



Trabalhos Científicos

Título: Realização Do Desjejum Entre Adolescentes E Sua Relação Com O Consumo Alimentar

Autores: POLLYANNA COSTA CARDOSO PIRES (UFJF-CGV); JULIANA SANTANA LAZARINI (UFJF-CGV); NATHÁLIA LUÍZA FERREIRA (FACULDADE PITÁGORAS-BH); NILCEMAR RODRIGUES CARVALHO CRUZ (UFJF-CGV); GISELE QUEIROZ CARVALHO (UFJF-CGV)

Resumo: É frequente, na fase da adolescência, a adoção de padrões alimentares inadequados, particularmente a omissão do desjejum, que pode resultar em riscos à saúde atual e futura. Este estudo teve como objetivo avaliar a realização do desjejum em amostra representativa de adolescentes brasileiros avaliados na Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE 2015) e fatores associados a essa prática. Foram analisados dados sociodemográficos e relativos ao consumo alimentar (alimentos marcadores de alimentação saudável – MAS; e marcadores de alimentação não saudável – MANS). Realizou-se análise dos dados, com apresentação das frequências e intervalos de confiança de 95, e teste Qui-quadrado para associações. Considerou-se consumo regular, a ingestão por 5 dias ou mais durante a semana, ao passo que o consumo de 4 dias ou menos foi considerado irregular. A realização regular do desjejum foi relatada por 64,4 dos estudantes, e mais de 1/5 afirmou realizar a refeição raramente (20,6). Maior prevalência do consumo regular foi observada entre os adolescentes do sexo masculino ($p=0,001$); as adolescentes com 8804;13 anos de idade ($p=0,533$); entre aqueles que relataram que suas mães não estudaram ($p=0,001$); e aqueles que não residiam nas capitais dos estados ($p=0,001$). Os adolescentes que relataram realizar regularmente o desjejum apresentaram maior prevalência de consumo também regular dos alimentos MAS ($p=0,001$) - feijão (67,8 vs. 59,1 entre aqueles que não realizam regularmente o desjejum), hortaliças (69,1 vs. 61,5) e frutas (70,8 vs. 61,3); e menor consumo dos alimentos MANS ($p=0,001$) - salgados fritos (60,9 vs. 64,9 entre aqueles que não realizam regularmente o desjejum), guloseimas (60,9 vs. 66,8), refrigerantes (60,2 vs. 65,9), ultraprocessados (61,7 vs. 65,6) e fast-food (62,3 vs. 64,5). Diante disso, estratégias de educação alimentar e nutricional devem ser utilizadas, de forma eficaz, para superar os obstáculos de não realização do desjejum, diariamente, pelos adolescentes.