

## Trabalho apresentado no 21º CBCENF

**Título:** INGESTÃO DO CAFÉ DA MANHÃ POR ADOLESCENTES DE ESCOLAS PÚBLICAS DE MONTES CLAROS-MINAS GERAIS

**Relatoria:** HELLEN JULLIANA COSTA DINIZ

Carla Silvana de Oliveira e Silva

Joanilva Ribeiro Lopes

Daniel Silva Moraes

**Autores:** Adélia Dayanne Guimarães Fonseca

Ana Paula Oliveira Santos

Júlia de Oliveira e Silva

Maria Fernanda Santos Figueiredo Brito

**Modalidade:** Comunicação coordenada

**Área:** Políticas Públicas, Educação e Gestão

**Tipo:** Pesquisa

**Resumo:**

**Introdução:** O café da manhã ou desjejum é uma das três essenciais refeições diárias, regularmente é determinado como a primeira refeição do dia, que acaba o jejum involuntário após a etapa de sono noturno. Pesquisas depararam que adolescentes que consomem corriqueiramente café da manhã são mais predispostos a ter nutrientes apropriados na ingestão, contendo maior consumo de fibra alimentar, proteínas e carboidratos totais, bem como insignificante consumo de gorduras totais e colesterol, contribuindo para contentar as necessidades diárias para micronutrientes e manutenção de peso. A análise desta prática torna-se necessário para a saúde promoção nesta faixa etária, concedendo informações para possíveis programas de intervenção. **Objetivos:** avaliar e traçar um perfil dos consumidores prevalentes de café da manhã, bem como identificar os fatores associados com essa prática entre os adolescentes. **Metodologia:** Trata-se de estudo epidemiológico transversal e descritivo. Participaram do estudo, adolescentes entre 10 a 16 anos de ambos os sexos, regularmente matriculados no ensino fundamental e médio da rede pública da cidade de Montes Claros- Minas Gerais. **Resultados:** Participaram desta pesquisa 624 escolares. A idade prevalente foi 15 anos. Quando questionados a rotina semanal que consumiam, o sexo feminino teve maior índice. A maioria dos adolescentes se declarou como sendo pardo. Relacionando a variável de consumo agora com relação à renda familiar a maioria respondeu que suas famílias possuem até 3 salários mínimos e 12,4% das famílias possuem renda de 3 a 10 salários mínimos. Foi também realizado a pesquisa relacionando a escolaridade desses adolescentes que mostrou que a maioria está matriculada no 1º ano. Cabe salientar que a omissão do café da manhã não é vista como um comportamento saudável. E a não consumação do café da manhã apresenta relação com aumento do consumo de lanches calóricos, atrapalhando a elevação da glicemia aos níveis imprescindíveis às atividades matinais e favorecendo uma provável deficiência de cálcio nessas pessoas. **Conclusão:** A análise permitiu constatar que a maioria os adolescentes estão fazendo o café da manhã. Considerando a alimentação saudável correlacionado com o desjejum um fator de extrema relevância nesta etapa de crescimento, é necessário que as políticas públicas de saúde busquem medidas de promoção e incentivo à saúde do adolescente, fornecendo subsídios para encorajar do consumo de café da manhã nesse estrato etário.