

# *Avaliação da qualidade dos lanches consumidos por escolares de uma escola pública e particular do município de Viradouro/SP*

## *Evaluation of the quality of snacks consumed by schoolchildren of a public and private school in the municipality of Viradouro/SP*

Kaline Rodrigues Galione<sup>1</sup>, Camilla Martins Avi<sup>2</sup>

1. *Graduanda em Nutrição. Centro Universitário Unifafibe. Bebedouro/SP.*

*Email: kallinerodrigues.kr@gmail.com*

2. *Mestre em Alimentos e Nutrição. Centro Universitário Unifafibe. Bebedouro/SP.*

*Email: camilla\_avi@hotmail.com*

### **Resumo**

**Introdução:** a incidência de obesidade aumentou nos últimos anos e as crianças são vítimas desse crescimento, pois consomem na escola e em casa lanches industrializados. **Objetivo:** avaliar os lanches consumidos por escolares de uma escola pública e uma escola particular do município de Viradouro-SP. **Método:** os dados foram obtidos em visitas às escolas onde foi aplicado um questionário de frequência alimentar e foram coletados dados antropométricos (peso e estatura) e sociodemográficos. A avaliação antropométrica foi realizada por meio do Índice de Massa Corporal por idade (IMC/I) e estatura por idade (E/I). **Resultados:** 60% dos escolares da escola pública e 55,55% dos escolares da escola particular apresentam estado de atenção quanto à alimentação. Em relação à antropometria, no índice IMC/I foi encontrado que 27,77% das crianças com sobrepeso e 22,22% obesidade na escola particular e, para o mesmo índice, 24,44% de sobrepeso e 17,77% de obesidade na escola pública. Classificou-se como eutróficas 44,44% dos escolares matriculados em escola pública e 41,66% na escola particular. Quanto aos lanches, 24,44% dos escolares da escola pública consumiram alimentos *in natura*/minimamente processados e o mesmo ocorreu para 11,11% dos escolares da escola particular. Para a classificação da renda, a média encontrada na escola pública foi de R\$ 2.263,00 e na escola particular, R\$ 4.554,00. **Conclusão:** os escolares da escola pública apresentaram estado nutricional mais adequado comparado aos da escola particular e os lanches consumidos apresentaram diferença entre as duas escolas, possivelmente pelo acesso dos alunos da escola pública à merenda escolar. Acredita-se que a renda não interferiu positivamente, pois os escolares de maior renda não apresentaram escolhas mais saudáveis.

**Palavras chave:** *obesidade infantil, alimentos industrializados, alimentação escolar, hábitos alimentares.*

### **Abstract**

**Introduction:** The incidence of obesity has increased in recent years and children are victims of this growth, as they consume at school and at home industrialized snacks. **Objective:** to evaluate snacks consumed by schoolchildren of a public school and a private school in the municipality of Viradouro-SP. **Method:** data were obtained at school visits where a food frequency questionnaire was applied and anthropometric data (weight and height) and socio-demographic data were collected. The anthropometric evaluation was performed using the Body Mass Index by age (BMI / I) and height for age (E / I). **Results:** 60% of the students in the public school and 55.55% of the students of the private school show a state of attention regarding food. Regarding anthropometry, the IMC / I index found that 27.77% of the overweight and 22.22% of the overweight and 17.77% of the obese children were overweight in the private school and, for the same index, 24.44% in public school. 44.44% of the students enrolled in public schools and 41.66% in the private school were classified as eutrophic. As for snacks, 24.44% of the schoolchildren in the public school consumed *in natura* / minimally processed food and the same occurred in 11.11% of the private school students. For the classification of income, the average found in the public school was R \$ 2,263.00 and in the private school, R \$ 4,554.00. **Conclusion:** schoolchildren in the public school presented a more adequate nutritional status compared to the private school and the snacks consumed showed a difference between the two schools, possibly due to the access of students from the public school to school meals. It is believed that the income did not interfere positively, since the students of higher income did not present healthier choices.

**Keywords:** *obesity, industrialized foods, school feeding, eating habits.*

## Introdução

Com as diversas mudanças sofridas nas últimas décadas, observou-se que no Brasil e em países desenvolvidos houve uma grande transição nos hábitos alimentares da população em geral e principalmente das crianças, onde ocorreu um aumento significativo no consumo de alimentos industrializados em paralelo à obesidade e à desnutrição (MATUK et al., 2011).

Esse aumento está fortemente ligado com a grande mudança do perfil familiar, que mantinha as mulheres em casa cozinhando que, hoje em dia, saem para trabalhar fora e dão preferência por alimentos que ficam prontos mais rápido e possuem uma boa aceitação principalmente das crianças (AQUINO; PHILIPPI, 2002).

Estudos realizados com intuito de identificar o estado nutricional de escolares trouxeram resultados negativos quanto ao seu estado nutricional, e mostraram que uma em cada três crianças apresenta excesso de peso e 14% do total estão obesas (AZAMBUJA et al., 2012).

A escola é um local importante na formação de hábitos alimentares, uma vez que neste local as crianças passam grande parte do dia e realizam algumas das principais refeições, com os alimentos trazidos de casa ou adquiridos nas próprias cantinas. Há uma grande necessidade de ações educacionais voltadas ao treinamento das pessoas envolvidas com as cantinas escolares, juntamente com os pais e responsáveis, que visem o fornecimento de alimentos mais saudáveis. Com base nisso, torna-se necessário um estudo sobre esses lanches para melhor entendimento quanto a qualidade nutricional dos mesmos (MATUK et al., 2011; REIS; VASCONCELOS; BARROS, 2011).

É importante ressaltar que uma alimentação adequada e balanceada fornece energia necessária para desempenhar funções importantes do corpo, como ler e estudar. As crianças e os adolescentes são os grupos mais lesados por esse consumo alimentar inadequado, devido ao gasto energético elevado e principalmente por serem influenciadas pela mídia que preza cada vez mais por promover esse tipo de alimento (AQUINO; PHILIPPI, 2002; CONCEIÇÃO et al., 2010).

A escolha correta pelo alimento, seja ele *in natura* ou até mesmo o industrializado, depende do nível socioeconômico e cultural em que o escolar esteja inserido, como também do conhecimento, cuidado e disponibilidade da mãe ou responsável. Com isso, é importante que essa escolha seja consciente, para evitar hábitos alimentares incorretos, independentemente do nível socioeconômico da família (AQUINO; PHILIPPI, 2002).

O Ministério da Saúde (MS) juntamente com países da América Latina vem adotando estratégias para minimizar a incidência da obesidade, como por exemplo, adequar a quantidade de sódio, açúcares e

gorduras nos alimentos processados juntamente com a importância da identificação frontal nos rótulos alertando quanto aos prejuízos à saúde na ingestão dos mesmos, maior investimento na educação nutricional, estímulo à atividade física nas escolas e regulamentação das cantinas escolares visando a proibição da venda de alimentos inadequados no ambiente escolar (BRASIL, 2017).

Levando em consideração a influência desses lanches na qualidade de vida das crianças e visando a melhoria do estado nutricional e dos hábitos alimentares dos escolares, é de extrema importância uma boa avaliação antropométrica e dos hábitos alimentares, a fim de promover reeducação alimentar e escolhas adequadas dos alimentos, bem como prevenir problemas futuros, como as DCNTs. Sendo assim, o presente estudo teve como objetivo avaliar a qualidade dos lanches levados por escolares de uma escola pública e particular do município de Viradouro-SP.

## Métodos

Trata-se de um estudo de caráter descritivo, de corte transversal, do tipo observacional, realizado com 45 crianças matriculadas em uma escola pública e 36 matriculadas em uma escola particular, de ambos os sexos, tendo elas de 6 a 10 anos.

O estudo foi submetido para aprovação do Comitê de Ética e Pesquisa do Centro Universitário Unifafibe, para atender as exigências do Ministério da Saúde (MS), contidas na Resolução 466/12, que regulamenta pesquisas envolvendo pesquisas com seres humanos (BRASIL, 2012) e foi aprovado sob o número de CAAE: 67739517.4.0000.5387

Para desenvolvimento da pesquisa, foram coletados dados antropométricos de peso e estatura, e dados dietéticos que foram avaliados através de um Questionário de Frequência Alimentar (QFA). Foram realizadas visitas às escolas para análise qualitativa das lancheiras dos alunos.

Para realizar a técnica de pesagem, foi utilizada uma balança digital MILLENIU® com capacidade para 120 kg, que foi zerada antes da criança se posicionar ao centro da mesma. A criança foi posicionada no centro da balança, com o mínimo de roupa, descalça, ereta, com os pés juntos e os braços esticados ao longo do corpo, devendo-se manter parada nessa posição por pouco tempo (BRASIL, 2011). Após fixação do peso no leitor, o resultado foi anotado em uma ficha de apresentação, que também continha dados como nome da criança, data de nascimento, data da coleta de dados e nome do responsável.

Para aferir a estatura, foi utilizada fita métrica fixada em uma parede lisa, sem rodapé. A criança ficou de pé, encostada na fita, descalça e com a cabeça livre de adereços (tiaras, bonés, etc.), com os braços esticados ao longo do corpo, com a cabeça erguida e olhando para um ponto fixo na altura dos olhos. Sua

cabeça foi posicionada no plano de Frankfurt (margem inferior da abertura do orbital e a margem superior do meatus auditivo externo ficaram em uma mesma linha horizontal). As pernas ficaram paralelas, e os pés formando um ângulo reto (BRASIL, 2011). Após observada a altura, o resultado foi anotado em uma ficha de apresentação do aluno.

Para análise de peso e estatura e diagnóstico nutricional foram utilizados os índices de Estatura para Idade (E/I) e Índice de Massa Corporal para Idade (IMC/I) preconizados pelo MS (2011) de acordo com o sexo e idade da criança para avaliação dos dados antropométricos, que apresentaram como referência o Escore Z (BRASIL, 2011).

Quanto aos dados socioeconômicos, foi entregue aos pais um questionário de desenvolvimento próprio, contendo 18 perguntas simples e objetivas que deveria ser respondido e entregue na escola no dia posterior (AZAMBUJA et al., 2013).

A frequência alimentar foi avaliada diante de um QFA modificado do Guia Alimentar Saudável do (MS), contendo 10 perguntas simples e objetivas que pontuava as respostas de acordo com a ingestão de frutas, verduras, legumes, carnes, ovos, leite, cereais, leguminosas, tubérculos, açúcares, óleos e gorduras, e as refeições do dia como, café da manhã, almoço, jantar e os lanches intermediários. A pontuação foi classificada de modo que de 0 a 9 pontos: mudar os hábitos alimentares; de 10 a 14 pontos: atenção com os hábitos alimentares; de 15 a 20 pontos: caminho correto para alimentação saudável (BRASIL, 2012).

Para análise das lancheiras, realizou-se visitas as respectivas escolas em dias alternados durante duas semanas. Os alunos foram chamados individualmente, os mesmos abriam suas lancheiras e os lanches eram anotados na ficha de apresentação. A classificação dos lanches foi avaliada através de grupos alimentares como *in natura*/minimamente processados, processados e ultra processados, de acordo com o novo Guia Alimentar da População Brasileira (MATUK et al., 2011), (BRASIL, 2014).

As análises estatísticas foram realizadas através de porcentagem, medidas de tendência central e medidas de dispersão (CARVALHO, 2017).

Todos os resultados obtidos foram digitados em banco de dados no Programa Microsoft Office Excel e avaliados por meio de estatística descritiva.

## Resultados

A amostra da presente pesquisa, contou com 81 escolares de 6 a 10 anos de ambos os sexos. Em relação à aplicação do QFA, com os resultados obtidos foi possível observar que, os escolares da rede particular apresentaram melhores hábitos alimentares quando comparados aos escolares da rede pública, como mostra a Tabela 1.

**Tabela 1.** Acertos no preenchimento do Questionário de Frequência Alimentar por crianças de 6 a 10 anos de escolas pública e particular. Viradouro/ SP, 2017.

Escola	Classificação	Meninas		Meninos	
		n	%	n	%
Pública	0 a 9 pontos	3	11,53	0	0,00
	10 a 14 pontos	14	53,85	13	68,42
	15 a 20 pontos	9	34,62	6	31,58
	<b>Total</b>	<b>26</b>	<b>100</b>	<b>19</b>	<b>100</b>
Particular	0 a 9 pontos	0	0,00	0	0,00
	10 a 14 pontos	11	55,00	9	56,25
	15 a 20 pontos	9	45,00	7	43,75
	<b>Total</b>	<b>20</b>	<b>100,00</b>	<b>16</b>	<b>100,00</b>

Esse questionário caracterizou o consumo dos alimentos como pães, cereais e tubérculos; carnes e ovos; laticínios, açúcares e doces; leguminosas; frutas e hortaliças; e a quantidade de refeições realizadas ao longo do dia.

Observou-se também, que as meninas da rede pública e da rede particular, apresentaram melhores resultados, sendo de 34,62% e 45,00% respectivamente, quando comparadas aos meninos.

Um estudo realizado por Conceição et al. (2010) que avaliou o consumo alimentar de escolares da rede pública e privada, observou que houve maior consumo de alimentos *in natura*/minimamente processado como arroz, feijão e frutas, pelos escolares da rede pública e maior consumo de alimentos processados e ultra processados como pães, biscoitos, doces, refrigerantes, salgados, salgadinhos e sorvetes pelos escolares da rede particular.

Houve maior prevalência no consumo de suco natural, carnes e leite pelos escolares da rede particular, em contrapartida, maior consumo de suco industrializado e embutidos pelos escolares da rede pública.

Em estudo realizado por Neutzling et al. (2010) que caracterizou o consumo alimentar de 2.290 escolares de Pelotas/ RS no ano de 2004, obteve em seus resultados que houve maior consumo de alimentos como leite (58,9%) e frutas (5,5%) nas classes A e B, e maior consumo de alimentos como feijão (60,3%), batata frita (51,1%) e comidas com conservantes ou enlatadas (52,7%) nas classes D e E.

Neste contexto, observa-se que, no presente estudo a aquisição de alimentos como frutas, hortaliças, laticínios e carnes, dependem do nível socioeconômico visto que, nas famílias de maior poder aquisitivo estiveram mais presentes a aquisição e consumo dos alimentos *in natura*/minimamente processado, sendo um aspecto positivo, levando em consideração os benefícios a saúde dos escolares.

Em relação ao estado nutricional, para a variável de IMC/I, observou-se que, tanto na escola pública (n=13) quanto na escola particular (n=10), houve maior número de indivíduos eutróficos do sexo feminino, porém, para o sexo masculino, na escola pública (n=7), o número de eutróficos foi maior

(36,86%), comparado aos meninos eutróficos (n=5) da escola particular (31,25%).

Os achados mostraram que ambas as escolas, o sexo masculino apresentou maior número de obesidade, detalhados na Tabela 2.

**Tabela 2.** Estado nutricional, avaliado pelo índice IMC/I, de crianças de 6 a 10 anos em escolas pública e particular. Viradouro/ SP, 2017.

Escola	Classificação	Meninas		Meninos	
		n	%	n	%
Pública	Magreza				
	Acentuada	1	3,86	0	0,00
	Magreza	2	7,69	0	0,00
	Eutrofia	13	50,00	7	36,86
	Sobrepeso	5	19,23	6	31,57
	Obesidade	3	11,53	5	26,31
	Obesidade Grave	2	7,69	1	5,26
	<b>Total</b>	<b>26</b>	<b>100,00</b>	<b>19</b>	<b>100,00</b>
Particular	Magreza				
	Acentuada	0	0,00	0	0
	Magreza	1	5,00	0	0
	Eutrofia	10	50,00	5	31,25
	Sobrepeso	5	25,00	5	31,25
	Obesidade	4	20,00	4	25
	Obesidade Grave	0	0,00	2	12,5
	<b>Total</b>	<b>20</b>	<b>100,00</b>	<b>16</b>	<b>100</b>

Nota: IMC/I= Índice de Massa Corporal por Idade.

O estudo de Rodrigues et al. (2011) que visava avaliar o estado nutricional em escolares, observou maior prevalência de sobrepeso no sexo masculino (13,1%) quando comparado ao sexo feminino (7,5%). Porém, quanto a obesidade, observou-se 10,4% e 7,6% para as meninas e meninos respectivamente.

Bertin et al. (2010) realizaram um estudo prospectivo que visava caracterizar o estado nutricional de escolares de 8 a 10 anos. Em seus resultados pode-se observar maior prevalência de magreza no sexo feminino (4,4%), porém maior prevalência de eutrofia no sexo masculino (63,7%) quando comparado ao sexo feminino (63%). Para sobrepeso, houve maior prevalência no sexo feminino (24,4%) e para o sexo masculino (17,7%), classificando como melhor estado nutricional os escolares do sexo masculino. Esses resultados diferem do presente estudo pelo fato do sexo feminino de ambas as escolas apresentarem melhor estado nutricional quando comparado ao sexo masculino.

Quanto a E/I, todos os escolares encontram-se com a estatura adequada para idade em ambos os sexos e escolas.

Quanto aos lanches, entre os mais consumidos na escola particular, houve destaque para os salgadinhos de pacote, bolachas recheadas, bolo industrializado, suco industrializado, pão de queijo e refrigerantes totalizando 88,88% das lancheiras avaliadas na primeira visita e 80,55% na segunda visita. Houve também um pequeno consumo de suco natural de laranja, sanduíches de pão de forma e frutas

na primeira e segunda visita respectivamente 11,11% e 19,44%.

Para a escola pública houve consumo da merenda escolar, frutas e iogurtes, totalizando 24,44% da frequência nas duas visitas. Houve também o consumo de refrigerantes, salgadinhos de pacote, bolacha recheada e suco industrializado, totalizando 71,15% na primeira visita e 68,88% na segunda. A Tabela 3 mostra uma análise mais detalhada das lancheiras nas duas visitas.

**Tabela 3.** Análise das lancheiras de crianças de 6 a 10 anos em escolas pública e particular. Viradouro/SP, 2017.

Dia	Escola	Classificação	Meninas		Meninos	
			n	%	n	%
1º dia	Pública	In Natura	6	23,07	5	26,31
		Ultraprocessado	19	73,07	13	68,43
		Não levou lanche	1	3,86	1	5,26
		<b>Total</b>	<b>26</b>	<b>100,00</b>	<b>19</b>	<b>100,00</b>
	Particular	In Natura	3	15,00	1	6,25
		Ultraprocessado	17	85,00	15	93,75
Não levou lanche		0	0,00	0	0,00	
	<b>Total</b>	<b>20</b>	<b>100,00</b>	<b>16</b>	<b>100,00</b>	
2º dia	Pública	In Natura	4	15,38	7	36,85
		Ultraprocessados	21	80,76	10	52,63
		Não levou lanche	1	3,86	2	10,52
		<b>Total</b>	<b>26</b>	<b>100</b>	<b>19</b>	<b>100</b>
	Particular	In Natura	4	20,00	3	18,75
		Ultraprocessados	16	80,00	13	81,25
Não levou lanche		0	0,00	0	0,00	
	<b>Total</b>	<b>20</b>	<b>100,00</b>	<b>16</b>	<b>100,00</b>	

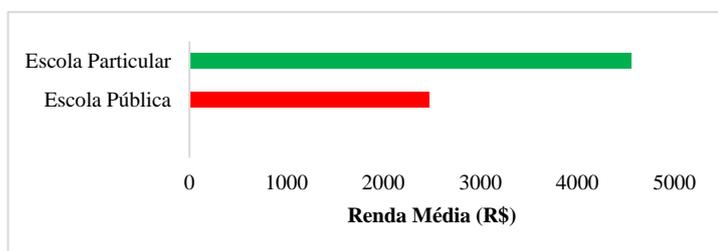
Em resultados parciais, observou-se que as meninas da escola pública consumiam mais lanches ultraprocessados quando comparado aos meninos nos dois dias de visita. Para escola particular, o inverso acontece pelo fato das meninas consumirem mais *in natura*/ minimamente processados.

Em um estudo realizado por Anhani (2016) que visava caracterizar as lancheiras de escolares em uma escola pública e particular, observou-se que na escola particular houve maior prevalência de alimentos ultraprocessados como salgadinhos, sucos industrializados, bolachas de pacote e refrigerantes, e também a presença de laticínios e frutas. Porém, esses mesmos alimentos foram encontrados na lancheira dos escolares da escola pública, em menor proporção e com a presença de pirulitos, balas.

Para Matuk et al. (2011) os lanches mais consumidos nas escolas são ultraprocessados e os mesmos foram mais consumidos pelos meninos. Em contrapartida, as meninas consumiram maior quantidade de frutas, classificadas como *in natura*.

Para uma melhor compreensão dos resultados obtidos, classificou-se a renda familiar dos escolares sendo de R\$ 2.263,00  $\pm$ 660,80 para alunos da escola pública e R\$ 4.554,00  $\pm$ 1.435,73 para alunos da escola particular como mostra a Figura 1.

**Figura 1.** Média de renda familiar dos escolares da escola pública e particular de Viradouro/SP, 2017.



Foi possível observar que a média de renda mensal dos escolares da escola particular foi muito superior ao da escola pública. Porém, não interferiu positivamente na aquisição de alimentos saudáveis e nem no estado nutricional dos escolares.

É importante ressaltar que o escolar está em período de transição, passando da infância para adolescência e assim necessita de uma alimentação balanceada em qualidade e quantidade. Deve-se, portanto, evitar o consumo exagerado de alimentos industrializados, ricos em sódico, gorduras e açúcares que causam mal à saúde e são associados com ao aumento da prevalência de DCNT neste público (SOCIEDADE BRASIELIRA DE PEDIATRIA, 2012). Medidas de educação alimentar em ambiente escolar devem ser priorizadas visando a melhora desse quadro.

## Conclusão

Diante dos achados foi possível observar que os escolares da escola pública apresentam estado nutricional mais adequado comparado aos da escola particular e que os lanches consumidos apresentam diferença entre as duas escolas, principalmente pelo acesso à merenda escolar pelos escolares da escola pública. Acredita-se que a renda não interferiu positivamente nas escolhas alimentares pelo fato dos escolares de maior renda não apresentarem escolhas mais saudáveis. Dessa forma, a presença de atividades de educação alimentar no ambiente escolar, visando melhorar a escolha de alimentos e o estado nutricional deste público.

## Referências

ANHANI, C.C.C.; **Qualidade nutricional das lancheiras de escolares de escolas pública e privada**, Araçatuba, 2016, 32p. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Nutrição). Centro Universitário Toledo, Araçatuba, São Paulo, 2016.

AQUINO, R.C.; PHILIPPI, S.; Consumo infantil de alimentos industrializados e renda familiar na cidade de São Paulo. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v.36, n.6, p.655-660, 2002.

AZAMBUJA et al.; Prevalência de sobrepeso/obesidade e nível econômico de escolares. **Revista Paulista de Pediatria**, São Paulo, v.31, n.2, p.166-171, 2013.

BERTIN et al.; Estado nutricional, hábitos alimentares e conhecimento de nutrição em escolares. **Revista Paulista de Pediatria**, São Paulo, v.28, n.3, p.303-308, 2010.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. **América Latina no enfrentamento da obesidade infantil**. Disponível em: <http://dab.saude.gov.br/portaldab/noticias.php?conteudo=&cod=2328>. Acesso em: 19 abr. 2017.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Resolução 466/12 sobre pesquisas envolvendo seres humanos**. Disponível em: <http://conselho.saude.gov.br/resolucoes/2012/Reso466.pdf>. Acesso em: 15 abr. 2017.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Orientações para a coleta e análise de dados antropométricos em serviços de saúde**. Disponível em: [http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/orientacoes\\_coleta\\_analise\\_dados\\_atropometricos.pdf](http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/orientacoes_coleta_analise_dados_atropometricos.pdf). Acesso em 20 abr.2017.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Guia alimentar: como ter uma alimentação saudável**. Disponível em: [http://dab.saude.gov.br/portaldab/biblioteca.php?conteudo=publicacoes/guia\\_alimentar\\_bolso](http://dab.saude.gov.br/portaldab/biblioteca.php?conteudo=publicacoes/guia_alimentar_bolso). Acesso em: 07 abr. 2017.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Guia alimentar para a população brasileira**. Disponível em: [http://dab.saude.gov.br/portaldab/biblioteca.php?conteudo=publicacoes/guia\\_alimentar2014](http://dab.saude.gov.br/portaldab/biblioteca.php?conteudo=publicacoes/guia_alimentar2014). Acesso em: 14 abr. 2017.

CARVALHO, E.A.; **Avaliação do estado nutricional dos pré-escolares assistidos em creches e sua relação com o tempo e tipo de aleitamento materno**. 2017. 31.p. Trabalho de conclusão de Curso (Graduação em Nutrição). Universidade Federal de Sergipe, Campus Universitário prof. Antônio Garcia Filho, 2017.

CONCEIÇÃO et al.; Consumo alimentar de escolares das redes pública e privada de ensino em São Luís, Maranhão. **Revista de Nutrição**, Campinas, v.23, n.6, p.993-1004, 2010.

MATUK et al.; Composição de lancheiras de alunos de escolas particulares de São Paulo. **Revista Paulista de Pediatria**, São Paulo, v.29, n.2, p.157-163, 2011.

NEUTZLING et al.; Hábitos alimentares de escolares adolescentes de Pelotas, Brasil. **Revista de Nutrição**, Campinas, v.23, n.3, p.379-388, 2010.

REIS, C.E.G.; VASCONCELOS, I.A.L.; BARROS, J.F.N.; Políticas públicas de nutrição para o controle da obesidade infantil. **Revista Paulista de Pediatria**, São Paulo, v.29, n.4, p.625-633, 2011.

RODRIGUES et al.; Prevalência e fatores associados a sobrepeso e obesidade em escolares da rede pública. **Revista Ciência & Saúde Coletiva**, Rio De Janeiro, v.16, n.1, p.1581-1588, 2011.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. **Lanche saudável-Manual de Orientação**. São Paulo, 2012.

*Recebido em 05 de fevereiro de 2019*

*Aceito em 29 de março de 2019*