

SOBREPESO, OBESIDADE E HÁBITOS ALIMENTARES EM ESCOLARES DE 10 A 18 ANOS DE PORTO ALEGRE

BARBIERO, S.M.; PELLANDA, L.C.; CESA, C.C.; BELTRAMI, F.; CAMPAGNOLO, P.; ABRANTES, C.

INSTITUTO DE CARDIOLOGIA DO RIO GRANDE DO SUL/FUC, PORTO ALEGRE, RS

Introdução: Estimar a prevalência de sobrepeso, obesidade e de outros fatores de risco para cardiopatia isquêmica em adolescentes de 10 a 18 anos.

Métodos: Estudo transversal contemporâneo com amostra de base populacional, probabilística por conglomerados em escolas públicas do Ensino Fundamental de Porto Alegre, matriculados de 5ª a 8ª série, em um total de 511 escolares. Foram coletados dados sobre fatores de risco familiares, antropometria e hábitos alimentares.

Resultados: A prevalência de excesso de peso foi de 27,6% entre os escolares, sendo 17,8% com sobrepeso (Índice de Massa Corporal - $IMC \geq P85P95$). O sobrepeso foi mais prevalente no sexo feminino (19,9%) e a obesidade no sexo masculino (11,8%). Em relação aos fatores de risco em familiares de 1º grau: obesidade 12,7%, dislipidemia 16,8%, diabetes 6,7%, hipertensão 28% e doença cardiovascular ou isquemia 1,4%. O número de refeições diário é de 4 ou mais em 74,6% dos participantes, os escolares que fazem um menor número de refeições por dia são o grupo de obesos, em média 3,51 ($\pm 1,08$) refeições/dia enquanto que os alunos com peso adequado fazem 4,22 ($\pm 1,03$).

Dos alimentos saudáveis pesquisados (frutas, verduras, carnes e produtos lácteos) observou-se uma ingestão habitual (mais de 4 vezes na semana) em torno de 50% dos escolares. A ingestão semanal de alimentos não saudáveis foi de 3,25 para refrigerantes, 2,91 para frituras e 4,01 para guloseimas. A ingestão de leite desnatado (38,9%) e refrigerante dietético (20,0%) é maior entre os obesos.

Conclusão: O controle de sobrepeso e obesidade deve ser tomado como prioridade nas ações preventivas, com ênfase na educação da população para evitar a necessidade de tratar a obesidade e suas conseqüências no futuro próximo. Para tanto, são necessários estudos de base populacional que realizem um diagnóstico da realidade local, como forma de embasar o planejamento de condutas preventivas.