

**CURSO DE CIÊNCIAS DA NUTRIÇÃO
UNIVERSIDADE DO PORTO**

**COMPORTAMENTOS ALIMENTARES
E
APROVEITAMENTO ESCOLAR**

**Rosalina Nogueira Leandro
OUTUBRO 1990**

**COMPORTAMENTOS ALIMENTARES
E
APROVEITAMENTO ESCOLAR**

**CRIANÇAS DOS 6 ANOS 10 ANOS, DAS ESCOLAS PRIMÁRIAS
DA FREGUESIA DE S. PEDRO DA AFURADA**

AGRADECIMENTOS

O mais grato reconhecimento a todos quantos colaboraram na elaboração deste trabalho. De forma especial, ao Drº EMÍLIO PERES como orientador de estágio e ao Drº JOÃO TEIXEIRA pela colaboração prestada no tratamento estatístico dos dados.

RESUMO

O objectivo deste trabalho, foi o de relacionar determinados comportamentos alimentares com o aproveitamento escolar.

A metodologia utilizada, baseou-se na entrevista individual e aplicação de quatro questionários para identificação das referidas características.

As variáveis estudadas foram: - variável dependente - aproveitamento escolar; - variáveis independentes - total calórico diário, total proteico diário, número de refeições diárias, frequência semanal de ingestão do pequeno-almoço, consumo diário de leite, frequência semanal de consumo do leite escolar e frequência semanal de consumo de bebidas alcoólicas.

Os resultados indicaram existência de correlação significativa entre o aproveitamento escolar e frequência semanal de consumo do leite escolar, não se verificando associação entre o aproveitamento escolar e as restantes variáveis estudadas.



ÍNDICE

-	1	INTRODUÇÃO	1
-	2	METODOLOGIA	5
-	3	RESULTADOS	20
-	4	CONCLUSÕES	69
-	5	ANEXOS	82

1. INTRODUÇÃO

Ao decidir abordar a problemática do Insucesso Escolar tive sempre presente que não seria, seguramente, uma tarefa fácil, dadas as limitações de tempo e a complexidade do tema.

"O insucesso escolar traduz o resultado da relação entre o aluno e a instituição escolar, considerando o meio social em que esse aluno está inserido. É na relação entre estas realidades que devemos procurar os factores de insucesso e as causas explicativas".

Apesar de não totalmente conclusivas, uma grande número de hipóteses e interpretações têm sido formuladas acerca das principais causas de insucesso escolar. A importância atribuída a cada uma delas tem variado ao longo do tempo de acordo com diferentes teorias adoptadas.

Correlacionar, ainda que indirectamente, os hábitos alimentares com o aproveitamento escolar, constituiu o objecto de estudos realizados por diferentes autores e em diferentes países.

Os dois estudos mais relevantes acerca dos efeitos do pequeno - -almoço no desempenho cognitivo da criança, foram realizados por Dickie e Bender e por Pollitt e seus colaboradores (1).

Dickie e Bender concluíram não haver nenhuma correlação significativa entre a ingestão do pequeno-almoço e o desempenho cognitivo da criança. Pollitt e colaboradores, tal como Dickie e Bender, concluíram não poder estabelecer correlações estatísticas significativas, em alguns dos grupos. No entanto, depois de aplicarem um teste de memória às crianças em estudo, concluíram que os efeitos resultantes da omissão do pequeno-almoço, se faziam sentir de forma diferente, de acordo com o Q.I. da criança.

No mesmo sentido, na Suécia, foi realizado um estudo, em 1982, para

apurar em que medida um bom pequeno-almoço influencia a capacidade de concentração das crianças e o seu comportamento geral na escola (2). Um bom pequeno-almoço consistia, por exemplo, em leite, cereais, sumo e duas sandes. Desta vez, os resultados dos testes de concentração mostraram que as crianças que tinham tomado um bom pequeno-almoço fizeram muito menos erros e trabalharam mais rapidamente. Quanto  a imaginaao e fantasia, as crianças que tinham tomado um bom pequeno-almoço eram simplesmente mais criativas.

Estudos efectuados na Holanda (2) mostraram que, mesmo em países onde certamente não há deficiências alimentares,  possível melhorar o desenvolvimento mental das crianças, com uma alimentaao de qualidade. Por exemplo, uma insuficiência de proteínas afecta negativamente o desenvolvimento mental das crianças, como foi demonstrado em investigaoes realizadas nalgumas zonas da América do Sul (2).

Para outros autores como Cravioto e Delicardie (1) , o ambiente social em que a criança está inserida, constitui um importante factor etiológico na baixo rendimento intelectual das crianças malnutridas. Assim, para estes autores, a criança bem alimentada adquire informaçao acerca do mundo que a rodeia, através duma activa exploraao e manipulaao dos objectos, bem como das pessoas, que fazem parte do seu ambiente.

Consciente da complexidade das interligaoes possíveis entre os factores intervenientes na matriz que conduz ao Insucesso escolar, propus-me realizar o presente estudo na zona escolar de S. Pedro da Afurada, para conhecer a importância relativa da realidade sócio-econmica e cultural, nomeadamente a influência dos diferentes comportamentos alimentares dos alunos.

OBJECTIVO GERAL

Identificar a associaao de determinados comportamentos alimentares

com o aproveitamento escolar.

OBJECTIVOS ESPECÍFICOS

- Influência do total calórico e proteico diário, no aproveitamento escolar.
- Influência do número de refeições diárias, bem como da ingestão de um pequeno-almoço correcto, no aproveitamento escolar.
- Influência do consumo diário de leite, no aproveitamento escolar.
- Influência da frequência de ingestão de bebidas alcoólicas no aproveitamento escolar.

1.2. HIPÓTESES DE TRABALHO

H1 : Existe associação entre o total calórico diário e o aproveitamento escolar.

H2 : Existe associação entre o total proteico diário e o aproveitamento escolar.

H3 : Existe associação entre o número de refeições diárias e o aproveitamento escolar.

H4 : Existe associação entre a frequência semanal de ingestão do pequeno-almoço e o aproveitamento escolar.

H5 : Existe associação entre o consumo diário de leite e o aproveitamento escolar.

H6 : Existe associação entre a frequência semanal de consumo do leite escolar e o aproveitamento escolar.

H7 : Existe associação entre a frequência semanal de consumo de bebidas alcoólicas e o aproveitamento escolar.

2. METODOLOGIA

2.1. UNIVERSO

O universo deste estudo, foram as crianças dos 6 aos 10 anos, matriculadas nas Escolas Primárias da freguesia de S. Pedro da Afurada, e especificamente estratificadas segundo a idade e o sexo, conforme Quadro 1:

QUADRO 1 - UNIVERSO

IDADE	S E X O	
	Masculino	Feminino
6	32	28
7	28	26
8	32	29
9	22	31
10	14	12

FONTE : Livro de registos de matrículas.

2.2. SELECÇÃO E DIMENSÃO DA AMOSTRA

O nosso objectivo não era obter uma amostra representativa da população, mas sim obter uma razoável descrição das diferentes características desta população. Para este efeito seleccionamos uma amostra estratificada tendo como base o sexo e a idade.

Atendendo a que a população das raparigas de 10 anos era apenas de 12 indivíduos, achamos por bem estudá-la na totalidade. Consequentemente escolhemos aleatoriamente 12 indivíduos em cada grupo sexo/idade, do que resultou um total de 120 indivíduos, sendo 60 do sexo masculino e 60 do

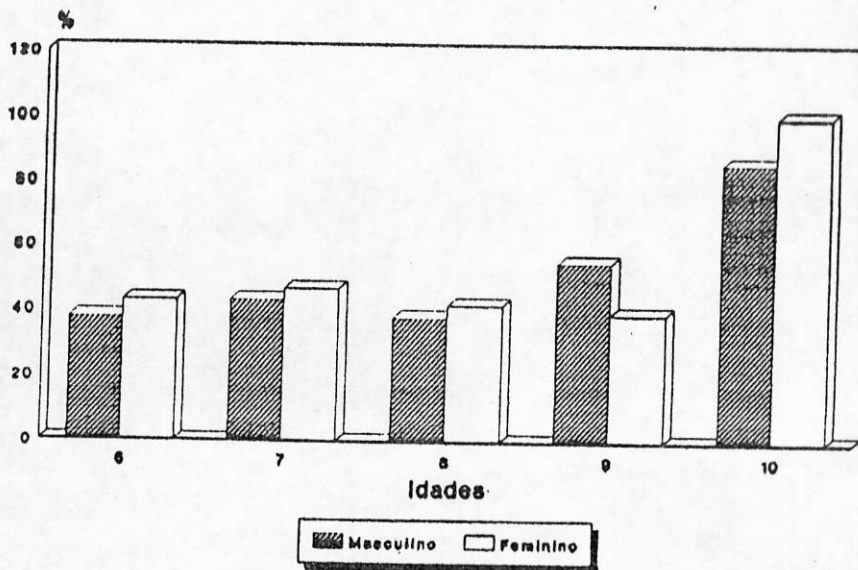
sexo feminino (Quadro 2 e Fig.1).

Seleccionamos apenas estes dois factores (sexo/idade), atendendo a que as características sócio-económicas desta população são muito homogéneas (3).

QUADRO 2 - CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA

IDADE (anos)	S E X O			
	Masculino		Feminino	
	Nº	%	Nº	%
6	12	37.5	12	42.9
7	12	42.9	12	46.2
8	12	37.5	12	41.4
9	12	54.5	12	38.7
10	12	85.7	12	100.0

FIG.1 - DISTRIBUIÇÃO DA POPULAÇÃO DA AMOSTRA EM RELAÇÃO AO UNIVERSO SEGUNDO O SEXO E A IDADE



2.3. RECOLHA DE INFORMAÇÃO

2.3.1. APROVEITAMENTO ESCOLAR

Como suportes de informação sobre o aproveitamento escolar foram utilizados dois questionários da autoria de Dr. K. Singh (4).

No primeiro, que podemos considerar dividido em duas partes, foi utilizado o método directo de entrevista individual, neste caso feita aos alunos (A4, A5).

As cinco primeiras perguntas, que constituem a primeira parte, debruçavam-se sobre a atitude da criança face às tarefas escolares. A segunda parte inquiria acerca do nível de instrução e profissão dos pais, bem como o acompanhamento e interesse destes face à vida escolar dos seus filhos.

O segundo questionário (A6, A7), dirigido às professoras, abordava as seguintes questões:

- Identificação da escola, da professora e do aluno.
- Assiduidade do aluno e seus reflexos no aproveitamento escolar.
- Caracterização do ambiente sócio-económico e afectivo da criança.
- Aproveitamento escolar do aluno, avaliado qualitativamente, nas seguintes áreas: Leitura, Escrita e Matemática.

2.3.2. HÁBITOS ALIMENTARES

A caracterização dos hábitos alimentares foi efectuada através da utilização de um inquérito alimentar qualitativo, tendo sido utilizado o método directo de entrevista individual, neste caso feita aos alunos (anexo 8).

Este inquérito incidia sobre a frequência e tipo de alimentos con-

sumidos nos intervalos das quatro principais refeições (pequeno-almoço , almoço, merenda, jantar); Frequência e tipo de bebidas consumidas ao almoço, jantar e entre as refeições; Tipo de bebidas consumidas em dias de festa; Frequência de consumo do leite escolar; Frequência e composição do pequeno-almoço.

Como complemento e para poder transformar os dados obtidos em calorias e nutrientes, procedi ainda à realização de um outro inquérito, desta vez qualitativo e quantitativo, referente ao consumo alimentar das 24 horas imediatamente anteriores ao dia da entrevista (A11 e A12).

Tal como no inquérito sobre os hábitos alimentares, neste foi também utilizado o método directo de entrevista individual, desta vez às mães dos alunos. Este inquérito foi feito às mães e não aos próprios alunos , por considerarmos que estes, estando incluídos na faixa etária dos 6 aos 10 anos, não possuíam ainda a maturidade suficiente para responder a um inquérito deste tipo (5).

O inquérito alimentar de 24 horas, para além de possibilitar a transformação dos alimentos consumidos em calorias e nutrientes, incidia ainda sobre o número de refeições efectuadas ao longo do dia, horário e local das mesmas; Ingestão do pequeno-almoço e sua composição; Ingestão diária de leite e derivados, pão, saladas, fruta, sopa, açúcares de absorção rápida; Tipo de bebidas consumidas ao almoço e ao jantar.

Para maior facilidade de quantificação, foram utilizados modelos e medidas alimentares previamente pesados, tendo sido anotados todos os tipos e técnicas culinárias utilizados.

Porque se pretendia comparar os dados obtidos nos dois tipos de inquérito realizados neste estudo, nomeadamente no que concerne à ingestão do pequeno-almoço e sua composição e ao tipo de bebidas consumidas ao almoço, jantar, entre as refeições e em dias de festa, procedi em primeiro

lugar à realização do inquérito sobre hábitos alimentares, feito através de entrevista individual aos alunos, para assegurar, mesmo que não totalmente, que estes não fossem dirigidos antecipadamente pelos pais.

Todas as entrevistas foram realizadas no mesmo local, neste caso, nas escolas primárias Nº1 e Nº2 da Afurada. Em ambas as escolas, nos foi posto à disposição um gabinete, onde as condições necessárias à realização de uma entrevista individual, e deste género, estavam asseguradas.

As mães ao serem convocadas, não receberam qualquer indicação prévia acerca do objectivo da entrevista.

As entrevistas foram realizadas em diferentes dias da semana, com excepção do sábado, domingo e 2ªfeira. Ao proceder assim, foi nossa intenção salvaguardar a tipicidade da dieta, pois neste tipo de população, a alimentação nos dias de fim de semana, sofre frequentemente alterações, quer em qualidade quer em quantidade.

Conforme comunemente acontece em trabalhos desta natureza, neste caso, por falta de disponibilidade das mães, nos casos em que trabalham fora de casa, e pelo horário de funcionamento das escolas, realizamos as entrevistas apenas uma vez.

A quantificação e conversão em nutrientes foi feita através da Tabela da Composição dos Alimentos Portugueses, do Instituto Nacional de Saúde de Dr. Ricardo Jorge (Lisboa-Porto), da autoria de F. A. Gonçalves Ferreira e M. E. da Silva Graça (6).

Para o efeito foi realizado um programa para IBM compatível, feito a partir do DBASE, e de nome NUTRIC.

CRITERIOS DE CLASSIFICAÇÃO

Após a análise das respostas obtidas nos dois inquéritos alimenta-

res efectuados, procedemos à classificação dos parâmetros estudados, do seguinte modo:

- Os totais calórico, proteico, glicídico e lipídico foram aferidos de acordo com a Tabela de Necessidades em Calorias e Nutrientes por grupos de Idade e Sexos (1982), estabelecida em Portugal, pelo Centro de Estudos de Nutrição do Instituto Nacional de Saúde (7).

- A ingestão e composição do pequeno-almoço, a ingestão diária de leite e derivados, o consumo diário de pão, saladas e fruta, e ainda a ingestão diária de sopa, foram aferidas de acordo com as recomendações referidas por F. A. Gonçalves Ferreira (8).

Para permitir o tratamento qualitativo dos dados, e de acordo com os critérios atrás referidos, cada um dos indivíduos foi classificado, do seguinte modo:

PEQUENO-ALMOÇO

Ideal - Lacticínios, cereais e fruta.

Suficiente - Lacticínios e cereais.

Insuficiente - Chá ou café (só ou misturado com quantidade diminuta de leite) e cereais.

LEITE

Suficiente - > 0.5 l / dia

Insuficiente - < 0.5 l / dia

PÃO

Suficiente - > 200 < 300 gr / dia

Insuficiente - < 200 gr / dia

SALADAS

Suficiente - Ingestão, pelo menos 1 vez por dia

Insuficiente - As outras hipóteses.

FRUTA

Suficiente - $> 300 < 400$ gr / dia

Insuficiente - < 300 gr / dia

SOPA

Suficiente - 2 vezes por dia.

Insuficiente - As outras hipóteses.

TOTAL CALÓRICO DIÁRIO

6 anos - 1.700 cal

7 - 10 anos - 2.200 cal

TOTAL PROTEICO DIÁRIO

6 anos - 45 gr

7 - 10 anos - 55 gr

TOTAL GLICÍDICO

6 anos - 274 gr

7 - 10 anos - 358 gr

TOTAL LIPÍDICO DIÁRIO

6 anos - 47 gr

7 - 10 anos - 61 gr

2.3.3. ESTUDO ANTROPOMETRICO (TECNICAS DE MEDIÇÃO)

Para evitar qualquer tipo de embaraço, já manifesto em indivíduos dos 6 aos 10 anos, avaliamos separadamente os rapazes e as raparigas, sendo assim possível que todos fossem avaliados apenas em cuecas e meias.

A fim de evitar possíveis variações no peso, verificadas após o almoço, todas as medições foram efectuadas no período da manhã.

ESTATURA

Material - Estadiómetro

Método - Os indivíduos, apenas em cuecas e meias, foram avaliados com os pés paralelos, assim como com os calcanhares, nádegas, ombros e cabeça em contacto com a parede vertical do estadiómetro. A cabeça foi situada segundo um plano horizontal definido pelo rebordo inferior das órbitas e pelo canal auditivo externo. Os braços foram colocados em posição natural e relaxados. O cursor, neste caso, uma barra metálica, era baixado suavemente, até pressionar os cabelos e tocar no alto da cabeça (9).

As leituras tiveram uma precisão de 0.5 cm.

Permitiu-se o uso de meias, uma vez que a tabela de referência (10) por nós usada utilizou para a determinação dos valores da estatura, indivíduos com meias.

PESO

Material - Báscula de plataforma

Método - Os indivíduos, apenas em cuecas e meias, foram avaliados mantendo-se de pé, no centro da plataforma, sem tocar em nada.

O valor determinado foi obtido com o rigor permitido pelo tipo de balança, isto é, de 0.1 Kg.

Não deduzimos ao valor final da pesagem de cada indivíduo o peso das cuecas e meias, uma vez que consideramos ser o peso destas roupas praticamente idêntico ao peso de 0.11 a 0.3 Kg das roupas dos indivíduos dos 6 aos 18 anos da Tabela de referência (10) por nós utilizada.

PREGA CUTANEA TRICIPITAL

Material - Lipocalibrador de Harpenden

Método - As medições foram feitas no braço esquerdo, mantido relaxado e estendido ao longo do corpo. Depois de determinar o ponto médio entre o acrómio e o olecrâneo, pinçamos com a mão uma prega de tecido subcutâneo no sentido longitudinal ou segundo o maior eixo do braço, tendo o cuidado de não apanhar o tecido muscular subjacente. A 1 cm abaixo do local onde pinçamos com a mão, aplicamos o lipocalibrador, previamente calibrado a zero, na profundidade da pinça, e procedemos à leitura. Fizemos mais duas medições e tiramos a média das três medições (5,9).

O rigor de medição foi de 0.1 mm.

O valor determinado foi comparado com as Tabelas de referência (11).

PERIMETRO DO BRAÇO

Material - Fita métrica

Método - O braço esquerdo foi mantido relaxado ao longo do corpo . Aplicamos a fita métrica no ponto médio da distância entre o acrómio e o olecrâneo, tendo em atenção o evitar comprimir os tecidos moles.

O rigor de medição foi de 0.1 cm.

Os valores obtidos foram referenciados segundo as tabelas de Roberto Frisancho (11).

PERÍMETRO MUSCULAR DO BRAÇO

Método - O perímetro muscular do braço (PMB) foi calculado a partir do perímetro do braço (PB) e da prega cutânea tricipital (PCT), segundo a fórmula:

$$PMB = PB - (3.1416 \times PCT)$$

As normas de referência foram as de Roberto Frisancho (11).

AREA MUSCULAR DO BRAÇO

Método - A área muscular do braço (AMB) foi calculada a partir do perímetro do braço (PB) e da prega cutânea tricipital (PCT), segundo a fórmula:

$$AMB = [PB - (3.1416 \times PCT)]^2 / 4 \times 3.1416$$

As normas de referência foram as de Roberto Frisancho (11).

AREA ADIPOSITA DO BRAÇO

Método - A área adiposa do braço (AAB) foi calculada a partir do perímetro do braço (PB) e da prega cutânea tricipital (PCT), segundo a fórmula:

$$AAB = [(2 \times PB \times PCT) - (3.1416 \times PCT^2)] / 4$$

As normas de referência foram as de Roberto Frisancho (11).

INDICE DE MASSA CORPORAL

O índice de massa corporal determinado foi o índice de Quetelet que utiliza a seguinte relação:

$$\text{Peso} / \text{Altura}^2$$

Os valores obtidos foram aferidos, de acordo com o sexo e a raça, com os dados publicados por Cristine E. Cronk e Alex F. Roche (12)

CRITERIOS DE CLASSIFICAÇÃO

Para desenvolver os indicadores significativos do estado de nutrição e de saúde são necessárias as curvas relativas ao crescimento, para comparar as medidas antropométricas observadas, com os valores esperados para a idade e o sexo. As curvas de referência são utilizadas para monitorizar o crescimento e fornecer critérios com vista à selecção de crianças para uma investigação clínica mais aprofundada, quando o crescimento atingido é diferente daquele esperado numa população saudável.

Em estudos populacionais, as curvas referentes ao crescimento, são utilizadas para definir a extensão e gravidade dos estados antropométricos anormais, para monitorizar as tendências no crescimento e estado nutricional e para avaliar o impacto das intervenções nutricionais.

Durante as décadas de 60 e 70, dois tipos de curvas de referência foram vulgarmente utilizados: as curvas de crescimento de Harvard e as curvas de crescimento de Tanner, do reino Unido. Em 1966, uma versão simplificada das curvas de crescimento de Harvard, foi profundamente estudada pela OMS, tendo estas sido efectivamente estabelecidas como uma referência internacional do crescimento. Na década seguinte, a desilusão provocada pelas limitações de Harvard, outros dados disponíveis, e o desejo de uma referência mais actualizada, levou a Academia Nacional de Ciências dos Estados Unidos da América, em 1974, a recomendar uma nova série de dados antropométricos como referência de crescimento nacional.

Num esforço conjunto, o National Center for Health Statistics (NCHS) e o Centers for Disease Control (CDC), utilizando informações do US Health

Examination Surveys (HES), do NCHS e do Fels Research Institute, elaboram as tabelas de registo de crescimento, que também são adoptadas nos Centros de Saúde em Portugal (13, 15).

Os pesos por idade e as alturas por idade foram calculadas em relação com as curvas de percentis do "National Center for Health Statistics (NCHS) (10), seguindo as recomendações da OMS para uso internacional, uma vez que estas tabelas permitem a identificação de potenciais nutricionais, bem como, facilitam a comparação de grupos de crianças entre si, com validade para estudos epidemiológicos.

A prega cutânea tricipital, o perímetro do braço, o perímetro muscular do braço, a área muscular do braço, e a área adiposa do braço, foram aferidos de acordo com os dados referidos por Roberto Frisancho (14) , derivados do "United States Health and Nutritional Examination Survey I of 1971 to 1974".

A relação peso/altura² foi comparada, de acordo com o sexo e a raça com os dados obtidos a partir do "NHANES I 6-50yr" conforme referido por Christine E. Cronk e Alex F. Roche (12).

Indivíduos cujas medições se situaram entre os percentis 25 e 75 foram considerados como tendo um crescimento normal. Aqueles que se situaram entre os percentis 5 e 25, bem como, entre os 75 e 95 foram considerados como merecedores de atenções especiais; e aqueles que se situaram acima do percentil 95 e abaixo do percentil 5, como merecedores de atenções particularmente especiais, sendo de facto considerados como indivíduos em risco (5, 10).

Para permitir o tratamento qualitativo dos dados e de acordo com os

critérios atrás referidos, cada um dos indivíduos foi classificado de 1 a 5, conforme o intervalo de percentil em que se situava, para cada parâmetro antropométrico.

INTERVALO DE PERCENTIL	CLASSES
< 5	1
5 - 25	2
25 - 75	3
75 - 95	4
>95	5

Por falta de disponibilidade, e ainda, por não fazer parte do âmbito deste trabalho, não procedemos à realização de qualquer tratamento estatístico dos dados recolhidos, limitando-nos, neste caso, a fazer um estudo antropométrico descritivo.

No entanto, num futuro, que esperamos próximo, poderão estes dados seer alvo de uma efectiva avaliação antropométrica.

2.4. TRATAMENTO DE DADOS

Parte da informação recolhida foi trabalhada manualmente, por meio de matriz de dados, e parte em computador, com os seguintes programas:

- DBASE - Ficheiro de dados
- SPSS para PC (IBM) - Dados estatísticos
- GRAPH/HG e EXCEL - Gráficos
- WORD - Quadros
- NUTRIC - Quantificação de calorías e nutrientes

2.5. TRATAMENTO ESTATÍSTICO

Atendendo a que das variáveis analisadas, as que caracterizam o Aproveitamento escolar (Aproveitamento geral, Aproveitamento/Escrita, Aproveitamento/Leitura, Aproveitamento/Matemática) são variáveis categóricas, para testarmos a associação entre estas e as variáveis que traduzem os Comportamentos alimentares, utilizamos 2 tipos de análise estatística:

1) Se a variável que traduz o comportamento alimentar é uma variável categórica (H3, H4, H6, H7), analisamos a respectiva tabela de contingência através do teste do Qui quadrado.

2) Se a variável que traduz o comportamento alimentar é uma variável contínua (H1, H2, H5), utilizamos a Análise de variância.

Apesar da amostra ter sido estratificada por sexo e idade, o tratamento estatístico foi realizado globalmente, não fazendo, portanto, qualquer separação de sexos ou idades.

Optámos por esta solução porque as sub-populações segundo o sexo e idades eram homogêneas relativamente às variáveis que estavam na base das hipóteses a investigar.

Por outro lado, e para que fosse possível fazer a análise estatística, procedemos à reclassificação de algumas variáveis em estudo, nomeadamente, Frequência semanal de consumo de bebidas alcoólicas, do consumo de leite escolar e ingestão do pequeno-almoço. Assim, e em relação a estas variáveis, consideramos as seguintes classes:

- a) Frequência semanal de consumo de bebidas alcoólicas - < 1, 2-4, 5-7
- b) Frequência semanal de consumo do leite escolar - < 1, 2-4, 5

c) Frequência semanal de ingestão do pequeno-almoço - < 4, 5-6, Todos os dias

No que respeita ao Aproveitamento escolar, agrupamos o aproveitamento/Leitura com o aproveitamento/Escrita, atendendo a que os resultados obtidos eram muito homogêneos e porque o processo de aprendizagem relativamente a estas duas áreas, se encontra estritamente ligado.

Ainda dentro do Aproveitamento, calculamos a média das três variáveis estudadas, Leitura, Escrita e Matemática, denominando-a Rendimento Geral.

Consideramos o rendimento geral positivo, quando os rendimentos em duas das variáveis fosse satisfaz ou satisfaz, bastante, sendo os restantes alunos classificados como tendo rendimento geral negativo.

3. RESULTADOS

3.1. DESCRIÇÃO DA AMOSTRA

De um total de 254 crianças, foram seleccionadas 120 segundo os critérios já referidos.

Duas das crianças seleccionadas não entraram no estudo, uma por doença prolongada e outra por nunca ter comparecido na escola. Não foram substituídas, pelo que o total da amostra ficou reduzido a 118 crianças, 59 do sexo masculino e 59 do sexo feminino.

3.2. REALIDADE ESCOLAR, CONDIÇÕES SOCIO-ECONÓMICAS E AFECTIVAS

3.2.1. ATITUDE DA CRIANÇA FACE AS TAREFAS ESCOLARES

Verificamos que 61.3% das crianças acham os trabalhos na escola, às vezes fáceis, enquanto que 23.5% consideram estes mesmos trabalhos sempre fáceis. Ao contrário, apenas 15.2% das crianças consideram os trabalhos escolares difíceis.

Quando questionados acerca das disciplinas que mais gostavam de estudar, 19.7% declararam ser a Língua Portuguesa, 26.7% a Matemática, 13.2% o Meio Físico e 17.8% a Expressão Plástica. Os restantes declararam não saber.

Ao contrário, quando lhes perguntaram o que menos gostavam de estudar, 10.8% declararam ser a Língua Portuguesa, 41.7% a Matemática, 26.7% o Meio Físico, 14.8% a Expressão Plástica, declarando os restantes, não saber.

3.2.2. NÍVEL DE INSTRUÇÃO E PROFISSÃO DOS PAIS

Em 4.3% dos casos, tanto o pai como a mãe são analfabetos, enquanto que 81% dos pais dos inquiridos sabem ler e escrever. Dos restantes (13.7%)

só o pai ou só a mãe sabem ler e escrever.

Relativamente às profissões dos pais, apuramos os seguintes resultados:

- 53% são pescadores e trabalhadores da construção civil.
- 37% têm outras profissões (serralheiros, torneiros, etc).
- 5.5% são inválidos, reformados ou desempregados.
- 4.5% não foi apurada a profissão.

Quanto à profissão das mães apuramos que:

- 53% são domésticas e vendedoras de peixe, 16% são costureiras, 25% têm outras profissões (empregadas de balcão, e de escritório, vendedoras de fruta, etc).
- 6% são inválidas, reformadas e sem profissão.

Quanto aos hábitos de leitura, em 59.2% dos casos, apenas o pai lê o jornal, sendo que em 13.6% e 23.1% dos casos, ambos ou nenhum leem, respectivamente.

3.2.3. CARACTERIZAÇÃO DO AMBIENTE SÓCIO-ECONÓMICO E AFECTIVO DA CRIANÇA

Em relação ao acompanhamento e interesse dos pais, face à vida escolar dos seus filhos, verificamos que 63.8% costumam perguntar, em casa, como vão as coisas na escola; 51.7% costumam deslocar-se à escola afim de se inteirarem, junto da professora, acerca dos seus educandos; 59.2% dos pais ajudam os filhos a fazer os trabalhos de casa, sendo que 67.8% das crianças, para além da ajuda dos pais, contam ainda com outras ajudas, nomeadamente outros familiares e explicadora (10.2%).

Declararam as professoras que 84.8% das crianças não têm qualquer problema social ou doméstico e que em 90.8% dos casos vivem com os pais.

Quando perguntamos às crianças, se tinham em casa um aparelho de vídeo, 56.5% responderam que sim.

Partilham o quarto com alguém, 74.2% das crianças e em 37.5% dos casos, o quarto é o local de estudo. Das restantes, 32.2% estudam na sala, 15.2% na cozinha e 6% em casa da explicadora.

Quando saem da escola, 69.6% das crianças vão para casa e 6.6% ficam na rua, sendo 50% destes, rapazes de 6 anos. Os restantes, vão para casa de familiares e 13.5% para casa da explicadora.

Para 66.2% dos rapazes e 50.2% das raparigas, a rua, constitui o local de divertimento e de convívio com outros colegas, enquanto que as restantes crianças declararam brincar em casa.

Declararam as professoras que em 59.5% dos casos, a doença constitui o motivo da falta de assiduidade das crianças, declarando ao mesmo tempo desconhecer as razões justificativas, em 28.5% dos casos.

3.3. HABITOS ALIMENTARES

Relativamente ao total calórico diário, verificamos que a população estudada consome, em média, 1860 calorias, sendo a média de consumo das raparigas (1749 cal) significativamente inferior à dos rapazes (1971 cal). Se atendermos à idade dos indivíduos, verificamos que não existem diferenças acentuadas entre os diferentes níveis etários (Fig.2 e 3).

Se considerarmos agora o total proteico diário, verificamos também uma diferença significativa entre a média de consumo no sexo masculino (78.6 gr) e a média de consumo no sexo feminino (66.3 gr), o que já não acontece, se atendermos às diferentes idades (Fig.4 e 5).

Em relação ao total glicídico diário, verificamos que, nos rapazes,

a média de consumo é de 273 gr, sendo nas raparigas de 243 gr (Fig.6 e 7).

No que respeita ao total lipídico diário, emboa se observe uma diferença na média de consumo dos rapazes e raparigas, esta não é, no entanto, significativa. Se atendermos às idades, verificamos que as médias de consumo são muito semelhantes (Fig.8 e 9).

Ao observarmos as (Fig.10 e 11),verificamos que o consumo diário de leite é, em média, de 193 ml para os rapazes e 174 ml para as raparigas . Atendendo às idades, notamos que as médias de consumo oscilam entre os 156 ml, nas crianças de 8 anos, e os 218 ml, nas crianças de 7 anos.

Em relação ao consumo diário de iogurte (Fig.12 e 13),verificamos que, em média, 67% da população estudada não come iogurtes, sendo de 5% a percentagem de alunos que consomem diárimente 2 iogurtes.

A frequência semanal do consumo de leite escolar é, todos os dias, para 73% dos rapazes e 55% das raparigas (Fig.14).

Nas Fig.15 e 16 ,podemos observar que o consumo diário de fruta é, em média, de 211 gr para os rapazes e 275 gr para as raparigas, não sendo, no entanto, esta diferença significativa.

Em relação ao número de pães consumidos diáriamente (Fig.17 e 18), verificamos que 50% das crianças comem de 0 a 3 unidades, sendo o consumo das restantes 50% de 3 a 10 unidades.

Se considerarmos agora, o número de refeições diárias, (Fig.19), verificamos que, em média, 47.6% dos rapazes e 56% das raparigas fazem 5 refeições diárias. Dos restantes, 41% dos rapazes e 32% das raparigas fazem de 3 a 4 refeições diárias.

Segundo os dados fornecidos pelas mães, aproximadamente 78% das crianças, rapazes e raparigas, fazem diariamente o pequeno-almoço (Fig.20). No entanto, em 50% destes casos, esta refeição é considerada insuficiente.

Se analisarmos as Fig.22,23,24, verificamos que, em média, 49% e 68.5% das crianças, não comem sopa ao almoço e ao jantar, respectivamente. Sobressai ainda o facto da totalidade dos rapazes de 6 anos não comerem sopa ao jantar.

Se considerarmos agora, o consumo de sopa ao almoço e jantar, simultâneamente, verificamos que, em média, 75% dos rapazes e 83% das raparigas, não incluem a sopa na ementa destas duas refeições.

Em relação ao consumo de saladas ao almoço, jantar, e simultâneamente nestas duas refeições (Fig.25,26,27),verificamos que, em média, 93% e 92% das crianças não comem salada ao almoço e ao jantar , respectivamente.

Se considerarmos agora, o consumo de salada simultâneamente nestas duas refeições, verificamos que, em 91% dos rapazes e na totalidade das raparigas, este não se verifica.

No Quadro Nº 3 podemos observar a frequência semanal e o tipo de alimentos consumidos nos intervalos das 4 principais refeições (pequeno-almoço, almoço, merenda, jantar).

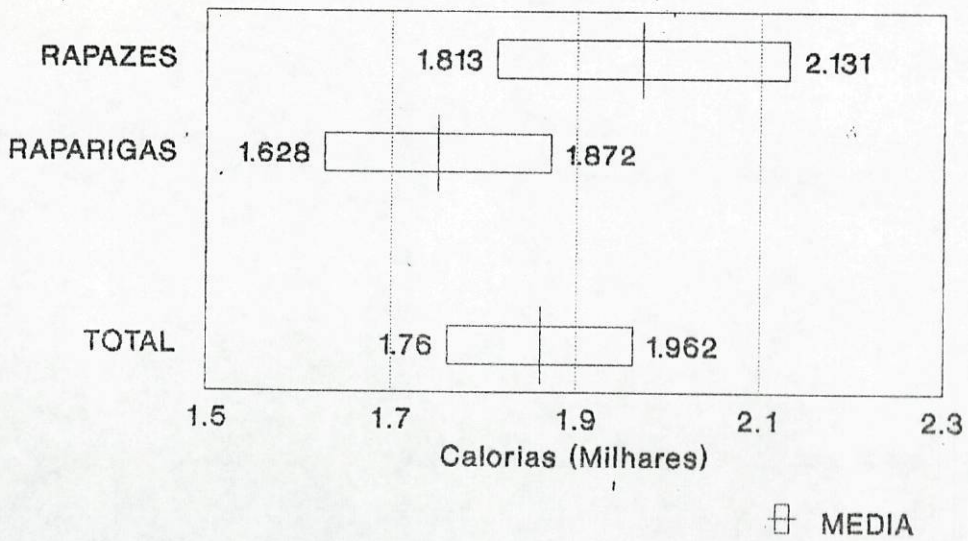
No Quadro Nº 4 podemos observar a frequência semanal e o tipo de bebidas consumidas ao almoço e jantar.

Segundo os dados fornecidos pelas mães, podemos observar no Quadro Nº 5 o tipo de Bebidas consumidas ao almoço e ao jantar.

No Quadro Nº 6 estão registadas a frequência e tipo de bebidas consumidas entre as refeições, podendo ser observado no Quadro Nº 7 , o tipo de bebidas consumidas em dias de festa.

FIG.2 - TOTAL CALORICO DIARIO POR SEXO

(média e intervalo de confiança a 95%)

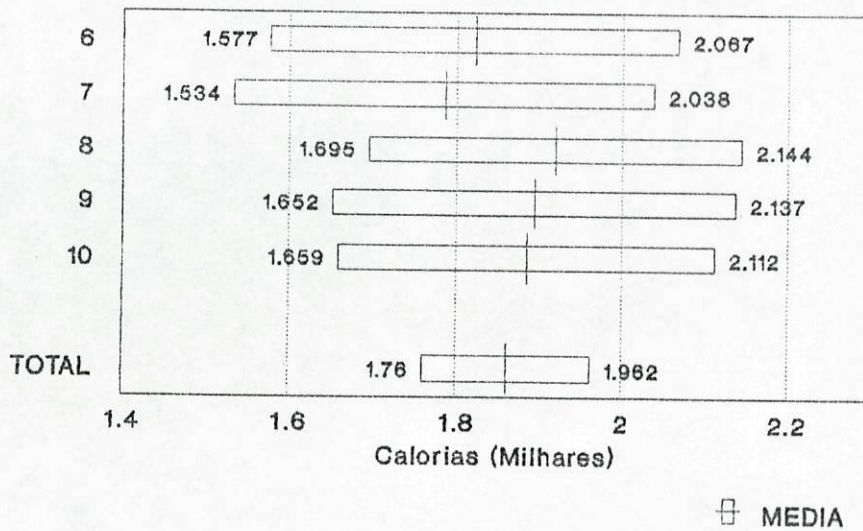


F prob.= 0.0287 (< 0.05)

FIG.3 - TOTAL CALORICO DIARIO POR IDADE

(média e intervalo de confiança a 95%)

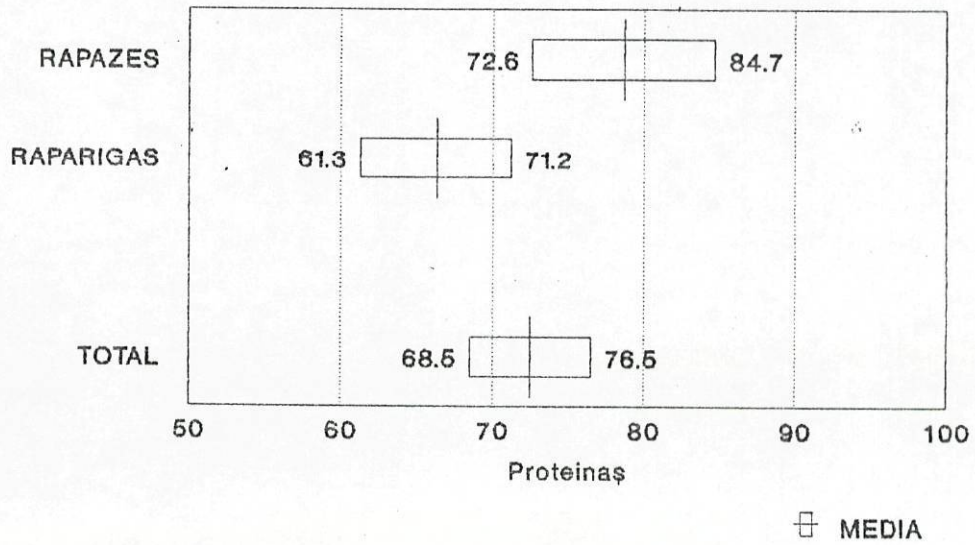
Idade (anos)



F prob.= 0.9214 (> 0.05)

FIG.4 - TOTAL PROTEICO DIARIO POR SEXO

(média e intervalo de confiança a 95%)

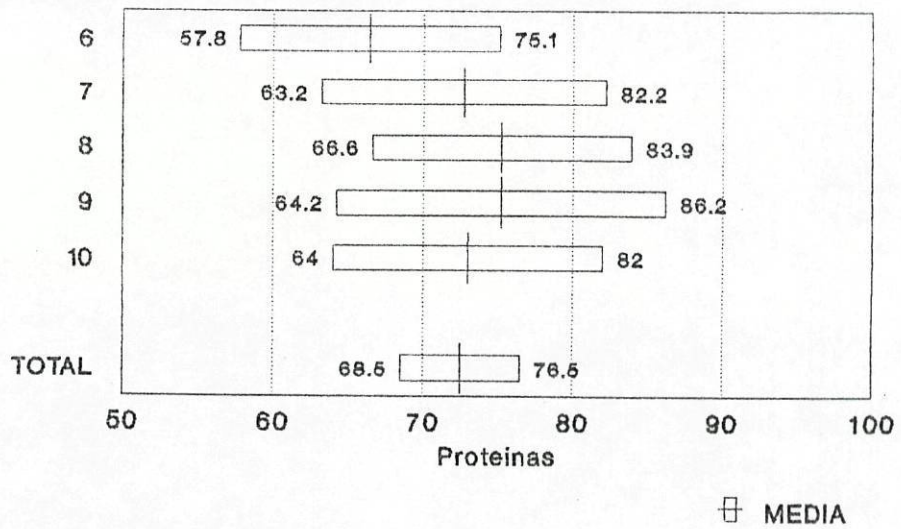


F prob.= 0.0019 (< 0.01)

FIG.5 - TOTAL PROTEICO DIARIO POR IDADE

(média e intervalo de confiança a 95%)

Idade (anos)



F prob.= 0.6393 (> 0.05)

FIG.6 - TOTAL GLICIDICO DIARIO POR SEXO
(média e intervalo confiança a 95%)

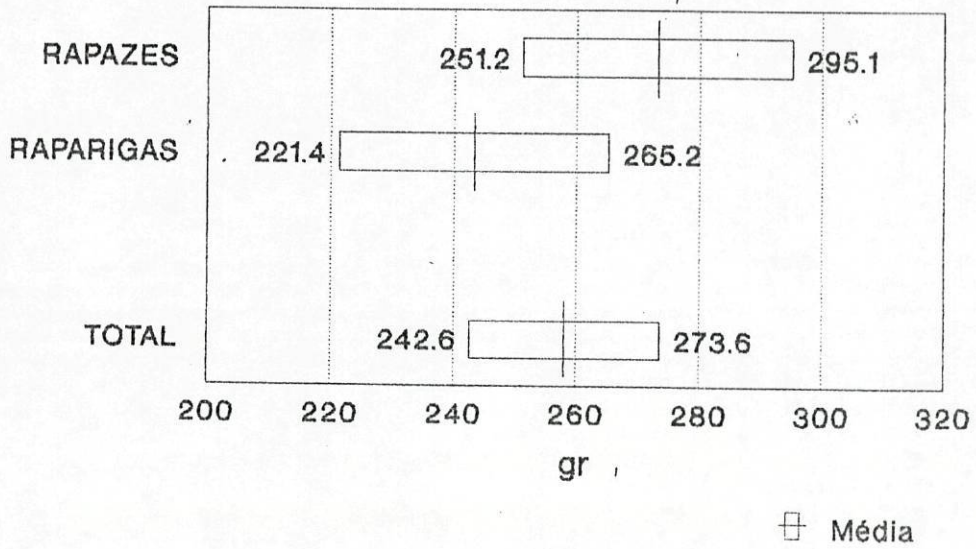


FIG.7 - TOTAL GLICIDICO DIARIO POR IDADE
(média e intervalo de confiança a 95%)

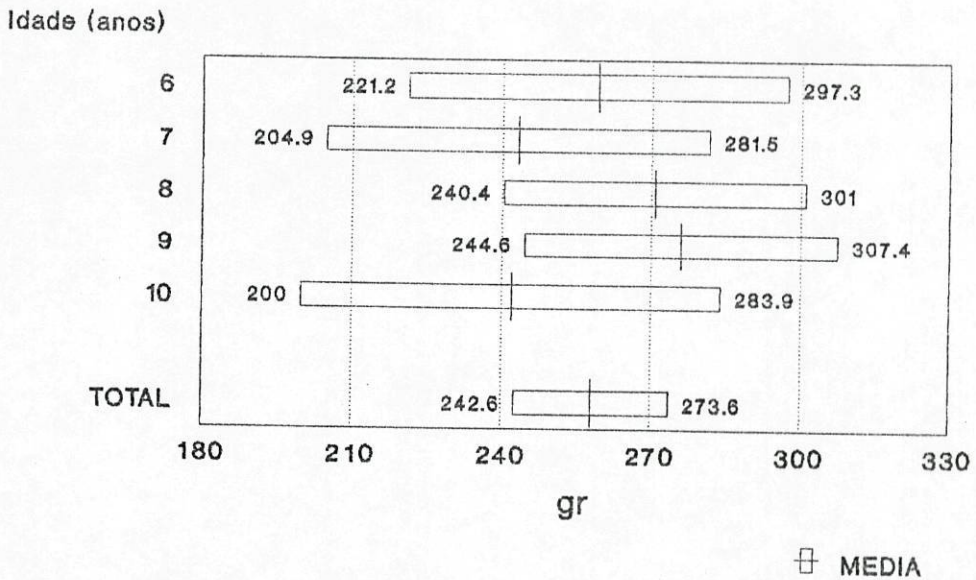


FIG.8 - TOTAL LIPIDICO DIARIO POR SEXO

(média e intervalo confiança a 95%)

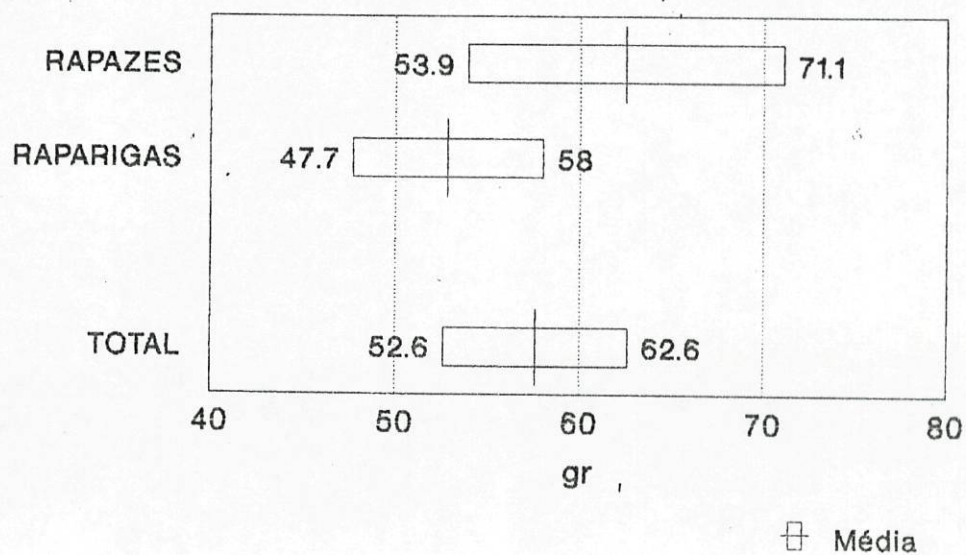


FIG.9 - TOTAL LIPIDICO DIARIO POR IDADE

(média e intervalo de confiança a 95%)

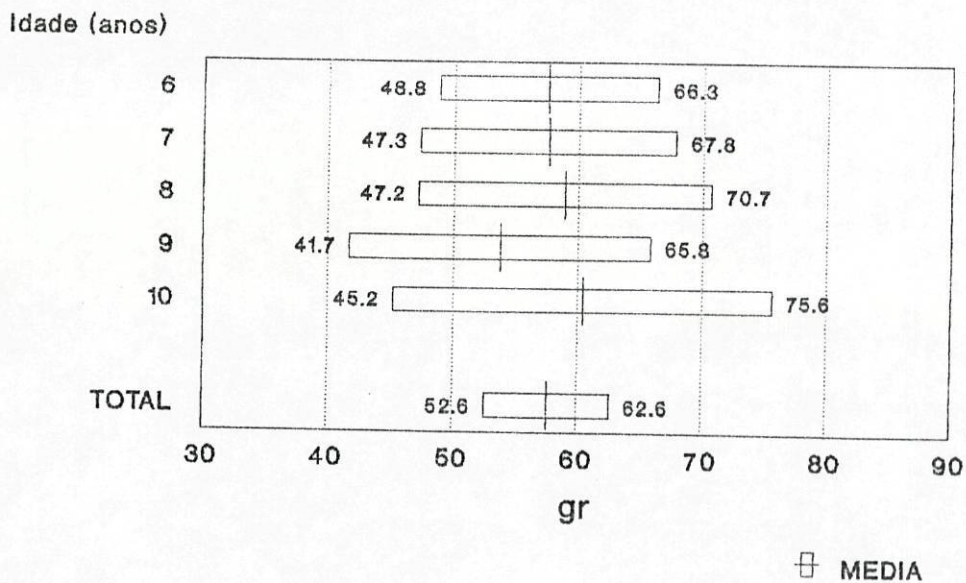
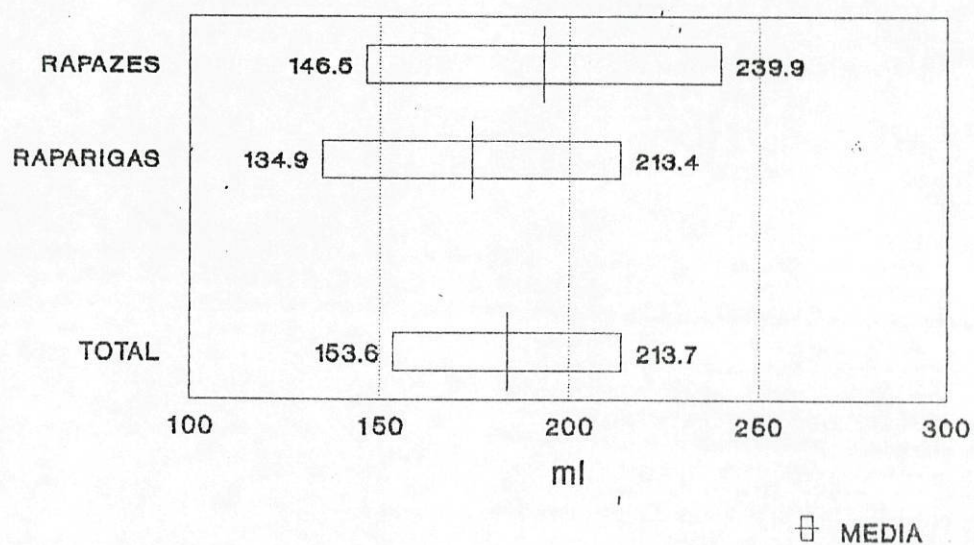


FIG.10 - CONSUMO DIARIO DE LEITE POR SEXO

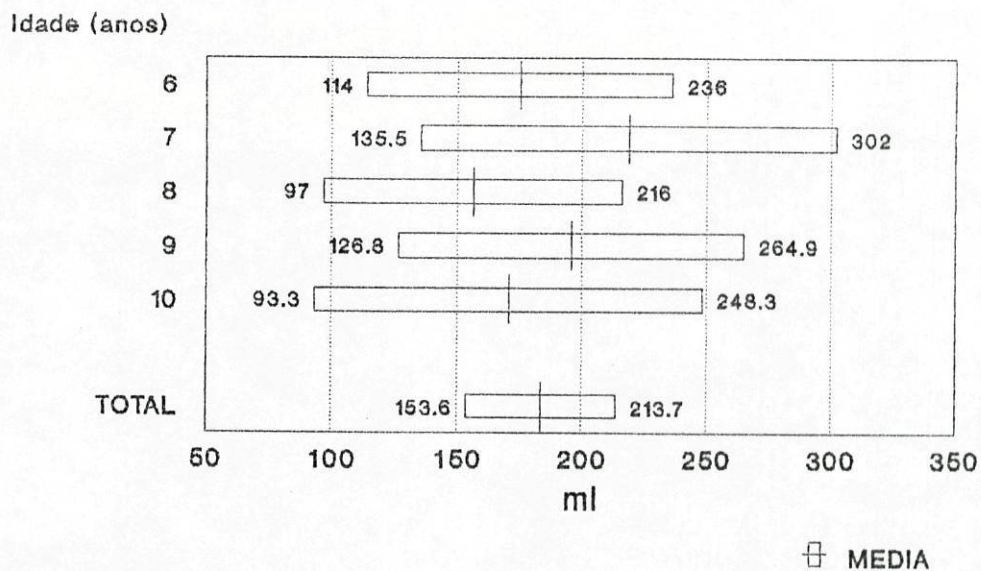
(média e intervalo de confiança a 95%)



F prob.= 0.5326 (> 0.05)

FIG.11 - CONSUMO DIARIO DE LEITE POR IDADE

(média e intervalo de confiança a 95%)



F prob.= 0.7357 (> 0.05)

FIG.12 - CONSUMO DIARIO DE IOGURTES POR SEXO
(nº de unidades)

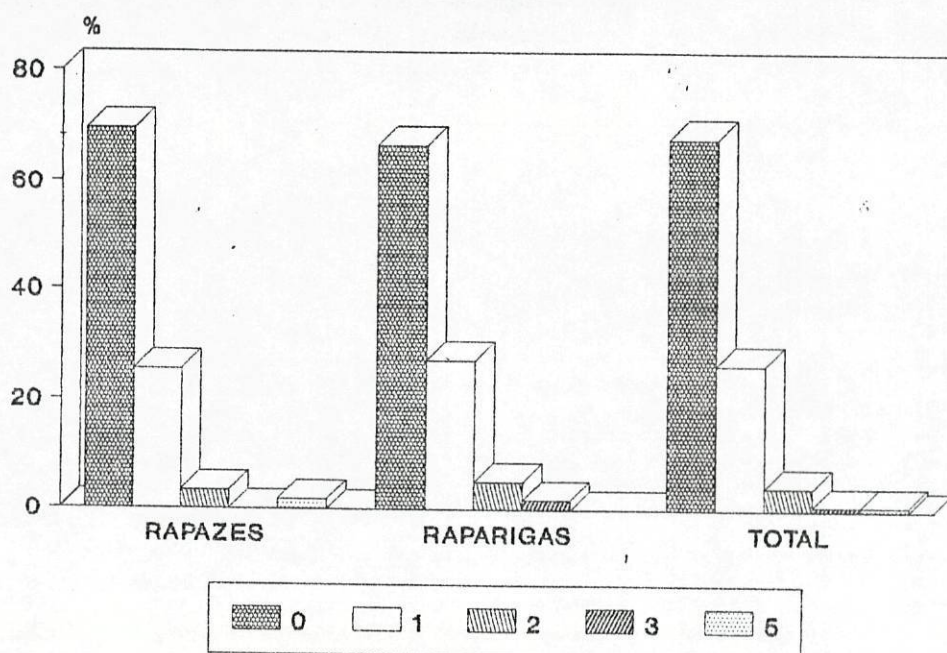


FIG.13 - CONSUMO DIARIO DE IOGURTES POR IDADE
(nº de unidades)

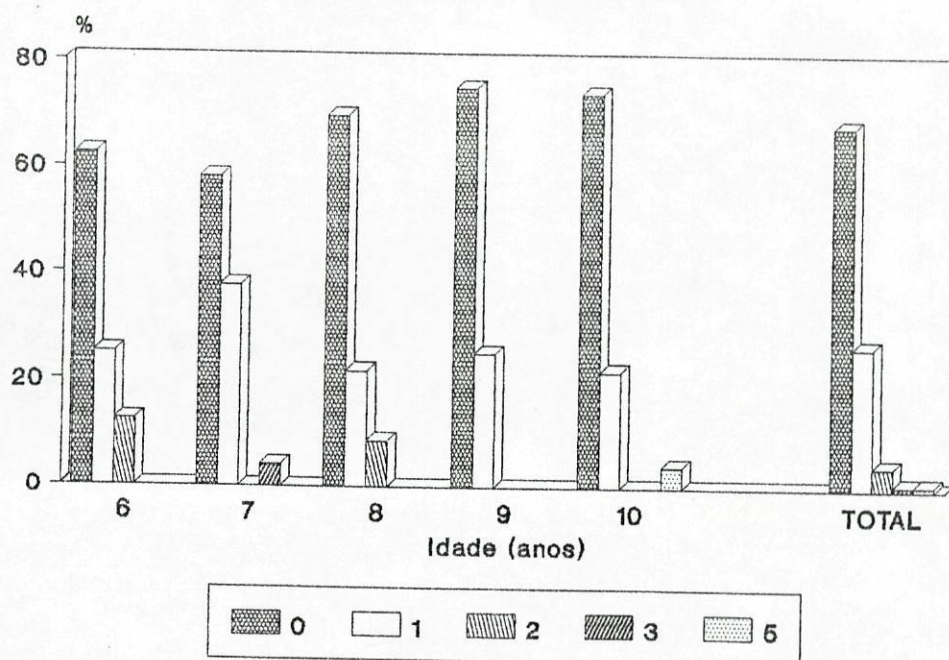


FIG. 14 - **FREQUÊNCIA DO CONSUMO DE LEITE ESCOLAR**

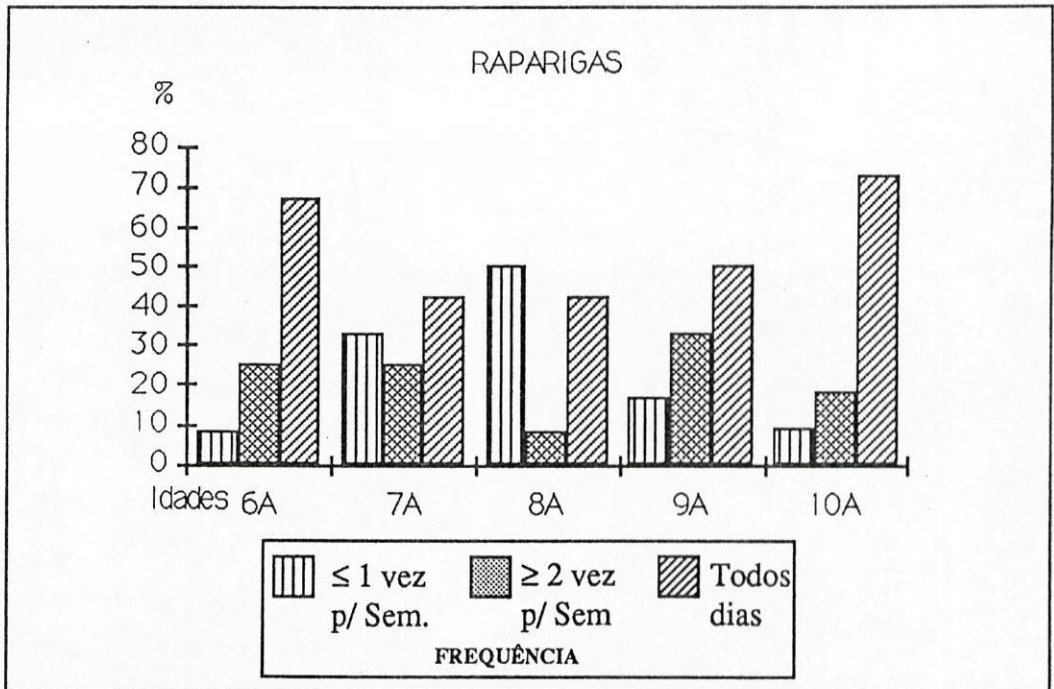
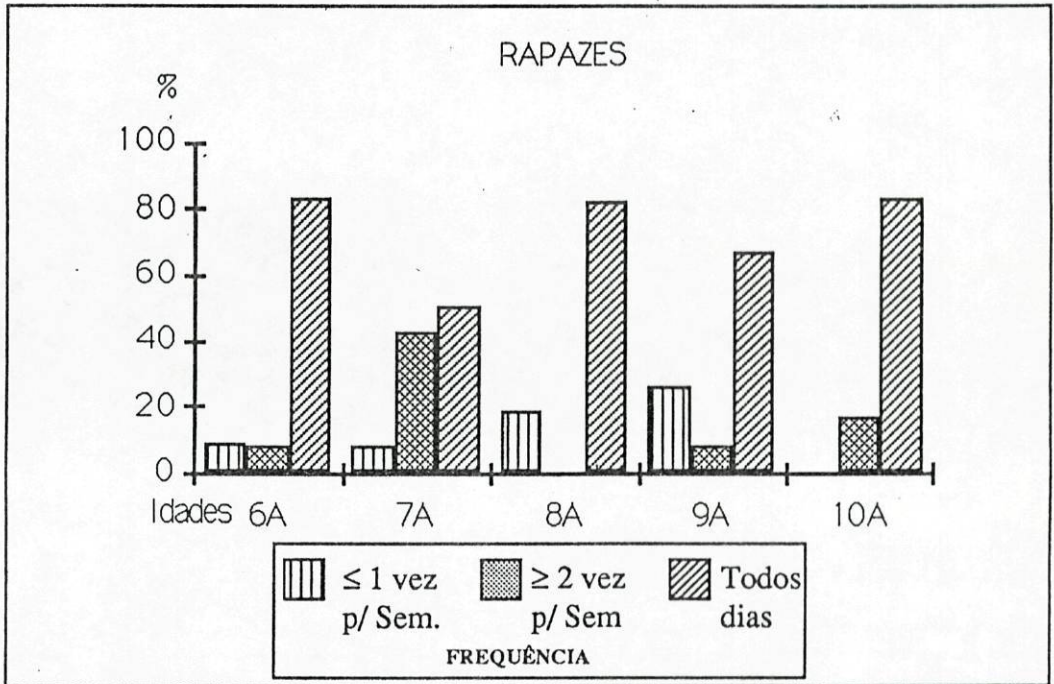


FIG.15 - CONSUMO DIARIO DE FRUTA POR SEXO

(média e intervalo confiança a 95%)

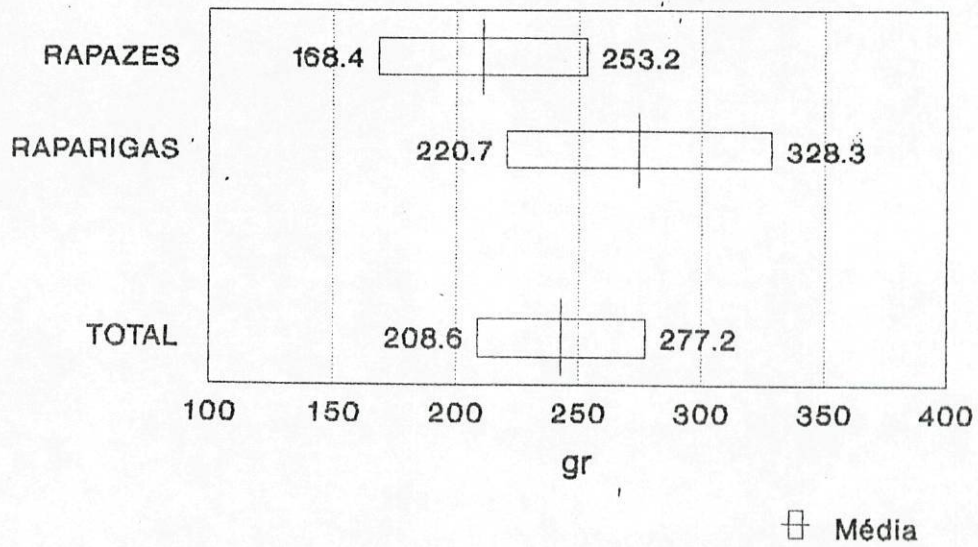


FIG.16 - CONSUMO DIARIO DE FRUTA POR IDADE

(média e intervalo de confiança a 95%)

Idade (anos)

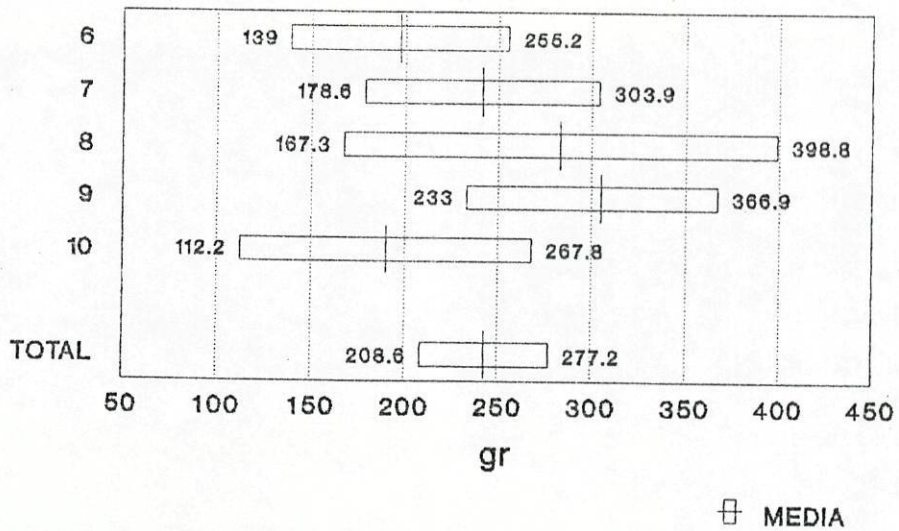


FIG.17 - NUMERO DE PAES CONSUMIDOS DIARIAMENTE
POR SEXO
(máximo, mínimo e mediana)

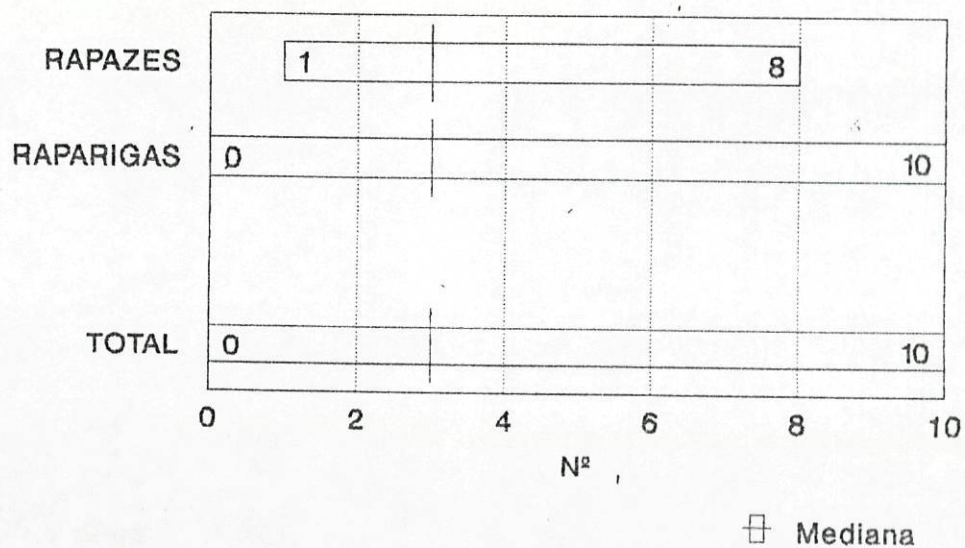


FIG.18 - NUMERO DE PAES CONSUMIDOS DIARIAMENTE
POR IDADE
(máximo, mínimo e mediana)

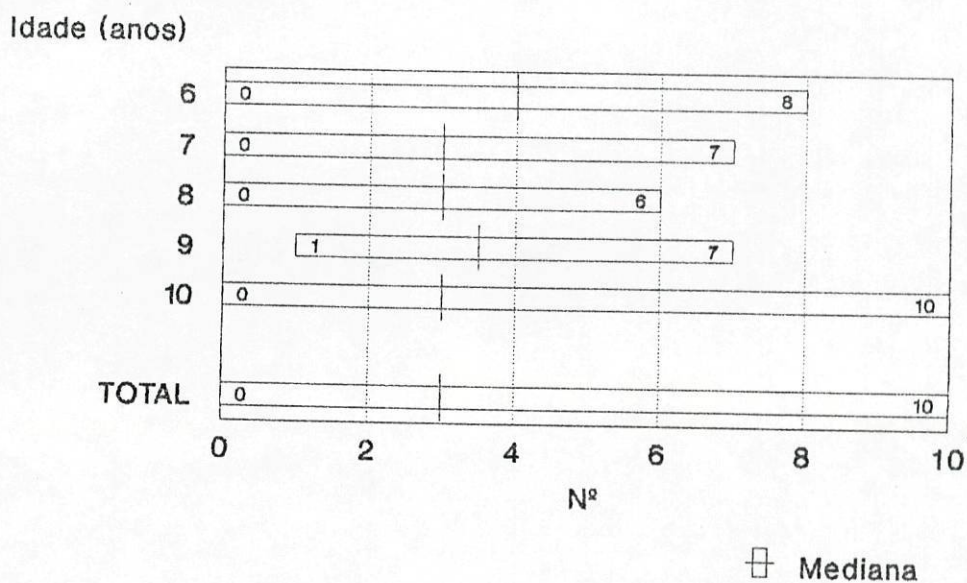


FIG.19 - **NUMERO DE REFEIÇÕES DIÁRIAS**

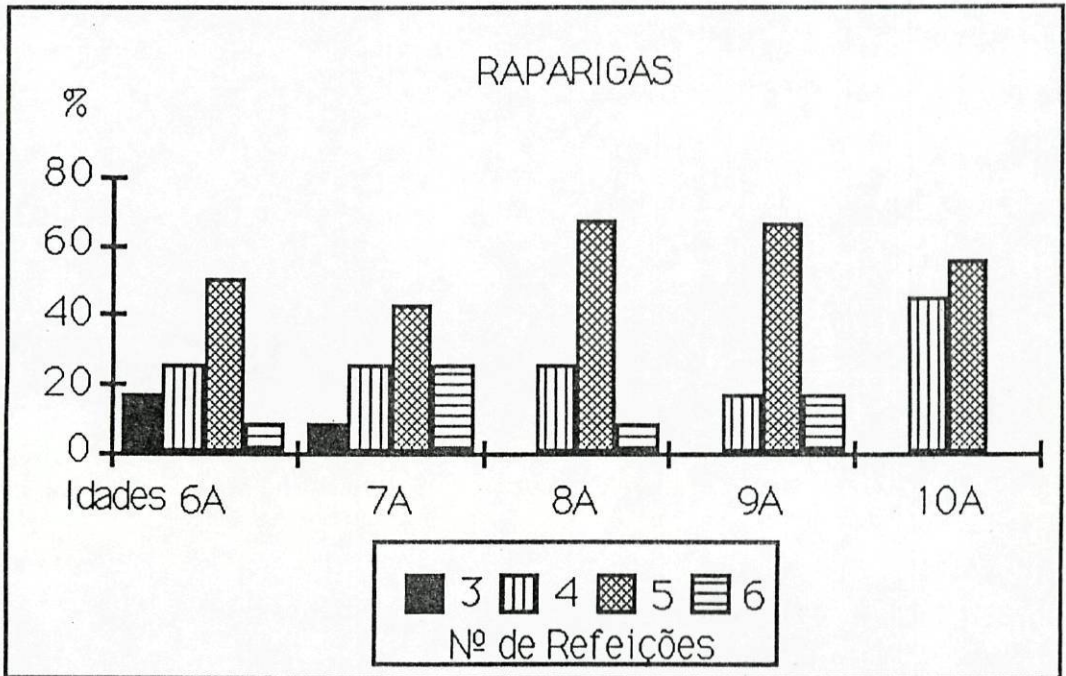
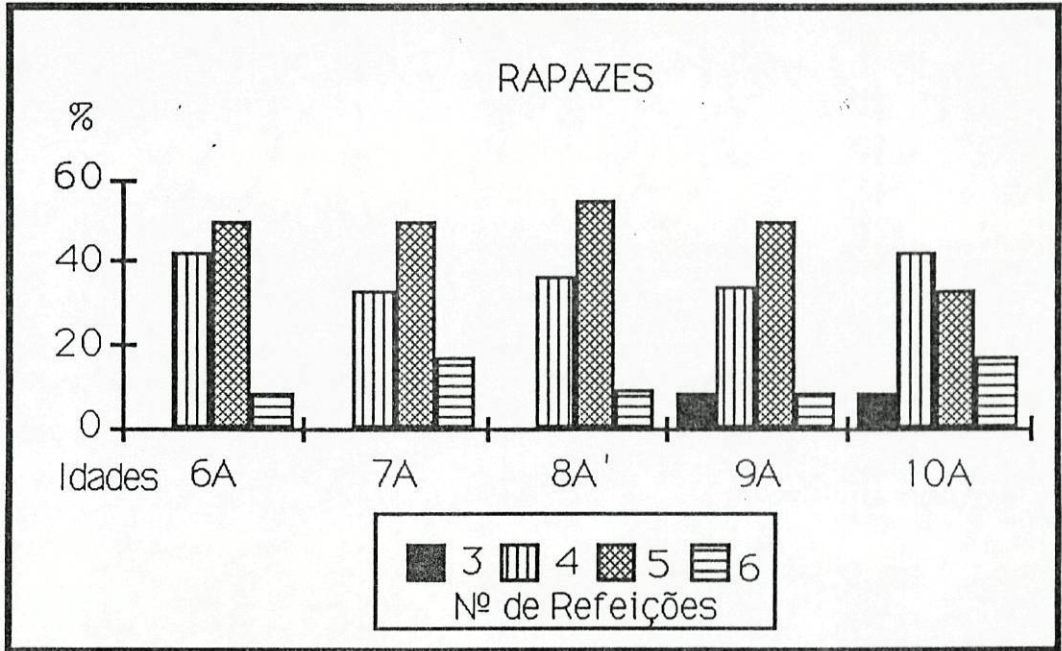


FIG.20 - PEQUENO ALMOÇO

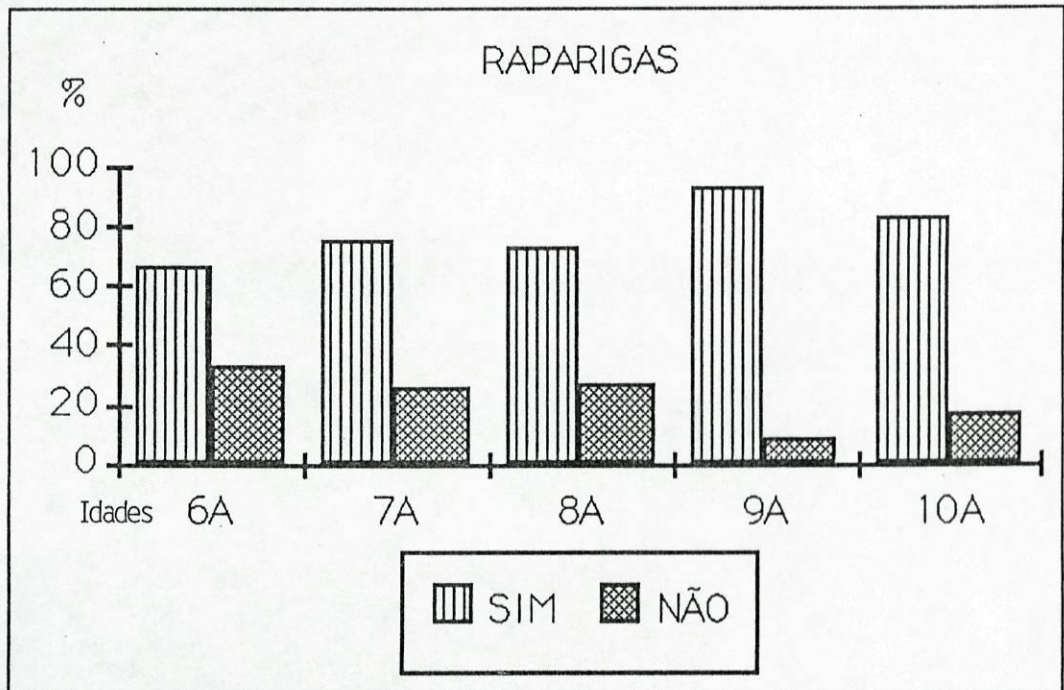
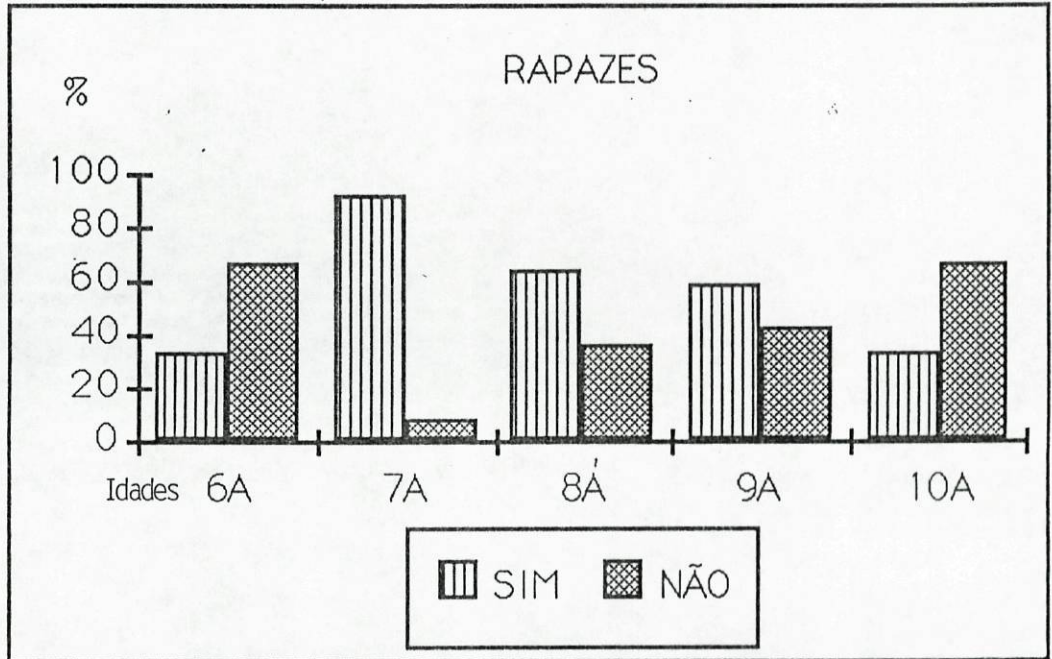


FIG.21 - FREQUÊNCIA DE INGESTÃO DO PEQUENO ALMOÇO

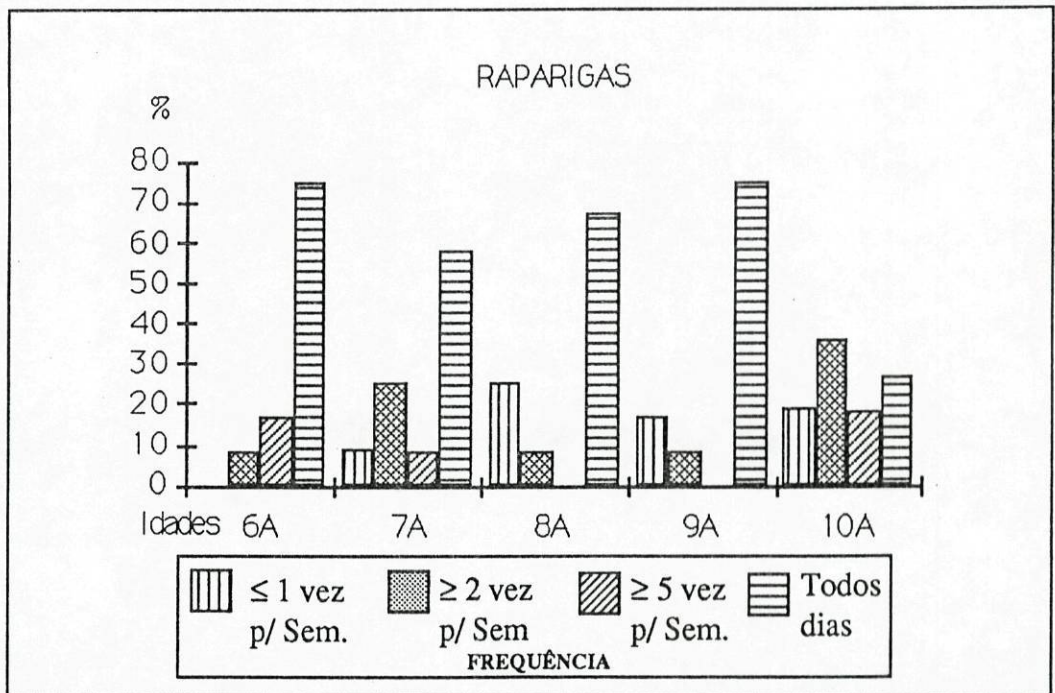
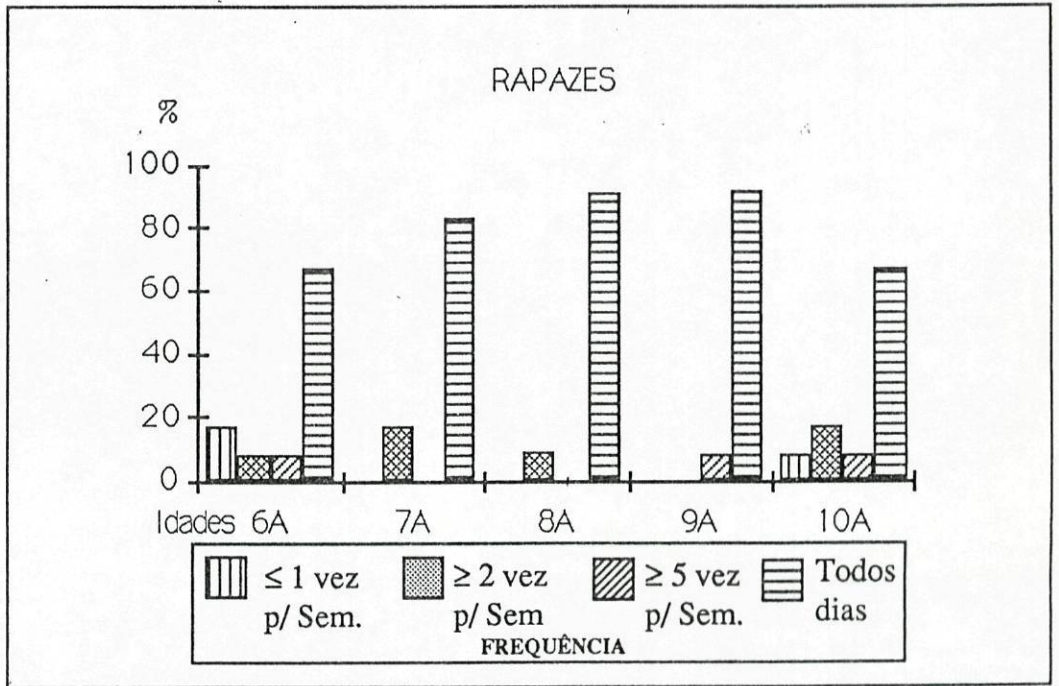


FIG.22 - SOPA AO ALMOÇO

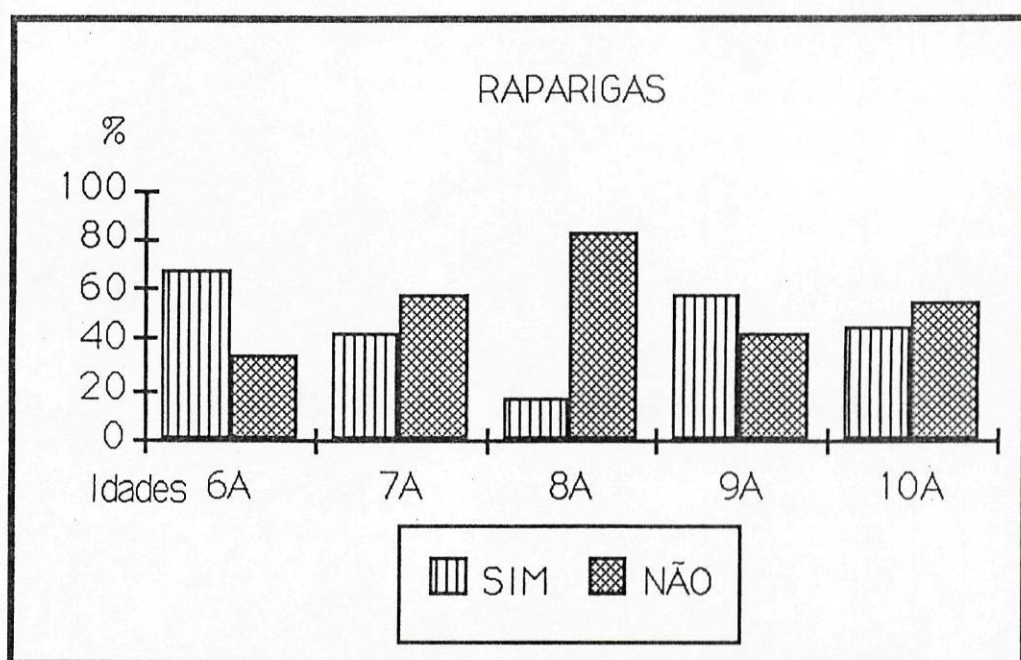
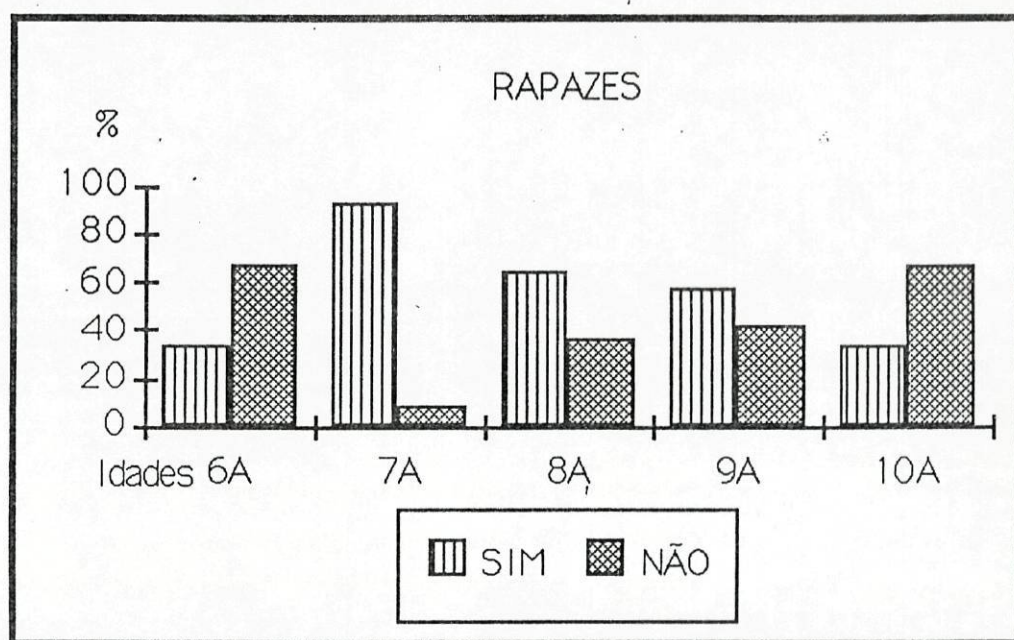


FIG.23 - SOPA AO JANTAR

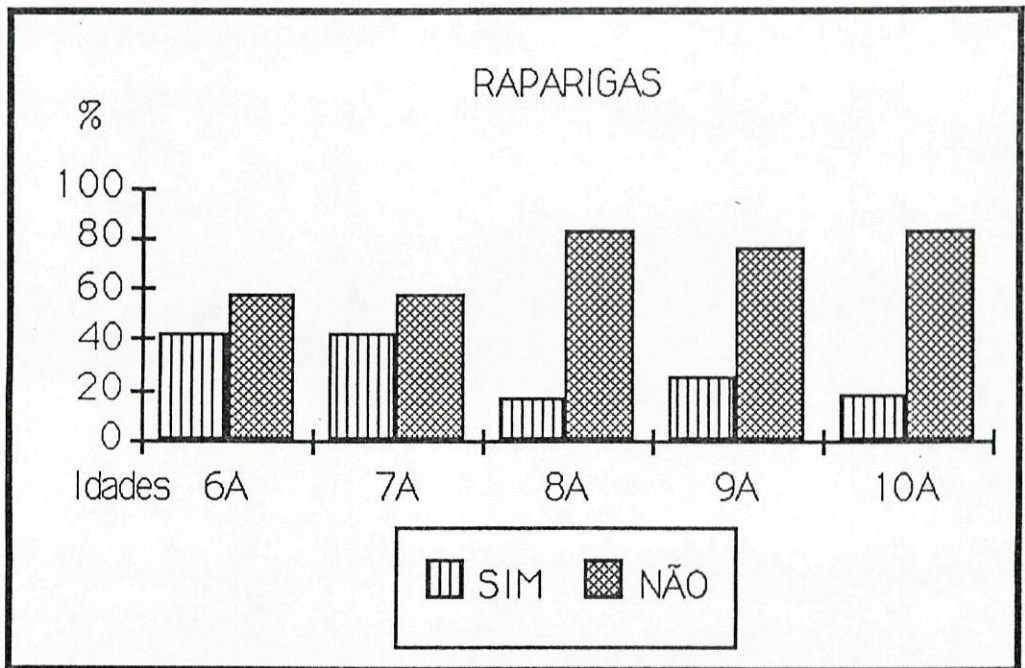
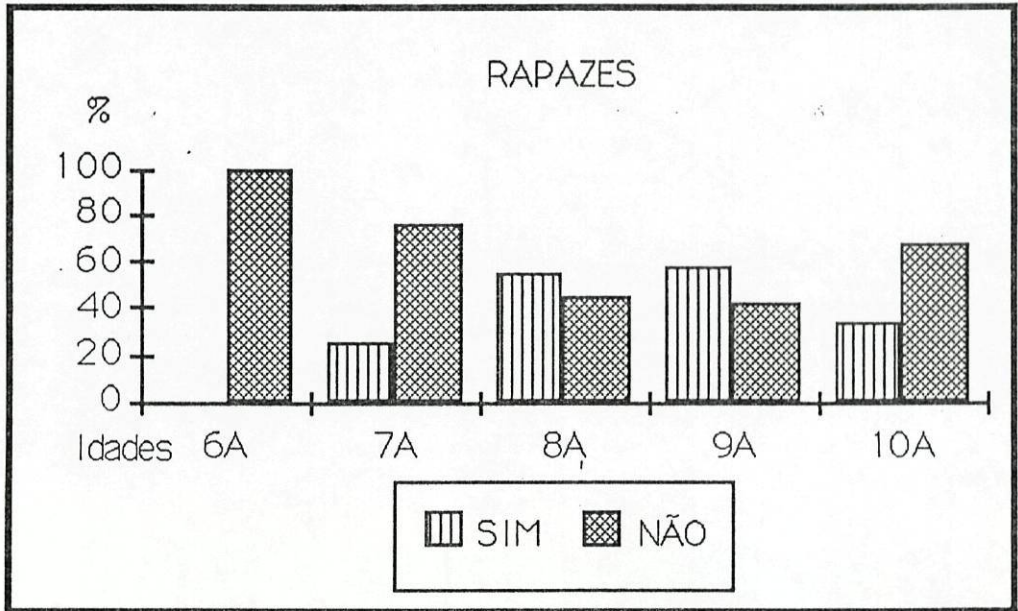


FIG.24 - **SOPA AO ALMOÇO E AO JANTAR**

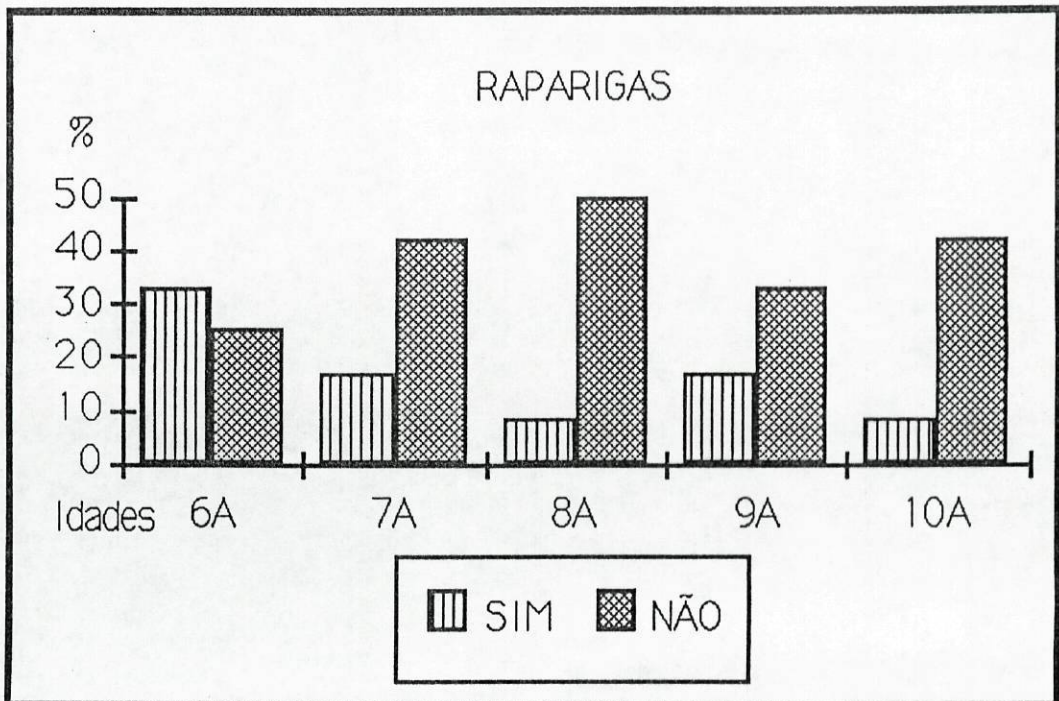
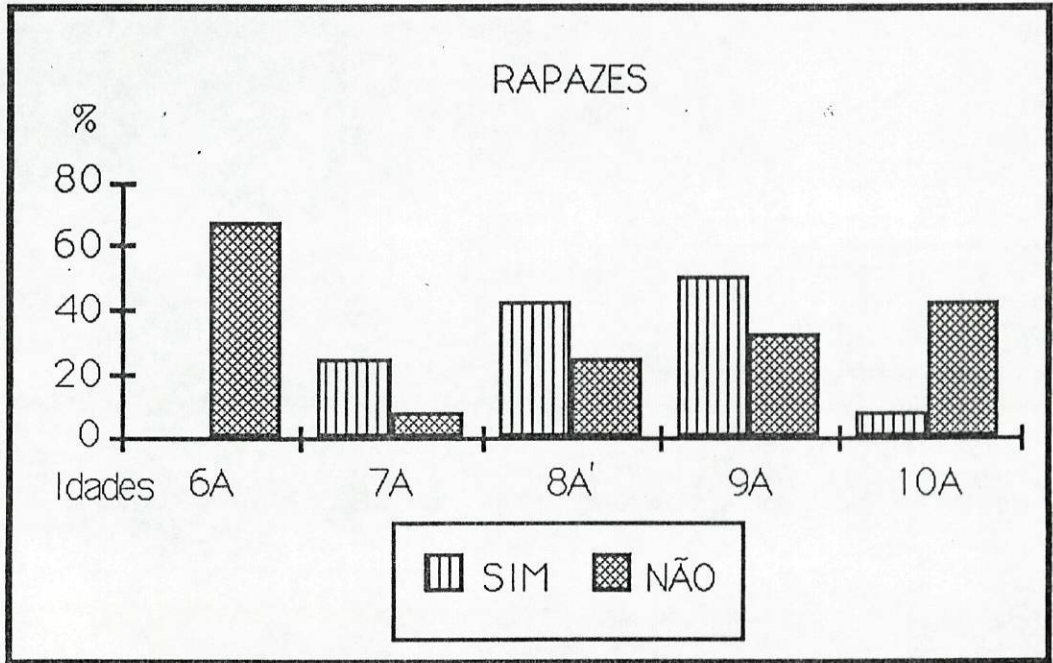


FIG.25 - SALADA AO ALMOÇO

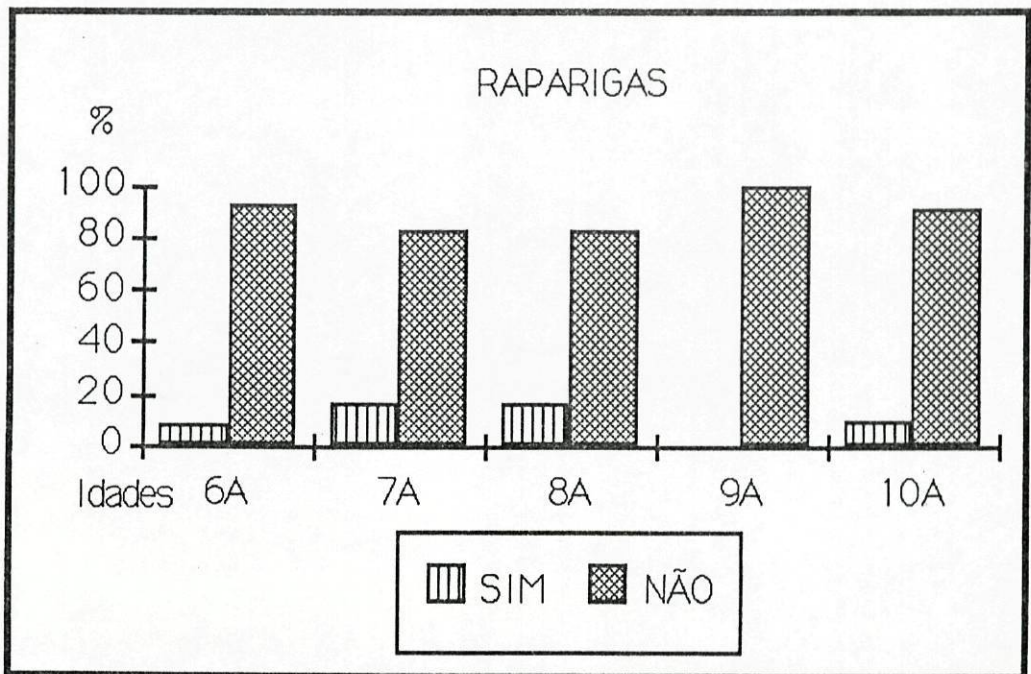
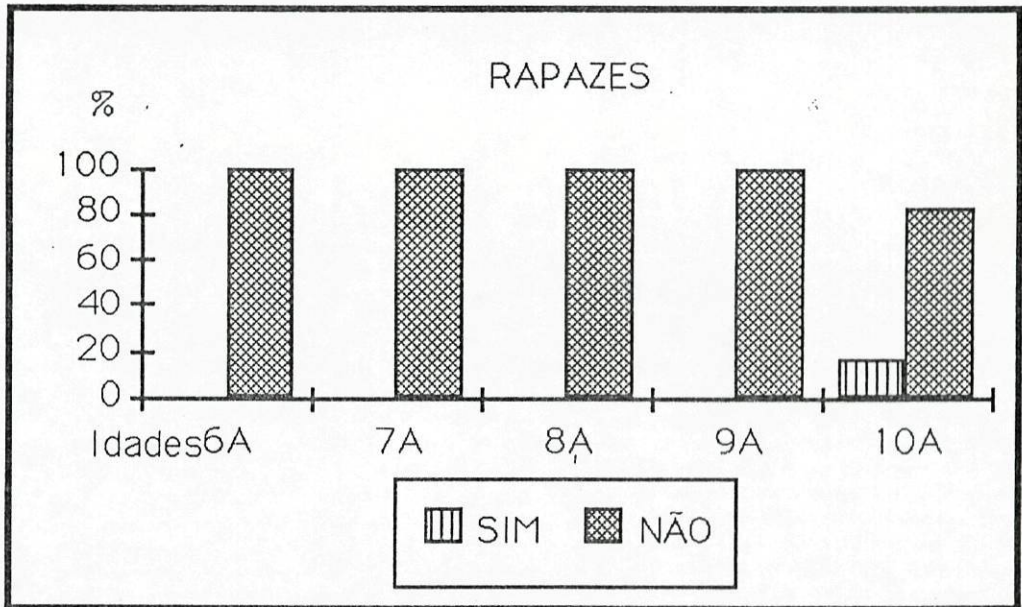


FIG.26 - SALADA AO JANTAR

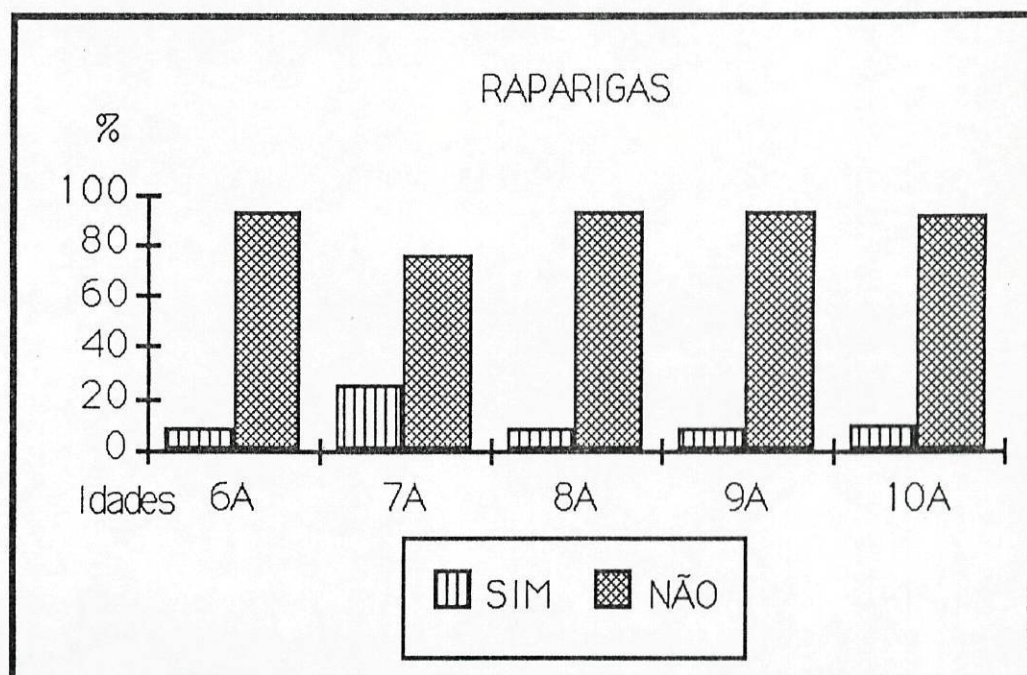
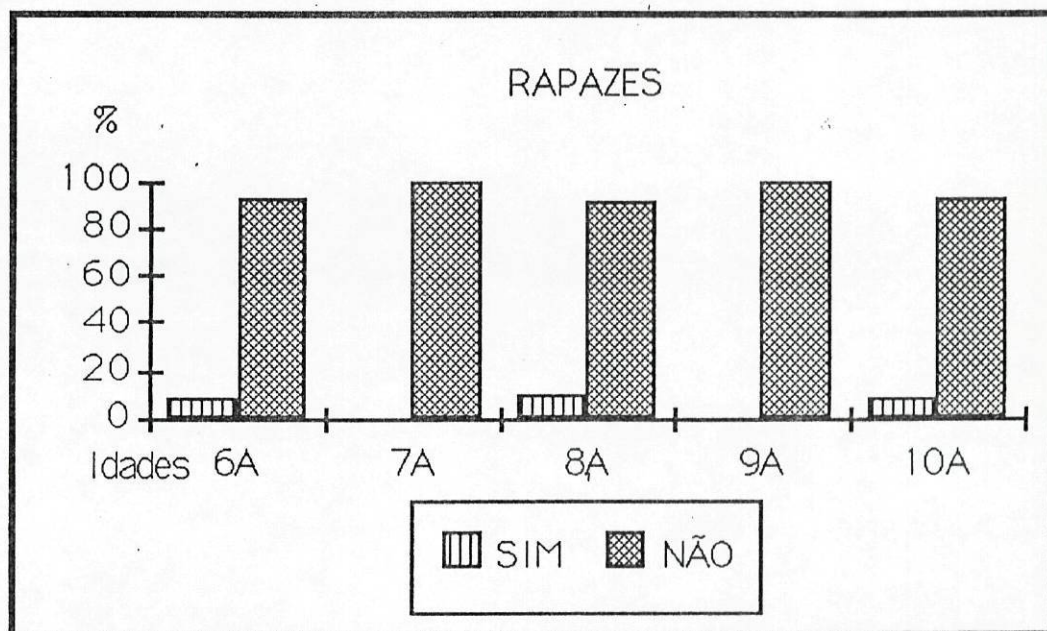
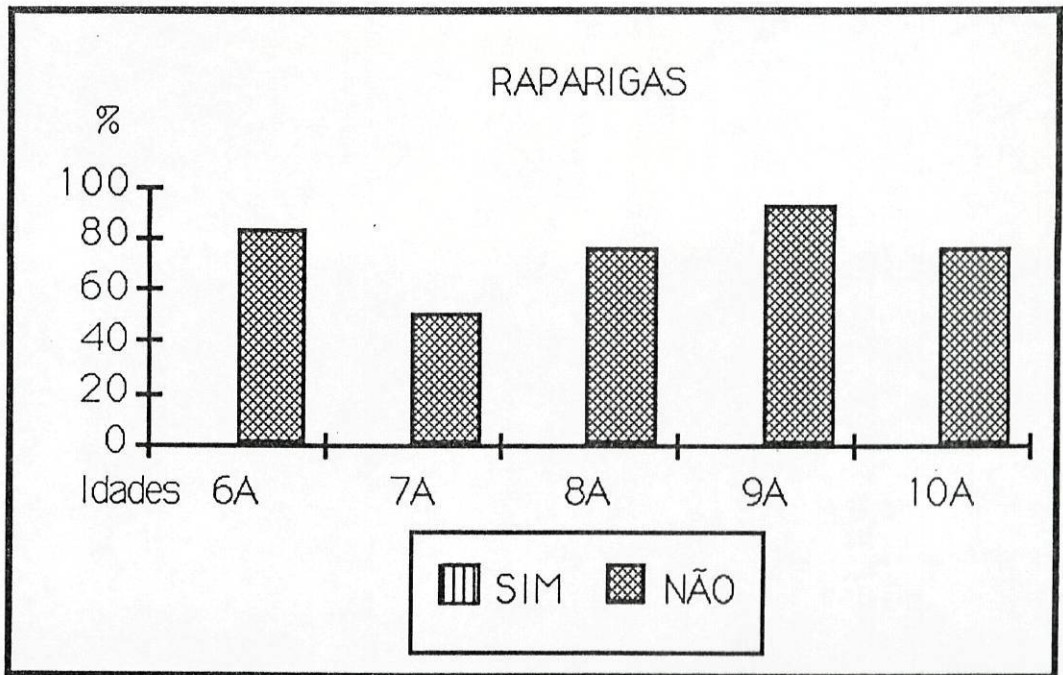
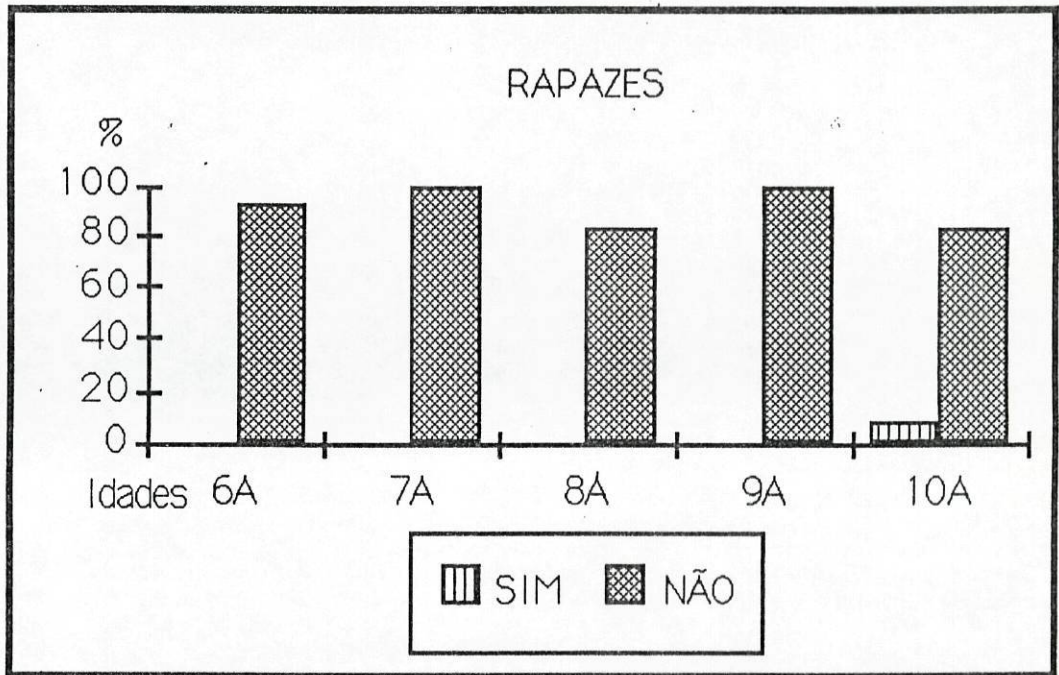


FIG.27 - SALADA AO ALMOÇO E AO JANTAR



QUADRO 3 - FREQUÊNCIA E TIPO DE ALIMENTOS CONSUMIDOS NOS INTERVALOS DAS 4 PRINCIPAIS REFEIÇÕES
(Pequeno Almoço, Almoço, Merenda, Jantar)

SEXO / IDADE	RAPAZES — 6 ANOS				RAPARIGAS — 6 ANOS			
	≤ 1 VEZ P/ SEMANA NUNCA OU RARAMENTE	≥ 2 VEZES P/ SEMANA AS VEZES	≥ 5 VEZES P/ SEMANA QUASE SEMPRE	TODOS OS DIAS SEMPRE	≤ 1 VEZ P/ SEMANA NUNCA OU RARAMENTE	≥ 2 VEZES P/ SEMANA AS VEZES	≥ 5 VEZES P/ SEMANA QUASE SEMPRE	TODOS OS DIAS SEMPRE
SALSICHARIA	25%	17%	25%	33%	51%	33%	8%	8%
LEITE	83%	17%	0%	0%	59%	8%	0%	33%
QUEIJO	84%	8%	0%	8%	34%	58%	0%	8%
IOGURTE	75%	17%	0%	8%	67%	33%	0%	0%
PÃO	24%	17%	17%	42%	0%	17%	25%	58%
BOLACHAS	50%	17%	8%	25%	33%	42%	0%	25%
BOLOS	42%	42%	8%	8%	67%	33%	0%	0%
FRUTOS FRESCOS	49%	17%	17%	17%	25%	25%	17%	33%
GELADOS	33%	42%	0%	25%	67%	33%	0%	0%
COMPOTAS	75%	17%	0%	8%	50%	33%	0%	17%
CHOCOLATES E CARAMELOS	67%	0%	0%	33%	84%	8%	0%	8%

SEXO / IDADE	RAPAZES — 7 ANOS				RAPARIGAS — 7 ANOS			
	≤ 1 VEZ P/ SEMANA NUNCA OU RARAMENTE	≥ 2 VEZES P/ SEMANA AS VEZES	≥ 5 VEZES P/ SEMANA QUASE SEMPRE	TODOS OS DIAS SEMPRE	≤ 1 VEZ P/ SEMANA NUNCA OU RARAMENTE	≥ 2 VEZES P/ SEMANA AS VEZES	≥ 5 VEZES P/ SEMANA QUASE SEMPRE	TODOS OS DIAS SEMPRE
SALSICHARIA	25%	33%	17%	25%	50%	50%	0%	0%
LEITE	66%	17%	0%	17%	59%	0%	8%	33%
QUEIJO	67%	25%	8%	0%	59%	33%	8%	0%
IOGURTE	50%	25%	0%	25%	41%	42%	0%	17%
PÃO	25%	25%	17%	33%	17%	42%	8%	33%
BOLACHAS	25%	50%	0%	25%	41%	42%	0%	17%
BOLOS	25%	58%	0%	17%	50%	33%	0%	17%
FRUTOS FRESCOS	34%	33%	0%	33%	59%	33%	0%	8%
GELADOS	16%	42%	0%	42%	42%	25%	8%	25%
COMPOTAS	67%	25%	0%	8%	50%	42%	0%	8%
CHOCOLATES E CARAMELOS	58%	17%	8%	17%	83%	17%	0%	0%

FREQUÊNCIA E TIPO DE ALIMENTOS CONSUMIDOS NOS INTERVALOS DAS 4 PRINCIPAIS REFEIÇÕES

(Pequeno Almoço, Almoço, Merenda, Jantar)

SEXO / IDADE	RAPAZES — 8 ANOS				RAPARIGAS — 8 ANOS			
	≤ 1 VEZ P/ SEMANA NUNCA OU RARAMENTE	≥ 2 VEZES P/ SEMANA AS VEZES	≥ 5 VEZES P/ SEMANA QUASE SEMPRE	TODOS OS DIAS SEMPRE	≤ 1 VEZ P/ SEMANA NUNCA OU RARAMENTE	≥ 2 VEZES P/ SEMANA AS VEZES	≥ 5 VEZES P/ SEMANA QUASE SEMPRE	TODOS OS DIAS SEMPRE
SALSICHARIA	91%	0%	0%	9%	34%	58%	0%	8%
LEITE	91%	0%	0%	9%	51%	8%	8%	33%
QUEIJO	82%	9%	0%	9%	59%	33%	0%	8%
IOGURTE	73%	18%	9%	0%	59%	33%	0%	8%
PÃO	18%	9%	18%	55%	26%	8%	8%	58%
BOLACHAS	55%	27%	9%	9%	50%	8%	0%	42%
BOLOS	91%	9%	0%	0%	67%	33%	0%	0%
FRUTOS FRESCOS	37%	27%	0%	36%	34%	8%	8%	50%
GELADOS	28%	45%	18%	9%	59%	33%	0%	8%
COMPOTAS	73%	9%	9%	9%	67%	25%	0%	8%
CHOCOLATES E CARAMELOS	64%	27%	0%	9%	67%	25%	0%	8%

SEXO / IDADE	RAPAZES — 9 ANOS				RAPARIGAS — 9 ANOS			
	≤ 1 VEZ P/ SEMANA NUNCA OU RARAMENTE	≥ 2 VEZES P/ SEMANA AS VEZES	≥ 5 VEZES P/ SEMANA QUASE SEMPRE	TODOS OS DIAS SEMPRE	≤ 1 VEZ P/ SEMANA NUNCA OU RARAMENTE	≥ 2 VEZES P/ SEMANA AS VEZES	≥ 5 VEZES P/ SEMANA QUASE SEMPRE	TODOS OS DIAS SEMPRE
SALSICHARIA	50%	33%	0%	17%	25%	67%	8%	0%
LEITE	75%	8%	0%	17%	67%	8%	0%	25%
QUEIJO	83%	17%	0%	0%	42%	33%	0%	25%
IOGURTE	59%	25%	8%	8%	58%	8%	17%	17%
PÃO	17%	8%	0%	75%	0%	17%	8%	75%
BOLACHAS	33%	42%	8%	17%	41%	42%	0%	17%
BOLOS	58%	25%	0%	17%	67%	33%	0%	0%
FRUTOS FRESCOS	41%	17%	0%	42%	50%	8%	17%	25%
GELADOS	33%	42%	8%	17%	17%	50%	8%	25%
COMPOTAS	42%	50%	8%	0%	50%	50%	0%	0%
CHOCOLATES E CARAMELOS	57%	33%	0%	8%	42%	50%	8%	0%

FREQUÊNCIA E TIPO DE ALIMENTOS CONSUMIDOS NOS INTERVALOS DAS 4 PRINCIPAIS REFEIÇÕES
(Pequeno Almoço, Almoço, Merenda, Jantar)

SEXO / IDADE	RAPAZES — 10 ANOS				RAPARIGAS — 10 ANOS			
	≤ 1 VEZ P/ SEMANA NUNCA OU RARAMENTE	≥ 2 VEZES P/ SEMANA AS VEZES	≥ 5 VEZES P/ SEMANA QUASE SEMPRE	TODOS OS DIAS SEMPRE	≤ 1 VEZ P/ SEMANA NUNCA OU RARAMENTE	≥ 2 VEZES P/ SEMANA AS VEZES	≥ 5 VEZES P/ SEMANA QUASE SEMPRE	TODOS OS DIAS SEMPRE
SALSICHARIA	34%	58%	0%	8%	45%	55%	0%	0%
LEITE	34%	8%	0%	58%	64%	36%	0%	0%
QUEIJO	34%	33%	8%	0%	64%	27%	9%	0%
IOGURTE	67%	17%	8%	8%	64%	27%	0%	9%
PÃO	17%	17%	8%	58%	19%	36%	9%	36%
BOLACHAS	42%	33%	0%	25%	45%	55%	0%	0%
BOLOS	25%	42%	8%	25%	18%	55%	18%	9%
FRUTOS FRESCOS	41%	25%	17%	17%	36%	55%	0%	9%
GELADOS	8%	25%	17%	50%	19%	45%	18%	18%
COMPOTAS	58%	42%	0%	0%	91%	9%	0%	0%
CHOCOLATES E CARAMELOS	42%	33%	8%	17%	55%	9%	9%	27%

QUADRO 4 - FREQUÊNCIA E TIPO DE BEBIDAS CONSUMIDAS AO ALMOÇO E AO JANTAR

SEXO/IDADE	RAPAZES - 6 ANOS							
REFEIÇÃO	ALMOÇO				JANTAR			
FREQUÊNCIA	≤1 VEZ P/ SEMANA NUNCA OU RARAMENTE	≥2 VEZES P/ SEMANA ÀS VEZES	≥5 VEZES P/ SEMANA QUASE SEMPRE	TODOS OS DIAS SEMPRE	≤1 VEZ P/ SEMANA NUNCA OU RARAMENTE	≥2 VEZES P/ SEMANA ÀS VEZES	≥5 VEZES P/ SEMANA QUASE SEMPRE	TODOS OS DIAS SEMPRE
ÁGUA PURA	67%	8%	8%	17%	59%	8%	8%	25%
REFRIGERANTE	59%	8%	8%	25%	67%	8%	8%	17%
XAROPE	84%	0%	8%	8%	75%	0%	0%	25%
CERVEJA	92%	0%	0%	8%	92%	0%	0%	8%
VINHO	92%	0%	0%	8%	92%	0%	0%	8%

SEXO/IDADE	RAPARIGAS - 6 ANOS							
REFEIÇÃO	ALMOÇO				JANTAR			
FREQUÊNCIA	≤1 VEZ P/ SEMANA NUNCA OU RARAMENTE	≥2 VEZES P/ SEMANA ÀS VEZES	≥5 VEZES P/ SEMANA QUASE SEMPRE	TODOS OS DIAS SEMPRE	≤1 VEZ P/ SEMANA NUNCA OU RARAMENTE	≥2 VEZES P/ SEMANA ÀS VEZES	≥5 VEZES P/ SEMANA QUASE SEMPRE	TODOS OS DIAS SEMPRE
ÁGUA PURA	42%	8%	17%	33%	33%	8%	17%	42%
REFRIGERANTE	83%	17%	0%	0%	75%	17%	8%	0%
XAROPE	83%	17%	0%	0%	84%	8%	0%	8%
CERVEJA	92%	0%	0%	8%	100%	0%	0%	0%
VINHO	75%	0%	0%	25%	84%	0%	8%	8%

SEXO/IDADE	RAPAZES - 7 ANOS							
REFEIÇÃO	ALMOÇO				JANTAR			
FREQUÊNCIA	≤1 VEZ P/ SEMANA NUNCA OU RARAMENTE	≥2 VEZES P/ SEMANA ÀS VEZES	≥5 VEZES P/ SEMANA QUASE SEMPRE	TODOS OS DIAS SEMPRE	≤1 VEZ P/ SEMANA NUNCA OU RARAMENTE	≥2 VEZES P/ SEMANA ÀS VEZES	≥5 VEZES P/ SEMANA QUASE SEMPRE	TODOS OS DIAS SEMPRE
ÁGUA PURA	50%	0%	17%	33%	33%	0%	25%	42%
REFRIGERANTE	75%	17%	0%	8%	75%	17%	8%	0%
XAROPE	83%	0%	0%	17%	83%	0%	0%	17%
CERVEJA	83%	0%	0%	17%	84%	8%	0%	8%
VINHO	92%	0%	0%	8%	100%	0%	0%	0%

SEXO/IDADE	RAPARIGAS - 7 ANOS							
REFEIÇÃO	ALMOÇO				JANTAR			
FREQUÊNCIA	≤1 VEZ P/ SEMANA NUNCA OU RARAMENTE	≥2 VEZES P/ SEMANA ÀS VEZES	≥5 VEZES P/ SEMANA QUASE SEMPRE	TODOS OS DIAS SEMPRE	≤1 VEZ P/ SEMANA NUNCA OU RARAMENTE	≥2 VEZES P/ SEMANA ÀS VEZES	≥5 VEZES P/ SEMANA QUASE SEMPRE	TODOS OS DIAS SEMPRE
ÁGUA PURA	33%	25%	17%	25%	42%	8%	17%	33%
REFRIGERANTE	50%	25%	25%	0%	50%	17%	8%	25%
XAROPE	100%	0%	0%	0%	100%	0%	0%	0%
CERVEJA	84%	8%	0%	8%	100%	0%	0%	0%
VINHO	76%	8%	8%	8%	84%	0%	8%	8%

FREQÜÊNCIA E TIPO DE BEBIDAS CONSUMIDAS AO ALMOÇO E AO JANTAR

SEXO/IDADE	RAPAZES - 8 ANOS							
REFEIÇÃO	ALMOÇO				JANTAR			
FREQÜÊNCIA	≤1 VEZ P/ SEMANA NUNCA OU RARAMENTE	≥2 VEZES P/ SEMANA ÀS VEZES	≥5 VEZES P/ SEMANA QUASE SEMPRE	TODOS OS DIAS SEMPRE	≤1 VEZ P/ SEMANA NUNCA OU RARAMENTE	≥2 VEZES P/ SEMANA ÀS VEZES	≥5 VEZES P/ SEMANA QUASE SEMPRE	TODOS OS DIAS SEMPRE
ÁGUA PURA	28%	9%	27%	36%	46%	9%	9%	36%
REFRIGERANTE	73%	9%	9%	9%	73%	0%	27%	0%
XAROPE	82%	0%	9%	9%	82%	0%	9%	9%
CERVEJA	91%	9%	0%	0%	82%	9%	0%	9%
VINHO	100%	0%	0%	0%	100%	0%	0%	0%

SEXO/IDADE	RAPARIGAS - 8 ANOS							
REFEIÇÃO	ALMOÇO				JANTAR			
FREQÜÊNCIA	≤1 VEZ P/ SEMANA NUNCA OU RARAMENTE	≥2 VEZES P/ SEMANA ÀS VEZES	≥5 VEZES P/ SEMANA QUASE SEMPRE	TODOS OS DIAS SEMPRE	≤1 VEZ P/ SEMANA NUNCA OU RARAMENTE	≥2 VEZES P/ SEMANA ÀS VEZES	≥5 VEZES P/ SEMANA QUASE SEMPRE	TODOS OS DIAS SEMPRE
ÁGUA PURA	25%	25%	25%	25%	42%	8%	17%	33%
REFRIGERANTE	59%	25%	8%	8%	75%	0%	8%	17%
XAROPE	75%	0%	17%	8%	66%	0%	17%	17%
CERVEJA	100%	0%	0%	0%	100%	0%	0%	0%
VINHO	100%	0%	0%	0%	100%	0%	0%	0%

SEXO/IDADE	RAPAZES - 9 ANOS							
REFEIÇÃO	ALMOÇO				JANTAR			
FREQÜÊNCIA	≤1 VEZ P/ SEMANA NUNCA OU RARAMENTE	≥2 VEZES P/ SEMANA ÀS VEZES	≥5 VEZES P/ SEMANA QUASE SEMPRE	TODOS OS DIAS SEMPRE	≤1 VEZ P/ SEMANA NUNCA OU RARAMENTE	≥2 VEZES P/ SEMANA ÀS VEZES	≥5 VEZES P/ SEMANA QUASE SEMPRE	TODOS OS DIAS SEMPRE
ÁGUA PURA	25%	8%	17%	50%	26%	8%	8%	58%
REFRIGERANTE	83%	17%	0%	0%	84%	8%	0%	8%
XAROPE	92%	0%	0%	8%	83%	17%	0%	0%
CERVEJA	100%	0%	0%	0%	100%	0%	0%	0%
VINHO	83%	0%	0%	17%	92%	0%	0%	8%

SEXO/IDADE	RAPARIGAS - 9 ANOS							
REFEIÇÃO	ALMOÇO				JANTAR			
FREQÜÊNCIA	≤1 VEZ P/ SEMANA NUNCA OU RARAMENTE	≥2 VEZES P/ SEMANA ÀS VEZES	≥5 VEZES P/ SEMANA QUASE SEMPRE	TODOS OS DIAS SEMPRE	≤1 VEZ P/ SEMANA NUNCA OU RARAMENTE	≥2 VEZES P/ SEMANA ÀS VEZES	≥5 VEZES P/ SEMANA QUASE SEMPRE	TODOS OS DIAS SEMPRE
ÁGUA PURA	50%	17%	25%	8%	41%	17%	17%	25%
REFRIGERANTE	67%	8%	0%	25%	58%	17%	0%	25%
XAROPE	75%	8%	0%	17%	75%	0%	8%	17%
CERVEJA	92%	8%	0%	0%	92%	8%	0%	0%
VINHO	92%	0%	0%	8%	92%	8%	0%	0%

FREQÜÊNCIA E TIPO DE BEBIDAS CONSUMIDAS AO ALMOÇO E AO JANTAR

SEXO/IDADE	RAPAZES - 10 ANOS							
REFEIÇÃO	ALMOÇO				JANTAR			
FREQÜÊNCIA	≤1 VEZ P/ SEMANA NUNCA OU RARAMENTE	≥2 VEZES P/ SEMANA ÀS VEZES	≥5 VEZES P/ SEMANA QUASE SEMPRE	TODOS OS DIAS SEMPRE	≤1 VEZ P/ SEMANA NUNCA OU RARAMENTE	≥2 VEZES P/ SEMANA ÀS VEZES	≥5 VEZES P/ SEMANA QUASE SEMPRE	TODOS OS DIAS SEMPRE
ÁGUA PURA	75%	0%	8%	17%	67%	0%	0%	33%
REFRIGERANTE	59%	8%	8%	25%	58%	0%	17%	25%
XAROPE	75%	0%	17%	8%	75%	0%	0%	25%
CERVEJA	84%	8%	0%	8%	100%	0%	0%	0%
VINHO	84%	8%	0%	8%	100%	0%	0%	0%

SEXO/IDADE	RAPARIGAS - 10 ANOS							
REFEIÇÃO	ALMOÇO				JANTAR			
FREQÜÊNCIA	≤1 VEZ P/ SEMANA NUNCA OU RARAMENTE	≥2 VEZES P/ SEMANA ÀS VEZES	≥5 VEZES P/ SEMANA QUASE SEMPRE	TODOS OS DIAS SEMPRE	≤1 VEZ P/ SEMANA NUNCA OU RARAMENTE	≥2 VEZES P/ SEMANA ÀS VEZES	≥5 VEZES P/ SEMANA QUASE SEMPRE	TODOS OS DIAS SEMPRE
ÁGUA PURA	64%	18%	18%	0%	46%	9%	27%	18%
REFRIGERANTE	19%	45%	9%	27%	28%	45%	9%	18%
XAROPE	64%	9%	18%	9%	82%	0%	18%	0%
CERVEJA	100%	0%	0%	0%	100%	0%	0%	0%
VINHO	100%	0%	0%	0%	100%	0%	0%	0%

QUADRO 5 - BEBIDAS CONSUMIDAS AO ALMOÇO E AO JANTAR

SEXO/IDADE BEBIDAS	RAPAZES				
	6 ANOS	7 ANOS	8 ANOS	9 ANOS	10 ANOS
ÁGUA PURA	42%	42%	36%	66%	17%
REFRIGERANTES	33%	42%	55%	17%	50%
XAROPES	25%	16%	0%	17%	33%
CERVEJA	0%	0%	0%	0%	0%
VINHO	0%	0%	0%	0%	0%
NÃO BEBE	0%	0%	9%	0%	0%

SEXO/IDADE BEBIDAS	RAPARIGAS				
	6 ANOS	7 ANOS	8 ANOS	9 ANOS	10 ANOS
ÁGUA PURA	33%	67%	58%	25%	18%
REFRIGERANTES	17%	33%	25%	42%	64%
XAROPES	25%	0%	17%	25%	9%
CERVEJA	0%	0%	0%	0%	0%
VINHO	0%	0%	0%	0%	0%
NÃO BEBE	25%	0%	0%	8%	9%

QUADRO 6 - FREQUÊNCIA E TIPO DE BEBIDAS CONSUMIDAS ENTRE AS REFEIÇÕES

SEXO/IDADE	RAPAZES - 6 ANOS				RAPARIGAS - 6 ANOS			
	≤1 VEZ P/ SEMANA NUNCA OU RARAMENTE	≥2 VEZES P/ SEMANA ÀS VEZES	≥5 VEZES P/ SEMANA QUASE SEMPRE	TODOS OS DIAS SEMPRE	≤1 VEZ P/ SEMANA NUNCA OU RARAMENTE	≥2 VEZES P/ SEMANA ÀS VEZES	≥5 VEZES P/ SEMANA QUASE SEMPRE	TODOS OS DIAS SEMPRE
ÁGUA PURA	25%	17%	0%	58%	17%	0%	25%	58%
REFRIGERANTE	84%	8%	8%	0%	83%	17%	0%	0%
XAROPE	83%	0%	17%	0%	92%	8%	0%	0%
CERVEJA	100%	0%	0%	0%	100%	0%	0%	0%
VINHO	92%	0%	0%	8%	100%	0%	0%	0%

SEXO/IDADE	RAPAZES - 7 ANOS				RAPARIGAS - 7 ANOS			
	≤1 VEZ P/ SEMANA NUNCA OU RARAMENTE	≥2 VEZES P/ SEMANA ÀS VEZES	≥5 VEZES P/ SEMANA QUASE SEMPRE	TODOS OS DIAS SEMPRE	≤1 VEZ P/ SEMANA NUNCA OU RARAMENTE	≥2 VEZES P/ SEMANA ÀS VEZES	≥5 VEZES P/ SEMANA QUASE SEMPRE	TODOS OS DIAS SEMPRE
ÁGUA PURA	17%	0%	33%	50%	16%	25%	17%	42%
REFRIGERANTE	67%	25%	8%	0%	67%	25%	8%	0%
XAROPE	92%	0%	0%	8%	100%	0%	0%	0%
CERVEJA	92%	8%	0%	0%	92%	8%	0%	0%
VINHO	100%	0%	0%	0%	83%	17%	0%	0%

SEXO/IDADE	RAPAZES - 8 ANOS				RAPARIGAS - 8 ANOS			
	≤1 VEZ P/ SEMANA NUNCA OU RARAMENTE	≥2 VEZES P/ SEMANA ÀS VEZES	≥5 VEZES P/ SEMANA QUASE SEMPRE	TODOS OS DIAS SEMPRE	≤1 VEZ P/ SEMANA NUNCA OU RARAMENTE	≥2 VEZES P/ SEMANA ÀS VEZES	≥5 VEZES P/ SEMANA QUASE SEMPRE	TODOS OS DIAS SEMPRE
ÁGUA PURA	18%	0%	27%	55%	17%	17%	33%	33%
REFRIGERANTE	82%	9%	0%	9%	76%	8%	8%	8%
XAROPE	91%	0%	0%	9%	83%	0%	17%	0%
CERVEJA	100%	0%	0%	0%	100%	0%	0%	0%
VINHO	100%	0%	0%	0%	100%	0%	0%	0%

SEXO/IDADE	RAPAZES - 9 ANOS				RAPARIGAS - 9 ANOS			
	≤1 VEZ P/ SEMANA NUNCA OU RARAMENTE	≥2 VEZES P/ SEMANA ÀS VEZES	≥5 VEZES P/ SEMANA QUASE SEMPRE	TODOS OS DIAS SEMPRE	≤1 VEZ P/ SEMANA NUNCA OU RARAMENTE	≥2 VEZES P/ SEMANA ÀS VEZES	≥5 VEZES P/ SEMANA QUASE SEMPRE	TODOS OS DIAS SEMPRE
ÁGUA PURA	9%	8%	25%	58%	9%	8%	33%	50%
REFRIGERANTE	100%	0%	0%	0%	92%	0%	8%	0%
XAROPE	84%	8%	8%	0%	92%	8%	0%	0%
CERVEJA	100%	0%	0%	0%	100%	0%	0%	0%
VINHO	100%	0%	0%	0%	100%	0%	0%	0%

FREQUÊNCIA E TIPO DE BEBIDAS CONSUMIDAS ENTRE AS REFEIÇÕES

SEXO/IDADE	RAPAZES - 10 ANOS				RAPARIGAS - 10 ANOS			
FREQUÊNCIA	≤1 VEZ P/ SEMANA NUNCA OU RARAMENTE	≥2 VEZES P/ SEMANA ÀS VEZES	≥5 VEZES P/ SEMANA QUASE SEMPRE	TODOS OS DIAS SEMPRE	≤1 VEZ P/ SEMANA NUNCA OU RARAMENTE	≥2 VEZES P/ SEMANA ÀS VEZES	≥5 VEZES P/ SEMANA QUASE SEMPRE	TODOS OS DIAS SEMPRE
ÁGUA PURA	42%	25%	8%	25%	9%	0%	36%	55%
REFRIGERANTE	67%	8%	8%	17%	82%	18%	0%	0%
XAROPE	67%	8%	0%	25%	81%	9%	0%	0%
CERVEJA	100%	0%	0%	0%	100%	0%	0%	0%
VINHO	92%	8%	0%	0%	100%	0%	0%	0%

QUADRO 7 - BEBIDAS CONSUMIDAS EM DIAS DE FESTA

SEXO/IDADE BEBIDAS	RAPAZES				
	6 ANOS	7 ANOS	8 ANOS	9 ANOS	10 ANOS
ÁGUA PURA	0%	8%	0%	0%	0%
REFRIGERANTES	67%	92%	91%	75%	92%
XAROPES	17%	8%	0%	8%	0%
CERVEJA	42%	17%	18%	8%	17%
VINHO	17%	8%	9%	8%	33%
V. PORTO/CHAMP.	95%	42%	64%	58%	67%

SEXO/IDADE BEBIDAS	RAPARIGAS				
	6 ANOS	7 ANOS	8 ANOS	9 ANOS	10 ANOS
ÁGUA PURA	0%	0%	8%	8%	9%
REFRIGERANTES	83%	100%	83%	92%	100%
XAROPES	17%	0%	8%	8%	9%
CERVEJA	8%	17%	8%	8%	9%
VINHO	25%	8%	0%	0%	0%
V. PORTO/CHAMP.	50%	75%	42%	58%	36%

3.4. DADOS ANTROPOMETRICOS

FIG.28 - ALTURA

RAPARIGAS

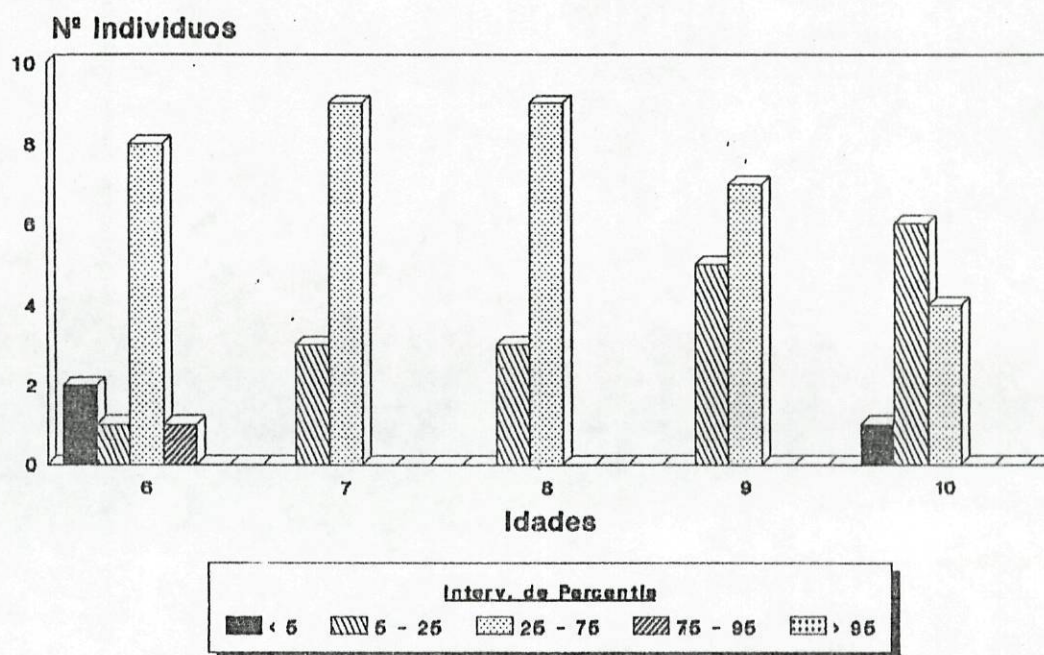


FIG.29 - ALTURA

RAPAZES

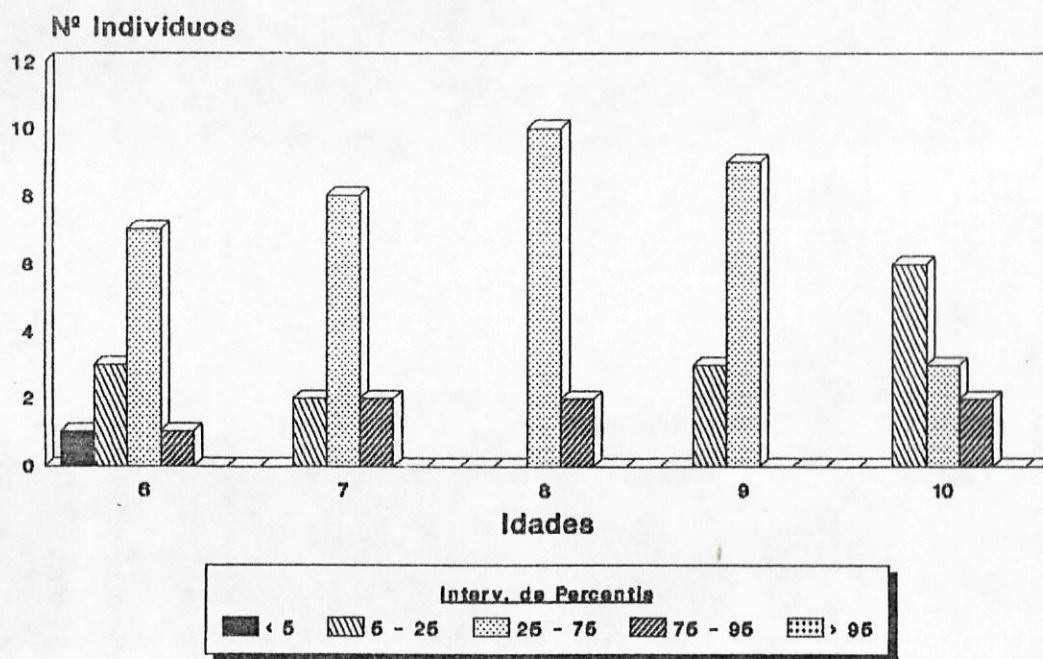


FIG.30 - PESO

RAPARIGAS

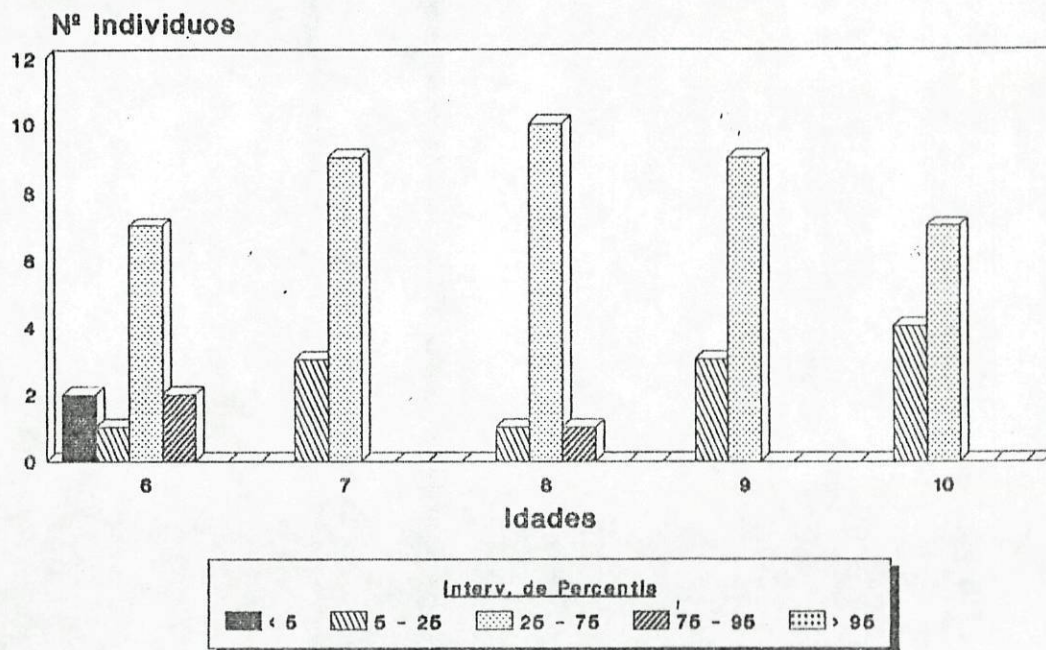


FIG.31 - PESO

RAPAZES

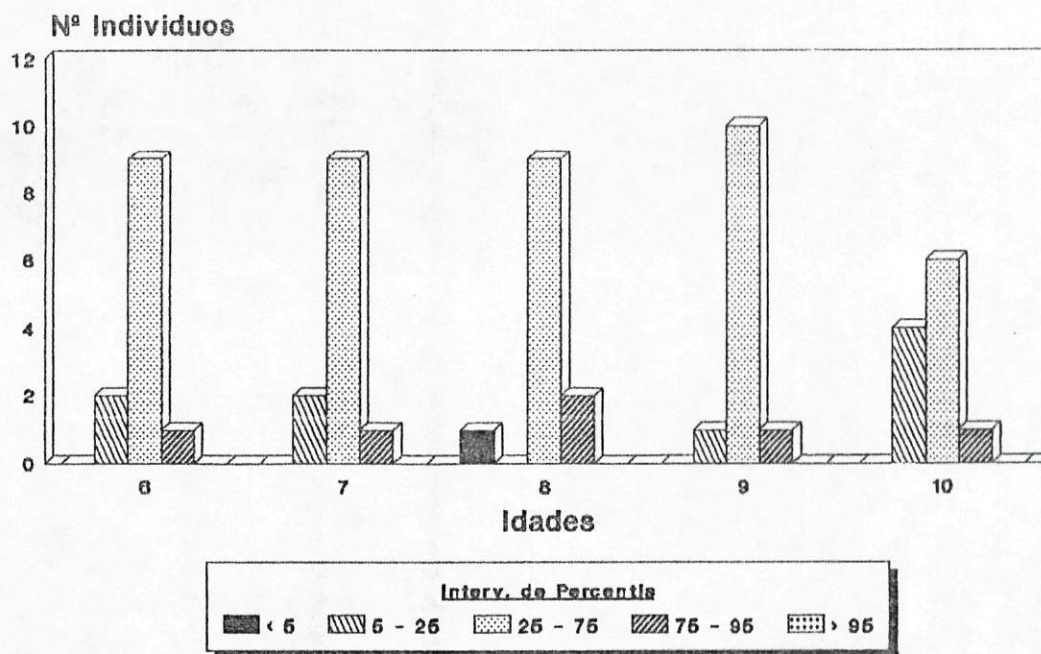


FIG.32 - PREGA CUTANEA TRICIPITAL

RAPARIGAS

Nº Individuos

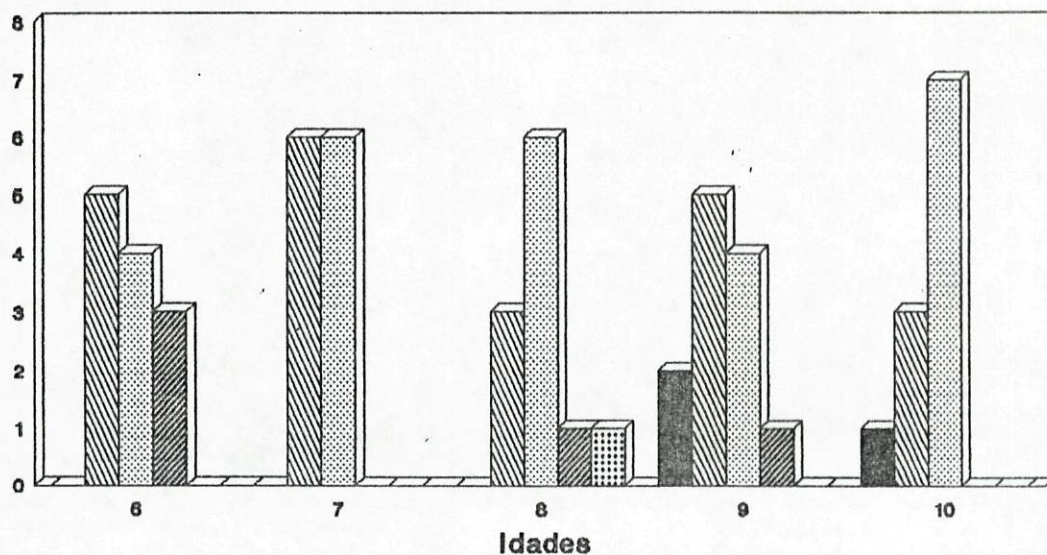


FIG.33 - PREGA CUTANEA TRICIPITAL

RAPAZES

Nº Individuos

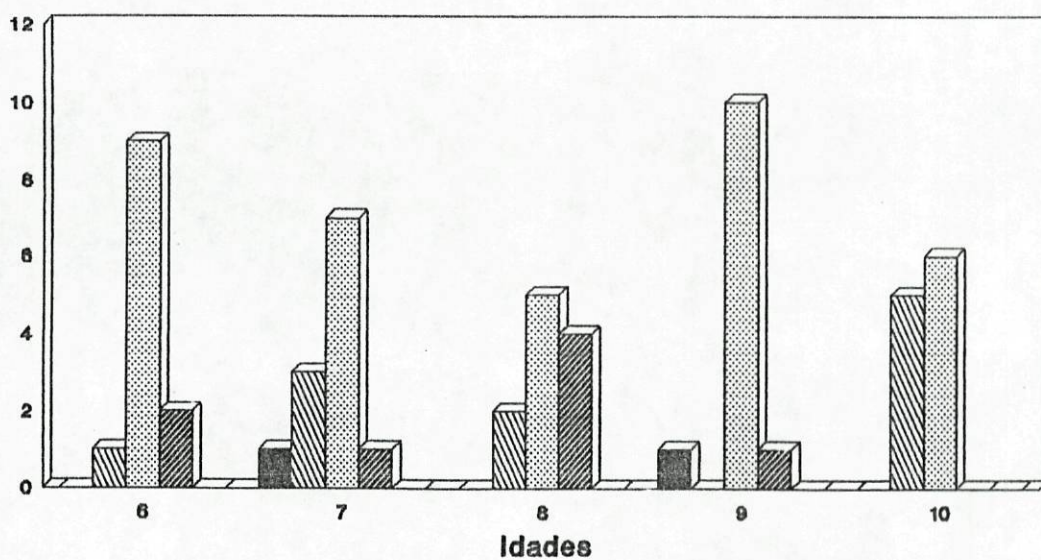


FIG.34 - PERIMETRO DO BRAÇO

RAPARIGAS

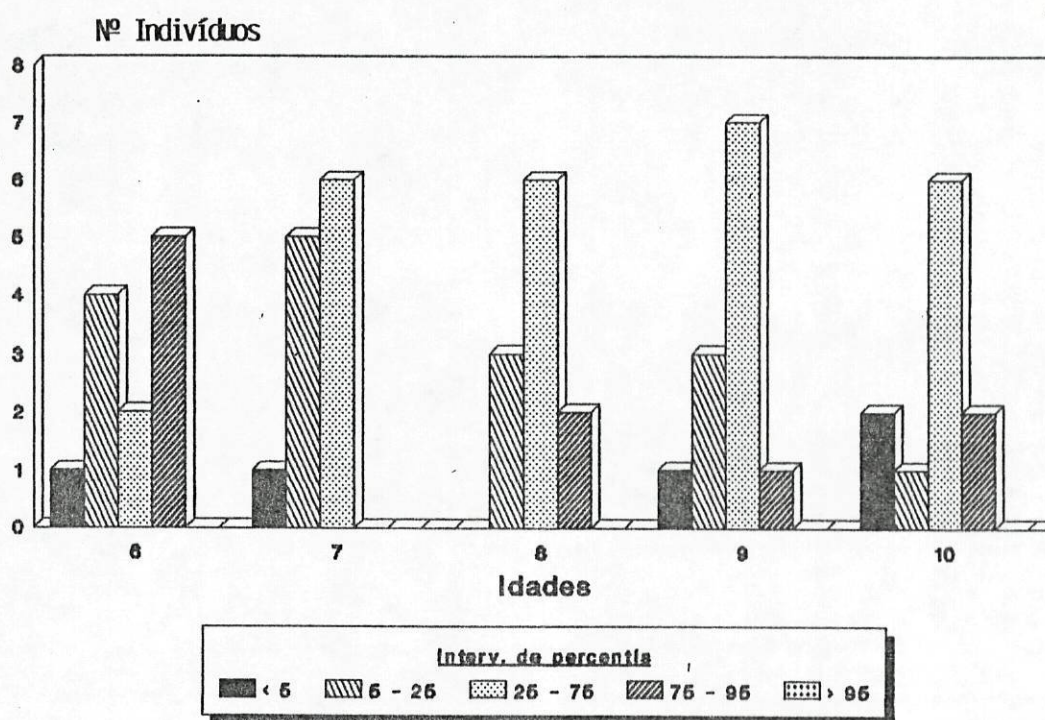


FIG.35 - PERIMETRO DO BRAÇO

RAPAZES

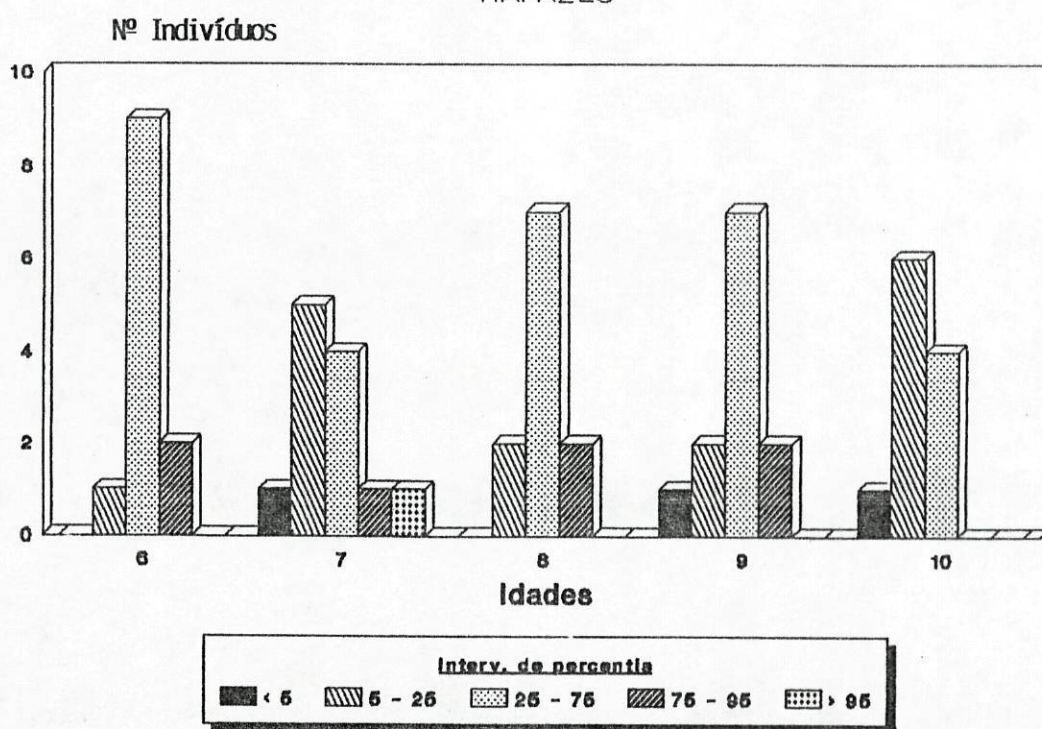


FIG.36 - PERIMETRO MUSCULAR DO BRAÇO

RAPARIGAS

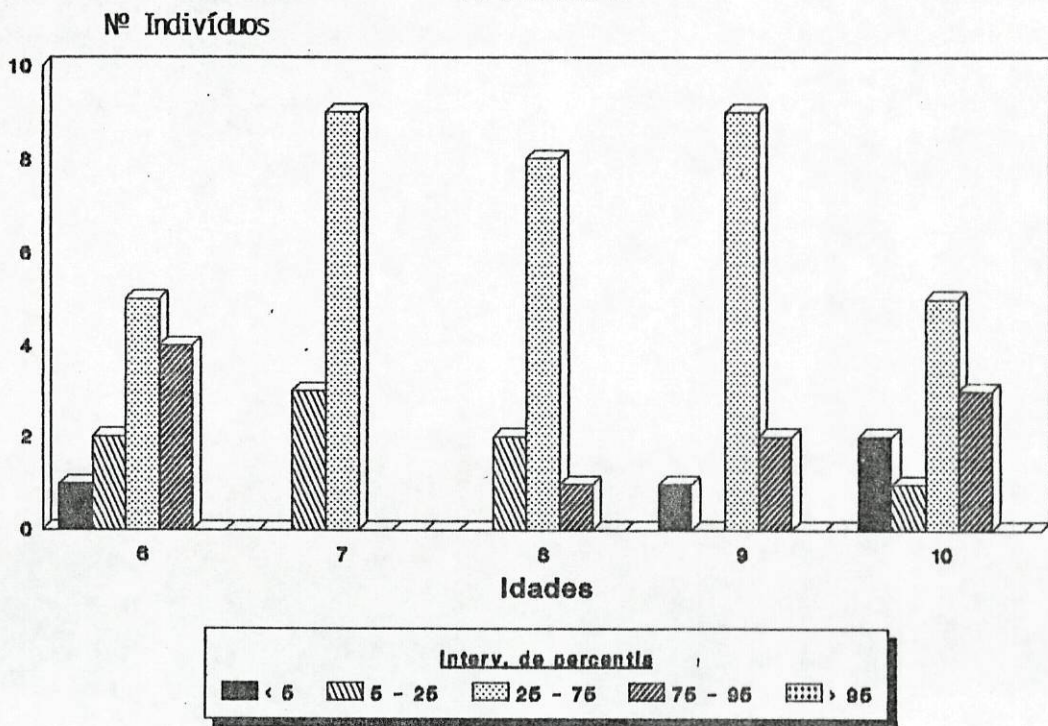


FIG.37 - PERIMETRO MUSCULAR DO BRAÇO

RAPAZES

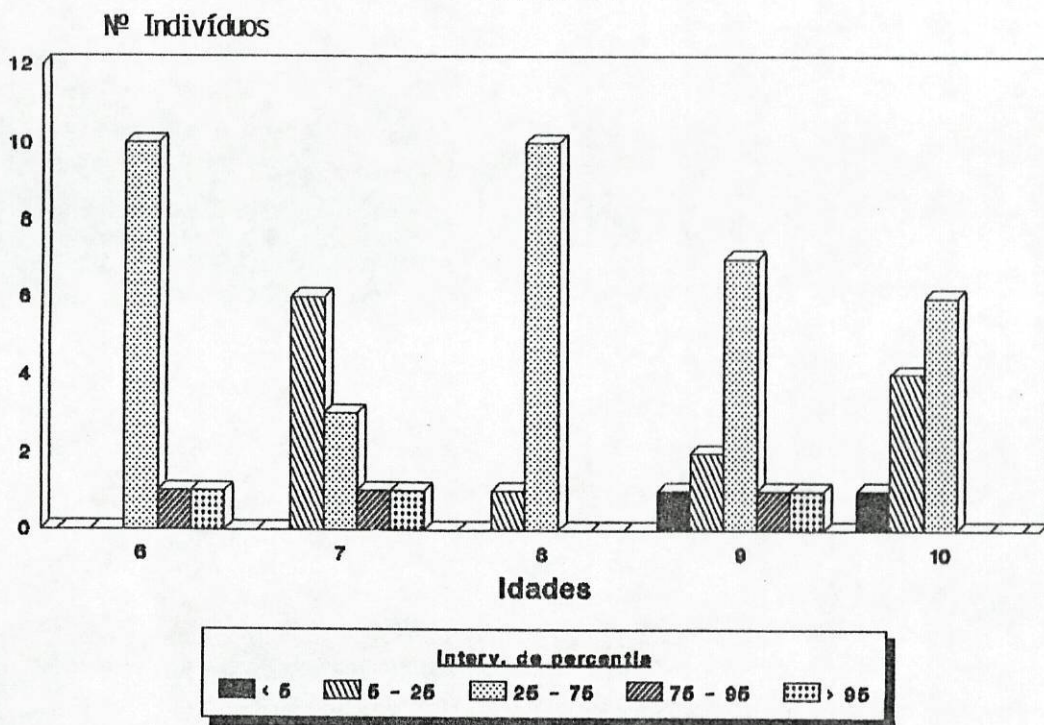


FIG.38 - AREA MUSCULAR DO BRAÇO

RAPARIGAS

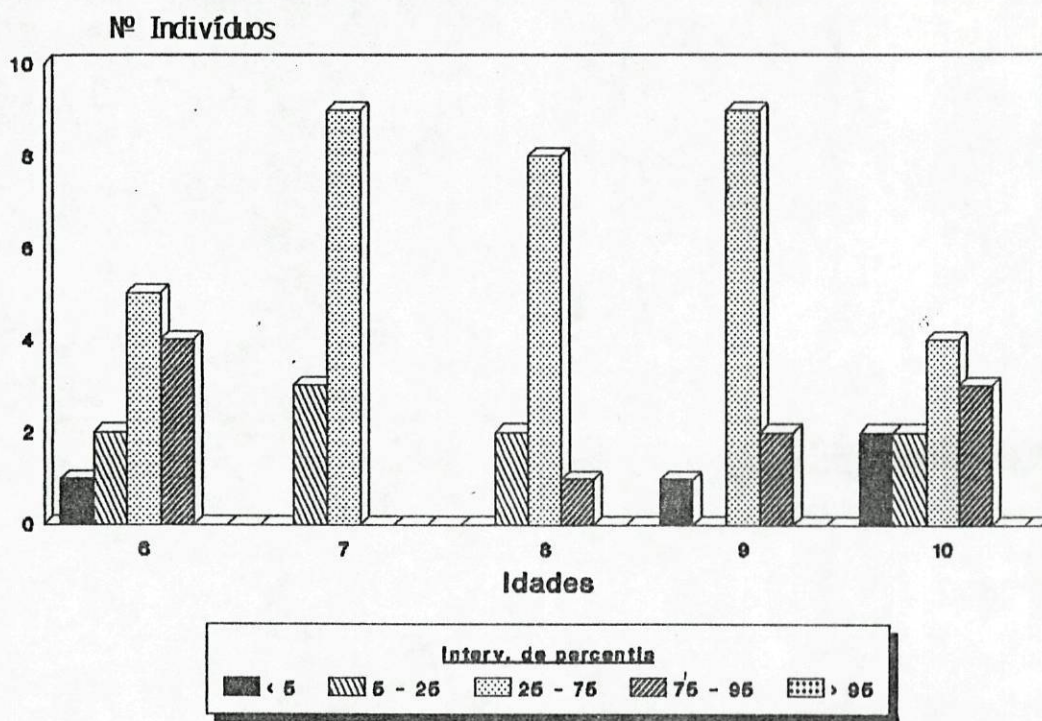


FIG.39 - AREA MUSCULAR DO BRAÇO

RAPAZES

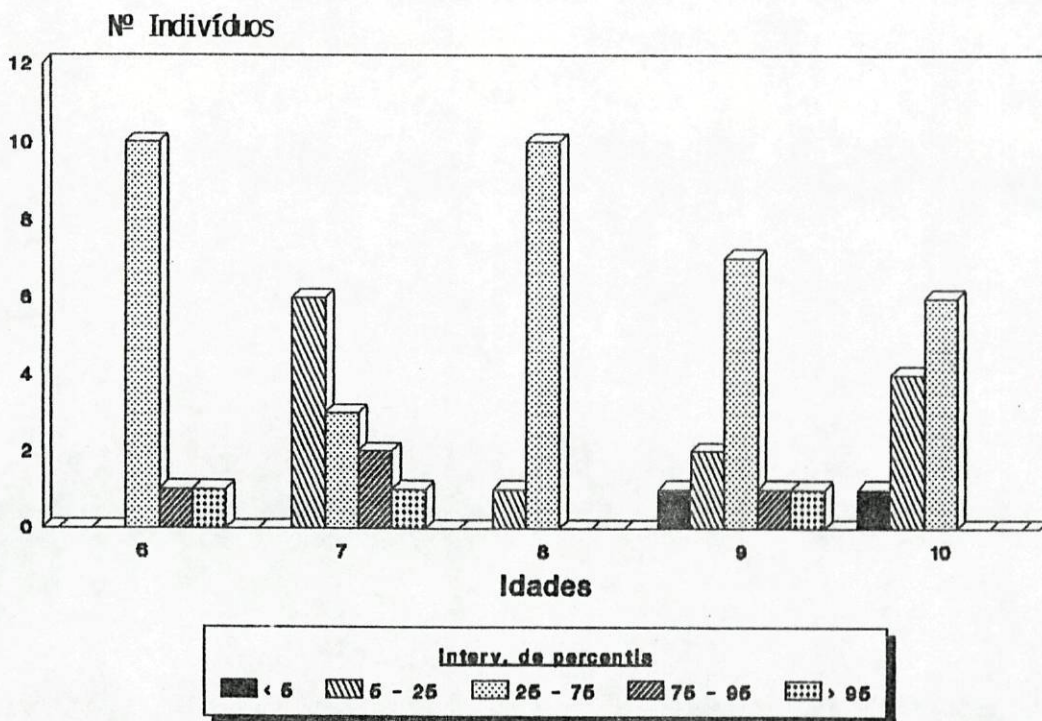


FIG.40 - AREA ADIPOSA DO BRAÇO

RAPARIGAS

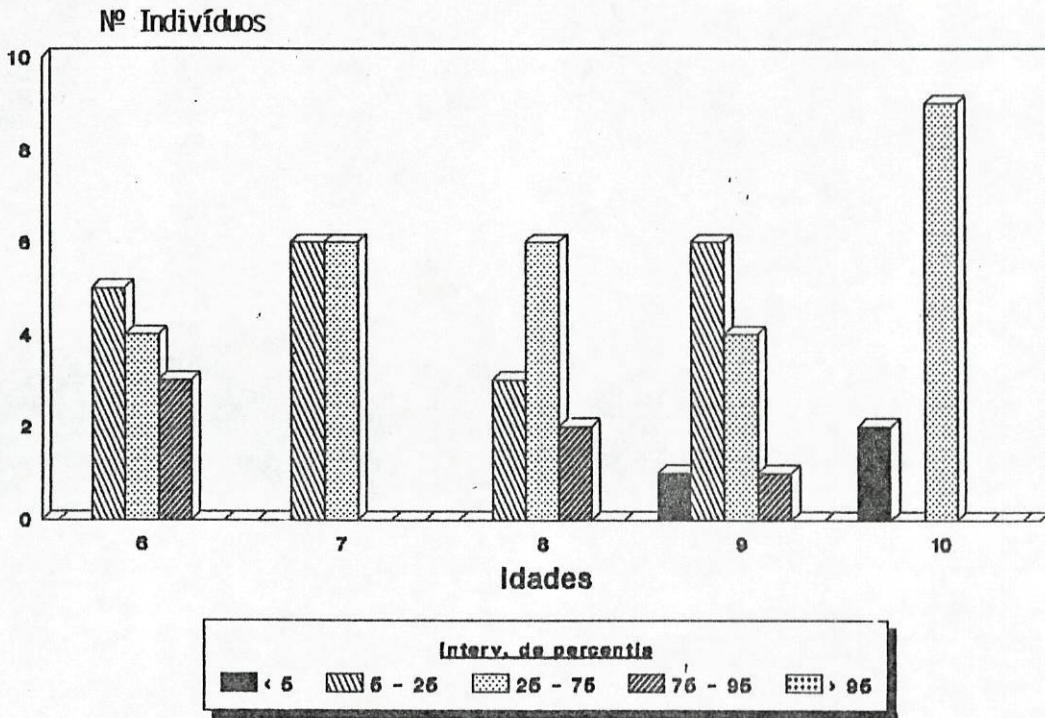
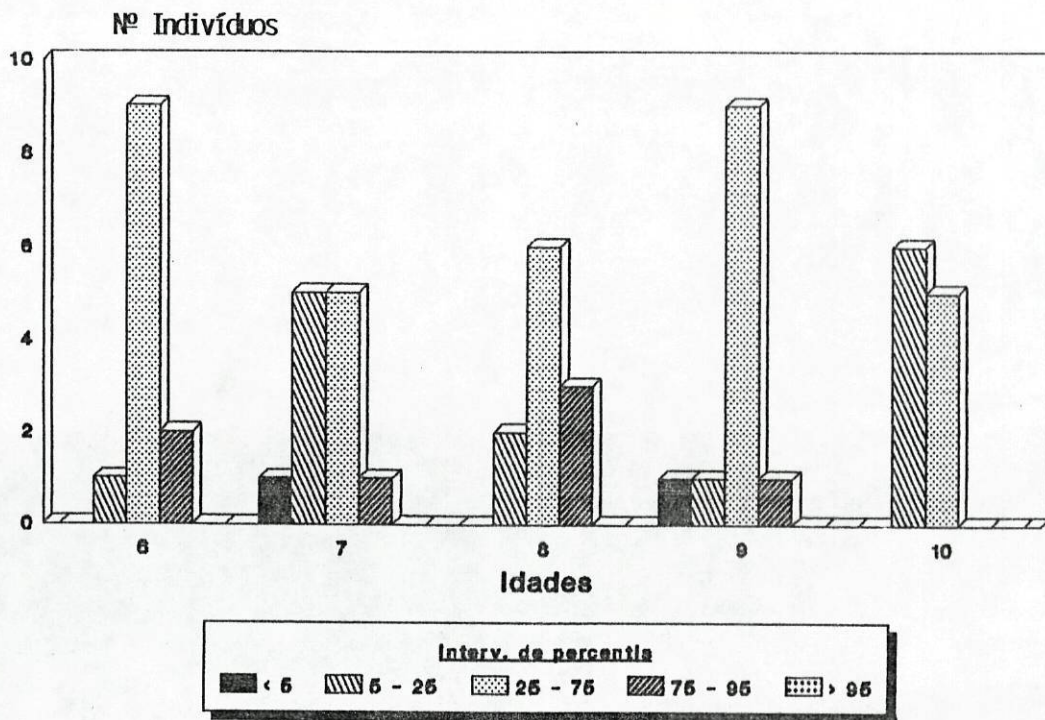


FIG.41 - AREA ADIPOSA DO BRAÇO

RAPAZES



INDICE DE MASSA CORPORAL - PESO/ALTURA

RAPARIGAS

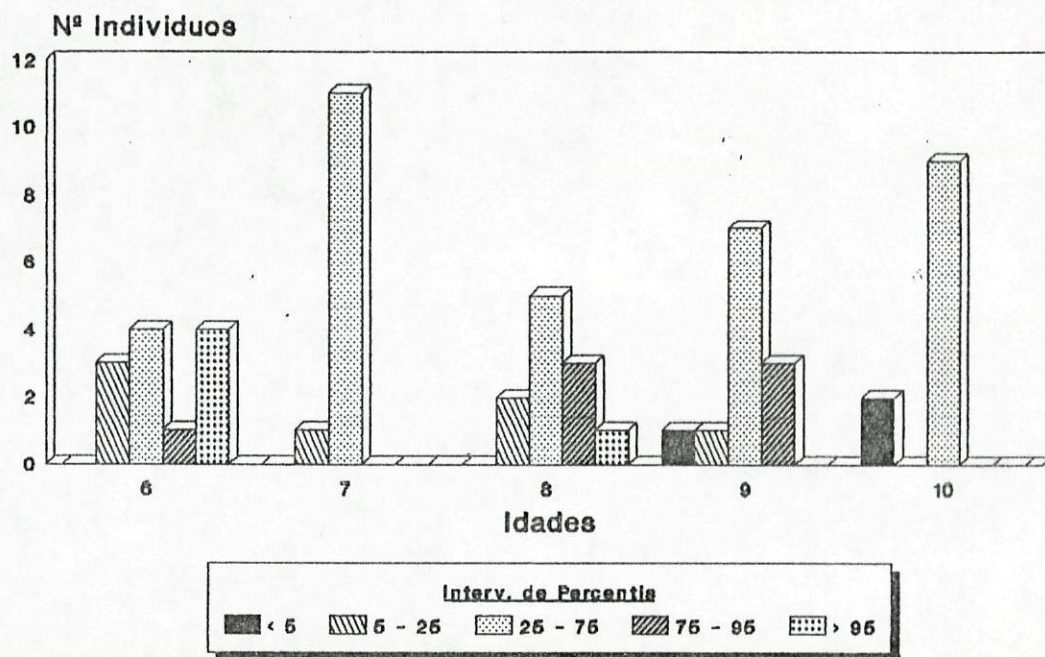


FIG.42

INDICE DE MASSA CORPORAL - PESO/ALTURA

RAPAZES

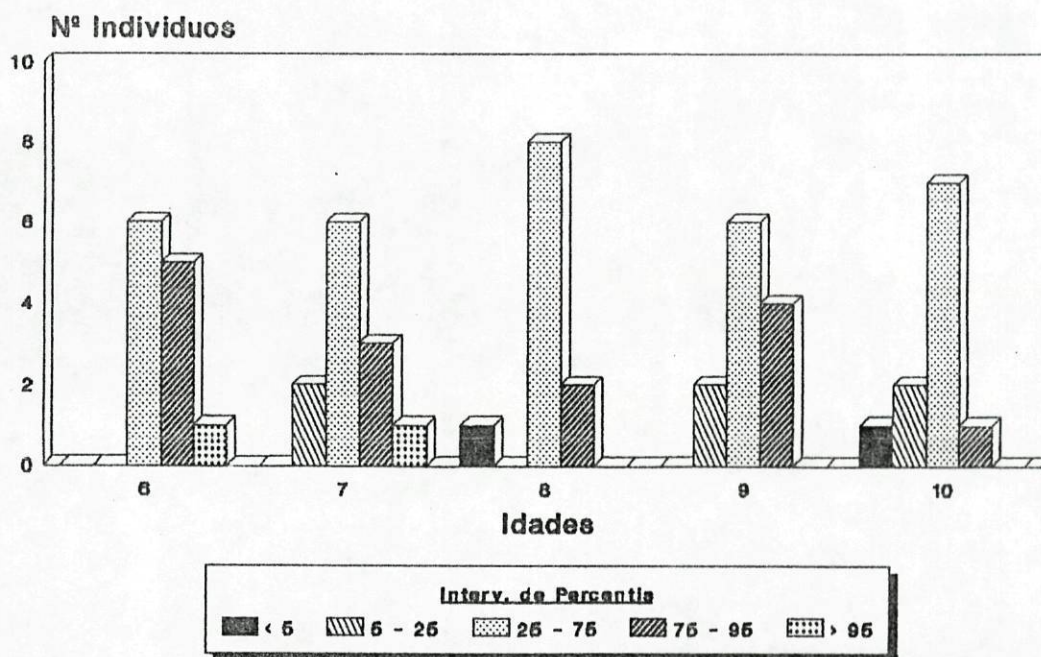


FIG.43

3.5. RESULTADOS E TRATAMENTO ESTATÍSTICO DAS HIPÓTESES FORMULADAS

Relativamente às hipóteses de 1 a 5, verificamos que a média das variáveis, Total calórico diário, Total proteico diário, Número de refeições diárias, Frequência semanal de ingestão do pequeno-almoço e Consumo diário de leite, não são significativamente diferentes segundo o Aproveitamento escolar, nomeadamente Aproveitamento na Matemática, Aproveitamento na Escrita/Leitura e Aproveitamento Geral (A1, A2, A3).

No entanto, em relação às variáveis, Total calórico diário e Consumo diário de leite, podemos notar que as crianças com rendimento positivo, apresentam uma média de consumo, ligeiramente mais elevada.

Relativamente à 6ª hipótese formulada, verificamos a existência de uma associação entre a frequência semanal do consumo de leite escolar e o rendimento escolar, $P = 0.018$ ($\chi^2 = 12.645$ para 2 graus de liberdade), embora essa associação seja no sentido negativo, isto é, é nas crianças que consomem menos frequentemente leite escolar, que encontramos uma maior percentagem com rendimento positivo (Fig.44).

No que respeita à hipótese nº7, Frequência semanal de consumo de bebidas alcoólicas e Aproveitamento escolar, embora não exista uma associação entre a frequência de ingestão e o aproveitamento, $P = 0.1318$ ($\chi^2 = 4.053$ para 2 graus de liberdade), nota-se que quanto mais frequente é o consumo de bebidas alcoólicas, menor é a percentagem de crianças com rendimento positivo (Fig.45).

FIG.44

ALUNOS COM RENDIMENTO POSITIVO
SEGUNDO A FREQUENCIA SEMANAL DO CONSUMO
DE LEITE ESCOLAR

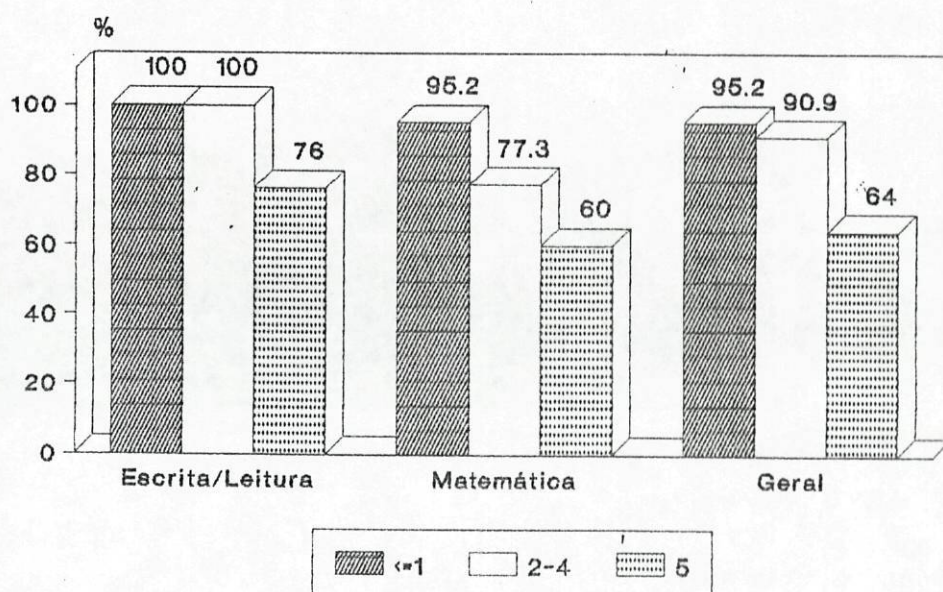
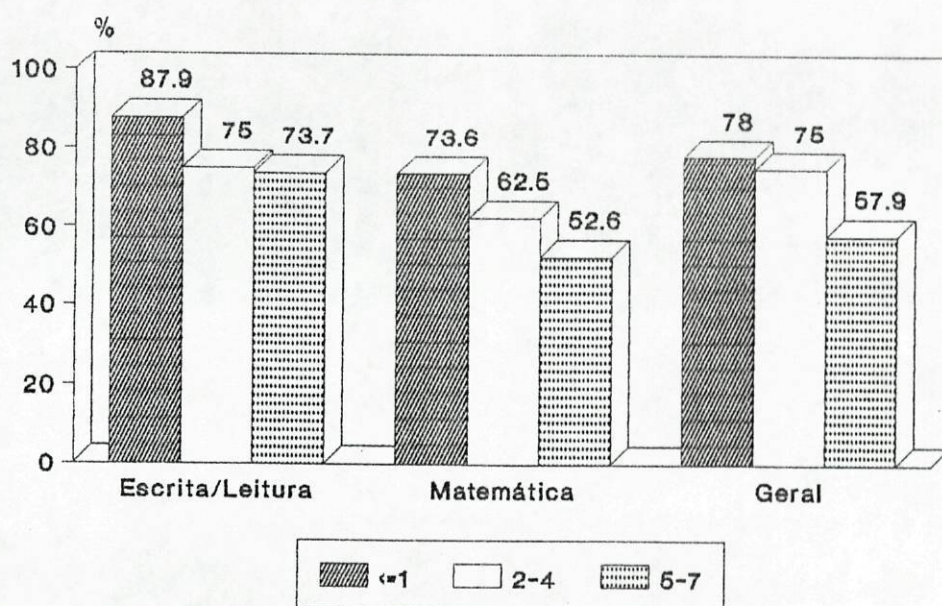


FIG.45

ALUNOS COM RENDIMENTO POSITIVO
SEGUNDO A FREQUENCIA SEMANAL DO CONSUMO
DE BEBIDAS ALCOOLICAS



3.6. APROVEITAMENTO ESCOLAR

Ao observarmos a Figura 49, onde se encontra representada a percentagem de alunos com aproveitamento positivo, na globalidade, na escrita/leitura e na matemática, verificamos que, relativamente às duas primeiras variáveis, a percentagem de raparigas com aproveitamento positivo é significativamente mais elevada que a dos rapazes.

Ao mesmo tempo, ao analisarmos a Figura 50, onde os resultados são apresentados segundo a idade, constatamos que, percentualmente, as crianças de 6 e 10 anos de idade, quando comparadas com as restantes, apresentam uma diferença estatisticamente significativa, no que respeita ao aproveitamento global e na matemática.

FIG.46 - APROVEITAMENTO ESCOLAR NA ESCRITA

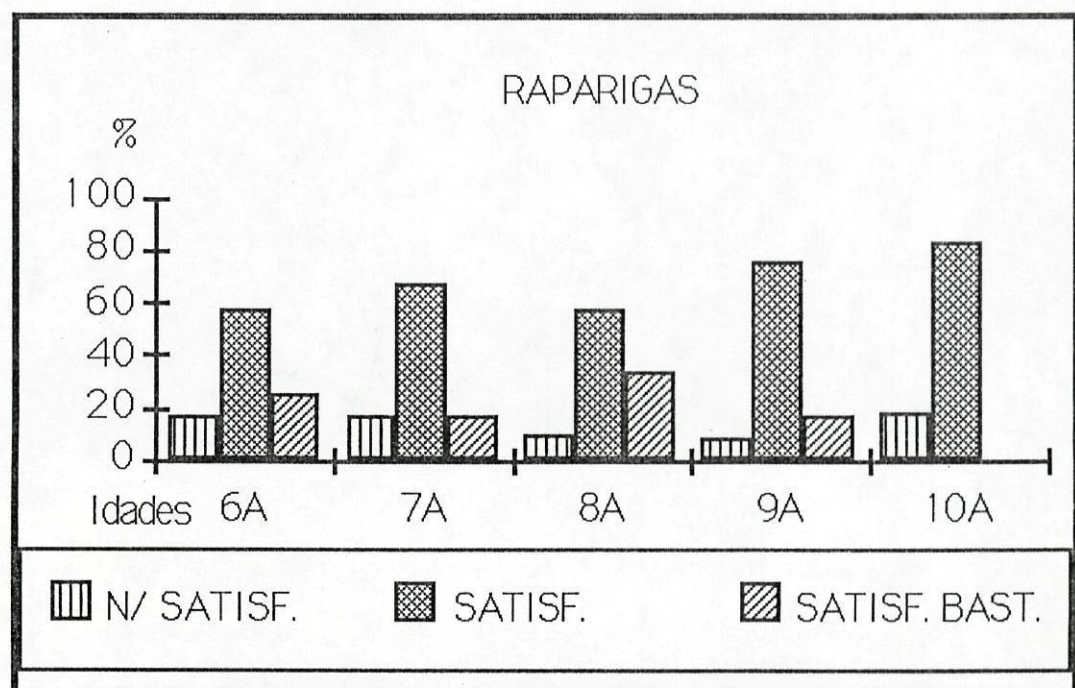
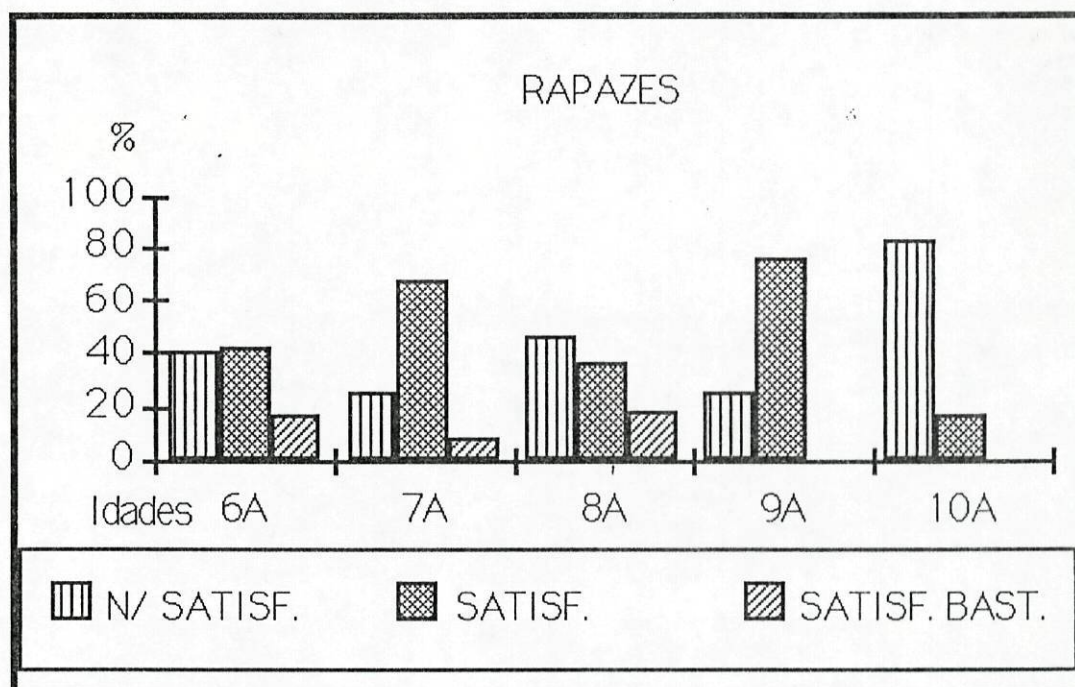


FIG.47 - APROVEITAMENTO ESCOLAR NA LEITURA

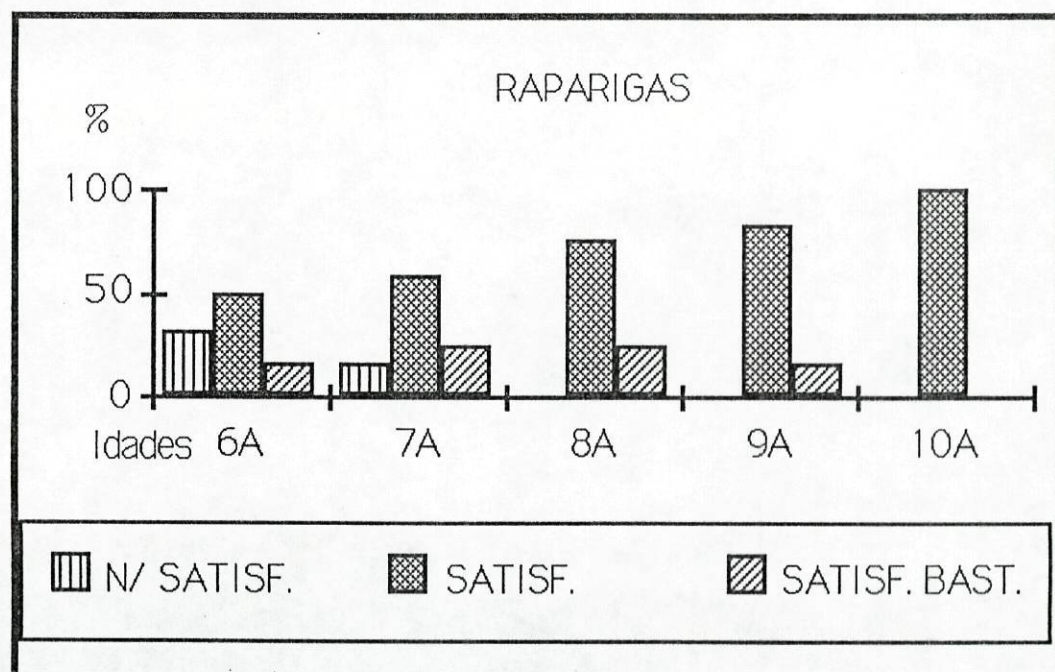
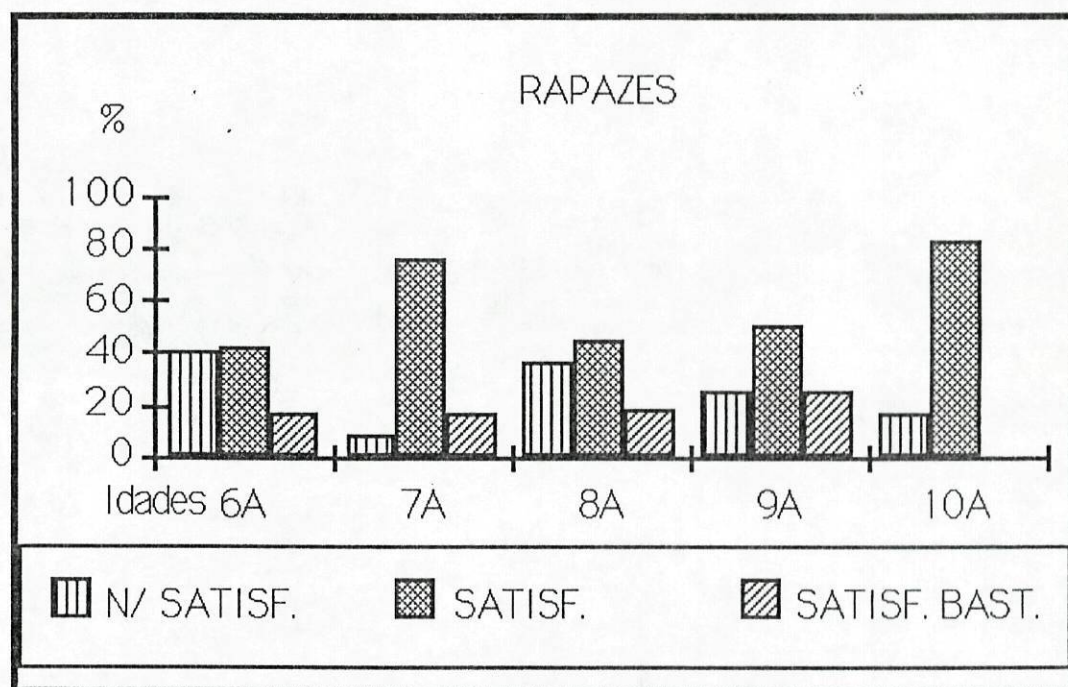
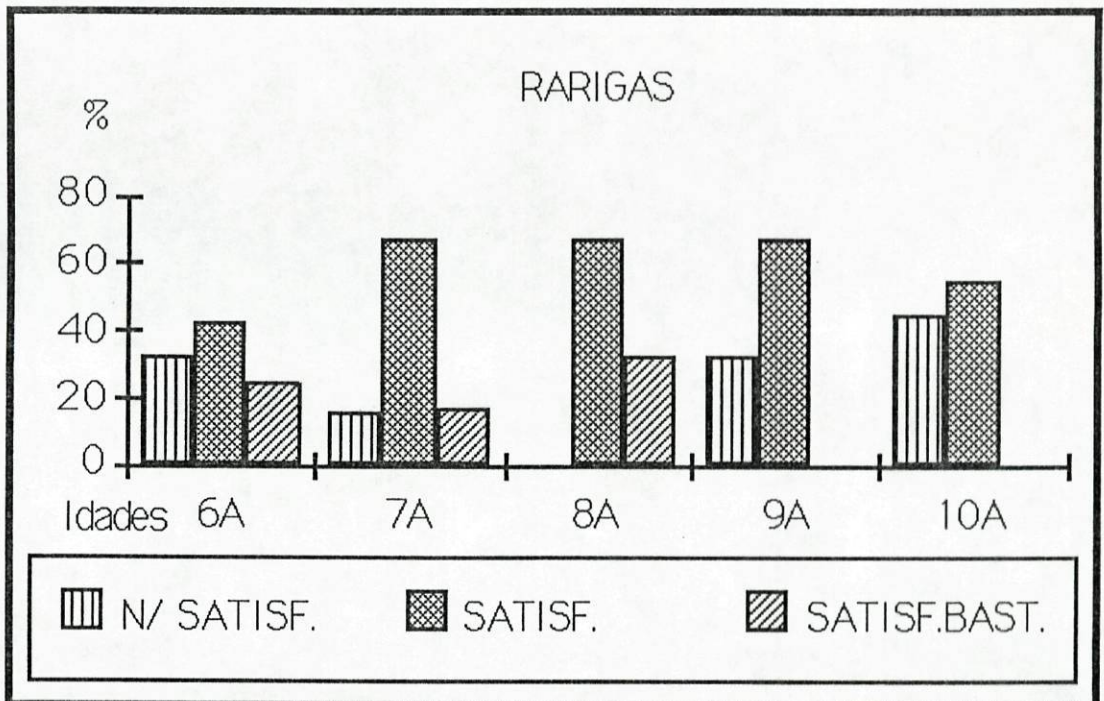
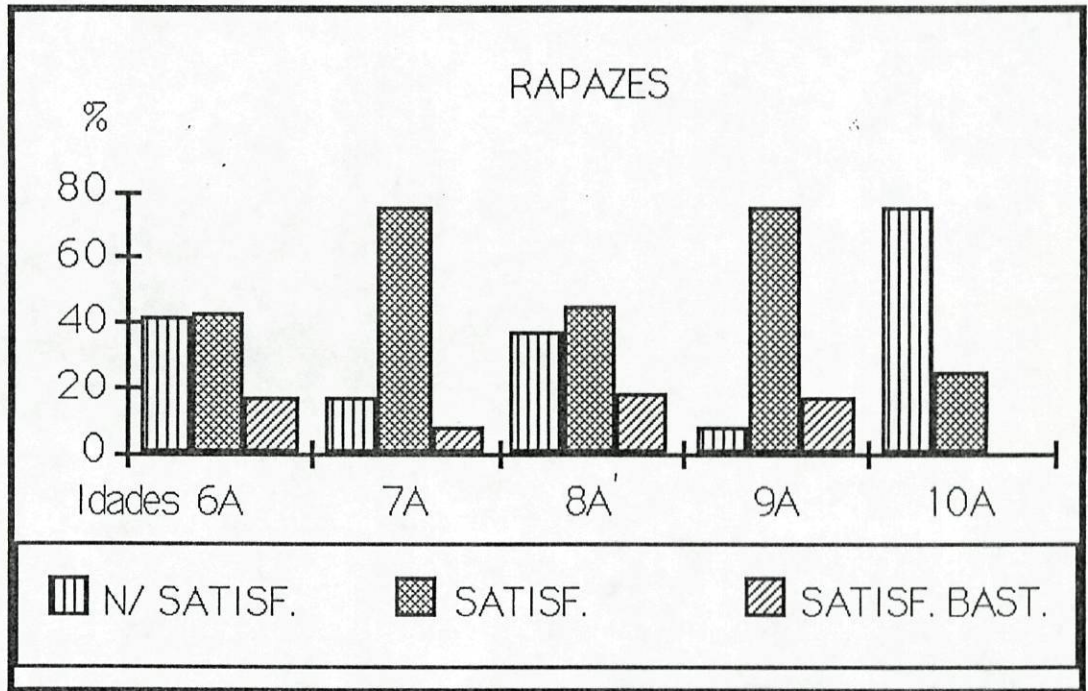


FIG.48 - **APROVEITAMENTO ESCOLAR NA MATEMÁTICA**



PERCENTAGEM DE ALUNOS COM APROVEITAMENTO GLOBAL, ESCRITA-LEITURA E MATEMATICA POR SEXO

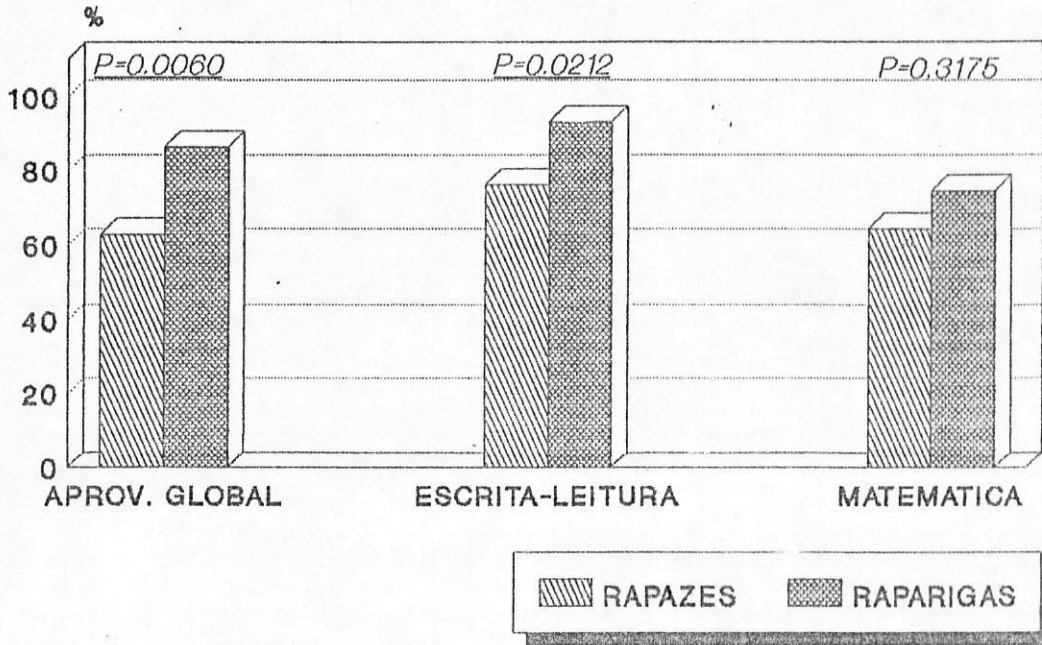


FIG.49

PERCENTAGEM DE ALUNOS COM APROVEITAMENTO GLOBAL, ESCRITA-LEITURA E MATEMATICA POR IDADES

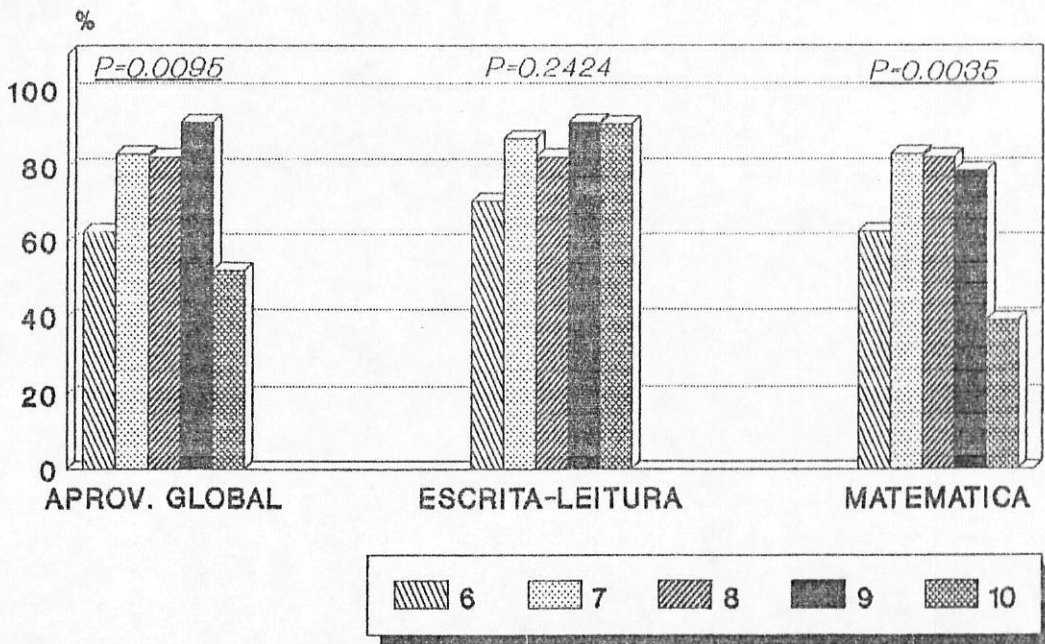


FIG.50

4. CONCLUSÕES

Em face dos resultados obtidos podemos verificar que o estudo abrangeu uma população, de um modo geral, com baixo nível sócio - cultural.

S. Pedro da Afurada, de elevada densidade populacional, é uma zona de pescadores, profissão que, com a construção civil, ocupa mais de 50% dos pais das crianças em estudo, sendo as mães essencialmente domésticas e vendedoras de peixe.

Trata-se de uma comunidade com hábitos culturais muito próprios, para quem a rua constitui o principal ponto de encontro e convívio.

Quanto aos inquéritos alimentares, e no que concerne ao total calórico diário, verifica-se que, em média, os rapazes se encontram dentro do padrão médio recomendado, estando as raparigas com uma ingestão calórica diária média inferior ao referido padrão (Fig.2 e 3).

Foi rejeitada a Hipótese de Trabalho Nº1 atendendo a que, neste estudo, não se verificou a existência de uma correlação estatística significativa entre o Total calórico diário e o Aproveitamento escolar

De acordo com a Tabela de necessidades em calorias e nutrientes por grupos de idades e sexos (7) , a ingestão proteíca preconizada para a população em estudo, seria em média de 50 gr de proteínas diárias. Assim, e tomando como referência este valor, verificamos que, em média, tanto os rapazes como as raparigas, apresentam um consumo diário de proteínas, superior ao valor médio recomendado (Fig.4 e 5).

Ao contrário do referido por alguns autores (1) , foi rejeitada a Hipótese de Trabalho Nº2, uma vez que não foi encontrada uma correlação

estatística significativa entre o Total proteico diário e o Aproveitamento escolar

Relativamente à ingestão média de hidratos de carbono, verificamos que o estrato etário dos 6 anos, se encontra dentro do padrão médio recomendado (274 gr), estando o grupo etário dos 7 aos 10 anos, e ao contrário do anterior, francamente abaixo da média padrão recomendada (358 gr) (Fig.6,7).

A ingestão média de lípidos, se considerarmos a totalidade da população em estudo, é ligeiramente superior ao padrão médio recomendado, embora quando feita a análise segundo a idade, se verifique que as crianças de 6 anos têm um consumo diário de lípidos superior aos valores recomendados (47 gr) (Fig.8, 9).

No respeitante ao número de refeições diárias, detectámos que 40.6% dos rapazes e 32.4% das raparigas, fazem menos de 5 refeições diárias, sendo que destes 3.2% dos rapazes de 9 e 10 anos e 5% das raparigas de 6 e 7 anos, fazem apenas 3 refeições diárias.

Se considerarmos como uma das regras elementares da Alimentação racional, não fazer menos de 5 a 6 refeições diárias, verifica-se que em 36.5% da totalidade dos alunos, este conceito básico é descurado (Fig.19).

Neste estudo, e mais uma vez, não existe uma associação entre o Número de refeições diárias e o Aproveitamento escolar, sendo assim rejeitada a Hipótese de Trabalho Nº3 (Anexo 2).

No respeitante à primeira refeição do dia, o pequeno-almoço, e segundo os dados fornecidos pelas mães (Fig.20) , verifica-se que 22% dos rapazes e 22.2% das raparigas não fazem esta refeição. Se atendermos aos dados, agora fornecidos pelos alunos, relativamente à frequência semanal

de ingestão do pequeno-almoço, verificamos que, em média, estes coincidem (Fig.21).

No entanto, se considerarmos a qualidade desta refeição, no que respeita à composição recomendada, verificamos que 55.5% daqueles que declararam tomar diariamente o pequeno-almoço, o fazem de uma forma considerada insuficiente. Para estes, o tipo de bebida ingerida é o café, o chá ou mesmo café "tingido" com uma quantidade diminuta de leite.

Contrariamente aos resultados obtidos por diversos autores, que afirmam existir uma associação entre a ingestão do pequeno-almoço e o aproveitamento escolar (2) , mas de acordo com os trabalhos de Dickie e Bender, bem como, Pollitt e seus colaboradores (1) , não verificamos, no presente estudo, a existência de uma associação entre a Frequência semanal de ingestão do pequeno-almoço e o Aproveitamento escolar (Anexo 2), pelo que foi rejeitada a Hipótese de Trabalho Nº4.

Ao atendermos à qualidade desta mesma refeição, não foi também encontrada uma associação entre esta e o aproveitamento escolar (Anexo 2).

Quando inquirimos os alunos acerca da frequência semanal e tipo de alimentos consumidos nos intervalos das 4 principais refeições (pequeno - almoço, almoço, merenda, jantar), e conforme podemos verificar nos Quadros das páginas nºs 43,44,45 , concluímos que, em média, 64.9% nunca ou raramente bebem leite, 60.8% nunca ou raramente comem queijo, 61.3% nunca ou raramente comem iogurte, 40.6% nunca ou raramente comem frutos frescos e 16.3% nunca ou raramente comem pão.

Se considerarmos a mini-refeição do meio da manhã, um dos intervalos das 4 principais refeições, verificamos que a composição dessa mini-refeição, não é, em grande percentagem dos casos, a mais recomendada, uma vez que os frutos frescos, bem como o leite e seus derivados, não se en-

contram aí presentes.

Por outro lado, sobressai o facto de 16% e 12.7% da população estudada, declarar comer, todos os dias, gelados e caramelos, respectivamente.

Se analisarmos as Figuras N^os 17,18, onde se representa o número de pães consumidos diáriamente por sexo e idade, respectivamente, verificamos que 50% das crianças comem diáriamente de 0 a 2 pães, enquanto que as restantes 50% comem de 3 a 10 pães. Se considerarmos que o número recomendado é de 4 a 6 pães, por dia, concluimos que 50% da população estudada não respeita, por defeito, este padrão de consumo.

Importa ainda salientar que, conforme declararam as mães inquiridas, o tipo de pão consumido é, na maioria esmagadora dos casos, o pão branco, conhecido naquela zona por "molete", sendo só muito excepcionalmente consumida a broa.

Sendo o consumo diário de fruta recomendado de 300 a 400 gr, e analisadas as Figuras N^os 15, 16, verificamos que, em média, estas crianças têm um consumo diário de fruta inferior ao padrão estabelecido, sobressaindo ainda o facto, de serem as crianças de 6 e 10 anos que apresentam uma média de consumo mais baixa.

Quando analisamos as Figuras N^os 22,23,24, onde o consumo de sopa e o consumo de saladas ao almoço, jantar, e simultâneamente nestas duas refeições está representado, verificamos que em relação à inclusão da sopa na ementa do almoço e jantar, 49% da população não come sopa ao almoço, 68.5% não come sopa ao jantar, e apenas 20.8% do total dos inquiridos come sopa ao almoço e ao jantar.

Da análise destas figuras sobressai ainda o facto de nenhum dos rapazes de 6 anos comer sopa ao almoço e ao jantar simultâneamente.

No que respeita às saladas, os resultados são ainda mais esclarecedores, uma vez que 93% dos indivíduos não come salada ao almoço (Fig. 25) 92% não come salada ao jantar (Fig. 26), e apenas 8% dos rapazes de 10 anos (1 em números absolutos) declara comer salada ao almoço e jantar, simultaneamente (Fig. 27).

Embora, neste trabalho, não se tenha contabilizado a quantidade diária de fibras, vitaminas e minerais, os resultados obtidos sugerem que esta população, apresenta um teor de consumo deficitário, no que concerne a estes três nutrientes.

Se considerarmos, para este nível etário, um consumo diário de leite de 500 ml, verificamos que esta população quando analisada segundo o sexo e idades, se encontra francamente abaixo do valor médio recomendado. Conforme podemos verificar nas Figuras Nºs 10 e 11, e embora os valores ali apontados se refiram à quantidade diária de leite bebido em casa, a média de consumo desta população é de 184 ml.

Neste estudo, a Hipótese de Trabalho Nº5, consistia em verificar a associação entre o Consumo diário de leite e o Aproveitamento escolar. No entanto, feito o tratamento estatístico verificou-se a não existência de uma correlação significativa entre estas duas variáveis, pelo que a Hipótese de Trabalho Nº5 foi rejeitada (Anexo 3).

No inquérito alimentar levado a efeito, quando inquirimos as mães acerca do número de iogurtes consumidos diariamente verificamos que; ao contrário do que poderíamos esperar, uma vez que a média do consumo de leite é muito baixa, 67% das crianças não comem nenhum iogurte, sendo apenas de 5% a percentagem de alunos que consomem diariamente 2 iogurtes (Fig. 12 e 13).

Sendo um dos objectivos do Programa do leite escolar, implementar o consumo de leite por parte das crianças, inquirimos também os alunos acerca da frequência semanal do consumo de leite escolar, verificando que 12% dos rapazes e 23% das raparigas, nunca ou raramente bebiam o referido leite. Ao contrário, 73% dos rapazes e 55% das raparigas, declararam beber todos os dias (Fig. 14).

A análise estatística referente à Hipótese de Trabalho Nº6, contrariamente ao que seria de esperar, revelou a existência de uma associação, no sentido negativo, entre a Frequência semanal do consumo de leite escolar e o Aproveitamento escolar. Conforme podemos verificar na Figura nº44 é nas crianças que consomem menos frequentemente o leite escolar, que se encontra a maior percentagem com rendimento positivo.

Embora conscientes de que, para encontrar a explicação deste resultado seria necessário um tratamento estatístico mais aprofundado, neste momento, e por falta de disponibilidade, limitámo-nos a aventar uma hipótese explicativa no sentido de que, provavelmente, as crianças que menos frequentemente consomem o leite escolar, pertencem a famílias com melhor nível sócio-económico, tendo à partida melhores condições para o sucesso escolar.

Inquiridos os alunos acerca da frequência semanal e tipo de bebidas consumidas ao almoço e ao jantar (Quadro 4) , em média, 34.7% dos rapazes e 24.2% das raparigas declararam beber água todos os dias.

No entanto, se considerarmos o nível etário das crianças em estudo, constatámos que, em relação às bebidas alcoólicas, vinho e cerveja, onde numa situação ideal as percentagens de consumo deveriam ser nulas, se verifica que , em média, 5.7% dos rapazes e raparigas e 5.8% dos rapazes e 1.6% das raparigas declararam beber, todos os dias, vinho e cerveja, respecti-

vamente. Da análise deste quadro sobressai ainda o facto de 25% das raparigas de 6 anos declararem beber vinho, todos os dias.

Em contraste com estes resultados, estão os fornecidos pelas mães (Quadro Nº 5), quando declararam que 40.4% das crianças bebem todos os dias água, 37.8% refrigerantes, sendo o xarope a bebida consumida pelos restantes.

No que respeita às bebidas alcoólicas, e conforme se pode verificar no Quadro Nº 5, segundo aquelas, nenhuma das crianças da amostra consome este tipo de bebidas, sendo, no entanto, nossa convicção que estes resultados são fruto de uma auto-censura das mães em relação ao consumo de bebidas alcoólicas por parte das crianças.

Se considerarmos agora o tipo de bebidas consumidas em dias de festa, verificamos que, em média, 58.7% da população inquirida declara beber Vinho do Porto e Champagne, sendo que destes, 95% são rapazes de 6 anos e 75% raparigas de 7 anos (Quadro Nº7).

No que respeita à Hipótese de Trabalho Nº7, Frequência semanal do consumo de bebidas alcoólicas e Aproveitamento escolar, não verificamos, no presente estudo, uma associação entre estas duas variáveis, embora se constate uma tendência, no sentido de que, quanto mais frequente é o consumo de bebidas alcoólicas, maior é a percentagem de crianças com rendimento escolar negativo (Fig. 45).

Pretendíamos, com este trabalho, verificar de que forma e em que medida, os comportamentos alimentares dos alunos influenciam o aproveitamento escolar.

No entanto, conscientes de que o aproveitamento escolar, não pode ser explicado, isoladamente, através do aluno, do meio ou da instituição,

pensamos que seria pertinente continuar este estudo, aproveitando os dados respeitantes à realidade escolar, sócio-cultural e afectiva da criança, no sentido de tentar explicar os resultados agora obtidos.

B I B L I O G R A F I A

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- 1 - LEVITSKY A. DAVID , STREEPP J. BARBARA . NUTRITION AND THE BEHAVIOR OF CHILDREN . In NUTRITION IN PEDIATRICS . Editors W. ALLAN WALKER , JOHN B. WATKINS . BOSTON - TORONTO . 1985 . 357-362.
- 2 - PROGRAMA DO LEITE ESCOLAR - INSTITUTO DE APOIO SOCIO-EDUCATIVO (IASE) OUT.88 . 13-15.
- 3 - ARAÚJO MARIA NETO DE MIRANDA . INDICADORES DE MORBI-MORTALIDADE E SEUS FACTORES CONDICIONANTES . In DIAGNÓSTICO DE SAÚDE DA FREGUESIA DE S. PEDRO DA AFURADA . ABRIL.86 . 68.
- 4 - LOCKERBIE LINDA , W. LUTZ . COMO ELABORAR QUESTIONARIOS . ASSOCIAÇÃO INTERNACIONAL DE EPIDEMIOLOGIA . OMS.1986 . 105-111.
- 5 - HUBBARD VAN S. , HUBBARD LINDA R. . CLINICAL ASSESSMENT OF NUTRITIONAL STATUS . In NUTRITION IN PEDIATRICS . Editors W. ALLAN WALKER, JOHN B. WATKINS . BOSTON - TORONTO . 1985 . 123.
- 6 - F. GONÇALVES FERREIRA , M. SILVA GRAÇA . TABELA DE COMPOSIÇÃO DOS ALIMENTOS PORTUGUESES . INSTITUTO NACIONAL DE SAÚDE DR. RICARDO JORGE. 1977
- 7 - F. GONÇALVES FERREIRA . AS TABELAS PORTUGUESAS DE NECESSIDADES DE NUTRIENTES. NUTRIÇÃO HUMANA . FUNDAÇÃO CALOUSTE GULBENKIAN . 744-745.
- 8 - F. GONÇALVES FERREIRA . ALIMENTAÇÃO NORMAL DOS 6 ANOS A IDADE ADULTA. NUTRIÇÃO HUMANA . FUNDAÇÃO CALOUSTE GULBENKIAN . 983-993.

- 9 - JELLIFF, DERRICK B. APPRECIATION DE L'ETAT NUTRITIONNEL DES POPULATIONS (principalement par voie d'enquête dans les pays en developpement). OMS, GENEVE . 1969
- 10 - PETER V. V. HAMILL , TERENCE A. DRIZD , CLIFFORD L. JOHNSON , ROBERT B. REED, ALEX F. ROCHE, and WILLIAM M. MOORE . PHYSICAL GROWTH : NATIONAL CENTER FOR HEALTH STATISTICS PERCENTILES . AM J CLIN NUTR 1979 ; 32: 607-629.
- 11 - A. ROBERTO FRISANCHO . NEW NORMS OF UPPER LIMB FAT AND MUSCLE AREAS FOR ASSESSMENT OF NUTRITIONAL STATUS . AM J CLIN NUTR 1981; 34: 2540-2545
- 12 - CHRISTINE E. CRONK, and ALEX F. ROCHE . RACE AND SEX-SPECIFIC REFERENCE DATA FOR TRICEPS AND SUBSCAPULAR SKINFOLDS AND WEIGHT/STATURE² . AM J CLIN NUTR 1982 ; 35: 347-354.
- 13 - MICHAEL J. DIBLEY, JAMES B. GOLDSBY, NORMAN W. STAEHLING, and FREDERICK L. TROWBRIDGE . DEVELOPMENT OF NORMALIZED CURVES FOR THE INTERNATIONAL GROWTH REFERENCE : HISTORICAL AND TECHNICAL CONSIDERATIONS . AM J CLIN NUTR 1987; 46: 736-748.
- 14 - ALEX F. ROCHE, ROGER M. SIERVOGEL, CAMERON CHUMLEA, and PAUL WEBB. GRADING BODY FATNESS FROM LIMITED ANTHROPOMETRIC DATA . AM J CLIN NUTR 1981 ; 34: 2831-2838.
- 15 - NESTLÉ TABELAS DE REGISTO DE CRESCIMENTO . NESTLÉ, .

- BEGHIN IVAN, CAP MIRIAM , DUJARDIN BRUNO . GUIDE POUR LE DIAGNOSTIC NUTRITIONNEL . O M S . GENÈVE . 1988
- UMBERTO ECO . COMO SE FAZ UMA TESE , 2ªed. LISBOA, PRESENÇA, BIBLIOTECA DE TEXTOS UNIVERSITÁRIOS, 41, 1982.
- FIDANZA FLAMINIO . AVALIAÇÃO DO ESTADO NUTRICIONAL EM GRUPOS DE POPU_ LAÇÃO . REV PORT NUTR 1989 ; VOL.1, Nº3
- GRAÇA MARIA DO CARMO FIGUEIREDO, NAVARRO MARIA FERNANDA . SAÚDE ESCOLAR ESCOLA E RENDIMENTO ESCOLAR . REV PORT SAÚDE PUBL. 1985 . VOL.4 .15-17
- HERCBERG SERGE, "et al." . NUTRITION & SANTÉ PUBLIQUE (Approche épidé- miologique et politiques de prévention).
- GRIGNON CLAUDE, GRIGNON CHRISTINE . ALIMENTATION ET STRATIFICATION SO_ CIAL . CAH NUTR DIÉT 1981 . XVI, 4: 207-217.
- JORGE ANA, "et al." . ESTUDO DA REPERCUSSÃO NO APROVEITAMENTO ESCOLAR DE MALNUTRIÇÃO GRAVE NO 1º ANO DE VIDA . REV PORT SAÚDE PUBL. 1985 . VOL.3, Nº2 : 43-48
- NAVARRO MARIA FERNANDA . A CRIANÇA, O MÉDICO E A ESCOLA . REV PORT SAÚDE PUBL. 1985 ; VOL.3,Nº1 : 41-44
- SIR STANLEY DAVIDSON . R PASSMORE . J. F. BROCK - A.S. TRUSWELL . HU_ MAN NUTRITION AND DIETETICS.

- QUEEN M. PATRÍCIA . THE EVALUATION OF NUTRITIONAL STATUS . NUTRITION AND FEEDING OF INFANTS AND TODDLERS . Edited by ROSANNE B. HOWARD, M.P.H. and HARLAND S. WINTER.

- KRAUSE MARIE V. . ALIMENTOS, NUTRIÇÃO E DIETOTERAPIA . L. KATHLEEN MAHAN, M.S. , R.D. . SÃO PAULO . 1985

- CAMERON MARGARET E. and STAVAREN WIJA A. VAN . MANUAL ON METHODOLOGY FOR FOOD CONSUMPTION STUDIES . OXFORD UNIVERSITY PRESS . 1988

- TEMAS DE SAÚDE MATERNA, INFANTIL E ESCOLAR . ESCOLA NAC. SAÚDE PÚBLICA LISBOA . 1990

- W. LUTZ . COMO SELECIONAR AMOSTRAS PARA INQUÉRITOS . ASSOCIAÇÃO INTERNACIONAL DE EPIDEMIOLOGIA . O M S . 1986

- W. LUTZ . COMO PLANEAR E ORGANIZAR . ASSOCIAÇÃO INTERNACIONAL DE EPIDEMIOLOGIA . O M S . 1986

- PINTO AUGUSTO P. , MELLO MARIA LUCÍLIA MERCÊS . PREVENÇÃO DE PROBLEMAS LIGADOS AO ÁLCOOL, DESENVOLVIDA PELO CENTRO DE RECUPERAÇÃO DE ALCOÓLICOS DE COIMBRA . REV PORT NUTR 1989 ; VOL.1, Nº2 : 119-136

- SANTOS NORBERTO TEIXEIRA . AVALIAÇÃO NUTRICIONAL DA POPULAÇÃO INFANTIL DE UMA COMUNIDADE PISCATÓRIA . EDIÇÕES MATRIZ.

- MONTEIRO ROSA , TEIXEIRA VERÍSSIMO . AVALIAÇÃO DO ESTADO NUTRICIONAL E CARACTERIZAÇÃO DO PADRÃO ALIMENTAR DOS ALUNOS DO CICLO PREPARATÓRIO DE CANTANHEDE . REV PORT NUTR 1990 ; VOL.II, Nº1

- VALAGÃO MARIA MANUEL . A SITUAÇÃO ALIMENTAR EM PORTUGAL . REV PORT NUTR 1989 ; VOL.1, Nº1

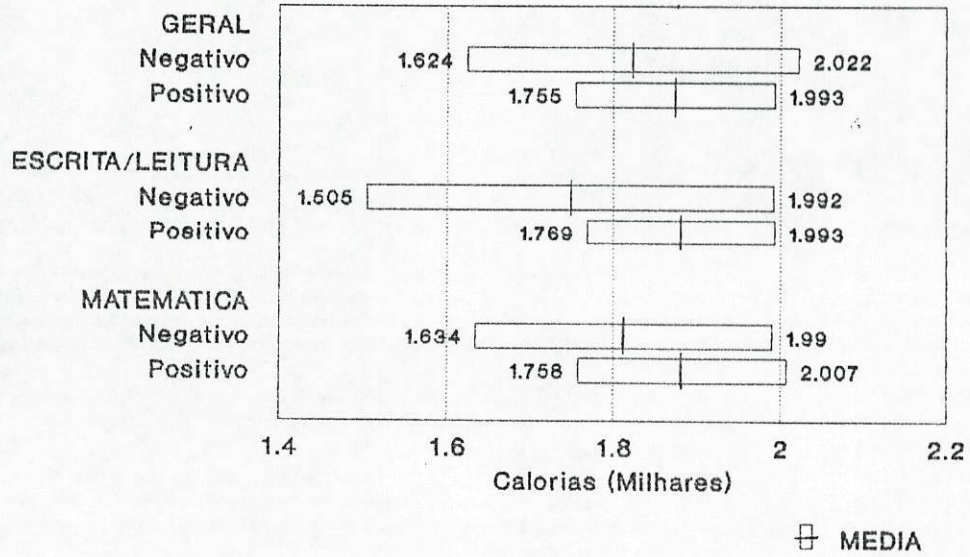
- G. VARELA, "et al." . ESTADO NUTRITIVO Y HABITOS ALIMENTARIOS DE LA POBLACION DE LA COMARCA DE PASTORIZA, PERTENECIENTE A LA ZONA HUMEDA ESPAÑOLA Y CARACTERIZADA POR EL ALTO GRADO DE DISPERSION DE SU POBLACION. REV PORT NUTR 1989 ; VOL.1, Nº4

- APRESENTAÇÃO DE TRABALHOS ESCRITOS . COORDENAÇÃO DO INTERNATO COMPLE_ MENTAR DE SAÚDE PÚBLICA.

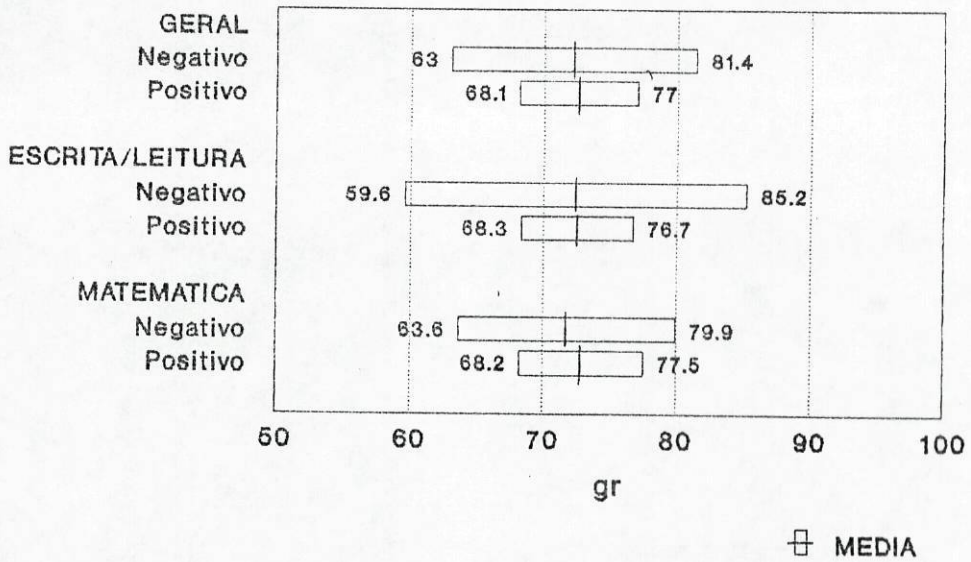
- B. VIALETES, R. SAMBUE, M. MAGNAN . ENQUÊTE ALIMENTAIRE CHEZ 1.200 ENFANTS REPRÉSENTATIFS DE LA POPULATION D'ÂGE SCOLAIRE DE LA VILLE DE MARSEILLE . CAH NUTR DIÉT 1987 ; VOL.XXII, Nº5 : 357-365.

A N E X O S

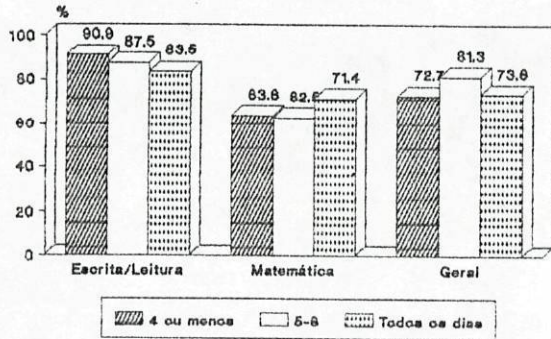
TOTAL CALORICO DIARIO SEGUNDO O RENDIMENTO (média e intervalo de confiança a 95%)



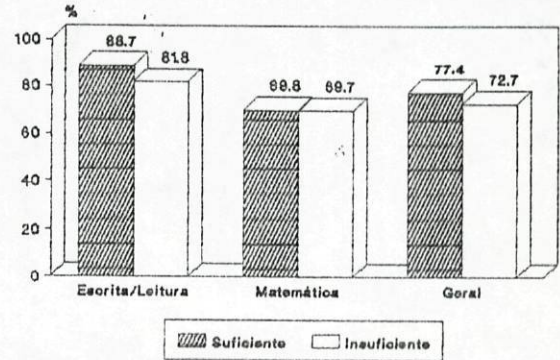
TOTAL PROTEICO DIARIO SEGUNDO O RENDIMENTO (média e intervalo de confiança a 95%)



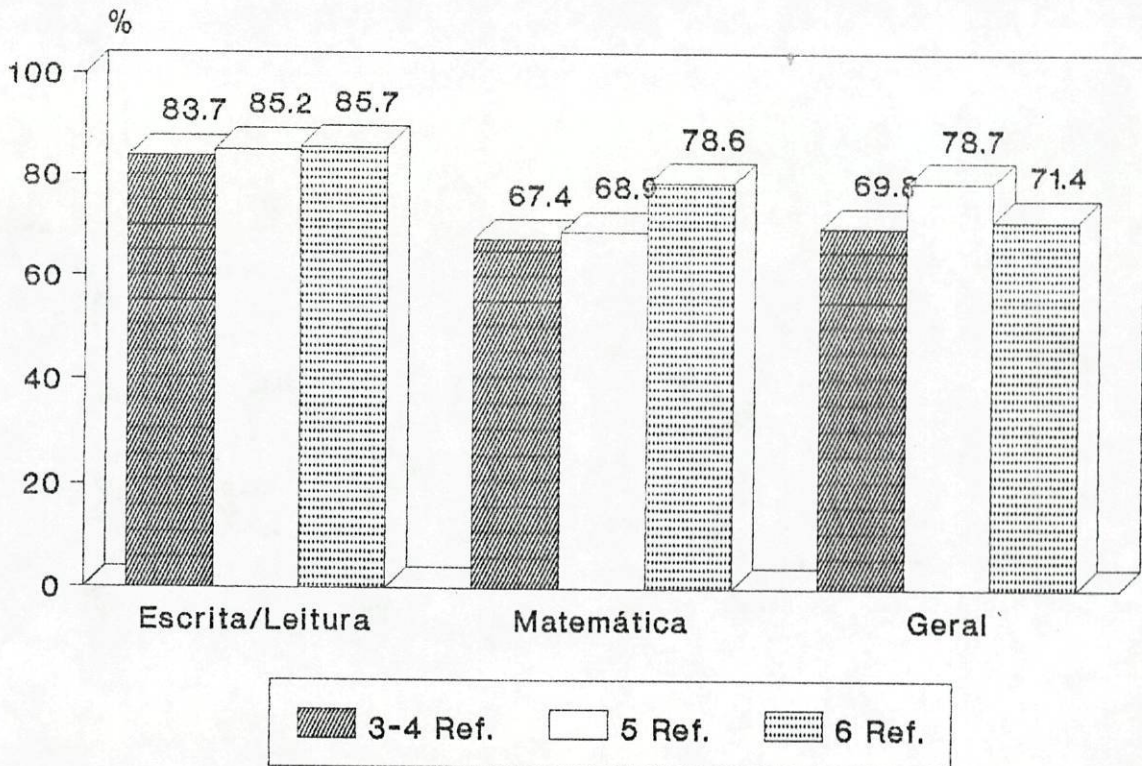
ALUNOS COM RENDIMENTO POSITIVO
SEGUNDO A FREQUENCIA SEMANAL DO
PEQUENO ALMOÇO



ALUNOS COM RENDIMENTO POSITIVO
SEGUNDO A QUALIDADE DO PEQUENO ALMOÇO

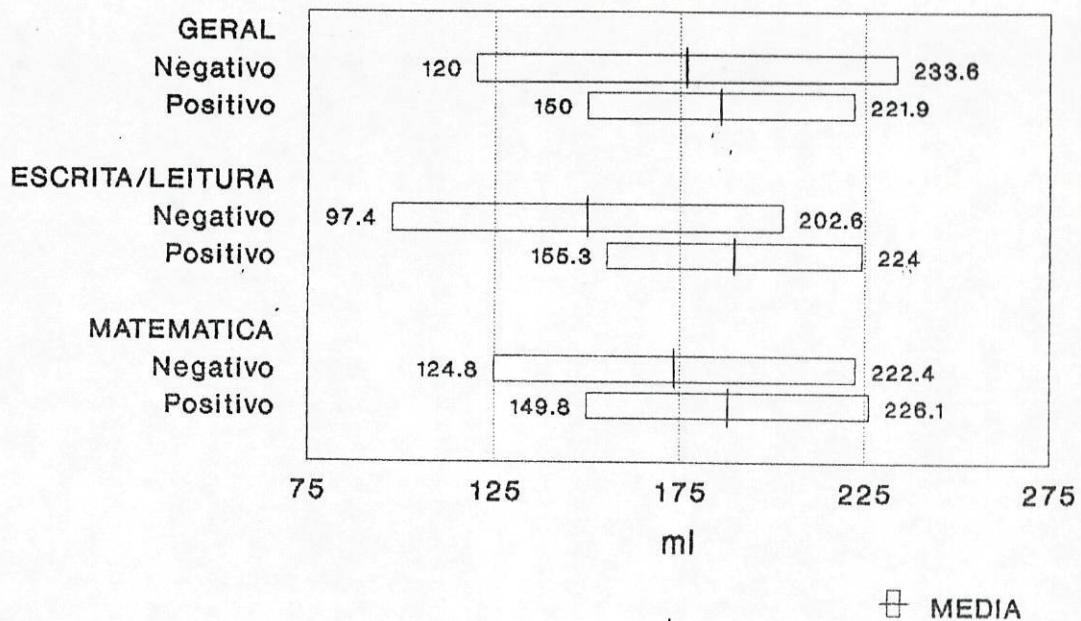


ALUNOS COM RENDIMENTO POSITIVO
SEGUNDO O NUMERO DE REFEIÇÕES DIARIAS



CONSUMO DIARIO DE LEITE SEGUNDO O RENDIMENTO

(média e intervalo de confiança a 95%)



Nome do Aluno:

Perguntas a fazer ao Aluno

1. Como achas o trabalho na escola?

- 1. Fácil
- 2. Às vezes, fácil
- 3. Difícil

2. Que é que achas difícil ?

- 1. Leitura
- 2. Escrita
- 3. Aritmética
- 4. Nenhuma / Todas são fáceis

3. Do que é que gostas mais ?

.....

4. Do que é que gostas menos ?

.....

5. Achas os trabalhos de casa fáceis ?

- 1. Sim, são todos fáceis
- 2. Sim, a maior parte dos trabalhos é fácil, excepto
- 3. São difíceis / Não consigo fazê-los

6. Os teus pais perguntam-te como vão as coisas na escola ?

- 1. Sim, muitas vezes/todos os dias
- 2. Sim, às vezes/nem todos os dias
- 3. Não, quase nunca/poucas vezes

7. Os teus pais ajudam nos trabalhos de casa ?

- 1. Sim, muitas vezes
- 2. Sim, se eu lhes peço
- 3. Às vezes / poucas vezes
- 4. Não

8. Alguém mais te ajuda nos teus trabalhos de casa? Quem?
(Indicar o parentescó com a criança ex., irmã mais velha, tia, etc.)

- 1. Sim
.....
- 2. Não

9. Os teus pais sabem ler?

- 1. Ambos sabem ler
- 2. Só o pai
- 3. Só a mãe
- 4. Nenhum sabe ler
- 5. Não sabe

10. Os teus pais sabem escrever ?

- 1. Ambos sabem escrever
- 2. Só o pai
- 3. Só a mãe
- 4. Nenhum sabe escrever
- 5. Não sabe

11. O teu pai ou a tua mãe lêem, por vezes, o jornal ?

- 1. Sim
- 2. Não

12. Em que é que os teus pais trabalham a maior parte do tempo ?

- a) Pai
- b) Mãe

13. Tens vídeo em casa ?

1. Sim

2. Não

14. Partilhas o teu quarto com alguém ?

1. Sim

2. Não

15. Em que local costumás estudar ?

1. Quarto

2. Sala

3. Cozinha

4. Casa da Explicadora

16. Onde costumás brincar ?

1. Rua

2. Casa

17. Quando saís da escola,
para onde vais ?

1. Casa

2. Casa da Explicadora

3. Rua

4. Casa de familiar

INQUÉRITO SOBRE O RENDIMENTO ESCOLAR

Nome da Escola:

Identificação da Aula:

Nome do Professor Entrevistado:

(O professor que ensina nesta aula)

Informação Colhida nos Registos da Escola

Nome do Aluno:

Data de Nascimento: Sexo:

(Idade se a data não é conhecida)

Endereço Particular do Aluno:

.....

Perguntas a fazer ao Professor

1. Data em que a criança se matriculou pela primeira vez nesta escola **OU** há quantos anos frequenta a escola, se a data de matrícula é desconhecida.

2. Quantos dias a criança faltou à escola, por qualquer motivo, durante:
 - a) 0 ano lectivo de 1989/90
 - b) 0 ano lectivo de 1988/89

3. Na sua opinião, estas faltas à escola afectaram a aprendizagem e o progresso escolar da criança ?
 1. Sim; a criança recuperou
 2. Sim; mas a criança recuperou, acompanhando os outros
 3. Não; nem por isso / de maneira nenhuma
 4. Não sei / É difícil saber

Se as faltas afectaram "bastante" ou "gravemente", pode descrever, resumidamente, de que maneira e em que medida o progresso escolar da criança foi desfavoravelmente afectado, em comparação com o das outras crianças da mesma aula.

.....
.....
.....

4. As faltas à escola são devidas principalmete a:

- 1. Doença
- 2. Pobreza
- 3. Necessidade de ajuda, em casa
- 4. Outras razões

Especifique:

.....
.....

- 5. Não sabe / não tem a certeza

5. Tem conhecimento de alguma deficiência física ou mental que afecte o progresso escolar desta criança ?

- 1. Sim
- 2. Não

Se " sim ", especifique:

.....

6. Tem conhecimento de algum problema social ou doméstico (ex., extrema pobreza, só pai ou só mãe) que afecte o progresso escolar desta criança ?

- 1. Sim
- 2. Não

7. A criança vive em casa com o pai e a mãe ?

- 1. Sim
- 2. Não
- 3. Não sabe

8. O pai ou a mãe vieram falar consigo ou informaram-se sobre o progresso escolar da criança ?

A7

- 1. Sim, muitas vezes
- 2. Sim, algumas vezes
(menos de três vezes
por ano)
- 3. Não
- 4. Não sabe / Não se lembra

9. Tem algum comentário a fazer ao comportamento, às capacidades ou ao progresso escolar desta criança ?

.....

.....

.....

10. Qual o rendimento escolar desta criança na:

a) **Leitura**

- 1. Não Satisfaz
- 2. Satisfaz
- 3. Satisfaz bastante

b) **Escrita**

- 1. Não Satisfaz
- 2. Satisfaz
- 3. Satisfaz bastante

c) **Matemática**

- 1. Não Satisfaz
- 2. Satisfaz
- 3. Satisfaz bastante

INQUÉRITO SOBRE HÁBITOS ALIMENTARES

Nome: Idade: Sexo:

A. Frequência e Tipo de alimentos consumidos nos intervalos das 4 principais refeições (Pequeno almoço, Almoço, Merenda, Jantar)

1. Salsicharia
1. \leq 1 vez/semana (Nunca ou raramente)
2. \geq 2 vez/semana (Às vezes)
3. \geq 5 vez/semana (Quase sempre)
4. Todos os dias (Sempre)

2. Leite
1. \leq 1 vez/semana (Nunca ou raramente)
2. \geq 2 vez/semana (Às vezes)
3. \geq 5 vez/semana (Quase sempre)
4. Todos os dias (Sempre)

3. Queijos
1. \leq 1 vez/semana (Nunca ou raramente)
2. \geq 2 vez/semana (Às vezes)
3. \geq 5 vez/semana (Quase sempre)
4. Todos os dias (Sempre)

4. Iogurte
1. \leq 1 vez/semana (Nunca ou raramente)
2. \geq 2 vez/semana (Às vezes)
3. \geq 5 vez/semana (Quase sempre)
4. Todos os dias (Sempre)

5. Pão
1. \leq 1 vez/semana (Nunca ou raramente)
2. \geq 2 vez/semana (Às vezes)
3. \geq 5 vez/semana (Quase sempre)
4. Todos os dias (Sempre)

6. Bolachas

1. \leq 1 vez/semana (Nunca ou raramente)

2. \geq 2 vez/semana (Às vezes)

3. \geq 5 vez/semana (Quase sempre)

4. Todos os dias (Sempre)

7. Bolos

1. \leq 1 vez/semana (Nunca ou raramente)

2. \geq 2 vez/semana (Às vezes)

3. \geq 5 vez/semana (Quase sempre)

4. Todos os dias (Sempre)

8. Frutos frescos

1. \leq 1 vez/semana (Nunca ou raramente)

2. \geq 2 vez/semana (Às vezes)

3. \geq 5 vez/semana (Quase sempre)

4. Todos os dias (Sempre)

9. Gelados

1. \leq 1 vez/semana (Nunca ou raramente)

2. \geq 2 vez/semana (Às vezes)

3. \geq 5 vez/semana (Quase sempre)

4. Todos os dias (Sempre)

10. Compotas

1. \leq 1 vez/semana (Nunca ou raramente)

2. \geq 2 vez/semana (Às vezes)

3. \geq 5 vez/semana (Quase sempre)

4. Todos os dias (Sempre)

11. Chocolates
Rebuçados
Caramelos

1. \leq 1 vez/semana (Nunca ou raramente)

2. \geq 2 vez/semana (Às vezes)

3. \geq 5 vez/semana (Quase sempre)

4. Todos os dias (Sempre)

1. Água pura

- 1. \leq 1 vez/semana (Nunca ou rara/)
- 2. \geq 2 vez/semana (Às vezes)
- 3. \geq 5 vez/semana (Quase sempre)
- 4. Todos os dias (Sempre)

2. Refrigerantes

- 1. \leq 1 vez/semana (Nunca ou rara/)
- 2. \geq 2 vez/semana (Às vezes)
- 3. \geq 5 vez/semana (Quase sempre)
- 4. Todos os dias (Sempre)

1. ALMOÇO

3. Xaropes

- 1. \leq 1 vez/semana (Nunca ou rara/)
- 2. \geq 2 vez/semana (Às vezes)
- 3. \geq 5 vez/semana (Quase sempre)
- 4. Todos os dias (Sempre)

4. Cerveja

- 1. \leq 1 vez/semana (Nunca ou rara/)
- 2. \geq 2 vez/semana (Às vezes)
- 3. \geq 5 vez/semana (Quase sempre)
- 4. Todos os dias (Sempre)

5. Vinho

- 1. \leq 1 vez/semana (Nunca ou rara/)
- 2. \geq 2 vez/semana (Às vezes)
- 3. \geq 5 vez/semana (Quase sempre)
- 4. Todos os dias (Sempre)

1. Água pura

- 1. ≤ 1 vez/semana (Nunca ou rara/)
- 2. ≥ 2 vez/semana (Às vezes)
- 3. ≥ 5 vez/semana (Quase sempre)
- 4. Todos os dias (Sempre)

2. Refrigerantes

- 1. ≤ 1 vez/semana (Nunca ou rara/)
- 2. ≥ 2 vez/semana (Às vezes)
- 3. ≥ 5 vez/semana (Quase sempre)
- 4. Todos os dias (Sempre)

2. JANTAR

3. Xaropes

- 1. ≤ 1 vez/semana (Nunca ou rara/)
- 2. ≥ 2 vez/semana (Às vezes)
- 3. ≥ 5 vez/semana (Quase sempre)
- 4. Todos os dias (Sempre)

4. Cerveja

- 1. ≤ 1 vez/semana (Nunca ou rara/)
- 2. ≥ 2 vez/semana (Às vezes)
- 3. ≥ 5 vez/semana (Quase sempre)
- 4. Todos os dias (Sempre)

5. Vinho

- 1. ≤ 1 vez/semana (Nunca ou rara/)
- 2. ≥ 2 vez/semana (Às vezes)
- 3. ≥ 5 vez/semana (Quase sempre)
- 4. Todos os dias (Sempre)

1. Água pura

1. \leq 1 vez/semana (Nunca ou rara/)
 2. \geq 2 vez/semana (Às vezes)
 3. \geq 5 vez/semana (Quase sempre)
 4. Todos os dias (Sempre)

2. Refrigerantes

1. \leq 1 vez/semana (Nunca ou rara/)
 2. \geq 2 vez/semana (Às vezes)
 3. \geq 5 vez/semana (Quase sempre)
 4. Todos os dias (Sempre)

3. E. REF.

3. Xaropes

1. \leq 1 vez/semana (Nunca ou rara/)
 2. \geq 2 vez/semana (Às vezes)
 3. \geq 5 vez/semana (Quase sempre)
 4. Todos os dias (Sempre)

4. Cerveja

1. \leq 1 vez/semana (Nunca ou rara/)
 2. \geq 2 vez/semana (Às vezes)
 3. \geq 5 vez/semana (Quase sempre)
 4. Todos os dias (Sempre)

5. Vinho

1. \leq 1 vez/semana (Nunca ou rara/)
 2. \geq 2 vez/semana (Às vezes)
 3. \geq 5 vez/semana (Quase sempre)
 4. Todos os dias (Sempre)

C. Tipo de bebidas consumidas em dias de festa.

- 1. Água pura
- 2. Refrigerantes
- 3. Xaropes
- 4. Cerveja
- 5. Vinho
- 6. Bebidas fortes (Aguardente, licor, whisky, etc.)

D. Frequência de consumo do Leite Escolar

- 1. ≤ 1 vez/semana (Nunca ou raramente)
- 2. ≥ 2 vez/semana (Às vezes)
- 3. Todos os dias (Sempre)

E. Frequência e Composição do Pequeno-Almoço.

- 1. ≤ 1 vez/semana (Nunca ou raramente)
- 2. ≥ 2 vez/semana (Às vezes)
- 3. ≥ 5 vez/semana (Quase sempre)
- 4. Todos os dias (Sempre)

Composição

INQUÉRITO ALIMENTAR DE 24 HORAS

Nome: Idade: Sexo:

Nº de Refeições
 / Fora de casa
 \ Em casa

SOPA
 / Almoço - Sim
 \ Não
 \ Jantar - Sim
 \ Não

BEBIDAS

SALADAS
 / Almoço - Sim
 \ Não
 \ Jantar - Sim
 \ Não

PEQUENO -ALMOÇO
 / Sim
 \ Não

CALORIAS

FRUTA

PROTEÍNAS

LEITE

GLÍCIDOS

IOGURTE

LEGUMES

PÃO

Nome: Idade: Sexo:

1. PesoKg
2. Estaturacm
3. I.M.C.
4. Prega cut. tricip.
.....mmmm Médiamm
5. Perímetro do braçocm
6. Per. musc. braçocm
7. Área muscular do braçocm
8. Área adiposa do braçocm
9. Perímetro torácicocm
10. Perímetro cefálicocm