

INFLUÊNCIA DA GASTRONOMIA NA ALIMENTAÇÃO DE CRIANÇAS NO MUNICÍPIO DE PATROCÍNIO-MG

RESUMO

Gabriella Gonçalves de Melo
gabriella-ggm@hotmail.com
orcid.org/0000-0001-7139-8106
UNICERP, Patrocínio, MG, Brasil

Andressa Gabrielle Mendes Ferreira
andressa.g.mendes@hotmail.com
orcid.org/0000-0002-2618-9716
UNICERP, Coromandel, MG, Brasil

Andreia Cristina Lourenço
deia_cris_lourenco@hotmail.com
orcid.org/0000-0002-2040-6515
UNICERP, Patrocínio, MG, Brasil

INTRODUÇÃO: É difícil fazer com que a criança aceite alimentação variada, aumente suas preferências e adquira hábito alimentar mais adequado. Ser exposto repetidamente a um alimento é o principal fator que determina sua aceitação, a criança se interessa pelo aspecto, cor, odor e textura dos alimentos e nessa fase é importante oferecer alimentos diversos.

OBJETIVO: Avaliar a influência da gastronomia na aceitação de frutas e legumes com crianças de uma escola no município de Patrocínio-MG.

MATERIAL E MÉTODOS: Trata-se de um estudo transversal, descritivo e quantitativo que avaliou a influência da gastronomia na aceitação de frutas e verduras, com crianças em uma escola de Patrocínio –MG que aceitaram participar e foram autorizadas pelos pais ou responsáveis. O estudo foi desenvolvido de setembro a outubro de 2021, por meio de questionários, degustação das frutas e verduras e avaliação da aceitação através da escala hedônica.

RESULTADOS: O abacaxi e o brócolis foram os alimentos de maior conhecimento dos avaliados, notou-se que uma grande parte das crianças não possuem o hábito de consumirem frutas e verduras. Segundo a escala hedônica ambos os pratos tiveram boa aceitação pelas crianças, sendo as frutas melhores aceitas pelos avaliados e a aceitação das verduras com diferença significava após a gastronomia.

CONCLUSÃO: É possível reconhecer que a gastronomia pode melhorar a aceitação, principalmente no consumo de verduras onde houve uma diferença significativa, entretanto é necessário novos estudos para obtenção de resultados mais concisos.

PALAVRAS-CHAVE: Alimentação Saudável; Gastronomia; Nutrição Infantil.

Aprovado em: 16/01/2023

DOI: <http://dx.doi.org/10.17648/2525-2771-v1n12-2>

Correspondência:

Camila Barbosa da Silva Santos
Endereço: Rua Geni Barbosa, Bairro: Jardim Sul, Patrocínio, MG, Brasil.

Direito autoral:

Este artigo está licenciado sob os termos da Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.

INFLUENCE OF GASTRONOMY ON THE FOOD OF CHILDREN IN THE MUNICIPALITY OF PATROCÍNIO-MG

ABSTRACT

INTRODUCTION: It is difficult to make children accept a varied diet, increase their preferences and acquire more adequate eating habits. Being repeatedly exposed to a food is the main factor that determines its acceptance, the child is interested in the appearance, color, odor and texture of food and at this stage it is important to offer different foods.

OBJECTIVE: To evaluate the influence of gastronomy on the acceptance of fruits and vegetables in children from a school in the city of Patrocínio-MG.

METHODS: This is a cross-sectional, descriptive and quantitative study that evaluated the influence of gastronomy on the acceptance of fruits and vegetables, with children in Patrocínio-MG who agreed to participate and were authorized by their parents or guardians. The study was carried out from September to October 2021, through questionnaires, fruit and vegetable tasting and acceptance using the hedonic scale.

RESULTS: Pineapple and broccoli were the most popular foods among those evaluated, it was noted that a large number of children do not have the habit of consuming fruits and vegetables. According to the hedonic scale, both dishes were well accepted by the children, with the fruits being better accepted by those evaluated and the vegetables with a significant difference after the gastronomy.

CONCLUSION: It is possible to recognize that gastronomy can improve acceptance, especially in the consumption of vegetables where there was a significant difference, however further studies are needed to obtain more concise results.

KEYWORDS: Child nutrition; Gastronomy; Healthy eating.

INTRODUÇÃO

A alimentação saudável na infância proporciona saúde, crescimento e desenvolvimento adequado. E incentivar hábitos alimentares saudáveis nessa fase pode estabelecer um bom comportamento alimentar durante toda a vida. A medida em que a criança vai crescendo e atingindo novos estágios da vida, é cada vez mais difícil mudar alguns hábitos. Por esse motivo, o ideal é que as boas escolhas façam parte da rotina desde sempre (SILVA; FERRAZ; SAMPAIO, 2017).

No geral, alimentos doces, como frutas, iogurtes com sabor e sucos são prontamente aceitos por crianças, enquanto alimentos como vegetais, que não são doces e que contém componentes amargos, são inicialmente rejeitados. As preferências alimentares e o comportamento alimentar são moldados pela experiência. Ser exposto repetidamente a um alimento é o principal fator que determina sua aceitação (SAVAGE; FISHER, 2007).

A gastronomia proporciona uma apresentação atraente e harmoniosa do prato, além de aliar à qualidade nutricional da refeição, adequando a oferta de nutrientes essenciais a cada criança. Assim, ela pode ser um instrumento para melhorar a aceitação dos alimentos oferecidos, despertando através da imagem, o desejo e o prazer de comer, e conseqüentemente contribuir para a recuperação do estado de saúde (SANTOS; GOTIJO; ALMEIDA, 2017).

De um modo geral as crianças se interessam primeiramente por elementos visivelmente atrativos, logo em seguida pelas características táteis e olfativas. A gastronomia pode proporcionar diferentes sensações por suas diversas técnicas de decoração e elaboração em um prato. Deste modo, integrar a gastronomia no preparo das refeições pode ser uma excelente estratégia de educação nutricional afim de avaliar a aceitabilidade infantil no consumo de frutas e hortaliças.

Desta forma, este presente estudo teve por objetivo avaliar a influência da gastronômica na aceitação de frutas e legumes com crianças de uma escola no município de Patrocínio-MG.

MATERIAL E MÉTODOS

Foi realizado um estudo transversal, caráter descritivo e quantitativo que avaliou a

influência da gastronomia com crianças da Escola Municipal Cassimiro de Abreu em Patrocínio-MG. O estudo foi desenvolvido no período de setembro a outubro de 2021, por meio de questionários e degustações dos pratos aplicados as crianças.

A abordagem inicial contou com uma breve explicação sobre o projeto, esclarecendo os objetivos e a metodologia empregada. Em um primeiro momento, foi enviado para os pais o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido TCLE e após o consentimento foi iniciada a pesquisa. Foi entregue para as crianças um questionário contendo questões referentes ao conhecimento em relação as frutas e verduras, frequência de consumo destes alimentos e após teste de aceitação através da Escala Hedônica facial.

Para a realização do teste de aceitação, foram utilizadas as seguintes frutas e verduras: banana, abacaxi, kiwi, cenoura, brócolis e pepino, com formas e apresentações diferentes. No primeiro instante foram distribuídos para cada aluno pratos contendo esses alimentos na sua forma habitual, isto é, na sua forma normal de consumo, logo em seguida foi entregue questionários com uma sequência de três questões de múltipla escolha, sendo a primeira ilustrativa, elaborada para a identificação de cada um dos alimentos. A segunda questão foi referente à frequência de consumo dos alimentos apresentados e a última questão referente à aceitação ao tipo de alimento apresentado, através de escala hedônica facial, pontuada de 1 a 5 pontos.

Em um segundo momento, foi servido aos alunos um novo prato contendo os mesmos alimentos, porém de forma diferente, ou seja, na forma gastronômica, logo em seguida foi aplicada a questão com escala hedônica facial, pontuada de 1 a 5 pontos. Após foi realizado a aferição do peso e estatura, para cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC) e avaliação do estado nutricional.

Utilizou-se o *software* Microsoft Excel e Statistical Package for Social Sciences – SPSS (versão 17.0) para análise dos dados. Os resultados foram expressos em média (desvio padrão), mediana (mínimo e máximo) e percentual. Para comparar a aceitação das crianças antes e após a gastronomia foi utilizado o teste de Wilcoxon. Considerou-se o nível de significância de 5% para todas as análises.

O desenvolvimento do estudo atendeu as normas nacionais e internacionais de ética em pesquisa envolvendo seres humanos e foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa do UNICERP (COEP) sob número de protocolo 2021 1450 NUT 004.

RESULTADO E DISCUSSÃO

Durante o período de coleta de dados, um total de 19 crianças fizeram parte do estudo, sendo a mediana da idade 6 anos (6 mín – 7 máx), 52,7% (n = 10) eram do sexo feminino, a mediana do peso foi de 25,4 Kg (18,8 – 44 9) e ao questionar sobre o conhecimento em relações frutas e verduras, o abacaxi e o brócolis foram os alimentos de maior conhecimento dos avaliados, conforme mostra tabela 1.

Tabela 1. Caracterização das crianças avaliadas em uma escola no município de Patrocínio-MG, 2021.

Variáveis	Categorias	N = 19 Mediana (mínimo e máximo) % (n)
Idade (anos)		6,0 (6 – 7)
Sexo	Feminino	52,7% (n = 10)
	Masculino	47,3% (n = 9)
Peso (kg)		25,4 (18,8 – 44,9)
Conhecimento frutas e verduras	Kiwi	89,5% (n = 17)
	Banana	94,7% (n = 14)
	Abacaxi	100,0% (n = 19)
	Brócolis	100,0% (n = 19)
	Cenoura	89,5% (n = 17)
	Pepino	94,7% (n = 18)

Ao avaliar o estado nutricional das crianças, através da aferição do peso, estatura e cálculo do IMC foi observado que 79,0% (n = 15) foram classificados como eutróficos, 15,0% (n = 3) como obesidade grave e 5,0% (n = 1) como obesidade (figura 1).

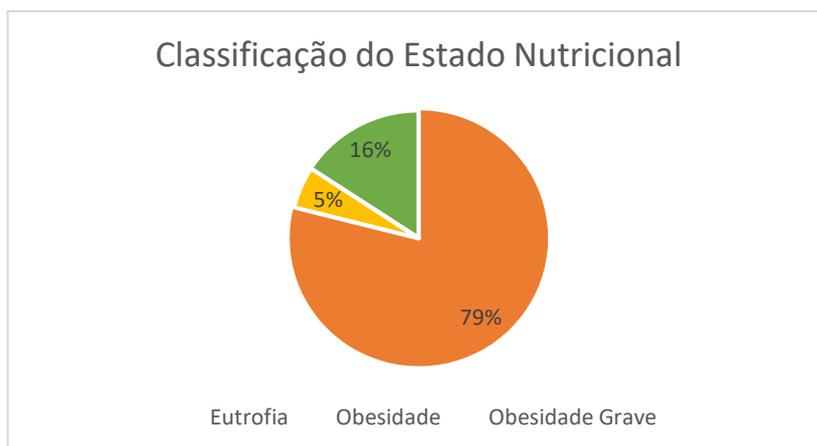


Figura 1. Classificação do Estado Nutricional das crianças de uma escola no município de Patrocínio-MG, 2021.

Bertuol e Navarro em um estudo realizado em 2015 apresentou resultados semelhantes a outros executados com pré-escolares no Brasil, em que a eutrofia predomina, mas há risco de maior desenvolvimento de sobrepeso e obesidade em curto prazo.

Adicionalmente Landim e seus colaboradores (2020) ao avaliarem o estado nutricional de crianças obtiveram os seguintes resultados 62,8% (n = 66) estão eutróficos, 18,1% (n = 19) dos escolares apresentam sobrepeso, 7,6% (n = 8) estão com obesidade e 5,7% (n = 6) com obesidade grave, ainda que a maioria se encontra no peso adequada, o excesso de peso e obesidade também estão presentes.

No presente estudo, as prevalências de obesidade (5,0%) e obesidade grave (16,0%) apresentaram-se inferiores às médias nacionais encontradas na Pesquisa de Orçamento Familiar (33,5% e 14,3%, respectivamente) (IBGE, 2010). Apesar de este estudo apontar médias de sobrepeso e obesidade inferiores às encontradas nacionalmente, tais prevalências encontram-se elevadas e superiores. Tais resultados caracterizam o processo de transição nutricional que, como consequência das melhores condições sociais, educativas e econômicas, vem acontecendo em várias partes do mundo, com destaque para as grandes cidades.

Ao avaliar o consumo dos alimentos em estudo, notou-se que uma grande parte das crianças não possuem o hábito de consumirem frutas e verduras, conforme por ser observado na figura abaixo.

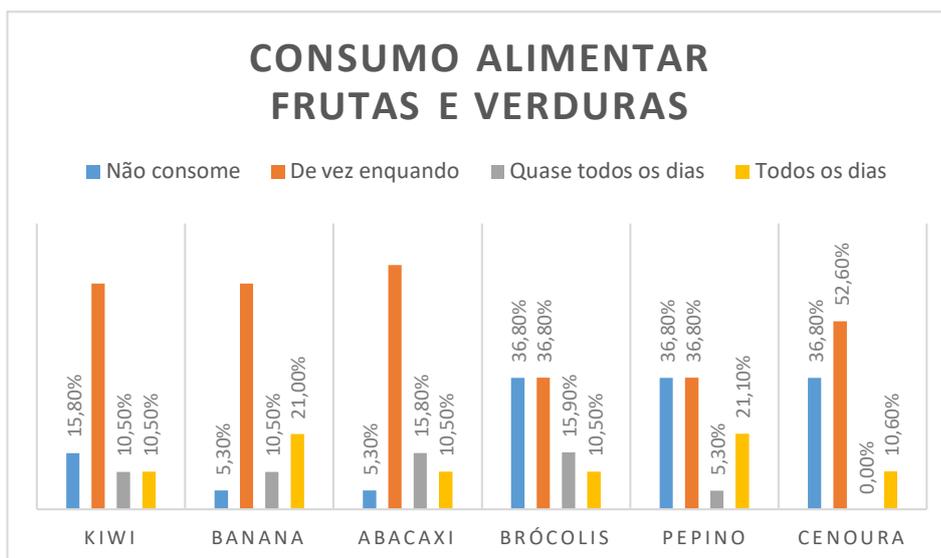


Figura 2. Frequência do consumo alimentar de frutas e verduras das crianças de uma escola no município de Patrocínio-MG, 2021.

Em um estudo realizado por Leal et al. (2010), ao se transformar a frequência obtida para cada grupo de alimentos em porções da Pirâmide Alimentar, foi possível perceber uma inversão na posição dos grupos, pois, devido ao baixo consumo de frutas, verduras e legumes, estes ficaram no ápice, enquanto o grupo dos açúcares e doces ficou na base da Pirâmide devido ao seu consumo elevado.

Leal et al. (2015), em outro estudo observou que os alimentos menos consumidos pelos pré-escolares foram verduras, legumes e cereais, com, respectivamente, 45,7% e 64% das crianças tendo consumido a quantidade diária recomendada. Já os mais consumidos, por 99,6% das crianças, foram os pertencentes ao grupo dos doces, açúcares e salgadinhos.

Na figura 3 apresenta os resultados da classificação segundo a escala hedônica facial dos pratos antes e depois do emprego de técnicas gastronômicas. Ambos os pratos tiveram boa aceitação pelas crianças, sendo as frutas melhores aceitas pelos avaliados.

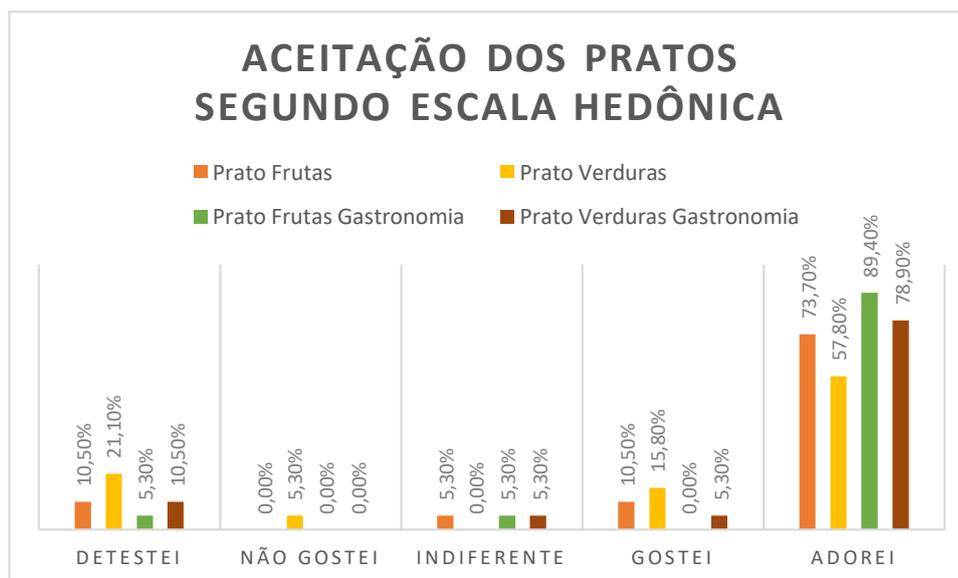


Figura 3. Aceitação dos pratos com frutas e verduras antes e após a gastronomia através da Escala Hedônica das crianças de uma escola no município de Patrocínio-MG, 2021.

Estudo realizado por Kachinski e Santos (2018) com crianças em séries iniciais do ensino fundamental, foi possível observar que entre o total de participantes (n = 50) que responderam a escala hedônica facial, para o teste de aceitabilidade de frutas, sem o método incentivador, 90% deles demonstram gostar da banana, 56% da pera, 40% da maçã, 86% da laranja, 40% do melão e 60% da poncã, dados que corroboram com o presente estudo, onde as preparações com frutas apresentam uma boa aceitação por crianças.

Já com relação ao teste de escala hedônica facial para os vegetais, sem o método incentivador, a aceitação foi de 40% para o repolho, 86% do brócolis, 90% do tomate, 78% da alface e 52% da cenoura. O percentual de aceitação com relação às amostras ofertadas, demonstrou variações, sendo as mais aceitas o tomate e o brócolis (KACHINSKI; SANTOS, 2018).

Em um outro estudo realizado com crianças, a porcentagem de rejeição dos alimentos variou entre 77,6% (berinjela) a 52,5% (melão). Dentre os 10 alimentos menos preferidos, 50% eram do grupo dos frutos (berinjela, chuchu, moranga, abobrinha e melão), 20% do grupo das folhosas (agrião e acelga), 20% pertenciam ao grupo de raízes e tubérculos (rabanete e batata doce) e 10% do grupo das leguminosas (lentilha) (CAIN et al., 2020). Resultados similares foram relatados por Poelman, Delahunty e Graaf (2017), que concluíram que os vegetais possuem baixa aceitação entre crianças australianas.

Ao aplicar o teste de Wilcoxon para comparação das notas atribuídas nos dois momentos, houve diferença significativa em relação a aceitação das verduras ($p < 0,05$), porém destaca-se que para as frutas, o emprego de técnicas gastronômicas foi eficaz para aumentar as notas conferidas a este prato na avaliação das crianças (tabela 2).

Tabela 2. Comparação da média e desvio padrão da aceitação dos pratos antes e após a gastronomia das crianças de uma escola no município de Patrocínio-MG, 2021.

Pratos	Antes	Após	P
Frutas	4,37 ± 1,30	4,68 ± 1,00	0,063 ^{NS}
Verduras	3,84 ± 1,67	4,42 ± 1,30	0,042*

Teste de Wilcoxon. NS não significativo ($p \geq 0,05$). *Significativo ($p < 0,05$).

Estudo realizado por Santos e seus colaboradores (2016) ao avaliar o consumo das verduras, percebeu-se que 28% ($n = 7$) das crianças não consumiam abobrinha, 44% ($n = 11$) e 40% ($n = 10$) não ingeriam chuchu e beterraba, respectivamente. Todavia, as notas atribuídas para as verduras aumentaram após a utilização das técnicas gastronômicas, apontando que a metodologia foi eficaz para melhorar a aceitação.

Em outro estudo realizado com o objetivo de avaliar a aceitação da alimentação escolar antes e após o uso de técnicas gastronômicas por crianças, observou-se que embora as preparações disponibilizadas em quatro dos cinco analisados foram bem aceitas pelas crianças (índice de aceitação $\geq 85\%$), após a intervenção teve um aumento em todas as refeições (índice de aceitação $\geq 96\%$), dados semelhantes ao presente estudo (SANTOS et al., 2017).

Esses resultados reforçam a importância de aplicar estratégias alimentares como forma de melhorar o estado nutricional das crianças. Um trabalho realizado por Freire (2007), através de cardápios lúdicos verificou-se um aumento significativo no consumo de hortaliças, alimentos reguladores, conseqüentemente aumento na ingestão de fibras, o que contribui a aquisição de um hábito alimentar saudável, e assegura um desenvolvimento adequado.

CONCLUSÃO

Percebeu-se que, de acordo com a frequência de consumo dos alimentos, uma grande parte das crianças não possuem o hábito de comerem frutas e verduras. É possível reconhecer que a gastronomia pode melhorar a aceitação, principalmente no consumo de verduras onde houve uma diferença significativa.

Ao analisar todo o contexto, conclui-se que, embora o estudo ter mostrado valores significativos da influência da gastronomia, é necessário o desenvolvimento de novos estudos, com diferentes faixas etárias e um montante maior de indivíduos para obtenção de resultados mais concisos.

REFERÊNCIAS

BERTUOL, C. D; NAVARRO, A. C. Consumo alimentar e prevalência de sobrepeso/obesidade em pré-escolares de uma escola infantil pública. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, [S.I.], v. 9, n. 52, p. 127-134, 2015.

CAIN, J. P. et al. Oficinas de culinária melhoram a aceitabilidade de alimentos entre crianças de idade escolar. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 4, e20942952, 2020.

FREIRE. **Gastronomia lúdica voltada à alimentação infantil**. São Paulo, 2007. 70f. Universidade Anhembi Morumbi.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA ESTATÍSTICA. **POF 2008/09 mostra desigualdades e transformações no orçamento das famílias brasileiras**.

KACHINSKI, S. R. S.; SANTOS, L. Aceitabilidade sobre consumo de frutas e verduras com e sem o método incentivador nas séries iniciais do ensino fundamental na cidade de Carambeí-PR. **Revista Nutrir**, 2018.

LANDIM, L. A. S. R. et al. Avaliação nutricional, consumo alimentar e frequência de ultraprocessados em escolares de rede pública. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 12, n. 5, 2020.

LEAL, G. V. S. et al. Consumo alimentar e padrão de refeições de adolescentes. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, São Paulo, v. 13, n. 3, p. 457-467, 2010.

LEAL, et al. Qualidade da dieta de pré-escolares de 2 a 5 anos residentes na área urbana da cidade de Pelotas, RS. **Revista Paulista de Pediatria**, Pelotas (SC), v. 33, n. 3, 2015.

POELMAN, A. A. M.; DELAHUNTY, C. M.; GRAAF, C. Vegetables and other core food groups: A comparison of key flavor and texture properties. **Food Quality and Preference**, v. 56, n. 1, p. 1-7, 2017.

SANTOS, S. V. et al. Emprego da gastronomia como ferramenta para promover a aceitação de verduras por crianças com excesso de peso. **Journal of Management and Primary Health Care**, v. 7, n. 1, p. 142, 2016.

SANTOS, V. S.; GOTIJO, C. M. F.; ALMEIDA, E. M. F. Efeito da gastronomia na aceitabilidade de dietas hospitalares. **Revista Nutrição e Clínica**, [S.I.], v. 37, n. 3, p. 17-22, 2017.

SANTOS, V. S.; et al. Uso de técnicas gastronômicas: uma estratégia para melhorar a aceitabilidade da alimentação de pré-escolares do interior de Minas Gerais. **J. Health Biol. Sci.**, v. 5, n. 3, p. 228-233, 2017.

SAVAGE, J.S; FISHER, J. O; BIRCH, L. L. Influência dos pais no comportamento alimentar: da concepção à adolescência. **J. Law Med. Ethics**, v. 35, n. 1, p. 22-34, 2007.

SILVA, D. J. S.; FERRAZ, J. R. S.; SAMPAIO, L. V. A. Educação nutricional para promoção da alimentação saudável na infância: um relato de experiência. **ReonFacema**, v. 3, n. 3, p. 659-663, jul./set., 2017.