

UMA ANÁLISE BIBLIOGRÁFICA SOBRE A IMPORTÂNCIA DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NAS ESCOLAS E O PAPEL DA NUTRICIONISTA

Camila Braz de Souza¹⁵
Mailson Santos de Queiroz¹⁶

RESUMO: O artigo a seguir propõe abordar a importância da alimentação saudável nas escolas e demonstrar o Programa Nacional de Alimentação Escolar. Esse estudo possui o objetivo de analisar a importância da alimentação saudável nas escolas na vida dos alunos e abordar a contribuição do trabalho da nutricionista na alimentação das crianças e adolescentes. Dessa forma, para alcançar os objetivos propostos, usou-se como recurso metodológico a pesquisa bibliográfica, que a partir dos estudos realizados, constatou-se que a alimentação saudável é um processo importantíssimo, visto que é na idade escolar que os alunos aprendem a ler e a escrever e desenvolvem as habilidades cognitivas, proporcionando assim um desempenho educacional satisfatório. O trabalho da nutricionista nas escolas apresenta contribuições relevantes para o desenvolvimento físico e intelectual das crianças e adolescentes, desenvolvendo atividades educacionais que visem a promoção e prevenção da saúde dos alunos.

Palavras-chave: Alimentação Saudável. Escola. Nutricionista.

ABSTRACT: The following article proposes to address the importance of healthy eating in schools and analyze the National School Food Program. This study aims to analyze the importance of healthy eating in schools in the lives of students and address the contribution of nutritionists' work to the nutrition of children and adolescents. Thus, to achieve the proposed objectives, bibliographical research was used as a methodological resource, which, based on the studies carried out, revealed that healthy eating is a very important process, since it is at school age that students learn to read. and writing and develop cognitive skills,

¹⁵ Bacharelado em Nutrição pela Instituição Atenas. Pós-graduando em Gestão em Unidades de Alimentação e Nutrição. Faculdade Farmart. E-mail: Camilabrazsouza@gmail.com

¹⁶ Professor orientador do estudo e do artigo. Professor dos cursos de Graduação e de Pós-Graduação lato sensu da Faculdade Famart –Itaúna-MG. Licenciado em Química, Pós-graduando em Tecnologias Educacionais e mestre em Engenharia de Materiais.

thus providing a satisfactory educational performance. The nutritionist's work in schools makes relevant contributions to the physical and intellectual development of children and adolescents, developing educational activities aimed at promoting and preventing students' health.

Keywords: Healthy eating. School. Nutritionist.

1 INTRODUÇÃO

A alimentação saudável nas escolas é um processo fundamental, visto que é na idade escolar que os indivíduos desenvolvem as habilidades motoras, aprendem a ler, a escrever, a calcular e a praticar atividades físicas. Uma boa alimentação possibilita um crescimento saudável e um desempenho educacional qualificado.

Sendo assim, a nutricionista desempenha um papel de grande importância nas instituições de ensino, onde sua missão é trabalhar com ações relacionadas para a alimentação saudável e incentivar os alunos a manter o hábito de comer comidas saudáveis, visando assim, formar um novo conceito sobre os alimentos e as refeições.

O problema encontrado para a realização desse tema foi a busca por respostas para compreender e conhecer melhor a contribuição da alimentação saudável, e como ela pode ser realizada no contexto escolar para influenciar crianças e adolescentes.

Dessa forma, esse estudo tem o objetivo geral em apresentar a importância que se tem em trabalhar e colocar em prática os conceitos sobre a alimentação saudável nas escolas, desde a Educação Infantil, visto que as crianças aprendam desde pequenas a obter hábitos alimentares saudáveis. Os objetivos específicos são: analisar a importância da alimentação saudável nas escolas na vida dos alunos e abordar a contribuição do trabalho da nutricionista na alimentação das crianças e adolescentes.

O presente trabalho justifica-se que pelo fato de que atualmente muitas crianças estão obesas, visto que desde pequenas possuem uma má alimentação, ou seja, consomem produtos industrializados diariamente. Sendo assim, é necessário entender melhor a relevância da alimentação saudável e ensinar para os alunos, para que eles obtenham o hábito de alimentar-se adequadamente.

Por meio desta pesquisa, desejou-se agregar um conhecimento aprofundado sobre o tema abordado. As pesquisas são essenciais para que a conclusão do trabalho seja de forma clara e objetivo. Com base nesses princípios, afirma-se que a metodologia utilizada para o desenvolvimento deste trabalho foi à revisão bibliográfica da literatura, que se baseou em livros, utilizando-se resumos, artigos e fichamento dos livros pesquisados, permitindo assim, a organização e a elaboração de síntese de leitura.

O artigo a seguir estrutura-se em tópicos de maneira ordenada que dão sentido ao tema exposto, o primeiro tópico apresenta a alimentação saudável nas escolas e o segundo tópico aborda o papel da nutricionista nas escolas.

2 DESENVOLVIMENTO

2.1 ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NAS ESCOLAS

A alimentação saudável garante o suprimento de todos os nutrientes necessários para o funcionamento do corpo humano. O não consumo de alimentos industrializados e reduzir o consumo de sal, açúcar e gorduras contribuem para uma melhor qualidade de vida.

Alimentação saudável é primordial para o desenvolvimento de hábitos mais saudáveis, já que esse aspecto influencia diretamente no crescimento e no desempenho na idade escolar das crianças e adolescentes.

Muitas vezes, a alimentação é um motivo de preocupação para pais e professores, pois o mercado oferece produtos alimentícios que por meio da mídia invadem as casas e tornam as práticas alimentares inadequadas. As crianças e adolescentes na fase escolar devem ter cuidados quanto a sua alimentação, visto que:

[...] neste momento ela está se desenvolvendo e crescendo e começa a descobrir novos hábitos alimentares, que podem ser influenciados tanto pelos pais, pela mídia como pelo convívio com outras crianças e adultos. Hoje em dia a maioria dos escolares se alimenta de forma errada, preferindo alimentos industrializados, estes ricos em gorduras, açúcar, corante, que prejudicam a saúde, o aprendizado e até mesmo o seu desenvolvimento. (CUNHA, 2014, p. 6).

Sabe-se que a participação dos pais é de grande importância para o desenvolvimento de uma alimentação saudável.

Os pais têm grande responsabilidade na alimentação da criança cabe a eles a levar as crianças preferir alimentos saudáveis, indispensáveis ao seu desenvolvimento, esta tarefa não é feita só com palavras, sobretudo com exemplos, a criança deve compreender que comer bem não significa comer muito, nem comer apenas coisas

gostosas, mas alimentar-se adequadamente e de forma equilibrada. (SANTOS, 1989, p. 161).

Os primeiros responsáveis pela alimentação dos alunos são os pais, a criança que é estimulada a alimentar-se de maneira correta irá obter maiores possibilidades de desenvolver-se fisicamente e cognitivamente.

A escola também apresenta um papel relevante na alimentação saudável, segundo Gonçalves (2008, p.184) “o papel da escola centra-se na preocupação com a construção da consciência crítica de seus alunos”. Pois, a capacidade crítica desenvolve-se através de uma reflexão sistemática sobre diferentes situações, conscientizando os próprios pensamentos e emoções e confrontando-os com o conhecimento adquirido sobre o assunto. (LOUREIRO, 2004, p. 43). Dessa forma, o aluno assimila conhecimentos sobre alimentação saudável e vincula com o seu desenvolvimento de capacidade de escolha.

A idade escolar é caracterizada como fase de transição entre a infância e adolescência, onde o gasto de energia se torna maior e o crescimento é constante, por isso a alimentação adequada se torna importante, para não acarretar deficiências nutricionais. A escola acaba se tornando um ambiente onde as crianças passam a maior parte do seu tempo e fazem suas refeições, por isso as escolhas alimentares certas se tornam essenciais para o aprendizado e crescimento saudável. (SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA, 2018).

Segundo a Organização Mundial da Saúde, uma das melhores formas de promover a saúde é por meio da escola, pois é um local onde as pessoas convivem, aprendem e trabalham, passando muitas vezes a maior parte do seu tempo (BRASIL, 2000). O espaço escolar é o lugar adequado para desenvolver práticas e ações sobre possuir hábitos saudáveis.

O papel da escola é fundamental na formação dos hábitos de vida dos estudantes e é responsável pelo conteúdo educativo global, inclusive do ponto de vista nutricional, pois as consequências da alimentação inadequada nesta idade podem caracterizar uma diminuição no aproveitamento do aluno. (OCHSENHOFER, 2000 apud ALMEIDA, 2012, p. 22).

Para Loureiro (2004, p. 45) “a promoção da saúde na escola [...] tem como principal esforço mudar e desenvolver o ambiente físico e social, de molde a tornar as escolhas saudáveis mais fáceis”. Sendo assim, é necessário incentivar os alunos, com estudos sobre as práticas de alimentação saudável.

Sabe-se que atualmente, existe um elevado índice de crianças obesas, que conforme Halpern (2003, apud GONÇALVES, 2008, p.188): “a obesidade infantil é um sério problema de saúde pública que vem aumentando em todas as camadas sociais da população brasileira”.

Vários fatores são apontados como facilitadores da obesidade, como os genéticos, os fisiológicos e os metabólicos. Porém é de consenso geral dos estudos que afirmam que este aumento significativo da obesidade na população está ligado a mudanças no estilo de vida e hábitos alimentares. Percebe-se a crescente preferência dos indivíduos por alimentos ricos em açúcares simples e lipídeos, os chamados industrializados, possuindo alto teor energético. Da mesma forma, outros estudos indicam que, atualmente, com a ascensão da tecnologia, caracterizada pela TV, microcomputadores e vídeo games nos domicílios, houve um declínio das atividades esportivas nas crianças e jovens. Outro fator influenciador é o uso da mídia para propaganda de produtos alimentícios considerados não saudáveis que estimulam as crianças a consumi-los. Em comerciais apresentados pela TV americana nas manhãs de sábado, 61% referiam-se a alimentos, das quais 90% dos alimentos são ricos em má nutrientes, como doces, batatas fritas e lanches rápidos (OLIVEIRA, FISBERG, 2003; NOVAES, PRIORE, FRANCESCHINE, 2004).

No período da adolescência, os hábitos obtidos neste período refletem sobre o comportamento futuro em diversas áreas da vida, como a percepção da imagem corporal, os valores, a saúde do organismo, o psicossocial e a prática da alimentação, evidenciando o fato de que hábitos de vida pouco saudáveis estão diretamente ligados a risco do desenvolvimento de doenças crônicas quando adulto (LEVY et al., 2010).

Através da necessidade de se desenvolver um trabalho preventivo com as crianças e adolescentes, no intuito de promover um estilo de vida saudável a escola aparece como um ambiente facilitador. Na escola se insere jovens em pleno desenvolvimento físico e intelectual, o que possibilita uma educação permanente em práticas relacionadas a melhores condições de saúde e comportamento para uma alimentação saudável, evitando-se assim o surgimento de fatores de risco para doenças crônicas na fase adulta (LEVY et al., 2010; TEIXEIRA, 2009).

É importante ressaltar que:

O consumo alimentar inadequado, por períodos prolongados, resulta em esgotamento das reservas orgânicas de micronutrientes, trazendo como consequência para as crianças e adolescentes retardo no desenvolvimento, redução na atividade física, diminuição na capacidade de aprendizagem, baixa resistência às

infecções e maior suscetibilidade a doenças. (OLIVEIRA, 1998 apud CAVALCANTI, 2009, p. 19).

Dessa forma, o ambiente escolar propicia um espaço de aprendizagem, onde o aluno pode passar até duas décadas de sua vida nele. Com a promoção e discussão de conteúdos em educação nutricional no currículo escolar, juntamente à prática regular de atividade física, este estímulo pode influenciar positivamente na manutenção de hábitos saudáveis ao longo de sua trajetória (VARGAS et al., 2011).

A escola tem a função de estimular os alunos o hábito de consumir alimentos saudáveis, tais como frutas, legumes e verduras, visto que é primordial para que eles cresçam e se tornam adultos com uma saúde qualificada.

O contexto escolar exige muito do aluno, por isso ele deve estar bem alimentado. Diversas pesquisas têm apontado que muitos alunos saiam de sua casa sem se alimentar, e a escola deve ajudar e auxiliar na nutrição dos alunos. Sendo assim, Freitas (2002) afirma que:

A alimentação influi em nossa disposição, em nosso estado emocional e até nossa inteligência. Todo esse contexto pode prejudicar o interesse das crianças em frequentar a escola, apresentando baixo rendimento, irritabilidade, agitação, estresse, apatia dentre outros. (FREITAS, 2002, p. 15).

Pode-se afirmar que a alimentação além de influenciar no aprendizado, é um direito de todo o aluno que deve ter uma alimentação de qualidade para atender as suas necessidades nutricionais e contribuir no desenvolvimento e concentração do aluno.

Segundo Perroni (2013):

Tudo aquilo que ingerimos exerce um grande impacto sobre a função cerebral, podendo interferir no humor, no pensamento, no comportamento, na memória, no aprendizado e no envelhecimento celular. Através de uma alimentação colorida e variada, podemos fornecer os nutrientes necessários para manter o cérebro ativo e saudável. (PERRONI, 2013).

De acordo com Silva (2013), para que haja um pleno potencial de crescimento e desenvolvimento humano, com qualidade de vida e cidadania é preciso de uma boa alimentação e nutrição.

A alimentação saudável é primordial para as crianças em idade escolar, é na infância que os hábitos alimentares são formados, uma alimentação saudável é capaz de evitar déficits, carência e excessos nutricionais, alunos bem alimentados mostram um potencial maior tendo mais energia, disposição e agilidade mental. O nutricionista é o profissional capacitado para utilizar o alimento como instrumento na promoção de saúde e segurança

alimentar, em conjunto com a equipe escolar e familiares, prevenindo uma série de doenças e desequilíbrios futuros (COSTA; RIBEIRO; SANTOS, 2019).

2.2 O PAPEL DA NUTRICIONISTA NAS ESCOLAS

A nutricionista desempenha um papel de grande importância no espaço escolar, pois trata-se de um conjunto de métodos e estratégias que visam a promoção e a prevenção da saúde na fase escolar das crianças e adolescentes, por meio das mudanças dos hábitos alimentares saudáveis e estilo de vida.

Na idade escolar é importante que as necessidades nutricionais sejam atendidas, por exemplo, a desnutrição nessa fase pode levar a alterações físicas, funcionais e anatômicas, influenciando de forma negativa no crescimento, diminuição da concentração e desenvolvimento infantil. Suprir essas necessidades é definição de uma linha de trabalho do nutricionista e envolve um planejamento e acompanhamento de todo processo e evolução de ações abordadas e implantadas dentro e fora das escolas. A nutricionista é um profissional que irá contribuir para formação alimentares saudáveis, rendimento escolar, acompanhamento na evolução nutricional das crianças, melhor aprendizagem e promoção de saúde infantil. (STEFANUTO, 2013).

A nutricionista é a profissional que dentro da escola exerce grande influência sobre as escolhas alimentares, ele é responsável, por criar estratégias que visem a promoção da saúde dos escolares, com a atuação do nutricionista a escola terá mais oportunidade de ofertar uma alimentação mais equilibrada e saudável, apresentando alimentos mais atrativos e de fácil aceitação para os estudantes. O trabalho da nutricionista dentro das escolas se torna muito importante, ele é o profissional responsável para assumir todo processo relacionado a alimentação escolar, planejamento e supervisão dos alimentos, compras, elaboração do cardápio, acompanhamento do estado nutricional dos alunos durante o período escolar, palestras educativas sobre alimentação saudável. A escola se torna um local favorável para a promoção da saúde, onde as ações do nutricionista são necessárias para melhorar qualidade de vida e aprendizagem dos alunos. (MENDES, 2014).

Nas escolas, a nutricionista é responsável por elaborar e aplicar ações voltadas à promoção de saúde com enfoque na alimentação e nutrição das crianças de forma coletiva. Estas intervenções buscam a promoção da autonomia e contribuem no processo de escolha de alimentos saudáveis para todos, portanto, existe a limitação do profissional em atender necessidades específicas que hajam necessidades de

terapias nutricionais, como por exemplo, crianças com seletividade alimentar. (ESPINDOLA, 2020, s.p).

A atuação da nutricionista nas escolas é regulamentada pelo Conselho Federal de Nutrição (CFN), por meio da resolução CFN nº 465/2010, e sua atuação como educador alimentar é orientar alunos na formação de hábitos saudáveis, seu papel é muito importante, e de grandes responsabilidades, pois terá que trazer uma nova visão sobre o alimento, e a diferença entre comer e se alimentar bem, com ações de planejamento na mudança da merenda escolar, tornando o alimento mais atrativo e de fácil aceitação para as crianças (HONÓRIO: BATISTA, 2015).

A nutricionista da Alimentação Escolar AE é regulamentado pelo Conselho Federal e Nutrição (CFN), que fala sobre as atribuições obrigatórias do nutricionista no ambiente escolar pelo Programa de Alimentação Escolar, apesar de alguns estudos relatarem sobre o histórico e importância da AE no Brasil pouco se fala sobre a trajetória do nutricionista e seu desenvolvimento no campo de atuação, à medida que suas ações crescem e geram frutos o nutricionista escolar vem ganhando seu reconhecimento e força na área escolar (HONORIO; BATISTA, 2015).

A nutricionista tem papel fundamental na melhoria da saúde, sempre garantindo a segurança alimentar dos alunos, através de projetos que visem o bem estar físico e intelectual dos escolares, seu papel é atuar como formador de novos hábitos e estilo de vida saudável, garantindo através da alimentação ferramentas que possam contribuir para a evolução e promoção da saúde. Os hábitos alimentares devem ser compreendidos não somente aos alimentos consumidos habitualmente, mas também as condições que tais hábitos favorecem, o estilo de vida saudável (SANTOS, 2012).

A nutricionista é o profissional que exerce a função de promoção de saúde nas escolas, sendo a escola um espaço de ensino-aprendizagem, no qual criança adquire valores fundamentais e a importância de hábitos alimentares saudáveis (MENDES, 2014).

A nutricionista tem grande influência na formação dos hábitos alimentares e na aprendizagem, suas práticas devem auxiliar de modo positivo no crescimento e desempenho dos estudantes, buscando sempre à promoção da saúde desde a infância.

O trabalho da nutricionista nas escolas apresenta contribuições relevantes para o desenvolvimento físico e intelectual das crianças e adolescentes, desenvolvendo atividades educacionais que visem a promoção e prevenção da saúde dos alunos.

3 CONCLUSÃO

Ao longo do processo de pesquisa e escrita desse estudo, foi possível analisar a importância da alimentação saudável nas escolas e a contribuição do trabalho da nutricionista no âmbito educacional, como forma de promover o hábito de comer alimentos saudáveis.

A partir das pesquisas realizadas, constatou-se que a alimentação escolar é fundamental para ensinar aos alunos hábitos saudáveis, contribuindo no desenvolvimento integral do indivíduo.

A alimentação saudável nas escolas pode evitar problemas de saúde, como a obesidade, o aumento do nível de colesterol e o diabetes, que podem ser obtidos por causa dos maus hábitos alimentares.

A nutricionista é um profissional competente que trabalha na escola com práticas educativas sobre a alimentação, onde seus ensinamentos são fundamentais e impactam de modo positivo a vida das crianças e adolescentes. O seu trabalho vai além de realizar os cardápios e as refeições que são feitas nas escolas. Este profissional atua na transformação do ambiente escolar, buscando condições eficazes para que a escola seja um local de ensino/aprendizagem e com melhores condições de saúde e bem-estar físico e mental.

Para finalizar, esse artigo de conclusão de curso teve a finalidade de contribuir no processo de formação, possibilitando a aquisição e a construção de conhecimentos acerca do assunto tratado.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, S. S.; NASCIMENTO, P. C. B. D; QUAIOTI, Teresa C. B. **Quantidade e qualidade de produtos alimentícios anunciados na televisão brasileira.** Ver. Saúde Pública, 2012; 36(3): p. 353-355.

BRASIL. Conselho Federal de Nutricionistas. Resolução nº 465 de 25 ago. 2010. Dispõe sobre as atribuições do nutricionista, estabelece parâmetros mínimos de referência no Programa de Alimentação Escolar (PAE) e de outras providências. **Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil**, Poder Executivo, Brasília, DF, 25 ago. 2010. Seção 1, p. 118 e 119.

CAVALCANTI, Leonardo de Almeida. **Efeitos de uma intervenção em escolares do ensino fundamental I, para a promoção de hábitos alimentares saudáveis.** Tese de Mestrado, 2009, Brasília.

COSTA, R. A. O.S.; RIBEIRO, J. L. O. A.; SANTOS, M. R. **A contribuição da educação infantil para a formação de bons hábitos alimentares na criança de 0 a 6 anos.** Revista Eletrônica de Ciências da Saúde - UNIPLAN. Águas Claras/DF, V1, N. 1, 2019.

CUNHA, Luana Francieli da. **A Importância de uma Alimentação Adequada na Educação Infantil.** 2014. TCC (Especialização em Ensino de Ciências). Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Medianeira, 2014.

ESPINDOLA, Elisa de. **A importância do nutricionista em âmbito escolar.** Centro Evolvere. Florianópolis/SC, 17 fev. 2020.

FREITAS, Paulo G. **Saúde um Estilo de Vida.** Baseado no Equilíbrio de Quatro Pilares. São Paulo: IBRASA, 2002.

GONÇALVES, Fernanda Denardin et al. **A promoção da saúde na educação infantil.** Interface: Comunicação, saúde e educação, v.12, n. 24, p. 181192, jan./mar.2008.

HONORIO, A. R. F.; BATISTA, S.H. **Percepções e demandas de nutricionistas da alimentação escolar sobre sua formação.** Trab. educ. saúde, Rio de Janeiro, v. 13, n. 2, p. 473-492, ago. 2015

LEVY, R. B; CASTRO, I. R, R; CARDOSO, L. O; TAVARES, L. F; SARDINHA, L. M. V; GOMES, F. S; COSTA, A. W. N. Consumo e comportamento alimentar entre adolescentes brasileiros: pesquisa nacional de saúde do escolar (PeNSE), 2009. **Ciência e saúde coletiva.** v. 15, supl. 2, p. 3085-3097, 2010.

LOUREIRO, Isabel. **A importância da educação alimentar: o papel das escolas promotoras de saúde.** Revista Portuguesa de Saúde Pública. V. 22, n. 02, p. 43- 55, jul./dez.2004.

MENDES, M. R. **Ações educativas do nutricionista no âmbito escolar: uma revisão integrativa.** Universidade Federal de Minas Gerais UFMG, 2014.

NOVAES, J. F; PRIORE, S. E; FRANCESCHINE, S. C. C. **Estado nutricional e hábitos alimentares de adolescentes de escola privada.** Biosci. J. Uberlândia, v. 20, n. 1, p. 97-105, 2004.

OLIVEIRA C. L; FISBERG, M. **Obesidade na infância e adolescência – uma verdadeira epidemia.** Arq Bras Endocrinol Metab, v. 47, n. 2, p. 107-8, 2003.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Local Action: creating health promoting schools, 2000. D

PERRONI, C. **Boa alimentação interfere na função cerebral e aumenta a concentração.** Disponível em: <http://globoesporte.globo.com/euatleta/nutricao/noticia/2013/06/boa-alimentacao-interfere-na-funcao-cerebral-e-aumentarconcentracao.html>. Acesso em: 08 de setembro de 2023.

SANTOS, Maria Ângela dos. *Biologia educacional*. São Paulo: Ática, 1989.

SANTOS, L. A. S, 2012. **O fazer educação alimentar e nutricional: algumas contribuições para reflexão.** *Ciência e Saúde Coletiva*, v 16, n. 2, p 217-229.

SILVA, Camilo A. M. et al. *O Programa Nacional de Alimentação Escolar sob a ótica dos alunos da rede estadual de ensino de Minas Gerais, Brasil: Ciência e Saúde Coletiva*. Rio de Janeiro: Bookmark, 2013.

Sociedade Brasileira de Pediatria. Departamento Científico de Nutrologia. **Manual de Alimentação: orientações para alimentação do lactente ao adolescente, na escola, na gestante, na prevenção de doenças e segurança alimentar.** SBP; 2018.

STEFANUTO, B., et al., **Avaliação Nutricional de Pré - Escolares e sua transições.** VI Congresso Multiprofissional em Saúde, 2012.

TEIXEIRA C. G. O. Análise quanto ao valor calórico dos lanches oferecidos nas cantinas das escolas. **Anuário de Produção de Iniciação Científica Discente.** V. 14, p. 151-162, 2009.

VARGAS ICS et al. Avaliação de programa de prevenção de obesidade em adolescentes de escolas públicas. **Revista de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 45, n. 1, p.59-68. Agosto 2011.