CONSUMO DE REFRIGERANTES POR ESTUDANTES DA EDUCAÇÃO BÁSICA DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO

PALAVRAS-CHAVE: Bebidas Adoçadas com Açúcar; Saúde do Adolescente; Política de Saúde.

FERNANDES, Emilly Bandeira[1]; SOUZA, Israel[2]

Modalidade do trabalho: Pesquisa

Área temática: Educação e Promoção em Saúde

[1]Discente Bacharelado em Fisioterapia- Bolsista de IC da Faperj - Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio de Janeiro - *Campus* Realengo (IFRJ), Rio de Janeiro, RJ, emillybandeira2011@hotmail.com

[2]Doutor em Epidemiologia - Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio de Janeiro - *Campus* Paracambi (IFRJ), Rio de Janeiro, RJ, israel.souza@ifrj.edu.br

INTRODUÇÃO

As bebidas adoçadas com açúcar, como os refrigerantes, têm um valor nutricional baixo e são um fator de risco importante para doenças cardiovasculares, além de que podem estar associadas ao ganho de peso e risco para o desenvolvimento de Diabetes Mellitus tipo 2 (DM2) quando consumidas em quantidades elevadas, causando grande impacto na saúde humana. Quanto ao ganho de peso, os refrigerantes contribuem para esse fator, pois diminuem a saciedade e ocasionam uma redução incompleta na ingestão de energia, uma vez que após a ingestão de calorias líquidas o indivíduo geralmente não compensa essa ingestão, consumindo, assim, mais calorias do que deveria e diminuindo a quantidade da ingestão de comida após beber refrigerante (Malik; Hu, 2019). Em relação ao risco para o desenvolvimento de DM2 e doenças cardiovasculares, o consumo de refrigerantes em excesso contribui para isso, uma vez que induz o ganho de peso, bem como os açúcares que compõem a bebida causam efeitos metabólicos diversos (Malik; Hu, 2019).

Entretanto, mesmo sendo um fator de risco à saúde, seu consumo está aumentando em muitos países, incluindo o Brasil, principalmente devido ao marketing de bebidas e a crescente urbanização, sendo que os países que têm renda média alta e média baixa destacam-se pela maior ingestão de refrigerantes e alimentos ultraprocessados, bem como há uma tendência de níveis mais altos de ingestão de bebidas adoçadas com açúcar nos grupos que possuem baixo status socioeconômico (Malik; Hu, 2019). Nesse sentido, as indústrias procuram atuar na política para impedir que leis sejam aprovadas com o intuito de restringir o consumo de produtos ultraprocessados, como bebidas açucaradas. Tal fato é um exemplo do que chamamos de dimensão comercial dos determinantes sociais da saúde (Gilmore et al., 2023).

Políticas nacionais e internacionais ressaltam a redução na ingestão de refrigerantes, para fins de promoção da saúde, como a Organização Mundial da Saúde (OMS) que recomenda a limitação do consumo desse tipo de bebida (Malik; Hu, 2019).

OBJETIVO

Avaliar a frequência do consumo de refrigerantes por estudantes da educação básica no Estado do Rio de Janeiro, no ano de 2019.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo transversal com utilização dos dados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE) 2019 que, entre outras questões, indaga sobre a frequência do consumo de refrigerantes ao longo dos últimos sete dias anteriores à pesquisa - "nos últimos 7 dias, em quantos dias você tomou refrigerante?" (IBGE, 2022). No presente estudo foi utilizada uma subamostra com dados referentes aos estudantes do Estado do Rio de Janeiro, e buscou-se comparar a frequência média do consumo de refrigerantes em função das variáveis sexo, dependência administrativa da escola e se a escola possui cantina (que vendem ou não refrigerantes). Para fazer essa comparação foi utilizado o teste t para amostras independentes, adotando o nível de significância de 0,05. Foi utilizado o software estatístico R e o pacote "survey" que permite a análise de amostras complexas.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A amostra foi composta por 1.178.943 estudantes, sendo 49,9% do sexo feminino, 72,2% de escola pública, 12,0% com menos de 13 anos, 51,3% com idade entre 13 e 15 anos, 27,8% com idade entre 16 e 17 anos e 8,9% com mais de 18 anos de idade.

Na tabela 1 são apresentados os resultados da comparação da frequência média do consumo de refrigerantes nos últimos sete dias anteriores à pesquisa.

Tabela 1: Frequência do consumo de refrigerante de acordo com as variáveis selecionadas

Variáveis		Dias de consumo de refrigerante média (erro-padrão)	t	p
Sexo	Masculino	2,59 (0,07)	-1,000	0,319
	Feminino	2,52 (0,06)		
Dependência Administrativa	Pública	2,59 (0,07)	-1,498	0,136
	Privada	2,45 (0,06)		
Cantina	Não vende	2,26 (0,13)	2,383	0,019
	Vende	2,61 (0,07)		

Com relação ao sexo os resultados demonstram que indivíduos do sexo masculino apresentam um consumo maior do que indivíduos do sexo feminino, possivelmente porque indivíduos do sexo masculino tendem a se preocupar menos com a saúde e aparência (Silva et al., 2020). No entanto, no presente estudo tal diferença não foi significativa (t = -1,000; p = 0,319).

Com relação a dependência administrativa da escola, observa-se que os estudantes de escola pública têm uma frequência média de consumo de refrigerante maior do que os alunos das escolas privadas, porém tal diferença não foi significativa (t = -1,498; p = 0,136). Esse fato sugere que mesmo com políticas públicas voltadas para o consumo alimentar nas escolas públicas (Brasil,

2024), tais políticas ainda não surtiram efeito nos hábitos cotidianos dos estudantes.

Ao avaliar o consumo de refrigerantes em função da presença de cantina nas escolas, nota-se que naquelas escolas em que é permitida a comercialização os estudantes têm uma frequência de consumo maior do que aqueles que estudam em escolas onde as cantinas não comercializam refrigerantes. Essa diferença foi significativa ($t = 2{,}238$; $p = 0{,}019$) e reflete a força da dimensão comercial dos determinantes sociais (Gilmore et al., 2023) e de políticas públicas específicas (Brasil, 2024).

De modo geral, os resultados apontam para uma frequência do consumo de refrigerantes similar ao encontrado em outros estudos (Silva et al., 2020; IBGE, 2022). Estes achados são importantes tendo em vista que, ainda na fase escolar, o indivíduo tende a ter preocupações no que tange à aparência e ao corpo, que são fatores que influenciam no estilo de vida e comportamento alimentar, mas nem todos os estudantes têm ou adotam hábitos de vida saudáveis recomendados nessa fase (Silva et al., 2020).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O consumo de refrigerantes em excesso está associado ao aumento de peso corporal, DM2 e doenças cardiovasculares, além de apresentar alterações metabólicas importantes. Assim, políticas públicas são necessárias para que haja uma redução na frequência do consumo por estudante tanto de escolas públicas quanto privadas. Uma saída seria a regulamentação da venda de produtos ultraprocessados nas escolas e em seu entorno.

Uma das limitações do estudo refere-se ao fato de que foi avaliada a frequência do consumo e não o volume de refrigerante ingerido. No entanto, os resultados apontam para a importância de políticas públicas voltadas para a área. Esse trabalho conta com o apoio da Bolsa de Iniciação Científica da Faperj.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Programa Nacional de Alimentação Escolar. O que é?. **Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação**, 2024. Disponível em: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/acesso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae>. Acesso em: 19 set. 2024.

GILMORE, A.B; FABBRI, A.; BAUM, F.; BERTSCHER, A.; BONDY, K.; CHANG, H.J.; DEMAIO, S.; ERZSE, A.; FREUDENBERG, N.; FRIEL, S.; HOFMAN, K.J.; JOHNS, P.; ABDOOL KARIM, S.; LACY-NICHOLS, J.; DE CARVALHO, C.M.P.; MARTEN, R.; MCKEE, M.; PETTICREW, M.; ROBERTSON, L.; TANGCHAROENSATHIEN, V.; THOW, A.M. Defining and conceptualising the commercial determinants of health. **Lancet**, v. 401, n. 10383, p. 1194-1213, abr. 2023.

IBGE. **Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar**: análise de indicadores comparáveis dos escolares do 9° ano do ensino fundamental. Município das Capitais: 2009/2019. IBGE, Coordenação de População e Indicadores Sociais, Rio de Janeiro: IBGE, 2022.

MALIK, V.S.; HU, F.B. Sugar-Sweetened Beverages and Cardiometabolic Health: An Update of the Evidence. **Nutrients**, 2019, v. 11, n. 8, p. 1-17, ago. 2019.

SILVA, N.S.S.; NEVES, L.F.; PEREIRA, M.M.; LEÃO, L.L.; BRITO, M.F.S.F; SILVA, R.R.V.; PINHO, L. Relação entre ganho de peso e consumo de refrigerantes em adolescentes brasileiros do ensino médio. **ALAN**, v.70, n. 4, nov. 2020.