

**PERCEÇÃO DOS ESTUDANTES SOBRE O CONSUMO DE ALIMENTOS
DISPONÍVEIS EM ESCOLAS DA REDE PÚBLICA NO MUNICÍPIO DE BENJAMIN
CONSTANT- AM**

Risoneide Pereira de Oliveira¹
Tales Vinícius Marinho de Araújo²
João Paulo Montalvão Silva³

RESUMO

O presente trabalho visou conhecer a percepção dos estudantes sobre o consumo de alimentos disponíveis em duas Escolas Públicas do município de Benjamin Constant-AM, apresentando em seu currículo os níveis de Ensino Fundamental e Médio. Sabemos que as práticas alimentares são fundamentais ao longo da vida desde a infância até a adolescência, período primordial para o desenvolvimento físico mental do ser humano. É neste mesmo período que os jovens adquirem os hábitos alimentares, influenciados por alguns fatores, como o convívio familiar e merendas disponibilizadas nas escolas. Esta pesquisa contou com a participação dos alunos de escolas do Ensino Fundamental (EF) e Ensino Médio (EM), além de profissionais da educação (professores, coordenadores pedagógicos e gestores), e funcionários responsáveis pela merenda escolar das referidas instituições. Para a coleta de dados foram aplicados questionários com perguntas categóricas e dissertativas, entrevistas informais, além da utilização dos métodos quantitativo e qualitativo fazendo o uso de quadros e ilustrações para demonstração e esclarecimento dos resultados alcançados. Diante da análise dos dados obtidos foi possível verificar que ambas as instituições contextualizam com pouca frequência em sala de aula a temática alimentação escolar abordada principalmente pelos docentes e que há uma diferença referente a disponibilidade da merenda escolar e aceitação social entre as instituições averiguadas.

Palavras-chave: Alimentação; Merenda Escolar; Estudantes.

1. INTRODUÇÃO

Com o advento da globalização e o desenvolvimento de informações, padronizaram um novo estilo de vida da população do século XXI.

A inserção de alimentos industrializados e com alto níveis calóricos (não-saudáveis) criaram um hábito padrão de alimentação inadequado para a saúde dos 7,2 bilhões de habitantes mundial, segundo estimativas da ONU (Organização das Nações Unidas). Hoje muitos alimentos foram produzidos para garantir uma maior aceitação, visando a comercialização e o lucro das principais indústrias alimentícias e não a saúde e o bem-estar da população, “com alimentos contendo em sua

¹ Universidade Federal do Amazonas – UFAM.risoneidepereira@hotmail.com

² Universidade Federal do Pará – UFPA.talesrevue@hotmail.com

³ Universidade Federal do Amazonas – UFAM.jpmontalvao@hotmail.com

composição alta taxa de açúcar, sódio e gordura trans, um dos maiores componentes químicos que causam os diversos tipos de cânceres dentre outras doenças” (BRASIL, 2003).

Diante de tantas escolhas relacionadas aos alimentos industrializados, é possível visualizar nas escolas e certamente nas famílias, a falta de diálogo concernente ao consumo excessivo de alimentos inadequados para a saúde e bem-estar dos estudantes. Estes alimentos podem ocasionar diversas complicações ao organismo do ser humano, entre elas o diabetes, obesidade, hipertensão e doenças cardiovasculares. Nesta nova realidade todas as faixas etárias da sociedade foram atingidas, inclusive em um de seus principais pilares, “da infância a maior idade, ocasionando preocupações no que tange ao elevado número de doenças relacionadas à má alimentação e ao desenvolvimento de um indivíduo adulto fragilizado e pouco produtivo” (SILVA, 1998).

É perceptível que em instituições de ensino dos níveis médio e fundamental dos municípios do interior do Amazonas, especificamente, Benjamin Constant, há a carência de informações voltadas para prática alimentar dos alunos – fato diagnóstico através de práticas de Estágios Supervisionados e da vivência na escola por meio do Programa de Bolsas de Iniciação à Docência (PIBID) – tornando-se uma problemática que deveria envolver as escolas e os órgãos competentes à saúde pública, contribuindo para a formulação de propostas e informações para a comunidade escolar.

De acordo com estes fatores, foi possível conhecer a percepção dos alunos sobre os alimentos saudáveis e não-saudáveis, verificando a relação alimentação–aceitação social disponíveis em escolas públicas do município de Benjamin Constant-AM.

2. METODOLOGIA

2.1. LOCAL DE ESTUDO E PÚBLICO AMOSTRAL

A pesquisa foi desenvolvida em duas Escolas Públicas de Benjamin Constant/AM, sendo uma de Ensino Fundamental e outra do Ensino Médio, ambas pertencente a zona urbana do referido município, identificadas como EF (Ensino Fundamental) e EM (Ensino Médio).

A escolha usada para as turmas foi em função de representarem o último ano de cada etapa do Ensino Básico: o Fundamental e o Médio. Desta forma foi possível avaliar o conhecimento dos alunos nas diferentes etapas do ensino. Para melhor compreensão da análise e apresentação dos dados, caracterizaram-se as duas instituições de ensino como, Escola EF para a instituição de Ensino Fundamental e Escola EM para a instituição de Ensino Médio. Ressalta-se que foram selecionadas duas turmas de 3º ano do EM com total de 25 indivíduos cada, e no EF 25 alunos em cada turma do 9º ano. Os alunos participantes desta pesquisa na escola de EF tinham faixa etária de 12 a 15 e da escola de EM 15 a 19 anos.

2.2. TIPO DE PESQUISA

A presente pesquisa caracteriza-se como uma pesquisa de campo do tipo exploratória. Neste tipo de pesquisa segundo Cervo (2007), “ocorre descrições precisas da situação e quer descobrir as relações existentes entre seus elementos componentes”. Tal pesquisa “requer um planejamento bastante flexível para possibilitar a consideração dos mais diversos aspectos de um problema ou de uma situação. Recomenda-se a pesquisa exploratória quando há pouco conhecimento sobre o problema a ser estudado”.

Os métodos de procedimentos que foram utilizados foram quanti-qualitativo, apresentando dados absolutos para a melhor compreensão das análises destes. Os dados coletados desta pesquisa foram transformados e analisados quantitativamente, culminando com conclusões sobre os aspectos estudados. Este tipo de pesquisa permitiu um conhecimento objetivo da realidade por meio da sistematização dos dados em tabelas e gráficos gerando as devidas informações.

Para o grupo de alunos foi utilizado um questionário composto com perguntas abertas e de múltipla escolha. A seleção desses instrumentos se deu pelo mesmo apresentar vantagens. Um questionário é extremamente útil quando um investigador pretende recolher informação sobre um determinado tema. Através da aplicação de um questionário a um público-alvo constituído, por exemplo, de alunos, “é possível recolher informações que permitam conhecer melhor as suas lacunas, bem como melhorar as metodologias de ensino podendo, deste modo, individualizar o ensino quando necessário” (RICHARDSON, 1999).

O primeiro contato nas escolas em estudo foi com os alunos em sala de aula esclarecendo o propósito e como ocorreria a abordagem da pesquisa. Em seguida houve a aplicação de questionários para conhecer a percepção dos alunos sobre os alimentos disponíveis nas escolas como saudáveis e não saudáveis, o lanche oferecido e consumido nas instituições no decorrer da semana, verificando a relação alimentação e aceitação social. Os dados coletados foram tanto pelo questionário quanto em perguntas informais para obter mais informações relacionado a temática.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

3.1. PERCEPÇÃO DOS ALUNOS SOBRE ALIMENTOS SAUDÁVEIS E NÃO SAUDÁVEIS

Quando se trata de hábitos alimentares, os jovens são influenciados por diversos fatores, um deles é o meio em que está inserido, como: o convívio familiar, amigos, culturas e principalmente o ambiente escolar. À medida que o indivíduo ingressa nas instituições de ensino e passam a conviver com outros indivíduos, recebem influências em seus hábitos alimentares, como a curiosidade de experimentar novos sabores.

A partir desse pressuposto, buscou-se conhecer a classificação dos alunos quanto a merenda escolar, no qual foi possível verificar se os alimentos oferecidos nas instituições de ensino básico do município eram considerados saudáveis ou não saudáveis, como demonstra o Gráfico 1.

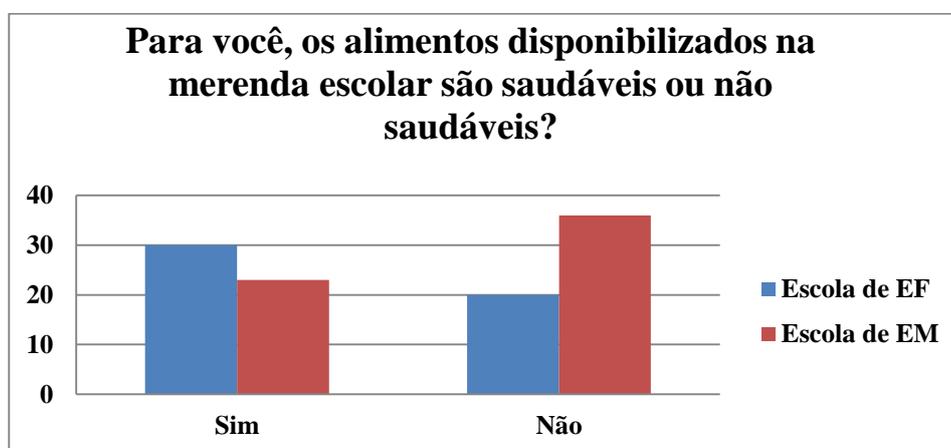


Gráfico 1: Classificação da merenda oferecida pela escola como saudável
Fonte: OLIVEIRA,R,P. 2016

De acordo com os resultados obtidos verificou-se que 30 discentes do EF correspondente a 60% e 24 discentes do EM (48%) consideram a merenda oferecida na instituição sendo saudável. Tais discentes argumentaram que eram disponibilizados a eles alimentos cozidos, caldos, mingaus de arroz e banana, não havendo frituras nem embutidos. Cerca 20 alunos do EF (40%) e 26 alunos do EM (52%) alegaram que na maioria das vezes, são disponibilizados alimentos industrializados, como atum em lata, almôndegas e conservas, produtos com o alto índice de conservantes, prejudiciais à saúde humana.

Foi possível constatar certa contradição nas opiniões dos discentes, percebendo que a merenda escolar para muitos são saudáveis e para outros não saudáveis. Os discentes que enunciaram sobre a merenda não ser saudável, citaram que a instituição deveria contratar merendeiras profissionais especializadas em nutrição, selecionando alimentos mais adequados para incorporar na merenda escolar, pois para muitos, é a única refeição do dia.

Os alunos por sua maioria adolescentes, ainda possuem a consciência que, através de uma boa alimentação haveria uma melhora em seu desempenho escolar. “A adolescência é uma fase de mudança, inclusive nos hábitos alimentares dos jovens, porém se o adolescente adotar uma dieta saudável criará bons hábitos alimentares para o resto da vida” (ALBANO, 2000).

Dando continuidade a esta linha de raciocínio, através do questionamento foi averiguado entre os discentes de ambas as instituições as suas concepções sobre alimentos saudáveis e não saudáveis, suas respostas estão organizadas no Quadro 1.

Quadro 1: Concepções dos alunos: Alimentos Saudáveis e Não Saudáveis

Percepção dos alunos da Escola de EF
Alimentos saudáveis: Batata, beterraba, alface e cenoura, verduras, ovos, pepino, frutas leite, feijão, arroz, macarrão, peixe que fazem bem a saúde.
Alimentos não saudáveis: Pizza, bolo, chocolate, salgadinhos, doces, sucos, refrigerante, bombom, bolachas, frituras, gordura, pasteis que são fritos com óleo, carne.
Percepção dos alunos da Escola de EM
Alimentos saudáveis: São aquele que tem vitaminas, proteínas, carboidratos, verduras, frutas, carne bem tratadas, peixes, legumes, arroz, feijão, ferro, fibras.

Alimento não saudáveis: Salgadinhos, milito, doces, refrigerante, chocolate, temperos, comidas pesadas e gordurosos, comida enlatado como os alimentos industrializados.

Fonte: OLIVEIRA, R.P. 2016

Os alunos do EM destacaram alimentos saudáveis como as frutas, verduras, vitaminas entre outros e os alimentos não-saudáveis como os alimentos industrializados com corantes alimentícios e frituras. Pode-se examinar que tanto os alunos do EF quanto do EM possuem uma concepção adequada para discernirem e diferenciarem os alimentos que trarão benefícios e malefícios para as atividades de seus organismos.

Por serem jovens, os alunos necessitam de refeições baseadas em alimentos ricos em proteínas, vitaminas, minerais e fibras. Sendo ponderada como fonte proteica e de ferro, alimentos como: feijão e carnes. Deste modo, destaca-se a importância de que a energética constituída nas refeições, essencialmente, enfatizando a diversidade alimentícia composta por alimentos como arroz, massas e batata e, a de vitaminas, minerais e fibras por frutas e hortaliças, para possuírem um desempenho escolar adequado.

A alimentação dos jovens deve ser altamente saudável, pois os mesmos necessitam de energia extra para desempenhar suas tarefas, porém, estudos demonstraram que “o acréscimo de energia deve-se, especialmente, ao consumo de alimentos ricos em lipídios e açúcares simples, como por exemplo: biscoitos, salgados fritos, sanduíches, refrigerantes, podendo, esta prática estar associada ao aumento do peso e às deficiências de nutrientes” (OLIVEIRA, 2003). A escola possui um papel importantíssimo na saúde e bem-estar de seu alunado, devendo a mesma contribuir para a educação alimentar.

A escola se constitui em um centro de convivência e ensino-aprendizagem, onde deve haver envolvimento de toda comunidade escolar – alunos, professores, funcionários, pais e nutricionistas – para atuação integrada em estratégias e programas de promoção da alimentação saudável, garantindo a qualidade das refeições servidas e a oferta de alimentos nos espaços escolares. “Uma dieta saudável deve ser composta por: água, carboidratos, lipídios, proteínas, fibras, vitaminas e sais minerais, os quais são insubstituíveis e imprescindíveis ao bom funcionamento do organismo” (DALPICOLA, 2010).

Ainda foi possível argumentar se é necessária a ingestão de alimentos saudáveis nas dietas alimentares, percebendo-se uma pequena porcentagem de conhecimentos entre os alunos de EM e EF quando se trata de alimentação. Os alunos têm somente um conceito básico visto em sala de aula, pelos livros didáticos ou telejornais, muitos ainda com difícil acesso a internet e outros com acesso as diversas formas de comunicação, mas não dão importância a essas notícias relacionados ao tema em questão.

Uma boa alimentação constitui a principal forma de cuidar da saúde, não somente física mas também mental. De acordo com o Ministério da Saúde, sabe-se que no Brasil a obesidade, por exemplo, já é um problema de saúde pública, isso porque a população tem optado muito mais pela comida industrializada e rica em gordura e não por alimentos naturais.

Diante desse contexto Brasil (2008) menciona que é essencial propor autonomia aos alunos no que tange às escolhas que afetam “diretamente sua saúde, portanto, é indispensável a introdução de práticas relacionadas à educação alimentar e nutricional que lhes proporcionem conhecimentos necessários para avaliar e efetivar suas escolhas de forma consciente”

Outra questão exposta abaixo apresentada no Gráfico 2, seria a quantidade de alimentos industrializados que os alunos consomem nas escolas ou em casa durante a semana, verificando que muitas das vezes passam a optar, seja por falta de tempo de se alimentar corretamente ou pela preferência em consumir alimentos de fácil aquisição.

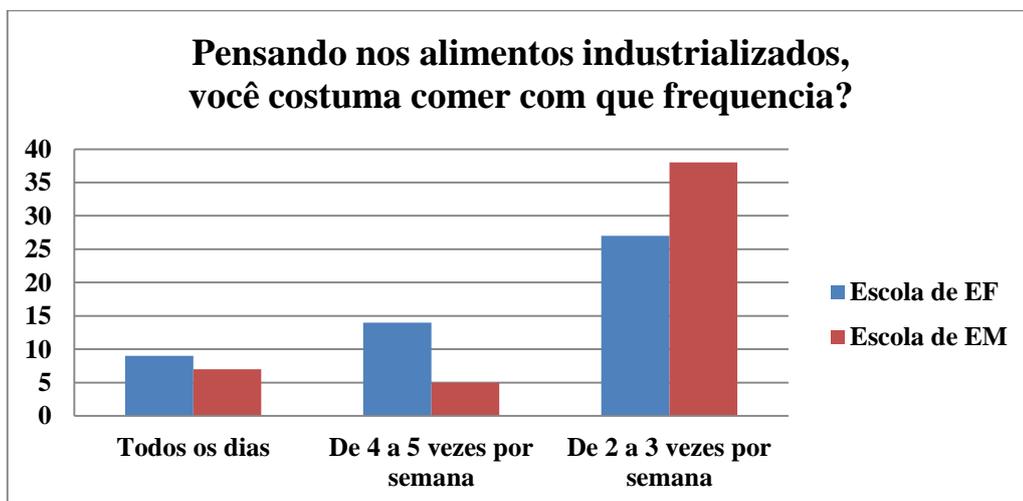


Gráfico 2: Frequência do consumo de alimentos industrializados
Fonte: OLIVEIRA,R,P. 2016

O gráfico 2 demonstra a variabilidade na frequência semanal de consumo dos alimentos industrializados que os alunos costumam consumir durante a semana como: salgadinhos, chocolates, refrigerantes entre outros como citado no questionário. Foi possível identificar que na escola de EF dos 50 alunos entrevistados (18%) consomem todos os dias alimentos com excesso de corantes, aromatizantes, conservantes, acidulantes dentre outros produtos químicos encontrados com maior frequência nesses alimentos. Cerca de (28%) consomem de 4 a 5 vezes por semana e (54%) consomem 2 a 3 vezes por semana, enquanto que na escola de EM (14%) consomem todos os dias, (10%) 4 a 5 vezes por semana e (76%) 2 a 3 vezes por semana.

Diante dos fatos percebe-se que os adolescentes têm preferências por alimentos industrializados consumidos muitas das vezes diariamente, por serem práticos, mas ricos em aditivos **químicos**. Alguns alunos mesmo lanchando nas escolas costumam alimentar-se em lanchonetes próximas as instituições, alegando não se identificarem com a merenda oferecida nas escolas.

Por outro lado, a escola deveria adotar meios de comunicação, por meio de palestras, oficinas, minicursos, cursos de capacitação relacionadas a temática, pois estes meios podem contribuir para que ocorram mudanças significativas no comportamento alimentar dos adolescentes, incentivando e até mesmo controlando o consumo destes alimentos adquiridos fora do âmbito escolar. Sabe-se que hoje o consumo de alimentos industrializados vem progressivamente ganhando o mercado alimentício e a preferência dos adolescentes que optam pela má alimentação, uma das maiores causadoras de doenças.

Durante a pesquisa muitos alunos opinaram discorrendo que os alimentos industrializados podem fazer mal a saúde, mais somente se for consumido em excesso. Por outro lado foi possível constatar que alguns alunos possuem a consciência da prática de exercício físico para futuramente não adquirirem algum tipo de prejuízo à saúde, como é o caso da obesidade, hipertensão e diabetes.

No quadro 2, é possível visualizar o levantamento dos alimentos consumidos incorporados a dieta alimentar diária dos alunos nos intervalos de tempo das instituições.

Quadro 2: Levantamento de alimentos industrializados consumidos fora do perímetro escolar.

Tipo de alimento	Escola de EF	Escola de EM
Batatinhas	-	8%
Bolacha recheada	-	12%
Bolo	14%	-
Bombom	10%	6%
Chito	38%	24%
Chocolate	-	10%
Misto	6%	-
Pizza	14%	-
Refrigerante	14%	28%
Salgadinhos	44%	36%
Suco	16%	8%

Fonte: OLIVEIRA,R,P. 2016

Conforme seus hábitos alimentares os alunos de ambas as instituições consideram em sua concepção ter uma alimentação saudável. Por outro lado, algumas das respostas já eram esperadas como dos 50 alunos de escola de EF, em que (38%) optam pelo militos durante o intervalo, (44%) gostam de consumir salgadinhos (embutidos e comidas processadas). Enquanto que na escola de EM 14 (28 %) alunos gostam de beber refrigerante, que além de ser pobre em nutrientes, contém corante, sódio, calorias e gás, outros (36%) consomem salgadinhos e (24%) alunos gosta de consumir militos dentre outros, como está exposto no quadro 2.

Percebe-se que na escola de EF o refrigerante, salgadinho e militos apresentaram alto nível de consumo, sendo possível perceber que as frituras são o alimento preferido dentre os estudantes por alegarem a consistência saborosa. Em contrapartida, na escola de EM o consumo de militos e salgadinho é menor, porém a ingestão de refrigerante é superior ao consumo de sucos.

Interessante é notar que cerca de (84%) total dos alunos correspondente as instituições de EF e EM foram questionados, e obteve-se uma resposta que se sobrepõe às demais, no qual segundo a interpretação e análise esses alunos afirmam que:

“mesmo fazendo mal à saúde esses alimentos são gostosos e muitas vezes comemos devido o tempo que nossos pais não tem para fazer um alimento que nós precisamos devido o trabalho”.

É ciente que uma boa alimentação é fundamental para a manutenção da saúde, resultando diversas doenças ocasionados de maus hábitos alimentares. As instituições de ensino em parceria com as famílias, devem incentivar os jovens a adquirir um bom hábito alimentar, reforçando que uma adequada alimentação supriria qualquer dificuldade de desenvolvimento físico, motor, mental e de aprendizagem.

Quando se trata de seus hábitos alimentares “acredita-se que, quanto mais acesso a informações os estudantes tiverem, maior será a sensibilização em relação ao autocuidado e à associação entre alimentação e saúde, que por fim se estendem também a seus familiares” (SANTOS 2005).

3.2. RELAÇÃO ALIMENTAÇÃO–ACEITAÇÃO SOCIAL

Para verificar a aceitação dos alimentos oferecidos nas instituições de ensino, utilizou-se os questionários e entrevistas informais com os alunos. Assim, esta questão teve por objetivo observar a relação alimentação–aceitação social dos alunos nas instituições de ensino tanto do EF quanto do EM.

Diante dos dados coletados e de vindicações em relação aos alimentos oferecidos nas escolas, observou-se que os alunos reconhecem que na merenda escolar deveria ter mais componentes naturais do que industrializadas, mas não é essa a situação deparada em ambas as instituições pelo fato de não haver uma profissional nutricionista nas escolas que orientasse e trabalhasse em parceria com as responsáveis pelo preparo da merenda nas instituições. Para isso, deve-se considerar a diversidade da localidade contextual das escolas investigadas, no qual a região Amazônica é rica em diversas frutas naturais e que deveriam ser utilizadas como uma alimentação mais saudável para os alunos das escolas pesquisadas.

Partindo dessa alusão, e considerando relatos de alunos mais antigos e das merendeiras, tanto nas escolas estaduais como municipais houve um tempo que existia na distribuição das merendas escolares, frutas e hortaliças disponibilizadas por agricultores locais, incentivando os estudantes o valor de uma adequada alimentação saudável, percebendo que os mesmos atribuíam mais valor aos alimentos cultivados da terra.

Desse modo, foi realizado um levantamento sobre a classificação da merenda escolar, de maneira categórica, oferecida por ambas as instituições, a partir das opiniões dos discentes envolvidos na pesquisa, como demonstra o Gráfico 3.

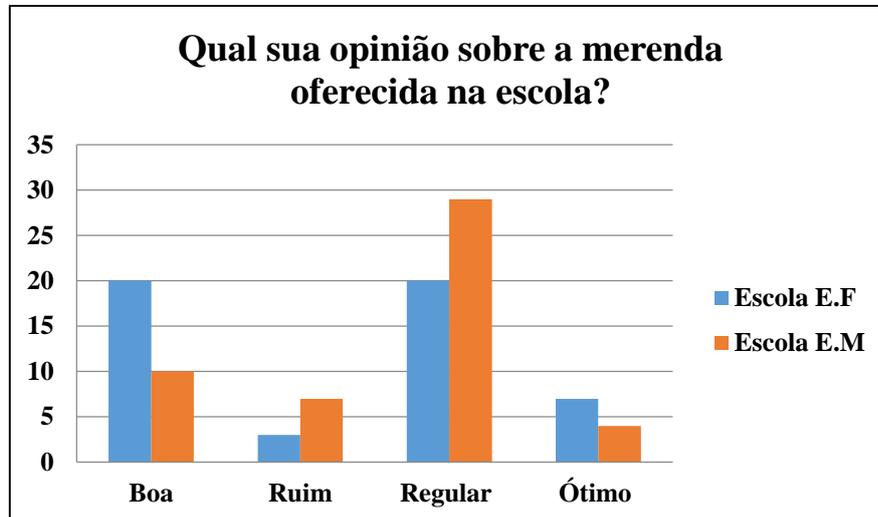


Gráfico 3: Opinião dos alunos sobre a merenda escolar
Fonte: OLIVEIRA,R,P. 2016

É possível identificar no gráfico 3 os resultados obtidos nas duas escolas, 40% dos alunos (n=20) da escola de EF acham que a merenda escolar é boa e 40% (n=20) conceituam a merenda como regular, 14% (n=7) acham ótimo, e, 6% (n=3) conceituam a merenda escolar como ruim. Já na escola EM 20% (n=10) dos alunos acham a merenda escolar boa, 8% (n=4) acham ótimo, 58% (n=29) a consideram como regular, e, 14% (n=7) consideram a merenda escolar ruim.

Porém, com o total de 100 alunos entrevistados tanto do EF quanto do EM, (82%) relataram que tem o hábito de consumir a merenda oferecida pela escola, em contrapartida (10%) dos alunos informaram que não merendam na escola, porque não gostam e outros por já terem almoçado em casa e 8% dos alunos só merendam de vez em quando.

Entretanto, para muitos alunos a merenda escolar é regular, argumentando que deveriam incluir, verduras que é essencial para dar sabor e se tornar apreciável pelos alunos, visto que a insatisfação mencionada e considerada na categoria regular apresentada no gráfico 3 por parte dos alunos, na maioria das vezes se dá pelo simples fato de apresentar o nível excessivo de açúcar, sódio e corantes.

A busca de uma maior aceitação e adesão dos alunos à alimentação escolar deve ser feita a partir da realização de diagnósticos sobre as suas preferências alimentares. A qualidade e, conseqüentemente, a maior aceitabilidade do cardápio

escolar dependem muito de hábitos alimentares, características nutricionais, custo, horário de distribuição e estrutura das cozinhas das escolas (FNDE, 2010).

4. CONCLUSÕES

Para tentar minimizar a baixa aceitabilidade em relação a merenda escolar, a instituição de EM deveria oferecer cursos e aperfeiçoamento com as merendeiras, pois, percebeu-se durante a pesquisa que as profissionais não tem especialização adequada nesta área. No entanto as escolas deveriam contratar uma nutricionista que permanecesse diariamente, vivenciando e orientando no preparo da merenda escolar, além de incentivarem os alunos na aquisição de bons hábitos alimentares, modificando gradativamente sua alimentação.

Outro motivo pelo qual as instituições necessitariam de suas próprias nutricionistas, seria pelo fato do alto nível de merendas não saudáveis comercializadas fora do âmbito escolar. Esse hábito alimentar poderia ser revisto pela direção de ambas as instituições. As merendas disponibilizadas foram do âmbito escolar incentivam os alunos a obterem uma alimentação inadequada.

Acredita-se que com aplicação de projetos e ações pedagógicas nas escolas, pode-se reverter o quadro em relação a aceitabilidade e qualidade da merenda escolar, incentivando os alunos a consumirem alimentos mais saudáveis ou terem uma noção de obterem bons hábitos alimentares, evitando possivelmente certas doenças não- transmissíveis como o diabetes, hipertensão ou obesidade. Porém a participação da família nestes eventos seria de suma importância, pois o maior incentivo vem de casa.

REFERÊNCIAS

ALBANO, R. D. **Estado nutricional e consumo alimentar de adolescentes**. 2000. 79f. Dissertação (Mestrado) – Faculdade de Saúde Pública, Universidade de São Paulo. São Paulo, 2000.

BRASIL, Ministério da Saúde. Secretária de Atenção a Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política nacional de alimentação e nutrição**. 2 ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2003.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira: promovendo a alimentação saudável** / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Brasília : Ministério da Saúde, 2008.

CERVO, Amado.L. et al. **Metodologia científica**. 6 ed. São Paulo: Pearson Prentice Hall, 2007.

DALPICOLO, S. **Aprenda a combinar os nutrientes**. Revista Viva Saúde. Ed. 102. Editora Escala Ltda. São Paulo, 2010.

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO. **Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE)**. Alimentação Escolar. Disponível em: http://www.fnde.gov.br/home/index.jsp?arquivo=alimentacao_escolar.html . Acesso em: 14 março 2010.

OLIVEIRA, C.L.; FISBERG, M. **Obesidade na infância e adolescência: uma verdadeira epidemia**. Arq Bras Endocrinol Metab 2003; 2(47):107-8

RICHARDSON, Roberto Jarry et al. **Pesquisa social: métodos e técnicas**. São Paulo: Atlas, 1999.

SANTOS, L. A. S. **Educação alimentar e nutricional no contexto da promoção de práticas alimentares saudáveis**. Revista de Nutrição, Campinas, 18(5): 681-692 setembro/outubro, 2005.

SILVA, M. V. **Alimentação na escola como forma de atender às recomendações nutricionais de alunos dos Centros Integrados de Educação Pública**. Caderno de Saúde Pública, Rio de Janeiro, 14(1): 171 - 180 Janeiro/ Março, 1998