



### **3COMPARAÇÃO DA QUALIDADE NUTRICIONAL (TEOR LIPÍDICO) ENTRE ALIMENTOS CONSUMIDOS COMO MERENDA ESCOLAR**

Machado, K. B. R<sup>1</sup>; Casali, A<sup>2</sup>; Carreira, R. L.<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Bolsista de Iniciação Científica - Centro Universitário UNA - Belo Horizonte, MG,

<sup>2</sup>Professora do Centro Universitário UNA - Belo Horizonte, MG,

<sup>3</sup>Professora do Departamento de Alimentos - Faculdade de Farmácia – Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, Minas Gerais.

A obesidade infantil, que vem crescendo mundialmente, predispõe a criança a se tornar um adulto obeso. É considerada um fator de risco para as doenças cardiovasculares, além de estar associada a várias doenças que provocam a morte prematura. O período escolar geralmente coincide com a idade do desenvolvimento físico e intelectual da criança, o qual está de certa forma, relacionado com a alimentação, que exerce grande influência sobre o indivíduo. A notória prevalência de alimentos industrializados, ricos em gordura, no cotidiano das crianças justifica este projeto. Assim sendo, a fim de se comparar os teores de lipídeos presentes nos alimentos habitualmente consumidos pelas crianças como lanche escolar, o objetivo deste trabalho foi determinar os lipídeos totais nos produtos comercializados em supermercados (bolinhos, biscoitos doces recheados e tipo wafer nos sabores morango, chocolate, brigadeiro, chocolate branco, limão, e salgados tipo cream cracker, pimentinha e água e sal) e nos salgados produzidos na lanchonete da escola (pão de queijo, pastel assado e coxinha de frango), da região metropolitana de Belo Horizonte, MG. Para a determinação do teor de lipídeos totais foi utilizada a metodologia descrita por Bligh-Dyer (1959). Avaliando-se os resultados obtidos, pode-se observar uma ampla variação no teor de lipídeos entre os produtos industrializados, de 3,33% (biscoito salgado tipo cream cracker) a 45,44% (biscoito tipo wafer de chocolate). Dentre os alimentos produzidos na escola, a coxinha de frango foi a que apresentou maior presença de lipídeos (20,50%), seguido do pastel assado de frango com 14,86% e do pão de queijo com 12,47%. Desta forma, pode-se concluir que a maioria dos alimentos analisados apresentou elevada densidade energética, comprovada pelos altos teores de lipídeos. Dentre os produtos comercializados a melhor opção seria os biscoitos salgados, visto que os lanches vendidos nas cantinas das escolas são considerados de alto valor calórico e de baixo valor nutritivo, o que contribui para o desenvolvimento de problemas nutricionais, como obesidade, hipertensão e problemas cardiovasculares nas crianças. A partir destes resultados salienta-se a necessidade de uma intervenção junto aos pais e alunos, para melhor esclarecimento frente a alimentos saudáveis e sua influência para a promoção a saúde.

**Agradecimentos:** À Fapemig e ao Centro Universitário UNA - BH pelo apoio financeiro.