimentos metodológicos, riscos e benefícios da pesquisa, bem como de estar ciente da necessidade do uso de minha imagem e/ou depoimento, especificados no Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), AUTORIZO, através do presente termo, a pesquisadora Poliana da silva freitas do projeto de pesquisa intitulado OS HÁBITOS ALIMENTARES E FÍSICOS DE ESTUDANTES DO 1º ANO DO ENSINO FUNDAMENTAL RELACIONADOS AO CONTEXTO SOCIODEMOGRÁFICO DA FAMÍLIA a realizar as fotos/filmagem que se façam necessárias e/ou a colher meu depoimento sem quaisquer ônus financeiros a nenhuma das partes.

Ao mesmo tempo, libero a utilização destas fotos/imagens (seus respectivos negativos) e/ou depoimentos para fins científicos e de estudos (livros, artigos, slides e transparências), em favor dos pesquisadores da pesquisa, acima especificados, obedecendo ao que está previsto nas Leis que resguardam os direitos das crianças e adolescentes (Estatuto da Criança e do Adolescente – ECA, Lei N.º 8.069/ 1990), dos idosos (Estatuto do Idoso, Lei N.º 10.741/2003) e das pessoas com deficiência (Decreto Nº 3.298/1999, alterado pelo Decreto Nº 5.296/2004).

_____, em ____/____/_____.

Entrevistado

Responsável Legal CPF e IDT (Caso o entrevistado seja menor - incapaz)

Poliana da Silva Freitas

APÊNDICE D - QUESTIONÁRIO SOBRE ALIMENTAÇÃO – 1º ANO DO ENSINO FUNDAMENTAL.

QUESTIONÁRIO SOBRE ALIMENTAÇÃO – 1º ANO DO ENSINO FUNDAMENTAL	
<p>Prezado(a) pai, mãe ou responsável, Esse questionário se destina a conhecer alguns hábitos de alimentação e saúde dos alunos do primeiro ano do Ensino Fundamental Municipal Professor Silvio Romero Vieira. Peço sua colaboração para responder as informações referentes à seu filho (a) ou criança sob sua responsabilidade. Informo que estes dados serão utilizados para complementar a pesquisa OS HÁBITOS ALIMENTARES E FÍSICOS DE ESTUDANTES DO 1º ANO DO ENSINO FUNDAMENTAL RELACIONADOS AO CONTEXTO SOCIODEMOGRÁFICO DA FAMÍLIA e por isso, o preenchimento adequado é importante para as atividades de educação alimentar e física. Esclareço que o questionário para crianças do 1º ano do Ensino Fundamental será respondido por seus pais ou responsáveis.</p> <p>Desde já agradeço. Atenciosamente, Poliana da Silva Freitas.</p>	
IDENTIFICAÇÃO DA CRIANÇA E DO(A) RESPONSÁVEL	
<p>Nome da Criança: _____ _____</p>	
<p>Data de Nascimento da Criança: ____/____/____</p>	<p>Qual O SEU nível de escolaridade?</p> <p><input type="checkbox"/> Ensino Fundamental incompleto</p> <p><input type="checkbox"/> Ensino Fundamental completo</p> <p><input type="checkbox"/> Ensino Médio completo</p> <p><input type="checkbox"/> Ensino Superior completo</p> <p><input type="checkbox"/> Pós-graduação completa</p>
<p>Qual o seu grau de parentesco com a criança?</p> <p><input type="checkbox"/> Pai</p> <p><input type="checkbox"/> Mãe</p> <p><input type="checkbox"/> Avô/Avó</p>	

<input type="checkbox"/> Outro	
<p>Em 2022 a criança está matriculada no: Ano: _____ Turma: _____</p>	
<p>DADOS DO(A) ALUNO(A) As informações abaixo são referentes à criança sob sua responsabilidade.</p>	
<p>Peso e altura ao nascer: Peso ao nascer _____ kg Altura ao nascer: _____ cm</p>	<p>Peso atual: _____ kg Altura atual: _____ cm</p>
<p>Com que idade seu(sua) filho(a) ou criança sob sua responsabilidade iniciou o consumo de frutas, sucos e papinhas? _____ meses de idade. <input type="checkbox"/> Não sei/não lembro</p>	
<p>Seu(sua) filho(a) ou criança sob sua responsabilidade foi amamentado exclusivamente com leite materno quando era bebê? <input type="checkbox"/> Sim. Até os _____ meses de idade <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não sei/não lembro</p>	
<p>Seu(sua) filho(a) ou criança sob sua responsabilidade pratica alguma atividade física, como futebol, natação, dança, lutas e outros fora do horário de aula? <input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não sei Se sim, quantas vezes por semana: _____ vezes/semana</p>	

<p>Qual a duração da atividade, por dia praticado (em horas e minutos):</p> <p>_____</p> <p><input type="checkbox"/> Não sei</p>
<p>Algum médico lhe disse que seu(sua) filho(a) ou criança sob sua responsabilidade tem algum dos problemas de saúde listados abaixo:</p> <p>Diabetes ou açúcar alto no sangue <input type="checkbox"/> sim <input type="checkbox"/> não <input type="checkbox"/> Não sei</p> <p>Hipertensão/Pressão Alta <input type="checkbox"/> sim <input type="checkbox"/> não <input type="checkbox"/> Não sei</p> <p>Colesterol alto, triglicérides alto ou gordura no sangue <input type="checkbox"/> sim <input type="checkbox"/> não <input type="checkbox"/> Não sei</p> <p>Ansiedade ou depressão <input type="checkbox"/> sim <input type="checkbox"/> não <input type="checkbox"/> Não sei</p> <p>Outros: _____</p>
<p>Algum médico lhe disse que seu(sua) filho(a) ou criança sob sua responsabilidade tem alguma intolerância ou alergia alimentar*?</p> <p><input type="checkbox"/> Sim</p> <p><input type="checkbox"/> Não</p> <p><input type="checkbox"/> Não sei Se</p> <p>sim qual (is) alimentos NÃO são permitidos? _____</p> <p>_____</p>
<p>Seu(sua) filho(a) ou criança sob sua responsabilidade tem alguma restrição alimentar por outro motivo que não seja diagnóstico médico (exemplo: motivos religiosos, filosóficos ou culturais)?</p> <p><input type="checkbox"/> Sim</p> <p><input type="checkbox"/> Não</p> <p><input type="checkbox"/> Não sei</p> <p>Se sim, quais alimentos NÃO são permitidos? _____</p>
<p>Quais refeições você seu(sua) filho(a) ou criança sob sua responsabilidade faz diariamente?</p> <p><input type="checkbox"/> Café da manhã</p> <p><input type="checkbox"/> Lanche da manhã</p> <p><input type="checkbox"/> Almoço</p> <p><input type="checkbox"/> Lanche da tarde</p> <p><input type="checkbox"/> Jantar</p> <p><input type="checkbox"/> Lanche noturno</p>

Agora, gostaria que me marcasse, no quadro abaixo, a frequência que seu(sua) filho(a) ou criança sob sua responsabilidade consome os grupos de alimentos listados. Você não precisa considerar os alimentos consumidos durante a tarde na escola.

Alimento	Frequência de consumo				
	Nunca	1 vez por semana	2 a 4 vezes por semana	1 vez por dia	2 ou mais vezes por dia
Verduras, legumes e/ou folhosos (não considerar batata, mandioca, aipim, macaxeira, cará e inhame)					
Frutas frescas (não considerar suco de frutas)					
Biscoito recheado, doces e/ou guloseimas (balas, pirulitos, chiclete, caramelo, gelatina)					
Alimentos fritos (coxinha, batata, pastel, quibe, batata)					
<p>Informações adicionais sobre a alimentação de seu(sua) filho(a) ou criança sob sua responsabilidade:</p>					

APÊNDICE E - QUESTIONÁRIO SOBRE ATIVIDADE FÍSICA – 1º ANO DO ENSINO FUNDAMENTAL

QUESTIONÁRIO SOBRE ATIVIDADE FÍSICA – 1º ANO DO ENSINO FUNDAMENTAL

Prezado (a) pai, mãe ou responsável,
Esse questionário se destina a conhecer alguns hábitos de atividade física dos alunos do primeiro ano do Ensino Fundamental Municipal Professor Silvio Romero Vieira. Peço sua colaboração para responder as informações referentes à seu filho (a) ou criança sob sua responsabilidade. Informo que estes dados serão utilizados para complementar a pesquisa OS HÁBITOS ALIMENTARES E FÍSICOS DE ESTUDANTES DO 1º ANO DO ENSINO FUNDAMENTAL RELACIONADOS AO CONTEXTO SOCIODEMOGRÁFICO DA FAMÍLIA e por isso, o preenchimento adequado é importante para as atividades de educação alimentar e física. Esclareço que o questionário para crianças do 1º ano do Ensino Fundamental será respondido por seus pais ou responsáveis.

Desde já agradeço.

Atenciosamente, Poliana da Silva Freitas.

Nome da Criança:

Esta seção se refere às atividades físicas que seu filho (a) faz em uma semana NORMAL/HABITUAL unicamente por recreação, esporte, exercício ou lazer. Pense somente nas atividades físicas que você faz por pelo menos 10 minutos contínuos. Por favor, NÃO inclua atividades que você já tenha citado.

01) Quantos dias e qual o tempo (horas e minutos) durante uma semana normal, seu filho caminha no seu tempo livre por pelo menos 10 minutos contínuos? _____ dias por SEMANA () Nenhum.

02) Quando seu filho (a) caminha no seu tempo livre, a que passo você normalmente ele anda?

() rápido/vigoroso () moderado () lento

03) Quantos dias e qual o tempo (horas e minutos) durante uma semana normal, seu filho (a) faz atividades vigorosas no seu tempo livre como: correr, nadar rápido, pedalar rápido, canoagem, remo, enfim esportes em geral por pelo menos 10 minutos contínuos? _____ dias por SEMANA

() Nenhum.

04) Quantos dias e qual o tempo (horas e minutos) durante uma semana normal, seu filho (a) faz atividades moderadas no seu tempo livre como: pedalar em ritmo moderado, jogar voleibol recreativo, fazer natação, ginástica e dança por pelo menos 10 minutos contínuos? _____ dias por SEMANA

() Nenhum

Estas últimas questões são sobre o tempo que você permanece sentado em casa em telas como tv, tablet e celular, fazendo trabalhos manuais, na escola e durante seu tempo livre. Isto inclui o tempo sentado, enquanto descansa, faz leituras, e realiza as refeições. Não inclua o tempo gasto sentada durante o transporte em ônibus, carro, trem e metrô.

01) Quanto tempo, no total, seu filho (a) gasta sentado durante um dia de semana normal? ____ horas ____ minutos

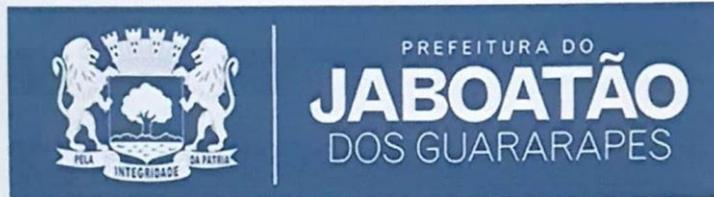
02) Quanto tempo, no total, seu filho (a) gasta sentado durante um dia de final de semana normal? ____ horas ____ minutos

03) Quanto tempo, no total, por dia seu filho (a) gasta sentado na frente da televisão, tablet ou celular? ____ horas ____ minutos

APÊNDICE F - QUESTIONÁRIO SOCIODEMOGRÁFICO.

Questionário Sociodemográfico	
Sexo: () Masculino () Feminino	Idade: _____
Estado civil: <input type="checkbox"/> Solteiro (a) <input type="checkbox"/> Casado (a) <input type="checkbox"/> Divorciado (a) <input type="checkbox"/> Divorciado (a) com companheiro (a) <input type="checkbox"/> Viúvo (a) <input type="checkbox"/> Viúvo (a) com companheiro (a) <input type="checkbox"/> União de facto/ vive junto <input type="checkbox"/> Companheiro (a) <input type="checkbox"/> Separado (a) <input type="checkbox"/> Outro _____	Escolaridade: <input type="checkbox"/> Analfabeto <input type="checkbox"/> Sabe ler e escrever <input type="checkbox"/> Ensino fundamental Incompleto <input type="checkbox"/> Ensino fundamental Completo <input type="checkbox"/> Ensino médio Incompleto <input type="checkbox"/> Ensino médio Completo <input type="checkbox"/> Superior Incompleto <input type="checkbox"/> Superior Completo <input type="checkbox"/> Outro: _____
Formal/ Informal Profissão: _____ _____ Profissão do cônjuge: _____	Nível Socioeconômico: <input type="checkbox"/> Auto <input type="checkbox"/> Médio- Auto <input type="checkbox"/> Médio <input type="checkbox"/> Médio-Baixo <input type="checkbox"/> Baixo
Tipo de Habitação <input type="checkbox"/> Apartamento <input type="checkbox"/> Apartamento Alugada <input type="checkbox"/> Casa Própria <input type="checkbox"/> Casa Alugada <input type="checkbox"/> Habitação Social	Com quem vive atualmente (Pode marcar mais de uma opção): <input type="checkbox"/> Cônjuge <input type="checkbox"/> Companheiro <input type="checkbox"/> Filho (a) <input type="checkbox"/> Irmão <input type="checkbox"/> Sozinho (a) <input type="checkbox"/> Neto (a) <input type="checkbox"/> Outras Pessoas: _____

<p>Onde você reside possui a implementação de praças, parques e piscinas gratuitas? <input type="checkbox"/> sim <input type="checkbox"/> Não</p> <p>Se Sim seu filho(a) frequenta? <input type="checkbox"/> sim <input type="checkbox"/> Não</p> <p>Se sim, quantas vezes por semana? _____</p>	<p>Renda Per Capita:</p> <p><input type="checkbox"/> Menos de um salário mínimo (0,00 a 606,00)</p> <p><input type="checkbox"/> Um salário mínimo (1.212,00)</p> <p><input type="checkbox"/> Mais do que um salário mínimo (1.212,00 a 2.424,00)</p> <p><input type="checkbox"/> Mais do que dois salários mínimos (acima de 2.424,00)</p> <p><input type="checkbox"/> Acima de três salários mínimos (a partir de 3.636,00)</p>
<p>Participa de algum programa social do governo? _____ _____ _____ _____</p>	<p>Vive em que Zona:</p> <p><input type="checkbox"/> Rural</p> <p><input type="checkbox"/> Urbana</p>

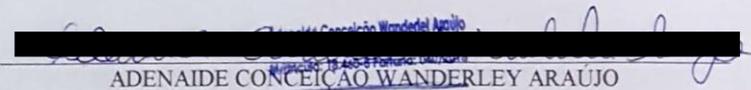
ANEXOS**ANEXO A – CARTA DE ANUÊNCIA.****CARTA DE ANUÊNCIA**

Declaramos para os devidos fins, que aceitaremos a pesquisadora Poliana da Silva Freitas, a desenvolver o seu projeto de pesquisa **OBESIDADE E SEDENTARISMO: MUDANÇA DE COMPORTAMENTO ALIMENTAR E ATIVIDADE FÍSICA EM ESCOLARES DO ENSINO FUNDAMENTAL NOS ANOS INICIAIS**, que está sob a coordenação/orientação do (a) Prof. André dos Santos Costa cujo objetivo é analisar a mudança de comportamento dos estudantes sobre percepção de corpo saudável oportunizando a vivência alimentar e física dentro do contexto social e histórico crítico, na Escola Municipal Professor Silvio Romero Vieira.

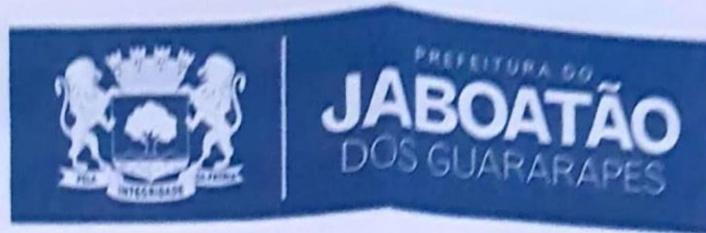
Esta autorização está condicionada ao cumprimento do (a) pesquisador (a) aos requisitos das Resoluções do Conselho Nacional de Saúde e suas complementares, comprometendo-se utilizar os dados pessoais dos participantes da pesquisa, exclusivamente para os fins científicos, mantendo o sigilo e garantindo a não utilização das informações em prejuízo das pessoas e/ou das comunidades.

Antes de iniciar a coleta de dados o/a pesquisador/a deverá apresentar a esta Instituição o Parecer Consubstanciado devidamente aprovado, emitido por Comitê de Ética em Pesquisa Envolvendo Seres Humanos, credenciado ao Sistema CEP/CONEP.

Jaboatão dos Guararapes, em 10 de agosto de 2022.


ADENAIDE CONCEIÇÃO WANDERLEY ARAÚJO

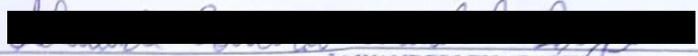
Adenaide Conceição Wanderley Araújo
GESTORA
Art. 18.440-8 Portaria: 040/2018

ANEXO B – AUTORIZAÇÃO DE USO DE ARQUIVOS DE PESQUISA**AUTORIZAÇÃO DE USO DE ARQUIVOS/DADOS DE PESQUISA**

Declaramos para os devidos fins, que cederemos ao/a pesquisador/a Poliana da Silva freitas o acesso aos arquivos de chamadas, PPP da escola e documentos que contenham dados pessoais da criança, para serem utilizados na pesquisa: OBESIDADE E SEDENTARISMO: MUDANÇA DE COMPORTAMENTO ALIMENTAR E ATIVIDADE FÍSICA EM ESCOLARES DO ENSINO FUNDAMENTAL NOS ANOS INICIAIS, que está sob a orientação do/a Prof/a Professor doutor André dos Santos Costa.

Esta autorização está condicionada ao cumprimento do (a) pesquisador (a) aos requisitos das Resoluções do Conselho Nacional de Saúde e suas complementares, comprometendo-se o(a) mesmo(a) a utilizar os dados pessoais dos participantes da pesquisa, exclusivamente para os fins científicos, mantendo o sigilo e garantindo a não utilização das informações em prejuízo das pessoas e/ou das comunidades.

Antes de iniciar a coleta de dados o/a pesquisador/a deverá apresentar o Parecer Consubstanciado devidamente aprovado, emitido por Comitê de Ética em Pesquisa Envolvendo Seres Humanos, credenciado ao Sistema CEP/CONEP.


ADENAIDE CONCEIÇÃO WANDERLEY ARAÚJO

Adenilde Conceição Wanderley Araújo
GESTORA
Matrícula: 18.454-4 Portaria: 040/2018

AGRADECIMENTOS

DEUS, não poderia faltar em todo processo, em cada noite mal dormida, a cada lagrima derramada, ele me sustentou me guiou e permitiu que tudo isso viesse acontecer e sou eternamente grata.

Agradeço a minha família, Isaque, Ryan e Ismael, que me guiou pelo caminho me sustentando neste trabalho, sem o qual nada disso seria possível. A minha Mãe, meu agradecimento especial por ter me incentivado a cada passo. Obrigada pela dedicação e tempo despendido em meu auxílio na realização de todos os meus sonhos, não existem palavras suficientes para agradecer ao tanto de carinho, paciência e amor que recebi dentro desses 4 anos.

Ao meu orientador agradeço pela paciência e dedicação que obtive para me ajudar em cada passo, a minha Banca e meu digníssimo professor Pedro Paes, sou mais do que grata por todos os abraços nos momentos difíceis me incentivando e apoiando.

Por fim, este trabalho de conclusão do curso, ofereço a minha mãe, meu Pai, irmã, tias e avós que me auxiliaram em todo processo.