

## PESO E ALTURA DOS ALUNOS

Como atividade complementar, a cantina A&C Nutrição promove uma vez a cada semestre a avaliação antropométrica dos alunos do turno integral. Essa avaliação é composta pelo peso e altura das crianças. Em seguida é calculado o IMC/I (índice de massa corporal por idade), padrão utilizado pela Organização Mundial da Saúde para classificar o estado nutricional de crianças e adolescentes.

Em março e abril as nutricionistas da A&C, Tatiana, Danielle e Daniela, realizaram essa atividade no Colégio São Paulo e nos Anchiétinhas Itaigara e Aquarius. Até o final do mês, os responsáveis receberão pela agenda, uma ficha com os dados individuais de seus filhos. É importante acompanhar o crescimento e desenvolvimento dos jovens, e avaliar se o peso está adequado para altura e idade.

Mundialmente verifica-se o aumento alarmante do número de jovens com excesso de peso, e doenças associadas, como pressão alta, diabetes tipos 2, colesterol alto, entre outros.

A ficha também apresenta algumas dicas de alimentação e a sugestão de acompanhamento individual de peso nos casos necessários. No final do ano faremos novas aferições, acompanhando o crescimento e desenvolvimento dos alunos.

