

Avaliação de atitudes e comportamentos alimentares em adolescentes de uma comunidade escolar

Pires, Lurdes¹; Fernandes, Adília¹; Pereira, Ana¹

¹Instituto Politécnico de Bragança-Escola Superior de Saúde



amgpereira@ipb.pt



Introdução

A alimentação é essencial e fundamental para o crescimento e desenvolvimento humano, é uma necessidade humana básica. As atitudes e comportamentos alimentares são adquiridos e desenvolvidos ao longo da vida, desde a infância e adolescência por intuição do seio familiar e da sociedade. O padrão alimentar, traduzido pelas atitudes alimentares, é gerado por um processo de desenvolvimento e socialização, é o resultado de influências familiares, sociais, conhecimento escolar e acesso à multiculturalidade (Vaz, Silva, Rego & Viana, 2010). Existe, por vezes, pressão sociocultural que estabelece padrões corporais magros, persuadindo os adolescentes a procurar alcançar a aparência física perfeita. Para isso, alteram o padrão alimentar, orientado por atitudes alimentares inadequadas, originando distúrbios do comportamento alimentar, alterando o consumo ou absorção dos alimentos, provocando malefícios para a saúde física ou atividades psicossociais (Martins, Nunes & Noronha, 2008).

Palavras Chave: Adolescentes, Atitudes Alimentares, Children's Eating Attitude Test

Objetivos

Avaliar atitudes e comportamentos alimentares (CA) em adolescentes de uma comunidade escolar.

Métodos

Estudo observacional, analítico e transversal. Recorreu-se a uma amostra não probabilística. Foi aplicado um questionário que incluía a escala Children's Eating Attitude Test – Maloney *et al.* (1998), validada para a população Portuguesa por Teixeira *et al.* (2012). As alterações do CA foram divididas em 3 subescalas: aspetos relativos ao cumprimento da dieta; preocupação com a comida e bulimia e controlo da ingestão alimentar. Considerou-se o valor \geq a 20, na pontuação total, como ponto de corte para alterações severas do CA; scores $\geq 10 < 20$ indicam alterações moderadas do CA e < 10 CA normais.

Resultados

Foram avaliados 75 alunos, apresentavam idade média de 16,4 anos \pm 1,22 anos. A atividade física extracurricular é realizada por 58,7% dos inquiridos.

42,7% (32) eram do sexo masculino e 57,3% (43) do sexo feminino (Fig.1).

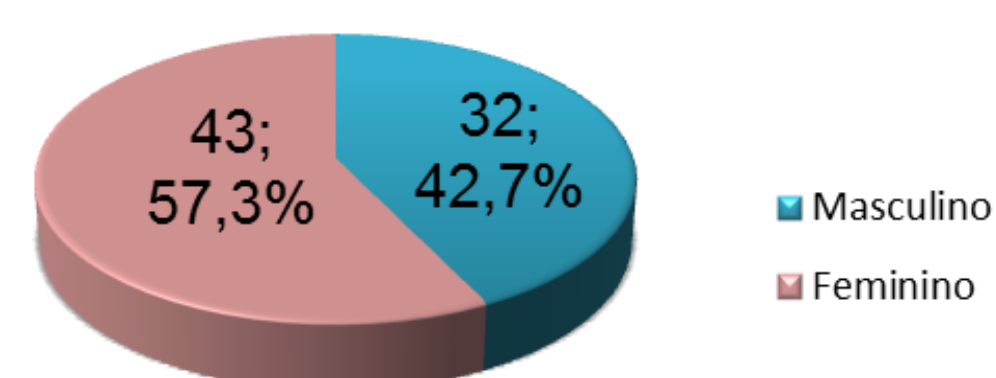


Figura 1- Distribuição por sexo

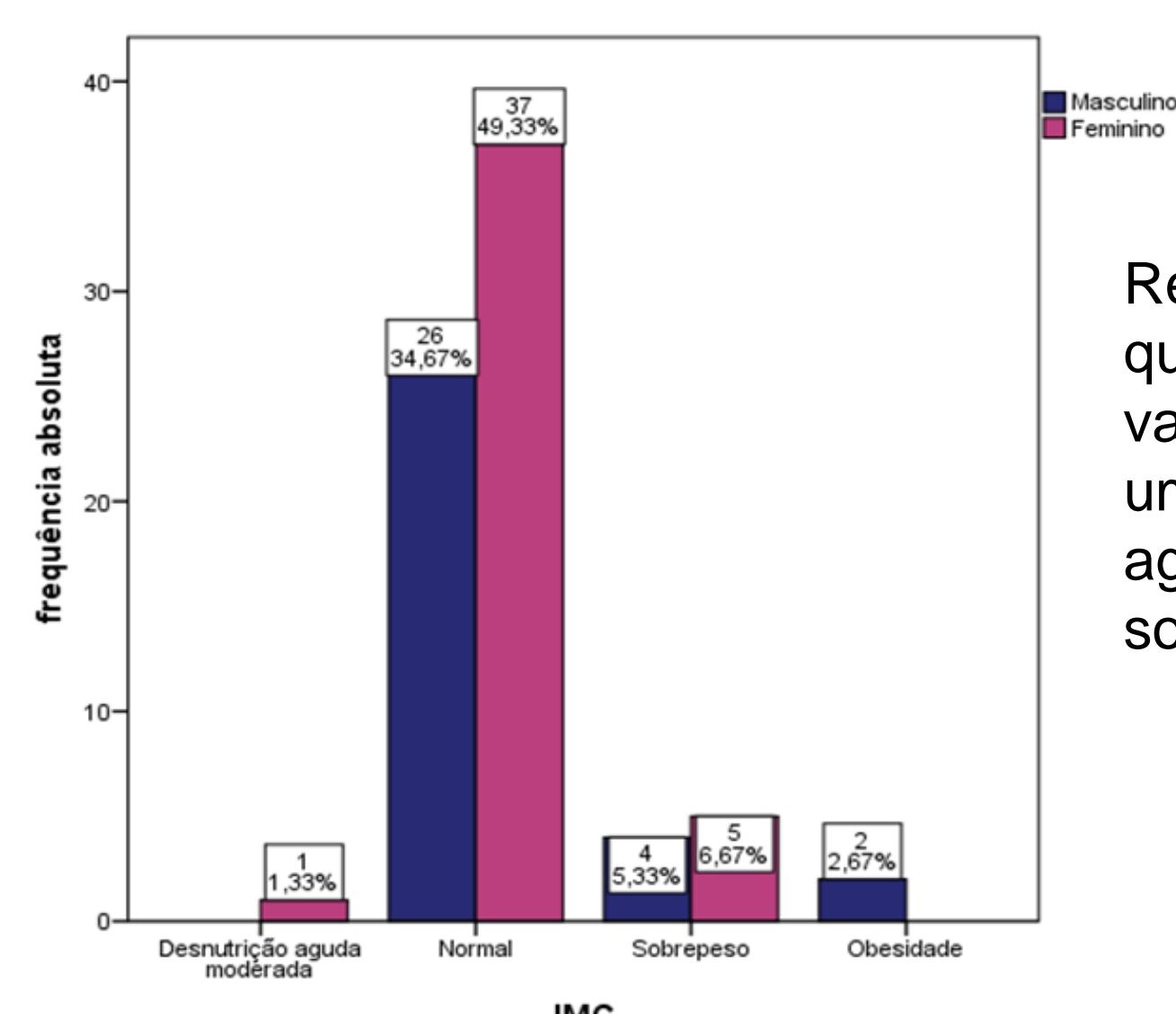


Figura 2 – Distribuição da amostra relativa ao IMC

Relativamente ao IMC verificou-se que 63 adolescentes apresentavam valores normais. Houve registo de uma rapariga com desnutrição aguda moderada e 11 casos com sobrepeso/obesidade (Fig.2).

Relativamente à caracterização global da escala TAAc, verifica-se consistência interna razoável, exceto na dimensão “Controlo da ingestão alimentar” que apresenta coeficiente alpha de Cronbach inferior a 0,6. Todas as dimensões da escala apresentam valores médios baixos (Tabela 1).

Tabela 1 - Caracterização global da escala TAAc

	Alpha de Cronbach	Amplitude teórica	Média (desvio padrão)	Coefficiente de variação
Aspetos relativos ao cumprimento dieta	0,739	0 - 39	4,28 (4,76)	111,21%
Preocupação com comida e bulimia	0,732	0 - 18	2,01 (3,19)	158,71%
Controlo da ingestão alimentar	0,454	0 - 21	2,91 (2,74)	94,16%
TAAc	0,771	0 - 78	9,20 (7,81)	84,89%

A caracterização global da escala revela em todas as dimensões valores médios inferiores a 10. Consta-se que as atitudes alimentares são estatisticamente idênticas entre rapazes e raparigas ($p= 0,359$). Relativamente ao ano de escolaridade, observam-se diferenças estatisticamente significativas na dimensão controlo da ingestão alimentar, apresentando os alunos do 11º ano os resultados mais elevados ($p= 0,007$). Relativamente à prática de exercício físico concluiu-se que, as atitudes alimentares são idênticas entre os alunos que praticam exercício físico extracurricular e os alunos que não praticam ($p=0,948$) (Tabela 2).

Tabela 2 - Comparação entre grupos independentes

Variáveis	Opção	Cumprimento da dieta	Preocupação com comida e bulimia	Controlo da ingestão alimentar	TAAc
Sexo	Masculino	3,65	1,84	2,91	8,41
	Média (S)	(4,06)	(3,29)	(2,97)	(7,47)
	Feminino	4,74	2,14	2,91	9,79
	Média (S)	(5,22)	(3,15)	(2,60)	(8,08)
	Mann-Whitney (p)	0,578	0,402	0,765	0,359
Ano escolaridade	10º ano	3,60	1,50	1,97(2,19)	7,07
	Média (S)	(3,43)	(2,32)		(5,63)
	11º ano	5,67	1,81	4,33(2,76)	11,81
	Média (S)	(6,52)	(2,52)		(7,73)
	12º ano	3,92	2,83(4,41)	2,83(2,91)	9,58
	Média (S)	(4,32)			(9,58)
	Kruskal Wallis(p)	0,882	0,753	0,007	0,060
IMC	Normal	4,41	1,94	2,76	9,11
	Média (S)	(5,02)	(3,07)	(2,79)	(8,12)
	Sobrepeso/Obesidade	3,91	2,36	3,27	9,55
	Média (S)	(3,08)	(4,11)	(2,15)	(6,44)
	Mann-Whitney (p)	0,560	0,873	0,298	0,578
Prática de exercício físico	Sim	4,41	2,02	2,86	9,30
	Média (S)	(4,68)	(3,14)	(2,88)	(8,07)
	Não	4,10	2,00	2,97	9,06
	Média (S)	(4,95)	(3,32)	(2,56)	(7,55)
	Mann-Whitney (p)	0,504	0,981	0,659	0,948

Conclusões

Os resultados revelam valores médios baixos tanto ao nível da escala global como das respetivas subescalas o que traduz comportamentos alimentares normais. Independente da presença ou não de alterações do comportamento alimentar, é pertinente apostar em ações educativas, visando prevenir o seu aparecimento, contribuindo para a qualidade de vida dos adolescentes.

Referências Bibliográficas

- Martins, D.F., Nunes, M.F.O. & Noronha, A.P.P. (2008). Satisfação com a imagem corporal e autoconceito em adolescentes. *Psicologia: Teoria e Prática*. 10(2): 94-105. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/ptp/v10n2/v10n2a08.pdf>
- Vaz, A., Silva, D., Rego, C. & Viana, V. (2010). Determinantes comportamentais em crianças e adolescentes com diagnóstico de obesidade. *Alimentação Humana. Revista da SPCNA*, 16(2). Disponível em: [file:///C:/Users/silva/Downloads/REV_2010_2_031-036_RAH_2010_n2_4%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/silva/Downloads/REV_2010_2_031-036_RAH_2010_n2_4%20(1).pdf)