

CONSUMO DE ÁCIDOS GRAXOS TRANS POR ADOLESCENTES DE ESCOLAS PÚBLICA E PRIVADA DO MUNICÍPIO DE TIMÓTEO - MG

Leidiane Heleno CUPERTINO (PIC/Unileste-MG)

Lívia Mara Faria de ARRUDA (C/UnilesteMG)

Nilma Maria Vargas LESSA (Orientadora)

Curso Nutrição/Unileste - MG

Avaliar o consumo de ácidos graxos trans por adolescentes de escolas pública e privada do município de Timóteo, Minas Gerais.

Metodologia: Foram entrevistados alunos de 5^a a 8^a série, com idade entre 10 e 19 anos de uma escola pública e outra privada do município de Timóteo-MG, escolhidas de forma randomizada. Utilizou-se como inquéritos alimentares o questionário de frequência de consumo alimentar (QFCA) para avaliar a frequência de alimentos contendo ácidos graxos trans, bem como o recordatório de 24 horas (R24h) para conhecer a ingestão média de energia e ácidos graxos trans. A análise da quantidade do isômero foi realizada utilizando-se a tabela de composição química de alimentos brasileira, contendo ácidos graxos trans, tabela TACO e as informações nutricionais presentes nos rótulos de alimentos no caso de alimentos que foram consumidos e não constavam na referida tabela. Além disso, foram utilizados outros instrumentos como o registro fotográfico contendo figuras de medidas caseiras que serviu para auxiliar na precisão do tamanho das porções consumidas. Os dados foram analisados utilizando ferramentas apropriadas de estatística com auxílio dos programas Microsoft Excel (para armazenamento de dados, cálculos de médias e desvios-padrão), Diet - pró 4 (para cálculo das dietas ingeridas pelos adolescentes entrevistados) e SPSS 13 (para calcular a distribuição do consumo de AGT (g) e distribuição de AGT em relação ao consumo energético). A presente pesquisa levou em consideração a Resolução n° 196/96 do CNS – Conselho Nacional de Saúde adotando o termo de consentimento, sendo mantido o caráter confidencial das informações, não identificando os pesquisados.

Resultados: Foram entrevistados 198 adolescentes, sendo que 151 eram frequentadores da escola pública e 47 frequentavam a escola particular. Observou-se com a pesquisa que os alimentos, contendo ácidos graxos trans, mais consumidos na escola pública foram: Pão de sal (13,2%), Leite (12,7%), Carne de boi (11,3%), Sorvete (10,4%), Biscoito recheado (10,1%), Manteiga (9,7%), Chocolate (8,5%), Batata frita industrializada (8,2%), Carne de porco (8,0%) e Maionese (7,9%), com uma frequência de consumo semanal média de 3,78. Enquanto que na escola particular destacaram-se: Leite (14,9%), Pão de sal (14,6%), Carne de Boi (13,2%), Carne de Frango (10,8%), Manteiga (8,7%), Bolo (8,0%), Pão de forma (8,0%), Biscoito Recheado (7,6%), Chocolate (6,9%) e Iogurte (7,3%), tendo como frequência de consumo semanal média 3,74. Detectou-se que o consumo médio de ácidos graxos trans foi maior na escola pública (2,46g), bem como um consumo energético médio (1929,24 Kcal). No entanto, nota-se que a média do percentual de ácidos graxos trans em relação ao consumo energético foi superior na escola particular (1,18). A distribuição dos dados de consumo de ácidos graxos trans em (g) mostra que cerca de 50% dos adolescentes da escola pública consumiram menos de 1,24g de ácidos graxos trans e apenas 25% consumiram mais de 3,47g, enquanto que na escola particular 50% dos entrevistados tiveram uma ingestão de 1,51g de ácidos graxos trans e 25%

ingeriram quantidades superiores a 3,40g. Já a distribuição da relação do consumo de ácidos graxos trans com a energia consumida mostrou que 50% dos alunos da escola pública consumiram menos de 0,70 e 25% consumiram mais de 1,64, sendo que na escola particular 50% dos adolescentes consumiram menos de 0,86 e 25% consumiram mais de 1,69.

Conclusão: Conclui-se que o consumo semanal médio de alimentos contendo ácidos graxos trans foi maior na escola pública, assim como a quantidade de trans (g) ingerida pelos adolescentes freqüentadores desta, revelando um crescente aumento da ingestão de alimentos industrializados nesta classe menos favorecida economicamente. Deve-se ressaltar que houve um consumo significativo deste isômero na escola particular, o que demonstra um padrão alimentar semelhante entre os grupos sociais. Ressalta-se ainda, que, a média do percentual de ácidos graxos trans em relação ao consumo energético foi maior na escola particular, fato que pode ser explicado devido a menor ingestão calórica neste grupo. De acordo com a I Diretriz de Prevenção da Aterosclerose na Infância e na Adolescência o consumo de ácidos graxos trans deve ser inferior a 1% do total de calorias ingeridas. Neste estudo pode-se observar que ambas as escolas consumiram percentuais superiores ao recomendado. Sendo assim, sugere-se que sejam realizados trabalhos com intuito de se fazer uma reeducação alimentar com esta população, a fim de prevenir possíveis danos a saúde desses adolescentes, que consomem quantidades, além do recomendado, de ácidos graxos trans.

Palavras-chaves: Palavras-chaves: adolescentes, ácidos graxos trans, consumo.