



TIPOS DE ALIMENTOS UTILIZADOS COMO LANCHE PARA CRIANÇAS EM IDADE ESCOLAR DE ESCOLAS PARTICULARES DE LONDRINA/PR

I-FERNANDA CRISTINA PIROLA
I-GLÁUCIA KUDO
I-JOSEANE APARECIDA SIGNORETTI
I-JULIANA MORAES
I-RAFAELA ANDRADE
I-TAÍS MARIA CORTE BRILHO FONSECA
2-REJANE DIAS DAS NEVES SOUZA

I-Acadêmicas do curso de Nutrição da Universidade Norte do Paraná

2-Docente dos cursos de graduação e pós-graduação em Nutrição da Universidade Norte do Paraná. Av. Paris, 675, Jd. Piza., CEP 86041-140, Londrina/PR. E-mail: rejane.souza@prof.unopar.br

Uma alimentação inadequada na infância provém do fato da criança ter acesso a alimentos inadequados e isto pode comprometer o seu desenvolvimento físico e mental. Uma das refeições que pode incorporar hábitos inadequados é o lanche escolar porque a criança pode decidir o que comer na hora da compra na cantina da escola. Diante disto, esta pesquisa teve como objetivo identificar os tipos de alimentos que são consumidos por 200 crianças de 1ª a 4ª séries de três escolas particulares de Londrina/PR. Para isto, foram elaborados dois inquéritos alimentares. Um foi aplicado às crianças e o outro aos pais. Os resultados demonstraram que a maioria (65,34%) das crianças não consomem alimentos adequados na hora do lanche e o principal motivo se deve ao fato das crianças poderem comprar na cantina da escola o lanche que desejarem e a preferência é por refrigerantes, salgados fritos, chips, balas e chicletes. As crianças que fazem essa refeição com alimentos adequados (21,3%), sanduíches natural, sucos, frutas ou iogurtes, por exemplo, geralmente são aquelas que trazem o lanche de casa. Entretanto, observou-se que alguns pais mandam alimentos inadequados considerando-os saudáveis, como chás e biscoitos recheados, e que muitas crianças além de trazerem lanche, adquirem outros alimentos na cantina de escola, elevando assim a ingestão de calorias. Conclui-se que as crianças entrevistadas não estão consumindo lanches adequados para a idade.