

Nutrição

## **Consumo e adequação alimentar em crianças de 3 anos de idade em núcleo de educação infantil de Lavras – MG**

Genaina Sueli Martins - 8º período de Nutrição, UFLA, bolsista PIBIC/UFLA

Melissa Guimarães Silveira Rezende - Orientadora, DNU, UFLA - Orientador(a)

Rayene Cardoso Rodrigues - 8º período de Nutrição, UFLA, bolsista PIBIC/UFLA

### **Resumo**

A fase pré-escolar é um período de aumento do desenvolvimento de habilidades e de funções corporais e de intensas mudanças tanto físicas quanto psicológicas. Nos primeiros anos de vida, entre 2 e 3 anos de idade, é essencial para o crescimento e desenvolvimento da criança uma alimentação adequada. As crianças que frequentam as escolas em período parcial devem receber, gratuitamente, no mínimo, 20% das suas necessidades diárias de alimentos, como direito instituído por meio do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE). Sendo assim, o objetivo do estudo foi avaliar o consumo alimentar dos pré-escolares na faixa etária de 3 anos matriculados no Núcleo de Educação da Infância (NEDI) da Universidade Federal de Lavras (UFLA), no município de Lavras, Minas Gerais. Para realização do estudo, aprovado pelo CAAE 24930619.1.0000.5148, os participantes tiveram as refeições ofertadas e consumidas avaliadas durante o período compreendido entre abril e agosto de 2022, através do método de pesagem direta individual dos alimentos, sendo realizado um total de dez pesagens, divididas em duas turmas. Os dados coletados nas pesagens foram lançados no software WebDiet® com a finalidade de quantificação de calorias, carboidratos, proteínas, lipídeos, ferro, cálcio, vitamina A e vitamina C. Analisando a adequação da oferta, apenas 40% dos lanches atenderam o valor calórico preconizado pelo PNAE, 80% em carboidratos, 20% em proteínas, 60% em lipídeos, 50% em ferro, 10% em cálcio, 60% em vitamina A e 100% em vitamina C. Em relação ao consumo, a adequação foi de 20% em calorias, 30% em carboidratos, 0% em proteínas, 50% em lipídeos, 20% em ferro, 10% em cálcio, 50% em vitamina A e 100% em vitamina C. Também ocorreu oferta frequente de alimentos ultraprocessados, dias estes, que houve maior consumo pelos participantes, sendo consumido toda a quantidade ofertada. Conclui-se, até o momento, que os lanches ofertados devem ser reavaliados por profissional qualificado a fim de promover melhor qualidade nutricional e melhor adequação conforme recomendado pelo PNAE. A maioria dos lanches ofertados estão adequados em carboidratos, lipídios, vitamina A e vitamina C, mas com baixa composição de proteínas, ferro e cálcio. O consumo é satisfatório apenas com relação à vitamina C, sendo adequado em todos os lanches consumidos. Os demais macro e micronutrientes são adequados apenas em até 50% dos lanches consumidos.

Palavras-Chave: Alimentação escolar, Pesagem, Qualidade nutricional.

Instituição de Fomento: UFLA

Link do pitch: <https://youtu.be/3i8d4HaoI9U>