

AVALIAÇÃO NUTRICIONAL DOS ALUNOS – SEGUNDO SEMESTRE

O refeitório A&C Nutrição promove uma vez a cada semestre a avaliação nutricional dos alunos do turno complementar. O objetivo é conhecer o perfil nutricional específico daquele grupo, e informar individualmente aos pais o estado nutricional dos seus filhos.

Nos meses de março e abril as nutricionistas da A&C Nutrição realizaram a antropometria do primeiro semestre com alunos dos Colégios São Paulo, Anchiétinha Itaigara e Anchiétinha Aquarius. Agora, nos meses de outubro e novembro, a avaliação está sendo repetida, para acompanharmos como foi o crescimento dos pequenos durante o ano, e conhecer a realidade atual do grupo que almoça na escola.

A antropometria é composta pela aferição de peso e altura. Em seguida é calculado o IMC/I (índice de massa corporal por idade) dos alunos. É através desse índice que a OMS (Organização Mundial da Saúde) classifica, desde 2007, o estado nutricional de crianças e adolescentes. 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. No Brasil os últimos dados já apontavam que uma em cada três crianças e adolescentes estava acima do peso. Essa realidade está associada principalmente aos hábitos de vida, com destaque para alimentação. Por isso é importante estimular hábitos saudáveis desde a infância.



Nas próximas semanas os

responsáveis receberão as fichas individuais dos seus filhos, com os dados de peso, altura e classificação do estado nutricional. É importante que os pais conheçam o estado nutricional de seus filhos, e continuem atentos, estimulando sempre uma alimentação saudável, e procurando um especialista para acompanhamento individual quando necessário.