

## AVALIAÇÃO ANTROPOMÉTRICA E EDUCAÇÃO NUTRICIONAL COM ESCOLARES DO ENSINO PÚBLICO MUNICIPAL E ESTADUAL EM 2025

Marília Cremonini <sup>1</sup>

Eloisa Lehr Filippi Chiella <sup>2</sup>

Daniela Signor Scariot <sup>3</sup>

Paula Andressa Bernardes de Oliveira <sup>4</sup>

<sup>1</sup> Nutricionista, Especialista em Nutrição Clínica Funcional. Universidade do Extremo Sul Catarinense. E-mail: mariliacre@gmail.com.

<sup>2</sup> Médica, Universidade Comunitária da Região de Chapecó. E-mail: eloisa.chiella@unochapeco.edu.br

<sup>3</sup> Profissional de Educação Física, Universidade Comunitária da Região de Chapecó. E-mail: danisignor@unochapeco.edu.br.

<sup>4</sup> Nutricionista, Universidade Federal do Rio Grande do Sul. E-mail: andressapaula7@gmail.com.

### RESUMO EXPANDIDO

**Introdução:** a avaliação do estado nutricional vem sendo considerada valiosa na realização de diagnósticos nutricionais, estabelecendo situações de risco e possibilitando planejamento de ações de promoção à saúde e prevenção de doenças. Nas fases da infância e adolescência ocorre o processo de crescimento e desenvolvimento, que requer monitoramento do estado nutricional (Souza et al., 2023). Este pode ser caracterizado pelo balanço entre a composição de nutrientes nos alimentos e as necessidades do organismo, sendo que esta interação é dinâmica e gera resultados individualizados. A antropometria é um dos métodos mais utilizados para avaliar o estado nutricional coletivo, apresenta-se como ferramenta fácil, e os resultados são considerados confiáveis, necessitando apenas de treinamento e padronização na coleta das medidas (Gomes; Vasconcellos, 2010). Existem estratégias que são fundamentais para prevenir e controlar problemas relacionados à alimentação, e a educação alimentar e nutricional é uma destas (Brasil, 2021). **Objetivo:** avaliar e classificar o estado nutricional de escolares da rede pública do município de Sul Brasil, SC, no ano de 2025, e desenvolver atividades de educação nutricional. **Metodologia:** este estudo trata-se de um relato de experiência, desenvolvido a partir de ações realizadas em escolas da rede pública no município. A experiência foi organizada em três etapas: coleta de dados antropométricos, classificação e diagnóstico do estado nutricional, e atividade educativa voltada à promoção de hábitos alimentares e estilo de vida saudável. Primeiramente, foi realizada a comunicação com a equipe da Secretaria de Educação sobre a atividade proposta, e definido um cronograma. A coleta do peso e altura foi realizada no ambiente escolar de

cada unidade, utilizando balança digital e estadiômetro portátil, registrando os números em planilha impressa com as informações de cada participante. Os dados foram inseridos em planilha específica que calcula os indicadores de peso, altura, idade e classifica segundo os escores-z da Organização Mundial da Saúde. Com base nos resultados, identificou-se a necessidade de promover ação educativa devido alta prevalência de sobrepeso e/ou obesidade dos escolares. Por meio de palestras, a equipe, formada por médica, nutricionista e educadora física, abordou o tema obesidade, seus fatores determinantes, a importância de hábitos alimentares saudáveis, e a atividade física para evitar situações de agravos e doenças relacionadas a este estado de saúde. **Resultados e discussão:** foram avaliados 390 escolares, com idade entre seis a 17 anos, matriculados em escolas municipais e estaduais. Entre os participantes, 51% era do sexo masculino e 49% do sexo feminino. A classificação do estado nutricional, de acordo com critérios da Organização Mundial da Saúde (OMS), revelou que 33% do total de participantes estava com excesso de peso, sendo 18% de obesidade e 15% de sobrepeso. Estado de magreza apresentou menos de 0,5% dos casos. Observou-se que os maiores índices de excesso de peso (sobrepeso + obesidade) ocorreram na faixa etária seis a dez anos, alunos do ensino fundamental (anos iniciais), representando 35% dos escolares deste grupo. Dados do Ministério da Saúde apontam que crianças acompanhadas na Atenção Primária à Saúde (APS), entre cinco e nove anos, em 2019, já apresentavam uma prevalência de 28% de excesso de peso, sendo 13,2% de obesidade (Victor, 2021). Os resultados evidenciam a necessidade de intervenções contínuas na fase da infância e adolescência para prevenir agravos à saúde. Durante a atividade educativa foram abordados temas como alimentação equilibrada, identificação de ultraprocessados e a necessidade de praticar alguma atividade física diariamente. A educação alimentar e nutricional é uma estratégia reconhecida como fundamental para prevenir problemas alimentares e promover alimentação adequada e saudável (Brasil, 2018). Portanto, a experiência reforça a importância de integrar a avaliação do estado nutricional com estratégias de educação nutricional promovendo um acompanhamento efetivo, buscando prevenir e controlar o avanço da obesidade infanto-juvenil.

**Contribuições do trabalho em direção aos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável:** os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) representam um conjunto de metas estabelecidas pelo Brasil, e outros países, em parceria com a Organização das Nações Unidas com o objetivo de melhorar a qualidade de vida da população mundial. Diante disso, o presente trabalho contribui diretamente para os ODSs. Ao atuar na prevenção de doenças crônicas não transmissíveis, como diabetes, hipertensão e doenças cardiovasculares, relaciona-se ao ODS 3 – Saúde e Bem-Estar (meta 3), uma vez que possibilita o diagnóstico precoce de alterações nutricionais e a promoção de hábitos

saudáveis por meio da alimentação adequada e do incentivo à prática de atividades físicas. Ademais, ao desenvolver em ambiente escolar atividades de educação alimentar e nutricional, bem como a prática regular de atividade física, favorece-se a aquisição de conhecimentos e o interesse dos alunos por estilos de vida mais saudáveis, contemplando o ODS 4 – Educação de Qualidade (meta 4). **Considerações finais:** conclui-se, portanto, a importância da avaliação do estado nutricional em escolares como forma de identificar situações de risco, como sobrepeso e obesidade. Ao realizar as atividades, notou-se uma alta prevalência de alterações nutricionais na população estudada, reforçando que há necessidade de estratégias educativas e de acompanhamento contínuo visando melhorar a qualidade de vida dessa população, evitando o surgimento de doenças crônicas não transmissíveis no futuro. Entre as limitações do estudo, destaca-se o caráter restrito à amostra de apenas crianças e adolescentes de escolas de um único município, isso limita os dados encontrados, visto que muitas vezes, os hábitos de vida estão acompanhados dos hábitos dos familiares necessitando uma intervenção ampla contemplando toda comunidade. Recomenda-se que futuros trabalhos ampliem a cobertura de pessoas e incluam acompanhamento longitudinal, avaliando o impacto das intervenções de educação nutricional e prática de atividade física sobre a melhoria do estado nutricional e a prevenção de doenças crônicas.

**Descritores:** Antropometria; Estado Nutricional; Escolares; Educação Alimentar e Nutricional; Promoção da Saúde.

## REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento e Assistência Social, Família e Combate à Fome.

**Educação Alimentar e Nutricional.** Brasília, 2021. Disponível em: <https://www.gov.br/mds/pt-br/caisan/educacao-alimentar-e-nutricional>

BRASIL. Ministério do desenvolvimento social. **Princípios e práticas para Educação Alimentar e Nutricional.** 2018. Disponível em: [https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2018/08/CADERNO\\_EAN\\_semmarca.pdf](https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2018/08/CADERNO_EAN_semmarca.pdf)

GOMES, F. S., dos Anjos, L. A., Vasconcellos, M. T. L. de. Antropometria como ferramenta de avaliação do estado nutricional coletivo de adolescentes. **Revista de Nutrição**, 23(4), 591-605. 2010. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/rn/a/8pnQWk8fTkV6PPKNZJYBwhC/?format=html&lang=pt>

SOUZA, A. F. et al. Perfil de crianças em fase escolar: um estudo de revisão. **Revista Contemporânea**, v. 3, n. 12, p. 29089-29105, 2023. Disponível em: <https://ojs.revistacontemporanea.com/ojs/index.php/home/article/view/2708/1946>

VICTOR, N. Ministério da Saúde. **Obesidade infantil afeta 3,1 milhões de crianças menores de 10 anos no Brasil**. 2021. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2021/junho/obesidade-infantil-afeta-3-1-milhoes-de-criancas-menores-de-10-anos-no-brasil>

**Eixo:** Formação e práticas de cuidado em saúde.

**Financiamento:** não se aplica.

**Agradecimentos:** não se aplica.