

Título: Análise do consumo de adoçantes artificiais por adolescentes de uma escola pública em SC

Autor(es) ROBERTA JULIANO RAMOS; TAILA DE ALBUQUERQUE KIRCHHEIM

E-mail para contato: robertajulianoramos@yahoo.com.br

IES: ESTÁCIO SANTA CATARINA

Palavra(s) Chave(s): edulcorantes, adoçantes dietéticos e adolescentes

RESUMO

Nos dias atuais é comum o consumo de adoçantes artificiais e produtos dietéticos contendo adoçantes, e o consumo se inicia cada vez mais cedo, já na adolescência, fase na qual se inicia uma transição para a vida adulta e é marcada por aquisição de hábitos que podem ser carregados para a vida toda. Em contrapartida, os efeitos dos adoçantes no organismo humano vêm sendo estudados e trazem a preocupação com o consumo exagerado, pois os mesmos podem causar diversos efeitos negativos no organismo. Deste modo, o objetivo deste estudo foi avaliar o consumo de adoçantes artificiais e de produtos diet e light por estudantes do ensino médio de uma escola localizada em São José- SC, para verificar se os adolescentes fazem uso dos edulcorantes, e se este uso pode ser considerado alto ou não de acordo com os limites de ingestão estipulados pela legislação. A pesquisa foi descritiva, quali-quantitativa, transversal, de campo e bibliográfico, sendo aplicado um questionário para verificar o consumo de adoçantes e produtos dietéticos em um grupo de 100 adolescentes estudantes do ensino médio de uma escola estadual em Santa Catarina. Como critérios de inclusão foram adotados: adolescentes de ambos os sexos matriculados no ensino médio da escola, com idade entre 10 e 19 anos, cursando entre o primeiro e o terceiro ano do Ensino Médio, e que entregaram assinado o Termo de Consentimento Livre Esclarecido e preencherem adequadamente o questionário. O questionário foi no modelo de Questionário de Frequência Alimentar (QFA) e abordou questões sobre o consumo de adoçantes artificiais e produtos dietéticos pelos estudantes do ensino médio da escola. Os produtos inclusos no questionário são: adoçantes dietéticos, refrigerantes zero açúcar e produtos light ou diet como iogurtes, gelatinas, bolos e sucos, sobre os quais foram abordadas questões sobre o consumo diário, semanal ou não consumo desses produtos. A aplicação dos questionários foi realizada no mês de agosto de 2014, num total de 100 alunos, que estudavam na escola entre o primeiro e terceiro ano do Ensino Médio, onde além das questões sobre o consumo dos adoçantes, também foi questionado a idade e sexo de cada entrevistado. Em seguida foi entregue um material informativo sobre os principais edulcorantes disponíveis no mercado, a fim de informar os jovens sobre estes produtos. Sendo assim, os dados foram tabulados no programa Excel, e a partir deles foram gerados gráficos como resultados. Foi obtido como resultado que já existe um consumo de adoçantes em 24% dos adolescentes, bem como de produtos diet e light, onde 95 alunos já consumiram alguma vez e 11 alunos consomem de 3 a 4 vezes na semana. Entre os 24 que consumiam frequentemente, 89% deles utilizavam os adoçantes a base de ciclamato e sacarina sódica, justamente os que são os menos indicados, apresentando como motivo para consumir o fato de ter disponível em casa seguido de acharem se tratar de algo mais saudável. Assim, sabendo que o consumo de adoçantes e produtos dietéticos se torna cada vez mais comum, mais pesquisas devem ser realizadas sobre essas substâncias, para que as pessoas possam ter mais conhecimento antes de consumir os produtos.