

FATORES PERCECIONADOS PELOS ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO SOBRE O PEQUENO-ALMOÇO DE CRIANÇAS DO 1º CICLO EB - PROGRAMA MUN-SI OEIRAS 2023/2024

Carolina Alves¹; Maria de Fátima Martins²; Marta Gaspar²; Ana Rito^{2,3}

¹Instituto Politécnico de Leiria- Escola Superior de Saúde de Leiria, Campus 2 - Morro do Lena, Alto do Vieiro - Apartado 4137, 2411-901 Leiria;

²Centro de Estudos e Investigação em Dinâmicas Sociais e Saúde, Avenida Padre Cruz, 1649-016 Lisboa, Portugal;

³Centro Colaborativo da OMS para a Nutrição e Obesidade Infantil- DAN/INSA- Avenida Padre Cruz, 1649-016 Lisboa, Portugal.

Introdução

O Programa MUN-SI desenvolve-se anualmente no Município de Oeiras em crianças do 3º e 4º ano de escolaridade do 1º ciclo do Ensino Básico, com o objetivo de promover atitudes e comportamentos mais saudáveis, ao nível dos hábitos alimentares¹. O consumo regular do pequeno-almoço (PA) tem sido associado à **manutenção de um peso saudável, redução do risco de doenças cardiovasculares e benefícios cognitivos para as crianças**²⁻⁵. Apesar da maioria das crianças portuguesas consumirem esta refeição diariamente, existe ainda uma percentagem relevante de crianças que não o fazem⁶.

Objetivo

Analisar os fatores percecionados pelos Encarregados de Educação (EE) sobre o PA das crianças participantes no programa MUN-SI Oeiras 2023/2024 (MUNSI-O).

Metodologia

Estudo **observacional transversal** dirigido aos EE de crianças inscritas no MUNSI-O. As variáveis relacionadas sobre a **importância, frequência e barreiras** para a toma de PA pelas crianças, foram recolhidas através de um Questionário Família. Foram analisadas medidas de dispersão, frequências absolutas (n) e relativas (%).



Resultados

Participaram no estudo 78 EE. **Todos consideraram o consumo do PA importante** para os seus educandos. A maioria dos EE (65,4%) **oferece PA todos os dias aos seus educandos**, enquanto **16,7% referiram nunca oferecer**. As principais barreiras identificadas para a oferta do PA foram a **falta de apetite das crianças pela manhã (15,4%)** e **falta de tempo dos EE (6,4%)**. A maioria dos inquiridos (76,9%) **referiu não sentir nenhuma barreira e nenhum dos EE mencionou o seu próprio hábito de não tomar o PA como um impedimento para oferecer esta refeição às suas crianças**.

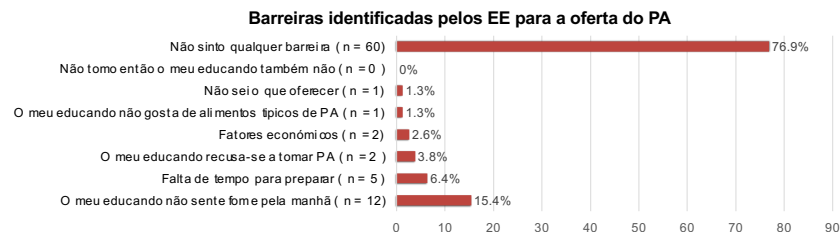


Figura 1. Barreiras identificadas pelos EE para a oferta do PA aos seus educandos.

Conclusão

Os resultados deste estudo evidenciam a necessidade de desenvolver e implementar medidas abrangentes que promovam e facilitem o consumo do PA pelas crianças. A implementação de **programas contínuos e abrangentes de nutrição comunitária nas escolas**, como o Programa MUN-SI, podem contribuir para a melhoria dos hábitos alimentares das crianças.

Referências

- Rito A, Lopes D, Baleia J, Mendes S. Impacto de uma década de um programa de base comunitária em meio escolar, na obesidade infantil em Portugal: MUN-SI 2008-2018. Acta Port Nutr. 2020 Jun 22. Disponível em: <https://dx.doi.org/10.21011/agn.2020.2111>
- Blondin SA, Anzman-Frasca S, Djang HC, Economos CD. Breakfast consumption and adiposity among children and adolescents: an updated review of the literature. 2016. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1111/ago.12082>
- Wang S, Schwartz MB, Shebli FM, Read M, Henderson KE, Ickovics AJR. School breakfast and body mass index: a longitudinal observational study of middle school students. 2016. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1111/ago.12127>
- Ramsay SA, Bloch TD, Shriver LH, Spees CK, Taylor CA. Skipping breakfast is associated with lower diet quality in young US children. 2018. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1038/s41430-018-0084-3>
- Lundqvist M, Vogel NE, Levin L-A. Effects of eating breakfast on children and adolescents: a systematic review of potentially relevant outcomes in economic evaluations. 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.2471/BLT.18.061618>
- Rito A, Mendes S, Figueira I, Faria MC, Carvalho R, Santos T, et al. Childhood Obesity Surveillance Initiative: COSI Portugal 2022. 2023