



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA
CAMPUS IV- CATOLÉ DO ROCHA
CENTRO DE CIÊNCIAS HUMANAS E AGRÁRIAS
DEPARTAMENTO DE AGRÁRIAS E EXATAS
CURSO DE GRADUAÇÃO EM AGRONOMIA**

NEIDIJANE DE OLIVEIRA ARAÚJO

**DIAGNÓSTICO SOBRE O CONSUMO DE HORTALIÇAS PELOS ESTUDANTES
DOS ANOS FINAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL DA ESCOLA MUNICIPAL
MARIA DE LOURDES DE LIMA NO MUNICÍPIO DE MATO GROSSO-PB**

**CATOLÉ DO ROCHA - PB
2024**

NEIDIJANE DE OLIVEIRA ARAÚJO

**DIAGNÓSTICO SOBRE O CONSUMO DE HORTALIÇAS PELOS ESTUDANTES
DOS ANOS FINAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL DA ESCOLA MUNICIPAL
MARIA DE LOURDES DE LIMA NO MUNICÍPIO DE MATO GROSSO - PB**

Trabalho de Conclusão de Curso em
Agronomia da Universidade Estadual da
Paraíba, como requisito parcial à obtenção
do título de Engenheira Agrônoma

Área de concentração: Fitotecnia.

Orientadora: Prof^a. Dr^a. Elaine Gonçalves Rech

**CATOLÉ DO ROCHA - PB
2024**

É expressamente proibido a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano do trabalho.

A663d Araújo, Neidijane de Oliveira.

Diagnóstico sobre o consumo de hortaliças pelos estudantes dos anos finais do ensino fundamental da Escola Municipal Maria de Lourdes de Lima no município de Mato Grosso - PB [manuscrito] / Neidijane de Oliveira Araujo. - 2024.

25 p. : il. colorido. Digitado.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Agronomia) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Humanas e Agrárias, 2025.

"Orientação : Profa. Dra. Elaine Gonçalves Rech, Coordenação do Curso de Agronomia - CCHA. "

1. Alimento saudável. 2. Nutrição. 3. Adolescentes. I.
Título

21. ed. CDD 635

NEIDIJANE DE OLIVEIRA ARAÚJO

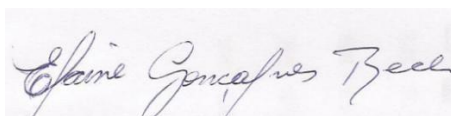
**DIAGNÓSTICO SOBRE O CONSUMO DE HORTALIÇAS PELOS ESTUDANTES
DOS ANOS FINAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL DA ESCOLA MUNICIPAL
MARIA DE LOURDES DE LIMA NO MUNICÍPIO DE MATO GROSSO - PB**

Trabalho de Conclusão de Curso em
Agronomia da Universidade Estadual da
Paraíba, como requisito parcial à obtenção
do título de Engenheira Agrônoma.

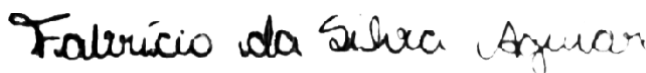
Área de concentração: Fitotecnia.

Aprovada em: 25/06/2024.

BANCA EXAMINADORA



Prof^a. Dr^a. Elaine Gonçalves Rech (Orientadora)
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)



Prof. Me. Fabrício da Silva Aguiar
Universidade Federal de Campina Grande (UFCG)



Profa. Dra. Maria Lúcia Maurício da Silva
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

Ao meu avô, Geraldo João de Oliveira (*in
memoriam*). DEDICO.

AGRADECIMENTOS

À professora Elaine, minha orientadora, por seu empenho.

Ao meu pai Josenilson, a minha mãe Neuzivânia, a minha irmã Niédja, as minhas tias e tios, meus primos e minha avó pela compreensão por minha ausência nas reuniões familiares.

A meu avô Geraldo João (*in memoriam*), embora fisicamente ausente, sentia sua presença ao meu lado, dando-me força.

Aos professores do Curso de Agronomia da UEPB, que contribuíram ao longo dessa jornada, por meio das disciplinas e debates, para o desenvolvimento desta pesquisa.

As minhas amigas Viviane, Carla, Milena, Juçara, Ana Cecília, que sempre me apoiaram.

Aos colegas de classe pelos momentos de amizade e apoio.

RESUMO

O acesso a alimentação adequada é um direito humano, dentre estes alimentos saudáveis encontram-se as hortaliças, sendo seu consumo essencial para todas as fases da vida e a ingestão insuficiente está relacionada a prejuízos a saúde e a qualidade de vida. Com o objetivo de realizar um diagnóstico sobre o consumo de hortaliças pelos estudantes do ensino fundamental da escola municipal Maria de Lourdes de Lima no município de Mato Grosso-PB, no período de março a junho de 2024, realizou-se um estudo transversal, em uma amostra de noventa indivíduos, matriculados no sexto, sétimo, oitavo e nono anos do ensino fundamental. O instrumento utilizado foi um questionário virtual auto aplicado utilizando o programa formulários google, contendo as seguintes perguntas: Gênero, idade, ano que o aluno estava cursando, se possuíam o hábito de consumir hortaliças, bem como a frequência de consumo, onde costumavam consumir e a origem das hortaliças consumidas. Os resultados encontrados neste estudo, permitem concluir que: 84,4% dos estudantes da Escola municipal Maria de Lourdes de Lima consomem hortaliças; 50% dos estudantes têm frequência de consumo de hortaliças acima de cinco vezes na semana; 92,2% dos discentes consomem estes alimentos nas próprias residências e somente 2,2% costumam consumir na escola; 67,8% destas hortaliças são adquiridas em sacolão/hortifruti, 21,1% vêm de produção própria e 11,1% são adquiridas em redes de supermercados.

Palavras-Chave: alimento saudável; nutrição; adolescentes.

ABSTRACT

Access to adequate food is a human right, and among these healthy foods are vegetables, whose consumption is essential for all stages of life. Insufficient intake is associated with health and quality of life impairments. Aiming to diagnose the consumption of vegetables among elementary school students at the municipal school Maria de Lourdes de Lima in the municipality of Mato Grosso-PB, a cross-sectional study was conducted between March and June 2024. The sample consisted of ninety individuals enrolled in the sixth, seventh, eighth, and ninth grades of elementary school. The instrument used was a self-administered virtual questionnaire created using Google Forms, containing the following questions: gender, age, grade level, whether students had the habit of consuming vegetables, the frequency of consumption, where they usually consumed them, and the origin of the vegetables consumed.

The findings of this study concluded that 84.4% of the students at the municipal school Maria de Lourdes de Lima consume vegetables; 50% of the students consume vegetables more than five times a week; 92.2% of the students consume these foods at home, while only 2.2% consume them at school; 67.8% of these vegetables are purchased from produce markets, 21.1% come from homegrown production, and 11.1% are bought from supermarkets.

Keywords: healthy food; nutrition; adolescents.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

<u>1 IDENTIFICAÇÃO DE GÊNERO DOS ESTUDANTES DO ENSINO FUNDAMENTAL DA ESCOLA MUNICIPAL MARIA DE LOURDES DE LIMA, PARTICIPANTES DA PESQUISA SOBRE O CONSUMO DE HORTALIÇAS, MATO GROSSO – PB</u>	15
<u>2 FAIXA ETÁRIA DOS ESTUDANTES, DO ENSINO FUNDAMENTAL DA ESCOLA MUNICIPAL MARIA DE LOURDES DE LIMA, PARTICIPANTES DA PESQUISA SOBRE CONSUMO DE HORTALIÇAS, MATO GROSSO – PB</u>	16
<u>3 ANOS ESCOLARES FREQUENTADOS PELOS ESTUDANTES, DO ENSINO FUNDAMENTAL DA ESCOLA MARIA DE LOURDES DE LIMA, PARTICIPANTES DA PESQUISA SOBRE O CONSUMO DE HORTALIÇAS, MATO GROSSO – PB</u>	16
<u>4 HÁBITOS DE CONSUMO DE HORTALIÇAS PELOS ESTUDANTES, DO ENSINO FUNDAMENTAL DA ESCOLA MUNICIPAL MARIA DE LOURDES DE LIMA, PARTICIPANTES DA PESQUISA SOBRE CONSUMIR, MATO GROSSO – PB</u>	17
<u>5 FREQUÊNCIA DE CONSUMO DE HORTALIÇAS PELOS ESTUDANTES, DO ENSINO FUNDAMENTAL DA ESCOLA MUNICIPAL MARIA DE LOURDES DE LIMA, PARTICIPANTES DA PESQUISA SOBRE O CONSUMO DE HORTALIÇAS, MATO GROSSO – PB</u>	18
<u>6 LOCAL HABITUAL DE CONSUMO DE HORTALIÇAS PELOS ESTUDANTES, DO ENSINO FUNDAMENTAL DA ESCOLA MUNICIPAL MARIA DE LOURDES DE LIMA, PARTICIPANTES DA PESQUISA SOBRE CONSUMO DE HORTALIÇAS, MATO GROSSO – PB</u>	20
<u>7 ORIGEM DAS HORTALIÇAS CONSUMIDAS PELOS ESTUDANTES, DO ENSINO FUNDAMENTAL DA ESCOLA MUNICIPAL MARIA DE LOURDES, PARTICIPANTES DA PESQUISA SOBRE CONSUMO DE HORTALIÇAS, MATO GROSSO – PB</u>	21

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

CONAB	Companhia Nacional de Abastecimento
VBP	Valor Bruto da Produção Agropecuária

SUMÁRIO

<u>1</u>	<u>INTRODUÇÃO</u>	<u>11</u>
<u>2</u>	<u>REVISÃO BIBLIOGRÁFICA</u>	<u>12</u>
<u>3</u>	<u>METODOLOGIA</u>	<u>14</u>
<u>4</u>	<u>RESULTADO E DISCUSSÃO</u>	<u>15</u>
<u>5</u>	<u>CONCLUSÕES</u>	<u>22</u>
<u>6</u>	<u>REFERÊNCIAS</u>	<u>23</u>

1. INTRODUÇÃO

A olericultura é uma área da horticultura dedicada ao cultivo de hortaliças, essa prática agrícola é fundamental para a produção de alimentos ricos em nutrientes e saudáveis que são fundamentais para a dieta humana, como fibras, vitaminas e minerais. O consumo de frutas, verduras e legumes tem papel de destaque como componentes de uma alimentação saudável, pois são fontes de fibras e micronutrientes, alguns destes com propriedades funcionais (FIGUEIRA et al., 2016).

A Assembleia Geral da ONU (1948) determinou que o acesso a alimentação adequada é um direito humano contemplado no artigo XXV da Declaração Universal dos Direitos Humanos. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2003) o consumo de hortaliças e frutas é essencial para todas as fases da vida e o consumo insuficiente está relacionado ao prejuízo à saúde e à qualidade de vida. O baixo consumo de hortaliças e frutas está entre os dez principais fatores de risco relacionados a ocorrência de doenças como câncer, diabetes mellitus tipo 2, síndrome metabólica e doenças cardiovasculares (OPAS, 2003).

O consumo alimentar inadequado de frutas e hortaliças é um dos fatores de riscos cardiovasculares mais prevalentes em adolescentes, e um alto consumo de alimentos de risco (salgadinhos/refrigerantes) em detrimento a um baixo consumo de alimento de proteção (frutas/verduras) em adolescentes pode favorecer o desenvolvimento de diversas doenças crônicas não transmissíveis, como obesidade (NETO et al., 2015).

Na literatura científica há relatos que o incentivo de ações de saúde voltadas a uma alimentação saudável em escolas vem crescendo e isso pode contribuir para diminuição do uso dos produtos industrializados entre os estudantes. Apesar de alguns estudos caracterizarem a situação alimentar de uma determinada região brasileira, há uma carência de inquéritos alimentares em diferentes regiões geográficas, particularmente com adolescentes nordestinos.

Considerando o exposto objetivou-se, com o presente trabalho, realizar um diagnóstico sobre o consumo de hortaliças por estudantes do ensino fundamental da Escola Municipal Maria de Lourdes de Lima, situada na zona urbana do município de Mato Grosso, alto sertão paraibano.

2. REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Uma alimentação saudável possui papel fundamental no crescimento e desenvolvimento biopsicossocial, na aprendizagem, no rendimento escolar e na formação de hábitos alimentares saudáveis. Para os pesquisadores Bento et al. (2014) é na fase pré-escolar que se inicia a formação de hábitos e práticas alimentares, e relatam que o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) surgiu, dentre outros objetivos, para auxiliar na formação desses hábitos, com estratégias de ações de educação alimentar e nutricional e com a oferta de refeições que cubram as suas necessidades nutricionais durante o período letivo.

Nas últimas décadas, nos países desenvolvidos, tem havido um consumo exagerado de carboidratos na forma de pães, biscoitos, doces, sorvetes, balas e refrigerantes, além daqueles naturalmente presentes nos alimentos comuns, como arroz, macarrão e frutas. Com isso, as crianças e os jovens podem ter o desenvolvimento comprometido, além de aumentar muito o acúmulo de gorduras, sintetizadas a partir dos carboidratos não utilizados, pelo excesso ingerido (SASSON; JÚNIOR, 2005).

A Organização Mundial da Saúde (OMS) tem buscado a promoção do consumo de frutas e hortaliças e considera como uma prioridade mundial para a melhoria da saúde da população do planeta. No entanto Greenwood (2018) afirma que a educação alimentar é um tema complexo e que necessita de amplas abordagens, uma que os indivíduos enfrentam uma série de dificuldades ao buscar uma alimentação diversificada, nutritiva e saudável (COTTA; MACHADO, 2013).

Silva (2016) constatou, em seus trabalhos, que a população brasileira não consome o que realmente deveria, ficando o consumo abaixo da recomendação da OMS, que é de pelo menos, 400 g de frutas e legumes diariamente, o equivalente a cinco porções. Para Teixeira (2013), a alimentação cumpre um papel extremamente importante na promoção e manutenção da saúde, sendo, portanto, necessárias a utilização de estratégias visando o aumento da qualidade da alimentação da população.

De acordo com a FAO (2019), fatores sociais e políticos intervenientes sobre o direito fundamental a alimentação saudável, como a renda e o preço dos alimentos refletem na mudança do padrão alimentar do brasileiro que vem se caracterizando pelo aumento no número de pessoas desnutridas e ascensão de enfermidades, como as doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs), principalmente diabetes, hipertensão

arterial, doenças cardiovasculares e cânceres decorrentes do crescente número de indivíduos com sobrepeso ou obesos.

Para Vieira et al. (2014) a adolescência configura-se numa fase de mudanças físicas, emocionais, cognitivas e sociais caracterizadas pelo aumento das necessidades nutricionais, e a criação de hábitos alimentares saudáveis é essencial para garantir pleno potencial de crescimento, desenvolvimento e prevenção de doenças futuras. Rothes e Cunha (2016) afirmam que os hábitos alimentares têm sua formação influenciada por variáveis biológicas, psicológicas, socioculturais, antropológicas e econômicas, entre outras, que influenciam as escolhas alimentares, refletindo não somente as preferências alimentares, mas as características culturais de cada indivíduo juntamente com o seu modo de vida. Kimura (2011) alerta para o fato de que a falta de educação alimentar e nutricional, entre os adolescentes, tem sido sugerida por políticos e profissionais de saúde pública como uma das principais razões para resultados negativos sobre as condições de saúde relacionadas à dieta desse grupo.

A Organização Pan-americana da saúde (OPAS, 2003) relata que o baixo consumo de hortaliças e frutas na adolescência pode se tornar um hábito alimentar persistente na vida adulta. Para a construção de ações de educação nutricional e fortalecimento das iniciativas públicas existentes é necessário que novos processos e fenômenos condicionantes do consumo de frutas e hortaliças sejam elucidados, a fim de auxiliar na elaboração de soluções efetivas e sustentáveis para o aumento do consumo desses alimentos (FIGUEIRA et al., 2016).

Estudos realizados por Souza et al. (2016) demonstram alterações no consumo alimentar ao longo dos anos em diferentes regiões do Brasil em adolescentes. Essas mudanças são notadas pelo aumento no consumo de alimentos processados e ultra processados, ricos em açúcar, gordura e sal, como salgadinhos, chocolates, biscoitos recheados e refrigerantes e a diminuição do consumo de alimentos *in natura* ou minimamente processados ricos em fibras, vitaminas e minerais, como os alimentos tradicionais o feijão, arroz, frutas, verduras e legumes.

3. METODOLOGIA

O presente trabalho foi realizado no período de março a junho de 2024, com o objetivo de realizar-se um diagnóstico sobre o consumo de hortaliças por estudantes do ensino fundamental da Escola Municipal Maria de Lourdes de Lima, situado na zona urbana do município de Mato Grosso, alto sertão paraibano. Para tanto, realizou-se um estudo transversal, utilizando-se uma amostra de noventa indivíduos, sendo esta amostra composta por estudantes matriculados no sexto, sétimo, oitavo e nono anos do ensino fundamental.

Os participantes apresentaram faixa etária entre dez e quinze anos, pertencentes aos gêneros masculino, feminino e outro; produzindo-se a partir desse estudo um questionário virtual auto aplicado utilizando-se o programa formulários google, contendo as seguintes perguntas: Gênero, idade, ano que o aluno estava cursando na escola, se possuem o hábito de consumir hortaliças, bem como a frequência de consumo, onde costumam consumir, e por fim, qual a origem das hortaliças para o consumo.

Previamente a aplicação do questionário todos os estudantes foram esclarecidos sobre o projeto e seus objetivos, bem como sobre sua participação. Logo após os esclarecimentos, o questionário *on line*, com o intuito de diagnosticar o consumo de hortaliças pelos estudantes, foi aplicado e respondido de forma individual pelos discentes em sala de aula, utilizando os próprios aparelhos celulares e com supervisão da professora e da estudante/pesquisadora. Com base nas respostas a essas perguntas, foram traçados os hábitos alimentares e o perfil do consumo dos alunos da Escola Municipal Maria de Lourdes de Lima, Mato Grosso - PB.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Observa-se (Figura 1) que 58,7% do total da amostra dos estudantes participantes deste estudo, declarou-se do gênero feminino, 40,3% do gênero masculino; enquanto 2,2% se identificaram como pertencentes a outro gênero. Esses resultados se aproximam dos resultados obtidos por Macedo (2000) em sua pesquisa com universitários de uma Instituição de Ensino Superior, no estado de Santa Catarina, que observou a predominância de mulheres (59,3%) neste grupo, fato, também constatado por Franca e Colares (2008), quando realizaram um estudo entre alunos de Ciências da Saúde de várias universidades públicas do estado de Pernambuco, detectando que 69,5% dos participantes do referido estudo eram do gênero feminino.

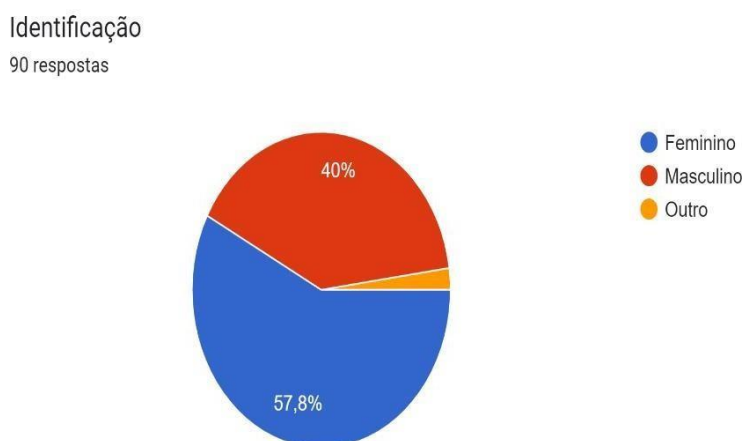


Figura 1. Identificação de gênero dos estudantes, do ensino fundamental da Escola Municipal Maria de Lourdes de Lima, participantes da pesquisa sobre consumos de hortaliças, Mato Grosso - PB, 2024.

Com relação a faixa etária dos participantes deste estudo (Figura 2), 44,4% da amostra apresenta idade entre dez e doze anos, 54,4% dos alunos encontram-se entre treze e quinze anos e apenas 1,2% têm acima de quinze anos de idade, tal resultado já era esperado, tendo em vista que os estudantes da escola cursam o sexto, o sétimo, o oitavo e o nono anos do ensino fundamental.

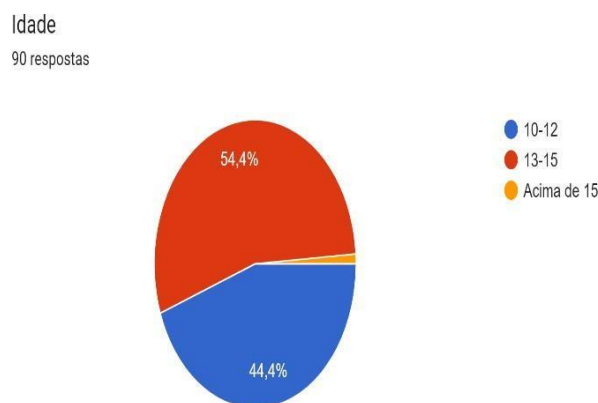


Figura 2. Faixa etária dos estudantes, do ensino fundamental da Escola Municipal Maria de Lourdes de Lima, participantes da pesquisa sobre consumo de hortaliças, Mato Grosso - PB, 2024.

Em relação aos anos do ensino fundamental (Figura 3) podemos observar que a amostra estudada se distribuiu da seguinte maneira: 21,1% dos estudantes frequentam o sexto ano, 34,4% o sétimo ano, 20,0% estudam no oitavo ano enquanto 24,4% estão cursando o nono ano.

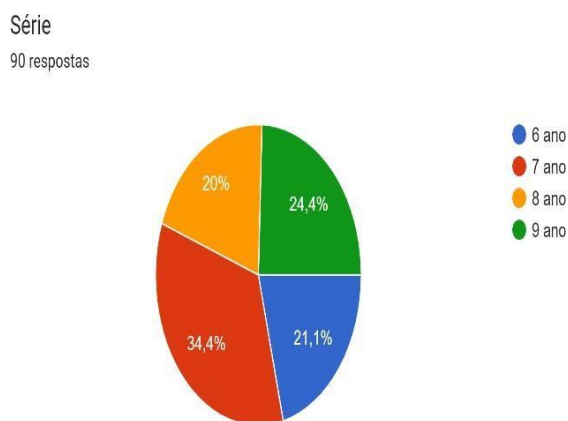


Figura 3. Anos escolares frequentados pelos estudantes, do ensino fundamental da Escola Municipal Maria de Lourdes de Lima, participantes da pesquisa sobre consumo de hortaliças, Mato Grosso - PB, 2024.

Quando questionados quanto ao hábito de consumir hortaliças, 84,4% responderam que possuem o hábito de consumi-las (Figura 4), enquanto 15,6% disseram não possuir esse hábito. Esses resultados chamam a atenção pois um

percentual elevado dos jovens e adolescentes afirmam consumir hortaliças frequentemente, e isso pode ser considerado muito positivo uma vez que uma alimentação saudável contribui com o crescimento, o desenvolvimento, a aprendizagem e o rendimento escolar destes estudantes.

No entanto, estudo semelhante foi desenvolvido por Castro et al. (2008) com alunos da 8ª série do ensino fundamental, da rede pública municipal de ensino da cidade do Rio de Janeiro, e os pesquisadores constataram que menos da metade dos alunos avaliados apresentavam um consumo adequado de frutas (45,8%). A pesquisa intitulada PeNSE, realizada com escolares do 9º ano do ensino fundamental, encontrou uma prevalência ainda menor, 31,5% dos adolescentes avaliados apresentaram um consumo adequado de frutas, já para vegetais a prevalência foi de 31,2% (LEVY et al., 2009). Esses percentuais bem menores do que os encontrados no presente estudo, o que indica que os estudantes da Escola Municipal Maria de Lourdes de Lima possuem uma dieta muito mais saudável quando comparados com os estudantes cariocas.

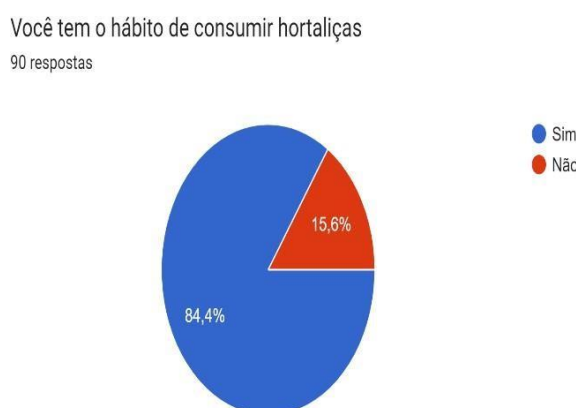


Figura 4. Hábito de consumo de hortaliças pelos estudantes, do ensino fundamental da Escola Municipal Maria de Lourdes de Lima, participantes da pesquisa sobre consumos de hortaliças, Mato Grosso - PB, 2024.

Já em relação a frequência de consumo de hortaliças (Figura 5), 32,2% dos estudantes consomem diariamente; 17,8% consomem numa frequência de cinco dias na semana, 25,8% acima de duas vezes por semana, 14,4% apenas uma vez por semana e 10% dos estudantes afirmaram nunca consumir hortaliças.

Com qual frequência você consome hortaliças
90 respostas

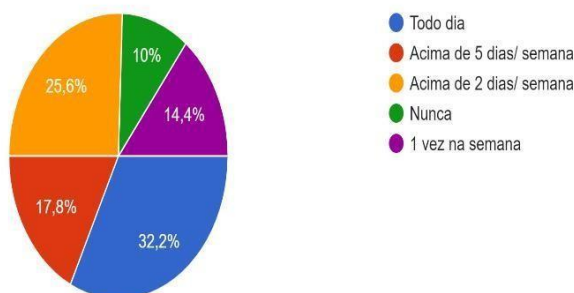


Figura 5. Frequência de consumo de hortaliças pelos estudantes, do ensino fundamental da Escola Municipal Maria de Lourdes de Lima, participantes da pesquisa sobre consumos de hortaliças, Mato Grosso - PB, 2024.

Mesmo para o grupo que consome apenas uma vez por semana, Rodrigues (2009) considera um consumo favorável, pois, mesmo que as hortaliças não sejam ingeridas todos os dias, uma vez que a nutrição pode ser considerada um ato involuntário, ainda assim os indivíduos ingerem alimentos benéficos para a saúde, apesar de estar muito aquém da recomendação da OMS que seriam de pelo menos, 400 g de frutas e legumes diariamente, o equivalente a cinco porções.

A ausência de consumo de hortaliças por parte da amostra pesquisada, pode ocorrer pela não preferência por este tipo de alimento. Estudos realizados por Ferreira *et al.* (2007), indicam que entre as principais causas da baixa seletividade de hortaliças por crianças e adolescentes são os sabores, muitas vezes, não palatáveis. Com isto, o seu consumo fica diretamente comprometido, uma vez que os alunos procuram evitar aquilo que segundo eles não gostam.

Essa parcela da amostra que nunca consome hortaliças, pode ter seu crescimento e desenvolvimento comprometidos, pois de acordo com Vieira *et al.* (2014) a adolescência configura-se numa fase de mudanças físicas, emocionais, cognitivas e sociais caracterizadas pelo aumento das necessidades nutricionais e, hábitos alimentares saudáveis garantem pleno potencial de crescimento, desenvolvimento e prevenção de doenças futuras. Para Mendes *et al.* (2001) os hábitos alimentares inadequados podem ocasionar doenças crônicas, tanto na vida atual quanto futura. Portanto, é de fundamental importância incluir à dieta diária porções de hortaliças e frutas, devendo-se variar cores e tipos, alterando entre

folhas, tubérculos, frutos e hastes para garantir uma ingestão diversificada de nutrientes.

Ferguson (1997) alerta que no caso de crianças, a escola e a família são fundamentais na sua formação como um todo, pois é onde elas passam a maior parte do tempo. Um caminho mais eficaz para mudar maus costumes consiste em um trabalho conjunto entre a escola e o ambiente familiar, desta forma cremos que esta pesquisa pode servir como um marco norteador para a Escola Municipal Maria de Lourdes de Lima para o desenvolvimento de ações que contribuam para que haja a conscientização da importância de uma alimentação saudável para seus estudantes e suas famílias.

Iniciativas como a introdução destes alimentos na merenda escolar poderiam alavancar o consumo de hortaliças pelos estudantes da Escola, além de promover a conscientização sobre a importância de uma alimentação adequada, é fundamental para despertar hábitos saudáveis nos estudantes.

Quando os estudantes foram questionados sobre o local onde habitualmente consomem as hortaliças (Figura 6) 92,2% dos discentes responderam que consomem estes alimentos nas próprias residências, já 2,2% costumam consumir na escola e 5,6% consomem em outros locais, o que demonstra que as hortaliças são alimentos que os adolescentes acessam, principalmente, no âmbito doméstico.

Pode-se perceber que o consumo deste tipo de alimento na Escola é quase que insignificante, O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) surgiu em 1979, iniciativa que foi garantida pela Constituição de 1988, no entanto, 45 anos após sua criação o programa ainda não conseguiu atingir alguns dos seus objetivos, como por exemplo, auxiliar na formação de hábitos e práticas de alimentação saudável.

Uma iniciativa interessante seria a criação de horta escolar, onde os próprios estudantes poderiam ser incentivados a produzirem os alimentos a serem consumidos na merenda escolar, pois como sugerido por Santos et al. (2014), o cultivo de hortaliças nas escolas é uma ação que além de agregar conhecimentos, por meio da realização de atividades práticas, é favorável para uma mudança nos hábitos de vida de alunos e professores.

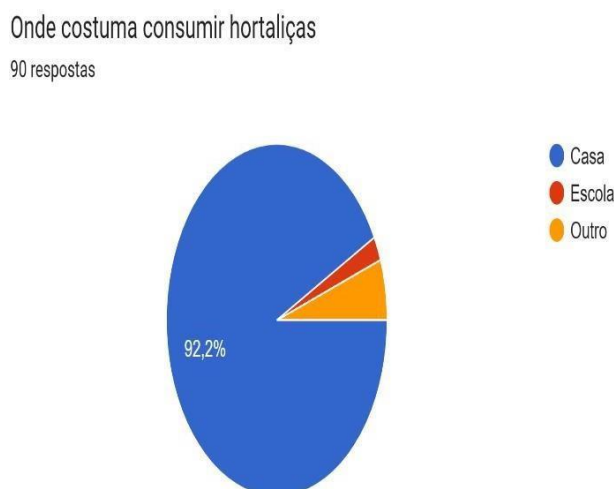


Figura 6. Local habitual de consumo de hortaliças pelos estudantes, do ensino fundamental da Escola Municipal Maria de Lourdes de Lima, participantes da pesquisa sobre consumos de hortaliças, Mato Grosso - PB, 2024.

No que se refere a origem das hortaliças consumidas pelos estudantes da Escola Municipal Maria de Lourdes de Lima, 67,8% destas hortaliças proveem de estabelecimentos nominados de sacolão/hortifruti, 21,1% têm como origem a produção realizada na própria residência e 11, -1% são adquiridas em redes de supermercados.

Para Accarini *et al.* (2000) parte importante no processo de comercialização são os canais de distribuição de frutas e hortaliças, onde ainda predominam as Centrais de Abastecimento (CEASA), mas com uma participação crescente e forte dos supermercados como meios de se fazer chegar ao consumidor final, frutas e hortaliças para a sua alimentação. No entanto, o município de Mato Grosso-PB não dispõe de Central de Abastecimento e nem de grandes redes de supermercados, provavelmente por esse motivo a maior parte das hortaliças consumidas pelos estudantes advenha de sacolão/hortifruti e de produção própria residencial.

Sobre a origem das hortaliças consumida, são produzidas aonde
90 respostas

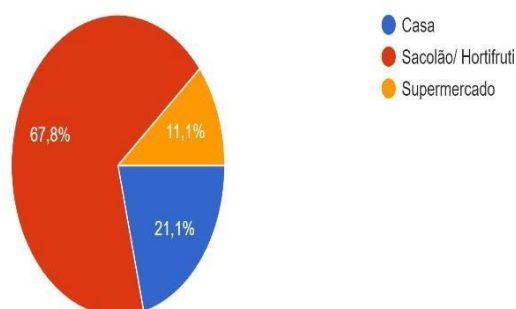


Figura 7. Origem das hortaliças consumidas pelos estudantes, do ensino fundamental da Escola Municipal Maria de Lourdes de Lima, participantes da pesquisa sobre consumos de hortaliças, Mato Grosso - PB, 2024.

De modo geral, este estudo, permitiu observar que uma parcela significativa (84,4%) dos estudantes da Escola Municipal Maria de Lourdes de Lima consomem hortaliças, porém menos da metade dos estudantes (32,2% têm frequência diária de consumo destes alimentos, enquanto 10% dos estudantes afirmaram nunca consumir hortaliças, 92,2% dos discentes consomem estes alimentos nas próprias residências e somente 2,2% costumam consumir na escola; 67,8% destas hortaliças são adquiridas em sacolão/hortifruti, 21,1% vem de produção própria e 11,1% são adquiridas em redes de supermercados.

Com relação ao consumo de hortaliças, esses dados são superiores aos publicados pelo Inquérito Telefônico de Fatores de Risco para Doenças Crônicas Não Transmissíveis em Tempos de Pandemia (COVITEL, 2023), cerca de 45% da população brasileira consome esse tipo de alimento cinco vezes ou mais durante a semana, os que menos consomem são os indivíduos na faixa etária entre 18 e 24, dos quais apenas 39,2% consomem com frequência. No presente, estudo, a frequência de consumo de hortaliças acima de cinco vezes na semana foi de 50%, superior à média nacional e a média de consumo de jovens entre 18 a 24 anos.

5. CONCLUSÕES

Os resultados encontrados neste estudo, permitem concluir que:

- ✓ 84,4% desses estudantes da Escola Municipal Maria de Lourdes de Lima consomem hortaliças;
- ✓ 50% desses estudantes têm frequência de consumo de hortaliças acima de cinco vezes na semana;
- ✓ 92,2% desses discentes consomem estes alimentos nas próprias residências e somente 2,2% costumam consumir na escola;
- ✓ 67,8% destas hortaliças são adquiridas em sacolão/hortifruti, 21,1% vêm de produção própria e 11,1% são adquiridas em redes de supermercados.

REFERÊNCIAS

ACCARINI, J. H; MAZOCATO, M. A; COSTA, O.G. P; LUENGO R.F. A. 2000. **Hortícolas - modernização necessária**. Agroanalysis20: 41-46.

BENTO, I. C.; ESTEVES, J. M. M.; FRANÇA, T. E. **Alimentação saudável e dificuldades para torná-la uma realidade: percepções de pais/responsáveis por pré-escolares de uma creche em Belo Horizonte/MG, Brasil**. *Revista de Ciência e Saúde Coletiva*, 20 (8):2389-2400; 2015.

CASTRO, I. R. R; CARDOSO, L. O; ENGSTROM, E. M; LEVY, R. B; MONTEIRO, C. A; Vigilância de fatores de risco para doenças não transmissíveis entre adolescentes: a experiência da cidade do Rio de Janeiro, Brasil. *Caderno Saúde Pública*, v. 24, n.10, p. 2279 – 2288, 2008.

COTTA, R. M. M.; MACHADO, J. C. Programa Bolsa Família e segurança alimentar e nutricional no Brasil: revisão crítica de literatura. **Panam Salud Publica**, v. 33, n. 1, p. 54-60, 2013.

Costa, M. C. D, CORDONI JUNIOR, L; MATSUO, T. Hábito alimentar de escolares adolescentes de um município do oeste do Paraná. *Revista de Nutrição*, v.20, p.461-471, 2007.

COSTA, L da CF, VASCONCELOS F de AG de Curso ACT. Fatores associados ao consumo adequado de frutas e hortaliças em escolares de Santa Catarina, Brasil. *Cad. Saúde Pública*; 2012;

EMBRAPA- Empresa Brasileira de pesquisa Agropecuária. Disponível em: infoteca.cnptia.embrapa.br/infoteca/handle/doc/97609. Acesso em: 24 mar 2024.

EMBRAPA - Empresa Brasileira de Pesquisa Agropecuária. Disponível em: www.embrapa.br/busca-de-noticias/-/noticia/56533086/artigo---por-que-devemos-consumir-mais-hortalicas. Acesso em: 6 abr 2023.

FAO, IFAD, UNICEF, WFP and WHO. 2019. **The State of Food Security and Nutrition in the World 2019**. Safeguarding against economic slowdowns and downturns. Rome, FAO. 2019.

FRANCA, C.; COLARES, V. Estudo comparativo de condutas de saúde entre universitários no início e no final do curso. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 42, n. 3, p. 420-427, 2008

FERGUSON, M. **A conspiração aquariana**. Rio de Janeiro: Record, 1997.

FERREIRA, A. F.; CHIARA, V. L.; KUSCHNIR, M. C. C. Alimentação saudável na adolescência: consumo de frutas e hortaliças entre adolescentes brasileiros. **Adolescência & Saúde**. v. 4, n. 2, p. 48-52, 2007.

FIGUEIRA, R.; LOPES, A. C. S.; MODENA, C. M. Barreiras e fatores promotores do consumo de frutas e hortaliças entre usuários do Programa Academia da Saúde. **Revista de Nutrição**, v. 29, n. 1 p. 85- 95, 2016.

GRANDE L.; LUZ, J. M. Q; MELO, B.; LANA RMQ; CARVALHO JOM. O cultivo protegido de hortaliças em Uberlândia-MG. **Horticultura Brasileira**, v.21, p. 241-244, 2003.

GREENWOOD, S. A. **Educação alimentar e nutricional e o livro didático: caminhos percorridos e objetivos perseguidos**. 2014. Dissertação (Mestrado em Educação em Ciências e Saúde) – Núcleo de Tecnologia Educacional para a Saúde, Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2014. Disponível em: <<http://ptdocz.com/doc/126402/educa%C3%A7%C3%A3o-alimentar-enutricional-e-o-livro-did%C3%A1tico->>. Acesso em: 18 março 2024.

JÚNIOR, C. S. SASSON, C. **Biologia**. 8 ed. - São Paulo: Saraiva, 2005.

LEVY, R.B.; CASTRO, R. R.; CARDOSO, L. O.; TAVARES, L. F.; SARDINHA, L. M. V.; GOMES, F. S.; et al. Consumo e comportamento alimentar entre adolescentes brasileiros: **Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE)**, 2009. **Ciencia & Saude Coletiva**, v.15, (Suppl 2): S3085-97, 2010.

LORSON, B.A.; MELGAR-QUINONEZ, H. R.; TAYLOR, C. A; correlates of fruit and vegetable intakes in US children. **J Am Diet Assoc**, v.109, n. 3, p. 474- 478, 2009.

MACEDO, S. G. Avaliação institucional na UNIVALI: perfil socioeconômico e cultural dos acadêmicos de graduação da UNIVALI-1999. **Cadernos de Avaliação Institucional – UNIVALI**, Itajaí, v. 5, n. 1, p. 1-55, 2000.

MAGAREY, A, Daniels LA, Smith A. Fruit and vegetable intakes of Australians aged 2-18 years: an evaluation of the 1995 National Nutrition Survey data. *Aust N Z J Public Health*, v. 25, n. 2, p. 155-161, 2001.

MENDES, F.S. V.; PRIORE, S. E.; RIBEIRO, S.M.R. et al. **Avaliação do estilo de vida e condições nutricionais de adolescentes atendidos em um programa específico**. *Revista Nutrição em Pauta*, n.2, p.20-24, 2001.

KIMURA, AYA H. Food education as food literacy: privatized and gendered food knowledge in contemporary Japan. **Agriculture and Human Values**, v.28, n.4 p. 465-482, 2011.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE (OPAS). **Doenças crônicas degenerativas e obesidade**: Estratégia mundial sobre alimentação saudável, atividade física e saúde. Brasília: OPAS; 2003.

PERSPECTIVA. **EXCESSO DE PESO EM ADULTOS ATENDIDOS EM UMA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE NO MUNICÍPIO DE SELBACH (RS)**. Erechim: v. 41, n. 153, p. 19-29, mar. 2017.

RASBRAN - **Revista da Associação Brasileira de Nutrição**. São Paulo, SP, Ano 10, n. 1, p. 81-86, 2019.

ROTHES, I. A.; CUNHA, S. Dimensão simbólica e afetiva da alimentação. Escolha alimentar: uma experiência multidimensional. **A redução das assimetrias sociais no acesso à alimentação e à saúde: Políticas e práticas**, v. 418 n. 793, p. 42-50, 2016.

RODRIGUES, M. L. C. **Alimentação e nutrição no Brasil**. Brasília: Universidade de Brasília, 2009. Disponível em: portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/profunc/aliment.pdf>. Acesso em: 14 abr. 2020.

SANTOS, M. J. D.; AZEVEDO, T. A. O.; FREIRI, J. L. O.; ARNAUD, D. K. L.; REIS, F. L. A. M. Horta Escolar Agroecológica: Incentivadora da aprendizagem e de mudanças de hábitos alimentares no Ensino Fundamental. *Holos*, v. 4, n. 30, p. 278-290, 2014.

SILVA, D. A. S.; SILVA, R. J. D. S. Associação entre prática de atividade física com consumo de frutas, verduras e legumes em adolescentes do Nordeste do Brasil. **Revista Paulista de Pediatria**, Elsevier, 2015. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rpp/v33n2/pt_0103-0582-rpp-33-02-00167.pdf>. Acesso em: 15 abril 2024.

SUMMITAGRO ESTADAO.DISPONÍVEL: summitagro.estadao.com.br/noticias-do-campo/olericultura-brasil-produz-5-milhoes-de-toneladas-de-hortalicas/#:~:text=O%20Brasil%20movimentou%20mais%20de,R%24%20269%20bilh%C3%B5es%20por%20ano. Acesso em 24 de jun 2024.

TEIXEIRA, B. D. A. **Caracterização dos fatores de escolha e compra de frutas e Hortaliças pela população adulta do Distrito Federal**. UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA. DEPARTAMENTO DE NUTRIÇÃO. PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO HUMANA. BRASÍLIA, 2013. Disponível em: <http://repositorio.unb.br/bitstream/10482/14659/1/2013_BarbaraDeAlencarTeixeira.pdf> Acesso em: 26 março 2024.

UNIVANTES. Disponível em: www.univates.br/editora-univates/media/publicacoes/387/pdf_387.pdf#page=64. Acesso em 02 mar 2024

VIEIRA, M. V.; DEL CIAMPO, I. R. L.; DEL CIAMPO, L. A. Food consumption among healthy and overweight adolescents. **Revista brasileira de crescimento desenvolvimento humano**, v.24, n.2, p.157-162, 2014.

World Health Organization. Diet, nutrition and the prevention of chronic diseases. Geneva: **OMS**; 2003.