



E
S
P
I
G
A **E**studo de **S**aúde da **P**opulação
Infantil da **R**e**G**ião **A**lentejo

RELATÓRIO

Dezembro 2013

Quanto teremos que fazer nesta terra
em matéria de saúde e higiene, tão pouco há feito!

Curar e tratar enfermidades era outrora o único objetivo
– hoje há o de prevenir as evitáveis.

Dr. Ricardo Jorge
Discurso no Hospital de Tomar, 1928

O projeto ESPIGA foi levado a efeito pelo ex-Núcleo Regional do Alentejo da Plataforma contra a Obesidade, da ARSA, IP, tendo sido responsáveis pela sua concretização assim como da elaboração deste relatório:

Ana Isabel Gato

Ana Isabel Trindade

Ana Margarida Ramalho

Cláudia Cristina Borralho

Cristina Vasconcelos de Miranda

Lúcia Morais Costa

Rita Torres Moreira

Rosa Silvério Espanca

Aos Profissionais das Unidades de Saúde da ARSA,IP que trabalharam para que o ESPIGA fosse uma realidade, fica o reconhecido agradecimento:

Adélia Vicente

Aldina Rasquinho

Amorosa Gonçalves

Ana Bela Alegria

Ana Borbinha Gato

Ana Botelho

Ana Cristina Castro

Ana do Céu Bastos

Ana Mafalda Franco

Ana Margarida Tavares

Ana Maria Mendes

Ana Maria Paulino

Ana Ramalho

Ana Silva

Ana Trindade

Anabela Barradas

Antónia Lista

António Paula Campos

Arminda Pedro

Bárbara Valadas

Carina Jesus

Carla Mariano

Carla Pinheiro

Carla Sousa

Carmo Baltazar

Catarina Brito

Celeste Patinhas

Célia Lourenço	João Bravo	Mariana Bacalhau
Cláudia Borralho	Jorge Baião Mestre	Marisol Afonso
Cláudia Nunes	José António Cabaço	Marta Carrilho
Conceição Bravo	José Lista	Nuno Jacinto
Conceição Vieira	José Neto	Paula Catela
Cristina Delfino	Leonel Bucu	Paula Curado
Cristina Marques	Liliana Azinheira	Paula Monteiro
Cristina Raimundo	Liliana Marques	Rita Caeiro
Daniel Romão Martins	Liliana Mouro	Rita Curlier Guerra
Dora Cruz	Lisette Deckens	Rita Pires
Edite Maria Ramos	Lúcia Morais Costa	Rita Torres Moreira
Eduardo Correia	Luísa Dias	Rosa Campos
Elisabete Luz	Madalena Barnabé	Rosa Maria Calado
Emília Gonçalves	Manuela Anjos	Rosa Ramalho
Fátima Marques	Márcia Silva Marques	Rosa Silvério Espanca
Fátima Morgado	Maria Antónia Vicente	Rosário Lopes
Fernanda Maria Louro	Maria Clara Lourenço	Rute Catarina Silva
Fernanda Santos	Maria Cristina Lima	Sandra Ideias
Filomena Ventura	Maria de Fátima Pires	Sara Sepúlveda Fonseca
Francelina Luís	Maria de Fátima Santos	Sara Vaz
Francisca Machado	Maria do Céu Almeida	Sílvia Cardoso
Gertrudes Terramoto	Maria Duarte Alexandre	Sílvia Duarte
Gracinda Rodrigues	Maria Gertrudes Silva	Sofia Batista
Helena Chuço	Maria João Gerardo	Susana Soares Silva
Helena Rebelo	Maria João salgueiro	Telma Maria Caeiro
Ilda Susana Pinho	Maria João Santos	Teresa Castro
Inês Filipa Lopes	Maria João valadão	Vanda Cardoso
Inês Polme	Maria José Lopes	Vanda Falcato
Isabel Barreto	Maria José Pestana	Vânia Paralta
Isabel Bento Marques	Maria Manuel Morais	Vânia Pinto
Isabel Carvalho	Maria Manuela Banza	Vera Baldeira
Isabel Maria Figueiredo	Maria Manuela Fava	Vera Carrilho
Isabel Marques	Maria Miguel Valente	Vera Ferreira
Isaura Serra	Maria Nascimento	Verónica Tubal
Joana Espinho	Maria Rosário Pires	

Agradecimentos:

CEIDSS, Universidade Atlântica

Direções dos Agrupamentos de Escolas

Direções dos Conselhos Clínicos e Executivos dos ACES e DACES

Dra Ana Apolónio, ARSA, IP

Dra Susana Galrito, ULSBA, EPE

Ex-DREA

Ex-Plataforma Contra a Obesidade

Pais/encarregados de educação dos alunos que participaram no estudo

Presidentes Conselhos de Administração das Unidades Locais de Saúde

Professor Doutor Victor Viana, FCNA-UP

Professores e assistentes operacionais dos Agrupamentos da Ex-DREA

Profissionais dos serviços de saúde, da ARSA,IP

Siglas e abreviaturas

ACES – Agrupamento de Centros de Saúde
AMU – Área Mediamente Urbana
APR – Área Predominantemente Rural
APU – Área Predominantemente Urbana
ARSA, IP – Administração Regional de Saúde do Alentejo, Instituição Pública
CDC – Center Disease Control
CEBQ – Child Eating Behaviour Questionnaire (Questionário do Comportamento Alimentar)
CEIDSS – Centro de Estudos e Investigação em Dinâmicas Sociais e Saúde
cm – centímetros
COSI – Childhood Obesity Surveillance Initiative
DACES – Departamento do Agrupamento de Centros de Saúde
DGEstE-DSRA - Direção Geral dos Estabelecimentos Escolares – Direção de Serviços Região Alentejo
DGIDC – Direção Geral de Inovação e Desenvolvimento Curricular
DGS – Direção-Geral da Saúde
DREA – Direção Regional de Educação do Alentejo
ESPIGA – Estudo de Saúde da População Infantil da Região Alentejo
ex. – exemplo
FCNA-UP – Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto
g – grama(s)
IMC – Índice de Massa Corporal (em inglês - BMI)
IOTF – International Obesity Taskforce
IPSS – Instituição Particular de Solidariedade Social
km – quilómetro(s)
kg – quilograma(s)
m – metro(s)
NCHS – National Centre for Health and Statistics
NRAPCO – Núcleo Regional do Alentejo da Plataforma contra a Obesidade
OMS – Organização Mundial da Saúde (em inglês – WHO)
SPSS – Statistical Package for Social Sciences
UNICEF – United Nations Childrens Found

ÍNDICE

I. INTRODUÇÃO.....	13
II. ENQUADRAMENTO.....	14
1. Tipo de estudo.....	16
2. Instrumento de colheita de dados	16
3. Equipamento.....	16
4. População.....	17
5. Procedimentos.....	18
5.1. Pedidos de autorização.....	19
5.2. Manual e treino de standardização de procedimentos.....	20
6. Considerações éticas	21
7. Tratamento dos dados	22
III. APRESENTAÇÃO DOS RESULTADOS.....	23
1. Dados recolhidos no questionário do examinador.....	23
1.1. Sexo.....	23
1.2. Estado nutricional.....	23
1.3. Classificação da Freguesia.....	25
1.4. Ingestão de pequeno-almoço	26
2. Dados recolhidos no Questionário da Família.....	31
2.1. Dados Pessoais.....	31
2.1.1. Sexo	31
2.1.2. Estado nutricional.....	31
2.2. Dados referentes aos progenitores	48
2.3. Frequência Alimentar	51
2.4. Comportamento alimentar.....	57
2.5. Perceção dos Encarregados de Educação.....	58
2.6. Atividade Física / Sedentarismo / Hábitos de Sono.....	64
2.7. Dados sociodemográficos do agregado familiar	79
IV. CONSIDERAÇÕES FINAIS	86
V. BIBLIOGRAFIA.....	88
ANEXOS.....	94
ANEXO I: Correlações.....	95
ANEXO II: Questionário do comportamento alimentar- fatores e itens	99

ÍNDICE DE QUADROS

Quadro n.º 1: <i>Distribuição percentual da população segundo o sexo e a área geográfica</i>	23
Quadro n.º 2: <i>Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a área geográfica (critérios OMS)</i>	23
Quadro n.º 3: <i>Distribuição percentual da população segundo o sexo e o estado nutricional (Critérios da OMS, CDC e IOTF)</i>	24
Quadro n.º 4: <i>Distribuição percentual da população segundo sexo, estado nutricional e área geográfica</i>	25
Quadro n.º 5: <i>Distribuição percentual da população segundo a classificação da freguesia da Escola e a área geográfica</i>	25
Quadro n.º 6: <i>Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a classificação da freguesia da Escola</i>	26
Quadro n.º 7: <i>Distribuição percentual da população segundo a ingestão de pequeno-almoço e a área geográfica</i>	26
Quadro n.º 8: <i>Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a ingestão de pequeno-almoço</i>	27
Quadro n.º 9: <i>Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a ingestão de pequeno-almoço (Alentejo Central)</i>	27
Quadro n.º 10: <i>Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a ingestão de pequeno-almoço (Baixo Alentejo)</i>	27
Quadro n.º 11: <i>Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a ingestão de pequeno-almoço (Litoral Alentejano)</i>	28
Quadro n.º 12: <i>Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a ingestão de pequeno-almoço (Norte Alentejano)</i>	28
Quadro n.º 13: <i>Distribuição percentual da população segundo o que ingeriu ao pequeno-almoço e a área geográfica</i>	29
Quadro n.º 14: <i>Distribuição percentual da população segundo o sexo e a área geográfica</i>	31
Quadro n.º 15: <i>Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a área geográfica</i>	31
Quadro n.º 16: <i>Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o sexo</i> .32	
Quadro n.º 17: <i>Distribuição percentual da população segundo o sexo, o estado nutricional e a área geográfica</i>	32
Quadro n.º 18: <i>Distribuição percentual da população segundo o peso ao nascer por área geográfica</i>	33
Quadro n.º 19: <i>Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o peso ao nascer</i>	33
Quadro n.º 20: <i>Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o peso ao nascer (Alentejo Central)</i>	34
Quadro n.º 21: <i>Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o peso ao nascer (Baixo Alentejo)</i>	34
Quadro n.º 22: <i>Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o peso ao nascer (Litoral Alentejo)</i>	34
Quadro n.º 23: <i>Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o peso ao nascer (Norte Alentejano)</i>	35
Quadro n.º 24: <i>Distribuição percentual da população segundo o tempo de gestação e a área geográfica</i>	35
Quadro n.º 25: <i>Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o tempo de gestação</i>	35
Quadro n.º 26: <i>Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o tempo de gestação (Alentejo Central)</i>	36
Quadro n.º 27: <i>Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o tempo de gestação (Baixo Alentejo)</i>	36
Quadro n.º 28: <i>Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o tempo de gestação (Litoral Alentejano)</i>	37
Quadro n.º 29: <i>Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o tempo de gestação (Norte Alentejano)</i>	37
Quadro n.º 30: <i>Distribuição percentual da população segundo a amamentação e a área geográfica</i>	37

Quadro n.º 31: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a amamentação	38
Quadro n.º 32: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional atual, a amamentação e a área geográfica	38
Quadro n.º 33: Distribuição percentual da população segundo a amamentação exclusiva e a área geográfica	39
Quadro n.º 34: Distribuição percentual da população segundo estado nutricional e a amamentação exclusiva (Total Alentejo).....	39
Quadro n.º 35: Distribuição percentual da população segundo estado nutricional e a amamentação exclusiva (Alentejo Central).....	40
Quadro n.º 36: Distribuição percentual da população segundo estado nutricional e a amamentação exclusiva (Baixo Alentejo).....	40
Quadro n.º 37: Distribuição percentual da população segundo estado nutricional e a amamentação exclusiva (Litoral Alentejano)	40
Quadro n.º 38: Distribuição percentual da população segundo estado nutricional e a amamentação exclusiva (Norte Alentejano).....	41
Quadro n.º 39: Distribuição percentual da população segundo o aleitamento artificial e a área geográfica	41
Quadro n.º 40: Distribuição percentual da população segundo o início da diversificação alimentar e a área geográfica.....	41
Quadro n.º 41: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o início da diversificação alimentar (Total Alentejo)	42
Quadro n.º 42: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o início da diversificação alimentar (Alentejo Central)	42
Quadro n.º 43: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o início da diversificação alimentar (Baixo Alentejo)	43
Quadro n.º 44: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o início da diversificação alimentar (Litoral Alentejano).....	43
Quadro n.º 45: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o início da diversificação alimentar (Norte Alentejano).....	43
Quadro n.º 46: Distribuição percentual da população segundo o primeiro alimento sólido e a área geográfica (Total Alentejo).....	44
Quadro n.º 47: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o primeiro alimento sólido.....	44
Quadro n.º 48: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o primeiro alimento sólido (Alentejo Central).....	45
Quadro n.º 49: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o primeiro alimento sólido (Baixo Alentejo)	45
Quadro n.º 50: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o primeiro alimento sólido (Litoral Alentejano)	45
Quadro n.º 51: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o primeiro alimento sólido (Norte Alentejano)	46
Quadro n.º 52: Distribuição percentual da população segundo a existência de patologia e a área geográfica (Total Alentejo).....	46
Quadro n.º 53: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a existência de patologia	46
Quadro n.º 54: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a existência de patologia e a área geográfica.....	47
Quadro n.º 55: Distribuição percentual da população segundo a toma de medicação e a área geográfica (Total Alentejo).....	47
Quadro n.º 56: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a toma de medicação.....	47
Quadro n.º 57: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional do progenitor e da progenitora e a área geográfica	48
Quadro n.º 58: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional da criança e o estado nutricional do progenitor e a área geográfica.....	48
Quadro n.º 59: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional da criança e o estado nutricional da progenitora e a área geográfica.....	49

Quadro n.º 60: Distribuição percentual da população segundo a existência de diabetes nos progenitores e a área geográfica (Total Alentejo).....	49
Quadro n.º 61: Distribuição percentual da população segundo a existência de hipertensão arterial nos progenitores e a área geográfica (Total Alentejo)	50
Quadro n.º 62: Distribuição percentual da população segundo a existência de hipercolesterolemia nos progenitores e a área geográfica (Total Alentejo).....	50
Quadro n.º 63: Distribuição percentual da população segundo a frequência alimentar	51
Quadro n.º 64: Distribuição percentual da população segundo os alimentos consumidos e a área geográfica (Alentejo Central).....	52
Quadro n.º 65: Distribuição percentual da população segundo os alimentos consumidos e a área geográfica (Baixo Alentejo).....	53
Quadro n.º 66: Distribuição percentual da população segundo os alimentos consumidos e a área geográfica (Litoral Alentejano)	54
Quadro n.º 67: Distribuição percentual da população segundo os alimentos consumidos e a área geográfica (Norte Alentejano).....	55
Quadro n.º 68: Correlações entre os fatores do questionário do comportamento alimentar e o estado nutricional	57
Quadro n.º 69: Distribuição percentual da população segundo a sintomatologia de natureza psicológica (Total Alentejo).....	58
Quadro n.º 70: Distribuição percentual da população segundo a sintomatologia de natureza psicológica - Alentejo Central.....	58
Quadro n.º 71: Distribuição percentual da população segundo a sintomatologia de natureza psicológica - Baixo Alentejo.....	59
Quadro n.º 72: Distribuição percentual da população segundo a sintomatologia de natureza psicológica – Litoral Alentejano.....	59
Quadro n.º 73: Distribuição percentual da população segundo a sintomatologia de natureza psicológica – Norte Alentejano.....	59
Quadro n.º 74: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a existência de instabilidade emocional (Total Alentejo).....	60
Quadro n.º 75: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a existência de insatisfação com o corpo (Total Alentejo)	60
Quadro n.º 76: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a existência de ansiedade (Total Alentejo).....	61
Quadro n.º 77: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a existência de depressão (Total Alentejo).....	61
Quadro n.º 78: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a existência de défice de atenção (Total Alentejo).....	61
Quadro n.º 79: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a existência de dificuldades de relacionamento (Total Alentejo)	62
Quadro n.º 80: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a existência de discriminação pelo aspeto físico (Total Alentejo).....	62
Quadro n.º 81: Correlações entre o estado nutricional e a sintomatologia de natureza psicológica (Total Alentejo).....	63
Quadro n.º 82: Distribuição percentual da população segundo a identificação das causas da obesidade infantil e a área geográfica	63
Quadro n.º 83: Distribuição percentual da população segundo o meio de transporte utilizado na ida para a escola e a área geográfica (Total Alentejo)	64
Quadro n.º 84: Distribuição percentual da população segundo o meio de transporte utilizado no regresso a casa e a área geográfica (Total Alentejo)	64
Quadro n.º 85: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o tipo de transporte utilizado na ida para a escola (Total Alentejo).....	65
Quadro n.º 86: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o tipo de transporte utilizado no regresso a casa (Total Alentejo).....	65
Quadro n.º 87: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o tipo de transporte utilizado na ida para a escola (Alentejo Central).....	66
Quadro n.º 88: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o tipo de transporte utilizado na ida para a escola (Baixo Alentejo).....	66
Quadro n.º 89: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o tipo de transporte utilizado na ida para a escola (Litoral Alentejano).....	66

Quadro n.º 90: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o tipo de transporte utilizado na ida para a escola (Norte Alentejano).....	67
Quadro n.º 91: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o tipo de transporte utilizado no regresso para casa (Alentejo Central)	67
Quadro n.º 92: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o tipo de transporte utilizado no regresso para casa (Baixo Alentejo)	67
Quadro n.º 93: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o tipo de transporte utilizado no regresso para casa (Litoral Alentejano).....	68
Quadro n.º 94: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o tipo de transporte utilizado no regresso para casa (Norte Alentejano).....	68
Quadro n.º 95: Distribuição percentual da população segundo a distância entre a residência e a escola e a área geográfica (Total Alentejo)	68
Quadro n.º 96: Distribuição percentual da população segundo a segurança do caminho entre a residência e a escola e a área geográfica (Total Alentejo).....	69
Quadro n.º 97: Distribuição percentual da população segundo a frequência de clube desportivo, ginásio ou outro e a área geográfica (Total Alentejo)	69
Quadro n.º 98: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a frequência de clube desportivo, ginásio ou outro (Total Alentejo).....	70
Quadro n.º 99: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a frequência de clube desportivo, ginásio ou outro (Alentejo Central).....	70
Quadro n.º 100: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a frequência de clube desportivo, ginásio ou outro (Baixo Alentejo).....	70
Quadro n.º 101: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a frequência de clube desportivo, ginásio ou outro (Litoral Alentejano).....	71
Quadro n.º 102: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a frequência de clube desportivo, ginásio ou outro (Norte Alentejano).....	71
Quadro n.º 103: Distribuição percentual da população segundo a duração da prática de atividade física, fora do contexto escolar, por semana e a área geográfica (Total Alentejo).....	71
Quadro n.º 104: Distribuição percentual da população segundo o número de horas diárias de sono da criança e a área geográfica (Total Alentejo)	72
Quadro n.º 105: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o número de horas diárias de sono da criança (Total Alentejo).....	72
Quadro n.º 106: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o número de horas diárias de sono da criança (Alentejo Central).....	73
Quadro n.º 107: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o número de horas diárias de sono da criança (Baixo Alentejo).....	73
Quadro n.º 108: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o número de horas diárias de sono da criança (Litoral Alentejano).....	73
Quadro n.º 109: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o número de horas diárias de sono da criança (Norte Alentejano).....	74
Quadro n.º 110: Distribuição percentual da população segundo o tempo despendido em brincadeiras fora de casa, nos dias úteis e a área geográfica (Total Alentejo).....	74
Quadro n.º 111: Distribuição percentual da população segundo o tempo despendido em brincadeiras fora de casa, no fim-de-semana e a área geográfica (Total Alentejo)	75
Quadro n.º 112: Distribuição percentual da população segundo o tempo despendido em trabalhos de casa e leitura, nos dias úteis e a área geográfica (Total Alentejo)	75
Quadro n.º 113: Distribuição percentual da população segundo o tempo despendido em trabalhos de casa e leitura, no fim-de-semana e a área geográfica (Total Alentejo)	76
Quadro n.º 114: Distribuição percentual da população segundo a posse de computador e a área geográfica (Total Alentejo).....	76
Quadro n.º 115: Distribuição percentual da população segundo o tempo despendido em jogos eletrónicos e pesquisa na Internet, nos dias úteis e a área geográfica (Total Alentejo) ..	76
Quadro n.º 116: Distribuição percentual da população segundo o tempo despendido em jogos eletrónicos e pesquisa na Internet, no fim-de-semana e a área geográfica (Total Alentejo).....	77
Quadro n.º 117: Distribuição percentual da população segundo o tempo despendido para assistir a programas de televisão, filmes ou DVD, nos dias úteis e a área geográfica (Total Alentejo).....	77

Quadro n.º 118: <i>Distribuição percentual da população segundo o tempo despendido para assistir a programas de televisão, filmes ou DVD, no fim-de-semana e a área geográfica (Total Alentejo)</i>	78
Quadro n.º 119: <i>Distribuição percentual da população segundo o número de adultos do agregado familiar e a área geográfica (≥ 18 anos) (Total Alentejo)</i>	79
Quadro n.º 120: <i>Distribuição percentual da população segundo o número de crianças do agregado familiar e a área geográfica (≤ 18 anos) (Total Alentejo)</i>	79
Quadro n.º 121: <i>Distribuição percentual da população segundo o nível de instrução do pai ou tutor e a área geográfica (Total Alentejo)</i>	80
Quadro n.º 122: <i>Distribuição percentual da população segundo o nível de instrução da mãe ou tutora e a área geográfica (Total Alentejo)</i>	80
Quadro n.º 123: <i>Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional da criança e o nível de instrução do pai ou tutor (Total Alentejo)</i>	81
Quadro n.º 124: <i>Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional da criança e o nível de instrução da mãe ou tutora (Total Alentejo)</i>	81
Quadro n.º 125: <i>Distribuição percentual da população segundo a situação profissional do pai ou tutor e a área geográfica (Total Alentejo)</i>	82
Quadro n.º 126: <i>Distribuição percentual da população segundo a situação profissional da mãe ou tutora e a área geográfica (Total Alentejo)</i>	82
Quadro n.º 127: <i>Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional da criança e a situação profissional do pai ou tutor (Total Alentejo)</i>	83
Quadro n.º 128: <i>Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional da criança e a situação profissional da mãe ou tutora (Total Alentejo)</i>	83
Quadro n.º 129: <i>Distribuição percentual da população segundo o rendimento médio mensal do agregado familiar e a área geográfica</i>	84
Quadro n.º 130: <i>Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional da criança e o rendimento médio mensal do agregado familiar (Total Alentejo)</i>	84
Quadro n.º 131: <i>Distribuição percentual da população segundo o tipo de habitação e a área geográfica (Total Alentejo)</i>	85
Quadro n.º 132: <i>Distribuição percentual da população segundo a posse da habitação e a área geográfica (Total Alentejo)</i>	85
Quadro n.º 133: <i>Resultados do ESPIGA 2010 e COSI – 2008/2010</i>	86

I. INTRODUÇÃO

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2000), a obesidade é uma doença em que o excesso de gordura corporal acumulada pode atingir graus capazes de afetar a saúde. Considerada como a epidemia do século XXI, a obesidade é um problema de saúde pública que afeta ambos os sexos e todas as faixas etárias. Cerca de 100 milhões de pessoas no mundo sofrem de excesso de peso, uma doença recorrente e que obriga a custos elevados. De acordo com a mesma fonte, em Portugal, não é diferente: cerca de 50% da população adulta pesa mais do que deve (DGS, 2007).

Perante este panorama preocupante, a Administração Regional de Saúde do Alentejo, IP, através do Núcleo Regional do Alentejo da Plataforma Contra a Obesidade (NRAPCO) propôs-se realizar o ESPIGA – Estudo de Saúde da População Infantil da Região Alentejo. O objeto de estudo desta investigação é o excesso de peso em crianças de sete e oito anos de idade (nascidas em 2002) que frequentavam as escolas da região Alentejo (área de abrangência correspondente à ex- DREA, atual Direção Geral dos Estabelecimentos Escolares – Direção de Serviços Região Alentejo - DGEstE-DSRA - e à Administração Regional de Saúde do Alentejo – ARSA, IP), no ano letivo 2009/2010.

Apesar de terem sido efetuados alguns estudos de prevalência, a nível nacional, que abarcaram esta região, não são conhecidos trabalhos específicos, sobre esta temática, que abranjam todo o Alentejo e permitam, inclusivamente, a comparação de cada uma das áreas geográficas (Alentejo Central, Baixo Alentejo, Litoral Alentejano e Norte Alentejano). Esta investigação permitirá ter uma noção da prevalência do excesso de peso e obesidade nesta faixa etária. Trará, conseqüentemente, benefícios para os profissionais que atuam nesta área, que poderão dirigir uma intervenção mais concertada. Será vantajoso para a DGEstE-DSRA e para todos os parceiros envolvidos por passarem a dispor de um conhecimento mais real desta problemática na região.

São objetivos deste trabalho:

- Definir a prevalência do excesso de peso e obesidade na população em causa;
- Caracterizar a população abrangida quanto ao sexo, hábitos e comportamentos alimentares, prática de atividade física, antecedentes pessoais, antecedentes familiares, nível de instrução dos pais, ocupação profissional e tipo de habitação.
- Identificar fatores de risco para a ocorrência de excesso de peso e obesidade.

II. ENQUADRAMENTO

Neste estudo, a classificação do estado nutricional foi obtida a partir da determinação do percentil do IMC.

O IMC determina-se medindo-se o peso (kg) e a estatura (m) do indivíduo. A partir dos valores obtidos, divide-se o peso pela altura ao quadrado, podendo-se então, identificar o grau de obesidade. No caso das crianças e dos adolescentes (entre os 0 e os 20 anos), como estão em crescimento, estes dados devem ser percentilados.

As curvas do percentil do IMC permitem monitorizar o estado de nutrição, identificando não só as crianças e adolescentes já obesos, mas também aqueles em risco de virem a sê-lo. Este desvio é particularmente importante se o afastamento do percentil do IMC ocorrer fora dos períodos de deposição fisiológica de gordura (primeiro ano de vida e pré-puberdade).

Deste modo, a classificação é obtida através de dois procedimentos consecutivos:

1º - A determinação do IMC utilizando a fórmula já mencionada:

$$\text{IMC} = \frac{\text{Peso (Kg)}}{\text{Altura (m}^2\text{)}}$$

2º - A identificação do percentil pela consulta de tabelas próprias, obtido a partir do cruzamento entre a idade, na data da avaliação, e o IMC.

Para classificação do estado nutricional foram considerados 3 critérios CDC, IOTF e OMS, conforme o descrito no relatório COSI (Rito *et al.*, 2010):

Critério do Center for Disease Control and Prevention (CDC). Utiliza as curvas de percentis do IMC, para a idade, do CDC (2000), desenvolvidas para crianças e adolescentes americanos dos 2 aos 20 anos de idade. Designa baixo peso, excesso de peso e obesidade como IMC/idade <P5; ≥P85 e ≥95 respetivamente. Estas mesmas curvas foram adotadas pela Direção-Geral da Saúde em 2006 e constavam no Boletim Individual de Saúde, revogado pela norma nº10/2013 de 31/05/2013.

Critério da International Obesity Task Force (IOTF)

Optou pela utilização das curvas propostas por Cole e col.(2000) dos (2 – 18 anos). Os valores de IMC de 25kg/m² e 30 kg/m² na idade adulta foram retrospectivamente projetados para definir valores de excesso de peso e obesidade desde os 2 até aos 18 anos de idade. Define baixo peso, excesso de peso e obesidade quando o IMC para a idade é respetivamente: <18,5; ≥25 e ≥30 kg/m².

Critério da Organização Mundial da Saúde (OMS)

Utiliza as curvas de crescimento para crianças dos 5 aos 19 anos publicadas pela OMS em 2007. Define excesso de peso (pré -obesidade + obesidade) quando o IMC/idade é igual ou superior a +1 desvio padrão (DP) da mediana da referência, e equivalente ao P85 e coincidente com o IMC de 25kg/m² na idade adulta. Igualmente o IMC/idade ≥ +2DP (equivalente ao P97), coincidente aos 19 anos com o IMC= 30 kg/m² e considerado o ponto de corte para obesidade. Define baixo peso através do ponto de corte de IMC/idade ≤ -2 DP.

Na apresentação global dos resultados apenas foi considerado o critério da OMS, de acordo com a norma nº10/2013 de 31/05/2013, da DGS (novo Programa Nacional de Saúde Infantil e Juvenil).

III – METODOLOGIA

1. Tipo de estudo

Optou-se por um estudo descritivo apoiado numa estratégia de investigação de natureza quantitativa.

2. Instrumento de colheita de dados

Utilizaram-se dois questionários: um constituído por questões referentes à criança e à escola (questionário do examinador) e outro dirigido aos pais/encarregados de educação das crianças submetidas a avaliação antropométrica (questionário da família).

As variáveis em estudo enquadraram-se nas seguintes áreas temáticas:

- Dados biográficos e de saúde referentes à criança e aos progenitores;
- Frequência e hábitos alimentares;
- Comportamento alimentar;
- Sintomatologia de origem psicológica;
- Atividade física/sedentarismo e hábitos de sono;
- Dados sócio demográficos da família;
- Estado nutricional.

No questionário da família foi incluído o Questionário do Comportamento Alimentar da Criança (Child Eating Behaviour Questionnaire – CEBQ) de Wardle *et al.* (2001, citado por Viana & Sinde, 2008), desenhado especificamente para a investigação do comportamento alimentar de crianças e adolescentes, validado para a população portuguesa por Viana & Sinde (2008).

O questionário do examinador recolheu dados referentes à escola e à criança e, como o próprio nome indica, foi preenchido pelo examinador.

3. Equipamento

No que se refere à recolha dos dados antropométricos, foi utilizado o seguinte equipamento: balanças – modelo D840 e estadiómetros - modelo 214, ambos da marca Seca®. Os dados referentes ao peso foram registados em quilogramas com

aproximação à décima; a altura foi registada em centímetros, com aproximação, por defeito, ao milímetro.

4. População

A população deste trabalho de investigação foi constituída pelas crianças nascidas em 2002 (com 7 e 8 anos de idade) que frequentavam as escolas da área de abrangência da ARSA, IP e Ex-DREA, durante o ano letivo 2009/2010.

Os critérios de inclusão foram:

- Ter nascido em 2002;
- Frequentar uma escola de 1º Ciclo;
- Possuir consentimento informado assinado pelo encarregado de educação;
- Estar na escola no dia da avaliação antropométrica;
- Não utilizar material de osteossíntese.

No início do ano letivo 2009/2010, estavam matriculadas na região Alentejo (em escolas públicas e privadas) 4577 crianças nascidas em 2002. Foram enviados consentimentos a todos os pais/encarregados de educação. Foram avaliadas as crianças que apresentaram consentimento informado devidamente assinado e estavam na escola na data da avaliação (3669). Enviaram-se questionários aos encarregados de educação das crianças avaliadas. 3067 devolveram o questionário preenchido.

Destes dados, depreenderam-se duas populações diferentes, $N_0=3669$ – constituída por todas as crianças submetidas a avaliação antropométrica e $N_1=3067$ – constituída por todas as crianças com questionário da família.

Áreas	Concelhos	Número de:			
		Escolas	Matriculados	Questionários do examinador	Questionários da Família
Alentejo Central	14	112	1517	1251	1063
Baixo Alentejo	13	92	1141	870	681
Litoral Alentejano	5	67	856	692	592
Norte Alentejano	15	72	1063	856	731
Total ALENTEJO	47	343	4577	$N_0=3669$	$N_1=3067$

5. Procedimentos

Em Abril de 2009 foi efetuado, através da ex-DREA, um levantamento das escolas/turmas que tinham, entre os alunos matriculados, crianças nascidas em 2002 (na sua maioria, alunos a frequentar o segundo ano de escolaridade).

Foi solicitada ao CEIDSS (Universidade Atlântica) a cedência do equipamento necessário para a avaliação das crianças: balanças e estadiómetros.

A fase seguinte compôs-se do recrutamento e treino de procedimentos dos examinadores. Este treino, presencial, serviu para garantir que os dados antropométricos eram avaliados de forma correta, adequada e uniforme. Foram elaborados manuais de procedimentos e outros documentos necessários à realização do estudo, tendo-se posteriormente procedido à sua distribuição pelos examinadores.

Durante o mês de Junho, realizou-se o pré-teste e a posterior introdução das devidas correções. No mês de Agosto, foi enviado um ofício para todas as escolas de 1º Ciclo da região. No ano letivo 2009/2010, foram contactadas pessoalmente todas as escolas para pedido de colaboração, obtenção das listagens com o número/nomes das crianças e entrega dos consentimentos informados para os encarregados de educação. Sem consentimento nenhuma das crianças foi avaliada nem questionada. Foram marcadas as datas de avaliação e verificadas as condições e preparação do espaço para avaliação antropométrica das crianças.

Foi atribuído um código de sete dígitos a cada criança. Esta codificação foi fundamental para a consecução da complementaridade dos dados entre os dois questionários.

Ao longo do ano letivo, realizou-se a avaliação antropométrica das crianças. Os questionários da família foram distribuídos aos encarregados de educação cujo educando participou na avaliação antropométrica. Para minimizar os efeitos da presença do examinador junto dos encarregados de educação, este questionário foi entregue e recolhido pelo professor titular da turma, apenas identificado com o código da criança.

Antes de entregar os questionários ao professor titular da turma, foram-lhe ministradas algumas instruções a comunicar aos pais, nomeadamente: datas limite de devolução à escola, recolocação do questionário no envelope, preenchimento de questionários diferentes em caso de irmãos. Após a aplicação do questionário procedeu-se à sua verificação, com o objetivo de controlar a validade da informação recolhida. Foram anulados alguns questionários sem nenhuma resposta preenchida.

Na fase final, procedeu-se à introdução e análise estatística dos dados e à elaboração deste relatório. Calculou-se o percentil do IMC de acordo com as orientações do OMS, CDC e IOTF.

Deve referir-se que este projeto não se limitou à avaliação das crianças, foi também complementado por outros procedimentos, empreendidos a nível regional, nomeadamente: a divulgação do ESPIGA pelos médicos de família e a disponibilização, aos mesmos, de tabelas de percentis de acordo com a Circular Normativa Nº: 05/DSMIA de 21/02/06. Após a determinação do IMC/Percentil, foram entregues na escola informações individuais (devidamente colocadas em envelopes identificados e selados) para cada um dos pais/encarregados de educação das crianças participantes, com os resultados obtidos. Essa informação funcionou, simultaneamente, como documento de encaminhamento para o médico assistente, sempre que a criança apresentava baixo peso, pré-obesidade ou obesidade.

5.1. Pedidos de autorização

Antes de se iniciar o estudo/aplicação dos questionários foram efetuados contactos com o objetivo de obter autorização ou informar as seguintes instituições ou individualidades:

- Direção Geral de Inovação e Desenvolvimento Curricular (DGIDC) – para obtenção da autorização para realizar este trabalho de investigação em meio escolar. Aprovação do pedido de autorização do inquérito nº 0042300003, registado em 4/9/2009;
- ARSA, IP – para autorização de realização deste trabalho de investigação, utilizando recursos humanos e materiais da ARSA, IP. O Conselho de Administração aprovou o presente trabalho em Abril de 2009;
- Ex-DREA, para dar conhecimento e solicitar apoio, nomeadamente no que se refere ao reforço da divulgação junto dos Agrupamentos de Escolas.
- Estabelecimentos de Educação e Ensino, públicos e privados e Agrupamentos de Escolas;
- Ao Professor Doutor Victor Viana – Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação – Universidade do Porto, para autorização de utilização da versão portuguesa do questionário do comportamento alimentar de Crianças (CEBQ) - Versão para investigação, traduzida e adaptada.

5.2. Manual e treino de standardização de procedimentos

Com base no manual de avaliação antropométrica da OMS (2006) e nos objetivos do estudo foi elaborado um manual de procedimentos com o propósito de orientar a atuação dos examinadores em campo e uniformizar a conduta dos mesmos. Aspectos relacionados com a interação com a criança, a quantidade/peso da roupa e os adereços, o número de elementos na sala, a forma de se posicionar nos instrumentos de medição, entre outros, foram considerados, não só para garantir uma maior fiabilidade do estudo, mas também para respeitar os princípios ético/morais relacionados com todo o tipo de intervenções que visam avaliar pessoas. Também não foram descurados os aspetos relacionadas com os cuidados de manutenção do equipamento assim como a higienização do mesmo, após cada utilização. Todos os examinadores foram aconselhados a repetir as avaliações, sempre que existisse dúvida sobre os valores referentes à medição da estatura ou peso.

No total foram realizados 6 treinos de standardização de procedimentos, tendo todos os examinadores sido submetidos a, pelo menos, uma unidade de formação, com a duração de 3 a 7 horas, que lhes permitiu adquirir algumas competências essenciais. Desse treino constaram a transmissão de informação e a prática, através de situações simuladas.

Foram aclarados aspetos relacionados com os procedimentos, nomeadamente:

- Forma de contacto com as escolas, documentos e informações a facultar e recolher;
- Recolha dos consentimentos informados e conseqüente avaliação das crianças visadas;
- Preenchimento do questionário do examinador;
- Entrega e recolha dos questionários da família;
- Determinação do IMC/Percentil;
- Entrega das informações/encaminhamentos;
- Envio de documentos ao responsável pelo estudo.

Como já foi referido, a todos os examinadores foi fornecido o manual com informações teórico/práticas. Com o objetivo de esclarecer dúvidas e de atualizar informações foram mantidos contactos frequentes com estes profissionais.

6. Considerações éticas

O consentimento informado foi condição *sine qua non* para a participação das crianças na investigação. Os pais/encarregados de educação foram informados sobre os objetivos e finalidade do estudo. O anonimato e a confidencialidade foram garantidos e cumpridos.

Foram emanadas as seguintes recomendações:

- Nenhuma criança será observada sem possuir consentimento informado, devidamente assinado pelo encarregado de educação;
- As avaliações antropométricas deverão ser realizadas, simultaneamente, por 2 pessoas e serão obrigatoriamente realizadas num local reservado ou devidamente isolado;
- Os examinadores deverão garantir a preservação dos princípios básicos de confidencialidade, privacidade e objetividade durante todo o processo.
- As crianças devem ser preferencialmente observadas uma a uma, ou em caso de necessidade podem permanecer duas crianças na mesma sala, sendo ambas do mesmo sexo;
- As crianças não deverão ser informadas do seu peso e estatura por forma a não estabelecerem comparações;
- Os examinadores deverão proceder às medições de forma a minimizar qualquer potencial dano para as crianças.
- Não deverá fazer-se referência às palavras “obesidade infantil” ou dar qualquer indicação de que os dados recolhidos se referem a uma avaliação da prevalência da pré-obesidade e obesidade em crianças em idade escolar.
- Utilizar sempre a leitura soletrada dos dados antropométricos;
- Uma criança que possua consentimento informado pode, em qualquer momento, decidir que não quer ser avaliada.

7. Tratamento dos dados

A análise estatística dos dados foi efetuada através do software do SPSS (Statistical Package for Social Sciences, versão 17.0). A estratégia de análise de dados baseou-se em técnicas descritivas univariadas, calculando as frequências e as percentagens, assim como no estudo das relações bivariadas entre as diversas variáveis. Foi determinada a existência de relação entre as variáveis através do teste qui quadrado de Pearson e do Coeficiente de Correlação de Spearman. No que se refere ao questionário de comportamento alimentar (Viana & Sinde, 2008) foi efetuada análise fatorial e calculado o coeficiente de correlação de Pearson. Ainda em relação a esta escala, foi determinado o alpha de Cronbach.

III. APRESENTAÇÃO DOS RESULTADOS

1. Dados recolhidos no questionário do examinador

Este capítulo refere-se aos dados recolhidos no questionário do examinador ($N_0=3669$).

1.1. Sexo

Quadro n.º 1: Distribuição percentual da população segundo o sexo e a área geográfica

Sexo	Área geográfica								TOTAL Alentejo	
	Alentejo Central		Baixo Alentejo		Litoral Alentejano		Norte Alentejano			
	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%
Masculino	624	49,9	452	52	375	54,2	434	50,7	1885	51,4
Feminino	627	50,1	418	48	317	45,8	422	49,3	1784	48,6
Total	1251	100,0	870	100,0	692	100,0	856	100,0	3669	100,0

O quadro nº 1 revela que a percentagem de rapazes e raparigas na região é semelhante 51,4%, e 48,6% respetivamente.

A análise pelas diferentes áreas geográficas mostra que os dados em cada uma não se afastam do total regional.

1.2. Estado nutricional

Quadro n.º 2: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a área geográfica (critérios OMS)

Estado nutricional OMS	Área geográfica								TOTAL Alentejo	
	Alentejo Central		Baixo Alentejo		Litoral Alentejano		Norte Alentejano			
	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%
Magreza	21	1,7	25	2,9	7	1	14	1,6	67	1,8
Normal	833	67	573	65,9	467	67,5	590	68,9	2468	67,3
Pré-obesidade	205	16,4	134	15,4	124	17,9	129	15,1	592	16,1
Obesidade	187	14,9	138	15,9	94	13,6	123	14,4	542	14,8
Total	1251	100,0	870	100,0	692	100,0	856	100,0	3669	100,0

O quadro nº 2 mostra que, de acordo com os critérios da OMS, é no Baixo Alentejo que encontramos maior percentagem de crianças com magreza (2,9%). No que diz respeito à pré-obesidade a percentagem é maior no Litoral Alentejano (17,9%) e a que apresenta menor percentagem é o Norte Alentejano (15,1%). No que se refere à obesidade a percentagem maior verifica-se no Baixo Alentejo (15,9%) e é no Litoral Alentejano que se verifica a menor percentagem (13,6%).

Quadro n.º 3: *Distribuição percentual da população segundo o sexo e o estado nutricional (Critérios da OMS, CDC e IOTF)*

Sexo	Estado nutricional	Critérios					
		OMS		CDC		IOTF	
		Fi	%	Fi	%	Fi	%
Masculino	Magreza	43	2,3	87	4,6	115	6,1
	Normal	1266	67,2	1298	68,9	1319	70
	Pré-obesidade	274	14,5	256	13,6	285	15,1
	Obesidade	302	16	244	12,9	166	8,8
Total Masculino		1885	100,0	1885	100,0	1885	100,0
Feminino	Magreza	24	1,3	71	4	177	9,9
	Normal	1202	67,4	1232	69,1	1189	66,6
	Pré-obesidade	318	17,8	268	15	281	15,8
	Obesidade	240	13,5	213	11,9	137	7,7
Total Feminino		1784	100,0	1784	100,0	1784	100,0
Total	Magreza	67	1,8	158	4,3	292	8
	Normal	2468	67,3	2530	69	2508	68,4
	Pré-obesidade	592	16,1	524	14,3	566	15,4
	Obesidade	542	14,8	457	12,5	303	8,3
TOTAL ALENTEJO		3669	100,0	3669	100,0	3669	100,0

O quadro nº 3 revela que o excesso de peso é mais elevado nas raparigas (31,3% - OMS e 26,9% - CDC) do que nos rapazes (30,5% e 26,5%, respetivamente). Encontramos mais casos de obesidade em todos os critérios nos rapazes (OMS-16%, CDC-12,9% e IOTF-8,8%), enquanto nas raparigas é mais frequente a situação de pré-obesidade (17,8% - OMS, 15% - CDC e 15,8% - IOTF).

Foi analisada a relação entre o sexo e o estado nutricional através do teste do X²: OMS (X²=14,641; p=0,002), CDC (X²=2,942; p=0,401) e IOTF (X²=19,941; p=0,000), o que permitiu concluir existir dependência no referente aos critérios OMS e IOTF.

Quadro n.º 4: Distribuição percentual da população segundo sexo, estado nutricional e área geográfica

Sexo	Estado nutricional OMS		Área geográfica				TOTAL Alentejo
			Alentejo Central	Baixo Alentejo	Litoral Alentejano	Norte Alentejano	
Masculino	Magreza	Fi	12	16	5	10	43
		%	1,9%	3,5%	1,3%	2,3%	2,3%
	Normal	Fi	416	296	258	296	1266
		%	66,7%	65,5%	68,8%	68,2%	67,2%
	Pré-obesidade	Fi	91	64	58	61	274
		%	14,6%	14,2%	15,5%	14,1%	14,5%
	Obesidade	Fi	105	76	54	67	302
		%	16,8%	16,8%	14,4%	15,4%	16,0%
Total	Fi	624	452	375	434	1885	
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	
Feminino	Magreza	Fi	9	9	2	4	24
		%	1,4%	2,2%	0,6%	0,9%	1,3%
	Normal	Fi	422	277	209	294	1202
		%	67,3%	66,3%	65,9%	69,7%	67,4%
	Pré-obesidade	Fi	114	70	66	68	318
		%	18,2%	16,7%	20,8%	16,1%	17,8%
	Obesidade	Fi	82	62	40	56	240
		%	13,1%	14,8%	12,6%	13,3%	13,5%
Total	Fi	627	418	317	422	1784	
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	

1.3. Classificação da Freguesia

Para a caracterização da freguesia de residência da população estudada, foi utilizada a Classificação do Instituto Nacional de Estatística, aplicada às freguesias de localização das escolas: APU – Área Predominantemente Urbana; AMU – Área Moderadamente Urbana e APR – Área Predominantemente Rural.

Quadro n.º 5: Distribuição percentual da população segundo a classificação da freguesia da Escola e a área geográfica

Classificação da Freguesia		Área geográfica				TOTAL Alentejo
		Alentejo Central	Baixo Alentejo	Litoral Alentejano	Norte Alentejano	
APU	Fi	834	428	420	418	2100
	%	66,7%	49,2%	60,7%	48,8%	57,2%
AMU	Fi	96	209	122	156	583
	%	7,7%	24,0%	17,6%	18,2%	15,9%
APR	Fi	321	233	150	282	986
	%	25,7%	26,8%	21,7%	32,9%	26,9%
Total	Fi	1251	870	692	856	3669
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

O quadro nº 5 revela-nos que a maioria da população avaliada (57,2%) frequenta escolas inseridas em APU, enquanto 26,9% estão em APR e 15,9% em AMU. Verificamos ainda que em todas as áreas geográficas prevalecem as freguesias

predominantemente urbanas, encontrando em segundo lugar as freguesias predominantemente rurais. Norte Alentejano localiza-se a maior percentagem de APR (32,9%).

É no Alentejo Central que se verifica a maior percentagem de freguesias APU (66,6%) e o Litoral Alentejano apresenta a menor percentagem de freguesias predominantemente rurais (21,7%).

Quadro n.º 6: *Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a classificação da freguesia da Escola*

Estado nutricional (OMS)		Classificação da freguesia			TOTAL
		APU	AMU	APR	
Magreza	Fi	31	11	25	67
	%	1,5%	1,9%	2,5%	1,8%
Normal	Fi	1419	385	664	2468
	%	67,6%	66,0%	67,3%	67,3%
Pré-obesidade	Fi	338	100	154	592
	%	16,1%	17,2%	15,6%	16,1%
Obesidade	Fi	312	87	143	542
	%	14,9%	14,9%	14,5%	14,8%
Total	Fi	2100	583	986	3669
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

No quadro nº 6 verifica-se que a percentagem de crianças que apresentam magreza é ligeiramente superior nas APR (2,5%). A percentagem de crianças que apresentam pré-obesidade é ligeiramente superior nas AMU (17,2%). Quanto à obesidade, não existem diferenças significativas.

O teste do X² (X²=4,904; p=0,556) permite concluir que não existe dependência entre estas variáveis.

1.4. Ingestão de pequeno-almoço

Quadro n.º 7: *Distribuição percentual da população segundo a ingestão de pequeno-almoço e a área geográfica*

Ingestão de pequeno-almoço	Área geográfica								TOTAL Alentejo	
	Alentejo Central		Baixo Alentejo		Litoral Alentejano		Norte Alentejano			
	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%
Sim	1199	95,8	811	93,2	648	93,6	802	93,7	3460	94,3
Não	52	4,2	59	6,8	44	6,4	54	6,3	209	5,7
Total	1251	100,0	870	100,0	692	100,0	856	100,0	3669	100,0

O quadro nº 7 diz-nos que a grande maioria das crianças avaliadas (94,3%) respondeu afirmativamente quando inquirida sobre a toma do pequeno-almoço nesse dia tendo apenas 5,7% referido não ter ingerido nenhum alimento.

Quadro n.º 8: *Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a ingestão de pequeno-almoço*

Estado nutricional OMS	Ingestão de pequeno-almoço				TOTAL Alentejo	
	Sim		Não		Fi	%
	Fi	%	Fi	%		
Magreza	62	1,8	5	2,4	67	1,8
Normal	2331	67,4	137	65,6	2468	67,3
Pré-obesidade	560	16,2	32	15,3	592	16,1
Obesidade	507	14,7	35	16,7	542	14,8
Total	3460	100,0	209	110,0	3669	100,0

A análise do quadro n.º 8 mostra que das crianças que “não” ingeriram o pequeno-almoço, 2,4% apresentam magreza e 32% têm excesso de peso, das quais 16,7% estão numa situação de obesidade.

Através do teste do X^2 ($X^2=1,164$; $p=0,762$), conclui-se não existir dependência entre as variáveis *estado nutricional* e *ingestão de pequeno-almoço*.

Quadro n.º 9: *Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a ingestão de pequeno-almoço (Alentejo Central)*

Estado nutricional OMS	Alentejo Central			Total
	Ingestão de pequeno-almoço			
	Sim	Não		
Magreza	Fi	20	1	21
	%	1,7%	1,9%	1,7%
Normal	Fi	801	37	838
	%	66,8%	71,2%	67,0%
Pré-obesidade	Fi	196	9	205
	%	16,3%	17,3%	16,4%
Obesidade	Fi	182	5	187
	%	15,2%	9,6%	14,9%
Total	Fi	1199	52	1251
	%	100,0%	100,0%	100,0%

Quadro n.º 10: *Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a ingestão de pequeno-almoço (Baixo Alentejo)*

Estado nutricional OMS	Baixo Alentejo			Total
	Ingestão de pequeno-almoço			
	Sim	Não		
Magreza	Fi	21	4	25
	%	2,6%	6,8%	2,9%
Normal	Fi	535	38	573
	%	66,0%	64,4%	65,9%
Pré-obesidade	Fi	129	5	134
	%	15,9%	8,5%	15,4%
Obesidade	Fi	126	12	138
	%	15,5%	20,3%	15,9%
Total	Fi	811	59	870
	%	100,0%	100,0%	100,0%

Quadro n.º 11: *Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a ingestão de pequeno-almoço (Litoral Alentejano)*

Estado nutricional OMS		Litoral Alentejano		Total
		Ingestão de pequeno-almoço		
		Sim	Não	
Magreza	Fi	7	0	7
	%	1,1%	,0%	1,0%
Normal	Fi	444	23	467
	%	68,5%	52,3%	67,5%
Pré- obesidade	Fi	113	11	124
	%	17,4%	25,0%	17,9%
Obesidade	Fi	84	10	94
	%	13,0%	22,7%	13,6%
Total	Fi	648	44	692
	%	100,0%	100,0%	100,0%

Quadro n.º 12: *Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a ingestão de pequeno-almoço (Norte Alentejano)*

Estado nutricional OMS		Norte Alentejano		Total
		Ingestão de pequeno-almoço		
		Sim	Não	
Magreza	Fi	14	0	14
	%	1,7%	,0%	1,6%
Normal	Fi	551	39	590
	%	68,7%	72,2%	68,9%
Pré- obesidade	Fi	122	7	129
	%	15,2%	13,0%	15,1%
Obesidade	Fi	115	8	123
	%	14,3%	14,8%	14,4%
Total	Fi	802	54	856
	%	100,0%	100,0%	100,0%

Quadro n.º 13: Distribuição percentual da população segundo o que ingeriu ao pequeno-almoço e a área geográfica

Alimentos ingeridos ao pequeno-almoço	Alentejo Central		Baixo Alentejo		Litoral Alentejano		Norte Alentejano		TOTAL Alentejo	
	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%
Leite simples	610	49,8	491	56,5	377	56,4	396	48,4	1874	52,3
Leite aromatizado (ex: com chocolate)	379	30,9	195	22,4	161	24,1	281	34,3	1016	28,4
Bebidas de soja	6	0,5	0	0	0	0	0	0	6	0,2
Iogurte	55	4,5	48	5,5	35	5,2	44	5,4	182	5,1
Sobremesas lácteas ou outros produtos lácteos	9	0,7	2	0,2	2	0,3	0	0	13	0,4
Sumo natural	3	0,2	2	0,2	1	0,1	1	0,1	7	0,2
Sumo de fruta 100%	3	0,2	3	0,3	2	0,3	3	0,4	11	0,3
Refrigerantes/ chás açucarados	18	1,5	15	1,7	8	1,2	3	0,4	44	1,2
Refrigerantes <i>Diet</i> ou <i>Light</i>	1	0,1	1	0,1	0	0	1	0,1	3	0,1
Infusões	5	0,4	1	0,1	0	0	5	0,6	11	0,3
Papa láctea	50	4,1	19	2,2	24	3,6	25	3,1	110	3,1
Outras papas	30	2,4	12	1,4	14	2,1	15	1,8	71	2
Café	27	2,2	58	6,7	12	1,8	13	1,6	110	3,1
Fruta fresca	19	1,5	18	2,1	9	1,3	7	0,9	53	1,5
Pão (tipo carcaça, papo-seco, baquete)	223	18,2	189	21,7	55	8,2	183	22,3	650	18,1
Pão de forma	73	6	31	3,6	19	2,8	50	6,1	173	4,8
Pão escuro (c/ sementes, de mistura, integral)	121	9,9	58	6,7	94	14,1	16	2	289	8,1
Cereais de pequeno-almoço (tipo triço integral)	26	2,1	18	2,1	11	1,6	23	2,8	78	2,2
Cereais de pequeno-almoço açucarados	314	25,6	241	27,7	228	34,1	184	22,5	967	27
Queijo fresco, requeijão ou queijo magro	35	2,9	10	1,2	7	1	16	2	68	1,9
Queijo gordo	18	1,5	19	2,2	14	2,1	16	2	67	1,9
Enchidos (chouriço, linguiça, paio, farinheira)	9	0,7	9	1	6	0,9	3	0,4	27	0,8
Fiambre	95	7,7	75	8,6	36	5,4	57	7	263	7,3
Compotas	13	1,1	6	0,7	2	0,3	2	0,2	23	0,6
Manteiga/margarina	332	27,1	237	27,3	140	21	210	25,6	919	25,7
Azeite	1	0,1	0	0	0	0	0	0	1	0,0
Produtos achocolatados para barrar	9	0,7	3	0,3	1	0,1	7	0,9	20	0,6
Batata frita snacks, pipocas e aperitivos salgados	1	0,1	0	0	1	0,1	1	0,1	3	0,1
Rebuçados, gomas ou chocolates	5	0,4	0	0	2	0,3	1	0,1	8	0,2
Bolachas (tipo <i>Maria</i> , água e sal)	22	1,8	26	3	33	4,9	34	4,2	115	3,2
Bolos/bolachas doces (pão de leite, <i>croissants</i>)	82	6,7	91	10,5	45	6,7	75	9,2	293	8,2
Produtos de pastelaria salgados	12	1	3	0,3	4	0,6	3	0,4	22	0,6
<i>Fast-food</i> (pizza, hambúrgueres, salsichas)	2	0,2	0	0	0	0	0	0	2	0,1
Hortícolas	2	0,2	0	0	0	0	0	0	2	0,1
Carne, peixe e ovos	2	0,2	2	0,2	8	1,2	1	0,1	13	0,4

Da análise do quadro nº 13, que apresenta a distribuição percentual da população segundo o que ingeriu ao pequeno-almoço e a área geográfica, podemos destacar alguns dados.

Como opções saudáveis, em geral na Região Alentejo, encontramos:

- Consumo de leite – sendo de salientar um maior consumo na ingestão de leite simples (52,3%), em prol do leite achocolatado (28,4%).
- Consumo de iogurte - 5,1%.

Como opções menos adequadas encontramos:

- Consumo de pão tipo carcaça, baguete, papo-seco e pão de forma (22,9%), em detrimento do pão escuro (8,1%)
- Reduzida ingestão de fruta – 1,5 %.
- A prevalência dos cereais de pequeno-almoço açucarados (27%) sobre os cereais integrais (2,1%).
- Ingestão de alimentos ricos em açúcar e gordura - 8,2% de doces e bolos, 0,6% de produtos de pastelaria e salgados, 0,2% chocolates ou rebuçados.
- No que se refere aos condutos colocados no pão - a manteiga tem o maior destaque, com 25,7%. O fiambre é o segundo conduto mais consumido, 7,3%, tendo todos os outros condutos, um consumo relativamente baixo: queijo fresco/requeijão/ queijo magro e o queijo gordo, representam 1,9% cada um dos grupos; os enchidos (chouriço, linguiça, paio, farinheira), 0,8%; compota, 0,6% e os produtos achocolatados para barrar, 0,6%.

2. Dados recolhidos no Questionário da Família

Foram enviados questionários (denominados *questionário da família*) aos encarregados de educação das 3669 crianças avaliadas, tendo sido devolvidos **3067** (**N₁**), em condição de serem incluídos no estudo.

Os resultados apresentados neste capítulo referem-se às crianças avaliadas pelos examinadores e cujos pais/encarregados de educação devolveram o questionário da família.

2.1. Dados Pessoais

2.1.1. Sexo

Quadro n.º 14: Distribuição percentual da população segundo o sexo e a área geográfica

Sexo	Área geográfica								TOTAL Alentejo	
	Alentejo Central		Baixo Alentejo		Litoral Alentejano		Norte Alentejano			
	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%
Masculino	532	50,0%	354	52,0%	314	53,0%	360	49,2%	1560	50,9%
Feminino	531	50,0%	327	48,0%	278	47,0%	371	50,8%	1507	49,1%
Total	1063	100,0	681	100,0	592	100,0	731	100,0	3067	100,0

O quadro nº 14 revela que as crianças que constituem esta população dividem-se de forma homogénea pelos dois sexos: 50,9% são rapazes e 49,1% são raparigas. Esta tendência verifica-se também por área geográfica. Apenas o Norte Alentejano apresenta mais crianças do sexo feminino do que masculino.

2.1.2. Estado nutricional

Quadro n.º 15: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a área geográfica

Estado nutricional	Área geográfica								TOTAL Alentejo	
	Alentejo Central		Baixo Alentejo		Litoral Alentejano		Norte Alentejano			
	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%
Magreza	18	1,7	22	3,2	6	1	9	1,2	55	1,8
Normal	714	67,2	437	64,2	400	67,6	499	68,3	2050	66,8
Pré-obesidade	166	15,6	110	16,2	108	18,2	118	16,1	502	16,4
Obesidade	165	15,5	112	16,4	78	13,2	105	14,4	460	15
Total	1063	100,0	681	100,0	592	100,0	731	100,0	3067	100,0

No quadro nº 15 verificamos que, no total da região, 1,8% apresentam magreza e 31,4% têm excesso de peso, sendo 16,4% com pré-obesidade e 15% com obesidade. Esta tendência verifica-se em todas as áreas geográficas, destacando-se

o Baixo Alentejo com a maior percentagem de casos de magreza (3,2%) e o Litoral Alentejano com a menor percentagem de obesidade (13,2%).

Quadro n.º 16: *Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o sexo*

Estado nutricional OMS	Sexo				TOTAL Alentejo	
	Masculino		Feminino			
	Fi	%	Fi	%	Fi	%
Magreza	34	2,2%	21	1,4%	55	1,8%
Normal	1044	66,9%	1006	66,8%	2050	66,8%
Pré-obesidade	233	14,9%	269	17,9%	502	16,4%
Obesidade	249	16,0%	211	14,0%	460	15,0%
Total	1560	100,0	1507	110,0	3067	100,0

No quadro nº 16 podemos observar que, na região Alentejo, o excesso de peso é semelhante nas raparigas (31,9%) e nos rapazes (30,9%). No entanto, os rapazes apresentam mais situações de obesidade (16%) que as raparigas (14%). A pré-obesidade é maior nas raparigas (17,9%) que nos rapazes (14,9%). Em relação à normoponderalidade, não há grandes diferenças entre os dois sexos. Quanto à magreza, os rapazes apresentam uma percentagem um pouco maior (2,2%) que as raparigas (1,4%).

Quadro n.º 17: *Distribuição percentual da população segundo o sexo, o estado nutricional e a área geográfica*

Sexo	Estado nutricional OMS	Área geográfica				TOTAL Alentejo	
		Alentejo Central	Baixo Alentejo	Litoral Alentejano	Norte Alentejano		
Feminino	Magreza	Fi	8	7	2	4	21
		%	1,5%	2,1%	,7%	1,1%	1,4%
	Normal	Fi	353	215	181	257	1006
		%	66,5%	65,7%	65,1%	69,3%	66,8%
	Pré-obesidade	Fi	94	54	59	62	269
		%	17,7%	16,5%	21,2%	16,7%	17,9%
	Obesidade	Fi	76	51	36	48	211
		%	14,3%	15,6%	12,9%	12,9%	14,0%
Total		Fi	531	327	278	371	1507
		%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
Masculino	Magreza	Fi	10	15	4	5	34
		%	1,9%	4,2%	1,3%	1,4%	2,2%
	Normal	Fi	361	222	219	242	1044
		%	67,9%	62,7%	69,7%	67,2%	66,9%
	Pré-obesidade	Fi	72	56	49	56	233
		%	13,5%	15,8%	15,6%	15,6%	14,9%
	Obesidade	Fi	89	61	42	57	249
		%	16,7%	17,2%	13,4%	15,8%	16,0%
Total		Fi	532	354	314	360	1560
		%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Quadro n.º 18: *Distribuição percentual da população segundo o peso ao nascer por área geográfica*

Peso ao Nascer		Área geográfica				TOTAL Alentejo
		Alentejo Central	Baixo Alentejo	Litoral Alentejano	Norte Alentejano	
Muito baixo peso < 1500 g	Fi	15	3	2	3	23
	%	1,4%	,4%	,3%	,4%	,8%
Baixo peso 1500 – 2500 g	Fi	71	53	50	47	221
	%	6,7%	7,8%	8,5%	6,6%	7,3%
Normossómico 2501 – 4000 g	Fi	928	593	509	623	2653
	%	88,2%	87,6%	86,4%	86,9%	87,4%
Macrossómico >4000 g	Fi	38	28	28	44	138
	%	3,6%	4,1%	4,8%	6,1%	4,5%
Total	Fi	1052	677	589	717	3035
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

No quadro n.º 18 observa-se que na região Alentejo a grande maioria da população apresentou “peso adequado” ao nascer (87,4%), 0,8% apresentaram “muito baixo peso”, 7,3% “baixo peso” e 4,5% das crianças eram “macrossómicas”. A análise por cada área geográfica mostra que os dados de cada uma seguem esta tendência. Destaca-se o Norte Alentejano com uma percentagem ligeiramente superior de casos de crianças “macrossómicas” (6,1%) e o Alentejo Central com a percentagem maior de crianças que nasceram com “muito baixo peso” (1,4%).

Quadro n.º 19: *Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o peso ao nascer*

Estado nutricional OMS		Peso ao nascer				TOTAL Alentejo
		Muito baixo peso <1500 g	Baixo peso 1500 – 2500 g	Normossómico 2501 – 4000 g	Macrossómico >4000 g	
Magreza	Fi	2	7	46	0	55
	%	8,7%	3,2%	1,7%	,0%	1,8%
Normal	Fi	13	159	1769	85	2026
	%	56,5%	71,9%	66,7%	61,6%	66,8%
Pré-obesidade	Fi	3	26	447	23	499
	%	13,0%	11,8%	16,8%	16,7%	16,4%
Obesidade	Fi	5	29	391	30	455
	%	21,7%	13,1%	14,7%	21,7%	15,0%
Total	Fi	23	221	2653	138	3035
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

O quadro n.º 19 mostra que apresentam excesso de peso 34,7% das crianças que nasceram com “muito baixo peso”, 24,9% das que nasceram com “baixo peso”, 31,5% das que nasceram com “peso adequado” e 38,4% das “macrossómicas”. A percentagem de casos de obesidade é igual nas crianças que nasceram com “muito baixo peso” e nas “macrossómicas” (21,7%). No caso da magreza, destacam-se também as crianças que nasceram com “muito baixo peso” com maior percentagem de casos (8,7%). Quanto à normoponderalidade, a maior percentagem de casos encontra-se nas crianças que nasceram com “baixo peso” (71,9%) e a menor percentagem nas crianças que nasceram com “muito baixo peso” (56,5%).

Quadro n.º 20: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o peso ao nascer (Alentejo Central)

Estado nutricional OMS		Alentejo Central				Total
		Peso ao nascer				
		Muito baixo peso <1500 g	Baixo peso 1500 – 2500 g	Normossómico 2501 – 4000 g	Macrossómico >4000 g	
Magreza	Fi	2	1	15	0	18
	%	13,3%	1,4%	1,6%	,0%	1,7%
Normal	Fi	7	56	619	23	705
	%	46,7%	78,9%	66,7%	60,5%	67,0%
Pré-obesidade	Fi	2	9	148	6	165
	%	13,3%	12,7%	15,9%	15,8%	15,7%
Obesidade	Fi	4	5	146	9	164
	%	26,7%	7,0%	15,7%	23,7%	15,6%
Total	Fi	15	71	928	38	1052
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Quadro n.º 21: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o peso ao nascer (Baixo Alentejo)

Estado nutricional OMS		Baixo Alentejo				Total
		Peso ao nascer				
		Muito baixo peso <1500 g	Baixo peso 1500 – 2500 g	Normossómico 2501 – 4000 g	Macrossómico >4000 g	
Magreza	Fi	0	2	20	0	22
	%	,0%	3,8%	3,4%	,0%	3,2%
Normal	Fi	2	37	377	18	434
	%	66,7%	69,8%	63,6%	64,3%	64,1%
Pré-obesidade	Fi	0	5	102	3	110
	%	,0%	9,4%	17,2%	10,7%	16,2%
Obesidade	Fi	1	9	94	7	111
	%	33,3%	17,0%	15,9%	25,0%	16,4%
Total	Fi	3	53	593	28	677
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Quadro n.º 22: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o peso ao nascer (Litoral Alentejo)

Estado nutricional OMS		Litoral Alentejano				Total
		Peso ao nascer				
		Muito baixo peso <1500 g	Baixo peso 1500 – 2500 g	Normossómico 2501 – 4000 g	Macrossómico >4000 g	
Magreza	Fi	0	1	5	0	6
	%	,0%	2,0%	1,0%	,0%	1,0%
Normal	Fi	2	35	342	18	397
	%	100,0%	70,0%	67,2%	64,3%	67,4%
Pré-obesidade	Fi	0	7	95	6	108
	%	,0%	14,0%	18,7%	21,4%	18,3%
Obesidade	Fi	0	7	67	4	78
	%	,0%	14,0%	13,2%	14,3%	13,2%
Total	Fi	2	50	509	28	589
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Quadro n.º 23: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o peso ao nascer (Norte Alentejano)

Estado nutricional		Norte Alentejano				Total
		Peso ao nascer				
OMS		Muito baixo peso <1500 g	Baixo peso 1500 – 2500 g	Normossômico 2501 – 4000 g	Macrossômico >4000 g	
Magreza	Fi	0	3	6	0	9
	%	,0%	6,4%	1,0%	,0%	1,3%
Normal	Fi	2	31	431	26	490
	%	66,7%	66,0%	69,2%	59,1%	68,3%
Pré-obesidade	Fi	1	5	102	8	116
	%	33,3%	10,6%	16,4%	18,2%	16,2%
Obesidade	Fi	0	8	84	10	102
	%	,0%	17,0%	13,5%	22,7%	14,2%
Total	Fi	3	47	623	44	717
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Quadro n.º 24: Distribuição percentual da população segundo o tempo de gestação e a área geográfica

Tempo de gestação		Área geográfica				TOTAL Alentejo
		Alentejo Central	Baixo Alentejo	Litoral Alentejano	Norte Alentejano	
Pré-termo < 37 semanas	Fi	137	70	53	68	328
	%	13,3%	10,8%	9,3%	9,8%	11,2%
Termo ≥37 <42 semanas	Fi	850	540	482	577	2449
	%	82,5%	83,3%	85,0%	83,1%	83,3%
Pós-termo ≥ 42 semanas	Fi	43	38	32	49	162
	%	4,2%	5,9%	5,6%	7,1%	5,5%
Total	Fi	1030	648	567	694	2939
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

O quadro nº 24 revela que a maioria das crianças (83,3%) nasceu de “termo”, 11,2% nasceram de “pré-termo” (antes das 37 semanas de gestação) e 5,5% de “pós-termo” (durante ou após as 42 semanas). 13,3% das crianças nasceram prematuras no Alentejo Central, valor superior ao das outras regiões. Destaca-se também o Norte Alentejano, neste caso com maior percentagem (7,1%) de crianças que nasceram durante ou após as 42 semanas.

Quadro n.º 25: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o tempo de gestação

Estado nutricional		Tempo de gestação			TOTAL Alentejo
		Pré-termo < 37 semanas	Termo ≥37 < 42 semanas	Pós-termo ≥ 42 semanas	
Magreza	Fi	9	46	0	55
	%	2,7%	1,9%	,0%	1,9%
Normal	Fi	225	1628	110	1963
	%	68,6%	66,5%	67,9%	66,8%
Pré-obesidade	Fi	47	410	32	489
	%	14,3%	16,7%	19,8%	16,6%
Obesidade	Fi	47	365	20	432
	%	14,3%	14,9%	12,3%	14,7%
Total	Fi	328	2449	162	2939
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

O quadro n.º 25 mostra que apresentam excesso de peso 28,6% das crianças que nasceram de “pré-termo”, 31,6% das que nasceram de “termo” e 32,1% das que nasceram de “pós-termo”. A relação entre o estado nutricional e o tempo de gestação não é estatisticamente significativa (R de Spearman = 0,026; p=0,157). (Anexo I)

Quadro n.º 26: *Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o tempo de gestação (Alentejo Central)*

Estado nutricional OMS		Alentejo Central			Total
		Tempo de gestação			
		Pré-termo < 37 semanas	Termo ≥37 < 42 semanas	Pós-termo ≥ 42 semanas	
Magreza	Fi	2	16	0	18
	%	1,5%	1,9%	,0%	1,7%
Normal	Fi	97	560	30	687
	%	70,8%	65,9%	69,8%	66,7%
Pré- obesidade	Fi	21	135	8	164
	%	15,3%	15,9%	18,6%	15,9%
Obesidade	Fi	17	139	5	161
	%	12,4%	16,4%	11,6%	15,6%
Total	Fi	137	850	43	1030
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Quadro n.º 27: *Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o tempo de gestação (Baixo Alentejo)*

Estado nutricional OMS		Baixo Alentejo			Total
		Tempo de gestação			
		Pré-termo < 37 semanas	Termo ≥37 < 42 semanas	Pós-termo ≥ 42 semanas	
Magreza	Fi	4	18	0	22
	%	5,7%	3,3%	,0%	3,4%
Normal	Fi	47	347	23	417
	%	67,1%	64,3%	60,5%	64,4%
Pré- obesidade	Fi	10	90	7	107
	%	14,3%	16,7%	18,4%	16,5%
Obesidade	Fi	9	85	8	102
	%	12,9%	15,7%	21,1%	15,7%
Total	Fi	70	540	38	648
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Quadro n.º 28: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o tempo de gestação (Litoral Alentejano)

Estado nutricional OMS		Litoral Alentejano			Total
		Tempo de gestação			
		Pré-termo < 37 semanas	Termo ≥37 < 42 semanas	Pós-termo ≥ 42 semanas	
Magreza	Fi	1	5	0	6
	%	1,9%	1,0%	,0%	1,1%
Normal	Fi	36	324	23	383
	%	67,9%	67,2%	71,9%	67,5%
Pré- obesidade	Fi	7	91	6	104
	%	13,2%	18,9%	18,8%	18,3%
Obesidade	Fi	9	62	3	74
	%	17,0%	12,9%	9,4%	13,1%
Total	Fi	53	482	32	567
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Quadro n.º 29: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o tempo de gestação (Norte Alentejano)

Estado nutricional OMS		Norte Alentejano			Total
		Tempo de gestação			
		Pré-termo < 37 semanas	Termo ≥37 < 42 semanas	Pós-termo ≥ 42 semanas	
Magreza	Fi	2	7	0	9
	%	2,9%	1,2%	,0%	1,3%
Normal	Fi	45	397	34	476
	%	66,2%	68,8%	69,4%	68,6%
Pré- obesidade	Fi	9	94	11	114
	%	13,2%	16,3%	22,4%	16,4%
Obesidade	Fi	12	79	4	95
	%	17,6%	13,7%	8,2%	13,7%
Total	Fi	68	577	49	694
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Quadro n.º 30: Distribuição percentual da população segundo a amamentação e a área geográfica

Amamentação		Área geográfica				TOTAL Alentejo
		Alentejo Central	Baixo Alentejo	Litoral Alentejano	Norte Alentejano	
Sim	Fi	820	539	493	564	2416
	%	78,8%	80,6%	85,6%	78,4%	80,4%
Não	Fi	220	130	83	155	588
	%	21,2%	19,4%	14,4%	21,6%	19,6%
Total	Fi	1040	669	576	719	3004
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

No quadro nº 30 pode observar-se que na região Alentejo, a maioria da população estudada foi amamentada (80,4%). A análise por área geográfica mostra que os dados são semelhantes ao total regional. A região com maior percentagem de amamentação é o Litoral Alentejano (85,6%) e a menor é o Norte Alentejano (78,4%).

Quadro n.º 31: *Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a amamentação*

Estado Nutricional OMS		Amamentação		TOTAL Alentejo
		Sim	Não	
Magreza	Fi	34	17	51
	%	1,4%	2,9%	1,7%
Normal	Fi	1631	381	2012
	%	67,5%	64,8%	67,0%
Pré-obesidade	Fi	408	84	492
	%	16,9%	14,3%	16,4%
Obesidade	Fi	343	106	449
	%	14,2%	18,0%	14,9%
Total	Fi	2416	588	3004
	%	100,0%	100,0%	100,0%

No quadro nº 31 verificamos que a maioria das crianças que foi amamentada (67,5%) tem normoponderalidade. As crianças que não foram amamentadas apresentam maior percentagem de obesidade (18%) em comparação com as que foram (14,2%). Através do teste do X² (X²=13,249; p= 0,004) podemos concluir que existe dependência entre estas variáveis.

Quadro n.º 32: *Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional atual, a amamentação e a área geográfica*

Estado nutricional OMS		Amamentação/área geográfica											
		Alentejo Central			Baixo Alentejo			Litoral Alentejano			Norte Alentejano		
		Sim	Não	T	Sim	Não	T	Sim	Não	T	Sim	Não	T
Magreza	Fi	11	4	15	13	8	21	4	2	6	6	3	9
	%	1,3	1,8	1,4	2,4	6,2	3,1	,8	2,4	1,0	1,1	1,9	1,3
Normal	Fi	558	143	701	344	86	430	332	59	391	397	93	490
	%	68,0	65,0	67,4	63,8	66,2	64,3	67,3	71,1	67,9	70,4	60,0	68,2
Pré-obesidade	Fi	132	30	162	93	16	109	94	11	105	89	27	116
	%	16,1	13,6	15,6	17,3	12,3	16,3	19,1	13,3	18,2	15,8	17,4	16,1
Obesidade	Fi	119	43	162	89	20	109	63	11	74	72	32	104
	%	14,5	19,5	15,6	16,5	15,4	16,3	12,8	13,3	12,8	12,8	20,6	14,5
Total	Fi	820	220	1040	539	130	669	493	83	576	564	155	719
	%	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100

Quadro n.º 33: Distribuição percentual da população segundo a amamentação exclusiva e a área geográfica

Amamentação exclusiva		Área geográfica				TOTAL Alentejo
		Alentejo Central	Baixo Alentejo	Litoral Alentejano	Norte Alentejano	
≤ 1 mês	Fi	146	69	63	96	374
	%	17,9%	13,0%	12,9%	17,3%	15,7%
2 meses	Fi	102	58	59	80	299
	%	12,5%	10,9%	12,0%	14,4%	12,5%
3 meses	Fi	124	75	58	94	351
	%	15,2%	14,2%	11,8%	17,0%	14,7%
4 meses	Fi	211	158	143	142	654
	%	25,9%	29,8%	29,2%	25,6%	27,4%
5 meses	Fi	61	48	41	43	193
	%	7,5%	9,1%	8,4%	7,8%	8,1%
6 meses	Fi	114	74	81	69	338
	%	14,0%	14,0%	16,5%	12,5%	14,2%
> 6 meses	Fi	56	48	45	30	179
	%	6,9%	9,1%	9,2%	5,4%	7,5%
Total	Fi	814	530	490	554	2388
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

A observação do quadro nº 33 permite concluir que a moda estatística se situa em “4 meses” de amamentação exclusiva (27,4%), sendo este tempo de aleitamento exclusivo o que apresenta maiores percentagens em todas as regiões.

Quadro n.º 34: Distribuição percentual da população segundo estado nutricional e a amamentação exclusiva (Total Alentejo)

Estado nutricional OMS		Amamentação exclusiva						TOTAL Alentejo	
		≤ 1 mês	2 meses	3 meses	4 meses	5 meses	6 meses		> 6 meses
Magreza	Fi	4	3	5	12	3	5	2	34
	%	1,1	1,0	1,4	1,8	1,6	1,5	1,1%	1,4%
Normal	Fi	252	203	256	444	128	211	120	1614
	%	67,4	67,9	72,9	67,9	66,3	62,4	67,0%	67,6%
Pré-obesidade	Fi	60	47	49	108	39	66	36	405
	%	16	15,7	14	16,5	20,2	19,5	20,1%	17,0%
Obesidade	Fi	58	46	41	90	23	56	21	335
	%	15,5	15,4	11,7	13,8	11,9	16,6	11,7%	14,0%
Total	Fi	374	299	351	654	193	338	179	2388
	%	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0

No quadro nº 34 observa-se que a maior percentagem de crianças com excesso de peso (36,1%) foram amamentadas exclusivamente durante “6 meses” e que a menor percentagem (22,1%) se refere às amamentadas exclusivamente durante 5 meses.

A relação entre o estado nutricional e a amamentação exclusiva não é estatisticamente significativa (R de Spearman = 0,019; p=0,360). (Anexo I)

Quadro n.º 35: Distribuição percentual da população segundo estado nutricional e a amamentação exclusiva (Alentejo Central)

Estado nutricional		Alentejo Central							Total
		Amamentação exclusiva							
		OMS	≤ 1 mês	2 meses	3 meses	4 meses	5 meses	6 meses	
Magreza	Fi	0	2	3	4	0	2	0	11
	%	,0%	2,0%	2,4%	1,9%	,0%	1,8%	,0%	1,4%
Normal	Fi	95	70	85	149	42	71	42	554
	%	65,1%	68,6%	68,5%	70,6%	68,9%	62,3%	75,0%	68,1%
Pré-obesidade	Fi	27	11	17	34	10	23	9	131
	%	18,5%	10,8%	13,7%	16,1%	16,4%	20,2%	16,1%	16,1%
Obesidade	Fi	24	19	19	24	9	18	5	118
	%	16,4%	18,6%	15,3%	11,4%	14,8%	15,8%	8,9%	14,5%
Total	Fi	146	102	124	211	61	114	56	814
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Quadro n.º 36: Distribuição percentual da população segundo estado nutricional e a amamentação exclusiva (Baixo Alentejo)

Estado nutricional		Baixo Alentejo							Total
		Amamentação exclusiva							
		OMS	≤ 1 mês	2 meses	3 meses	4 meses	5 meses	6 meses	
Magreza	Fi	0	1	1	6	2	2	1	13
	%	,0%	1,7%	1,3%	3,8%	4,2%	2,7%	2,1%	2,5%
Normal	Fi	41	33	57	109	24	41	33	338
	%	59,4%	56,9%	76,0%	69,0%	50,0%	55,4%	68,8%	63,8%
Pré-obesidade	Fi	12	10	12	20	15	16	8	93
	%	17,4%	17,2%	16,0%	12,7%	31,3%	21,6%	16,7%	17,5%
Obesidade	Fi	16	14	5	23	7	15	6	86
	%	23,2%	24,1%	6,7%	14,6%	14,6%	20,3%	12,5%	16,2%
Total	Fi	69	58	75	158	48	74	48	530
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Quadro n.º 37: Distribuição percentual da população segundo estado nutricional e a amamentação exclusiva (Litoral Alentejano)

Estado nutricional		Litoral Alentejano							Total
		Amamentação exclusiva							
		OMS	≤ 1 mês	2 meses	3 meses	4 meses	5 meses	6 meses	
Magreza	Fi	1	0	0	1	1	0	1	4
	%	1,6%	,0%	,0%	,7%	2,4%	,0%	2,2%	,8%
Normal	Fi	50	37	44	87	30	54	27	329
	%	79,4%	62,7%	75,9%	60,8%	73,2%	66,7%	60,0%	67,1%
Pré-obesidade	Fi	7	12	9	31	7	16	12	94
	%	11,1%	20,3%	15,5%	21,7%	17,1%	19,8%	26,7%	19,2%
Obesidade	Fi	5	10	5	24	3	11	5	63
	%	7,9%	16,9%	8,6%	16,8%	7,3%	13,6%	11,1%	12,9%
Total	Fi	63	59	58	143	41	81	45	490
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Quadro n.º 38: Distribuição percentual da população segundo estado nutricional e a amamentação exclusiva (Norte Alentejano)

Estado nutricional		Norte Alentejano							Total
		Amamentação exclusiva							
		OMS	≤ 1 mês	2 meses	3 meses	4 meses	5 meses	6 meses	
Magreza	Fi	3	0	1	1	0	1	0	6
	%	3,1%	,0%	1,1%	,7%	,0%	1,4%	,0%	1,1%
Normal	Fi	66	63	70	99	32	45	18	393
	%	68,8%	78,8%	74,5%	69,7%	74,4%	65,2%	60,0%	70,9%
Pré-obesidade	Fi	14	14	11	23	7	11	7	87
	%	14,6%	17,5%	11,7%	16,2%	16,3%	15,9%	23,3%	15,7%
Obesidade	Fi	13	3	12	19	4	12	5	68
	%	13,5%	3,8%	12,8%	13,4%	9,3%	17,4%	16,7%	12,3%
Total	Fi	96	80	94	142	43	69	30	554
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Quadro n.º 39: Distribuição percentual da população segundo o aleitamento artificial e a área geográfica

Aleitamento artificial		Área geográfica				TOTAL Alentejo
		Alentejo Central	Baixo Alentejo	Litoral Alentejano	Norte Alentejano	
Sim	Fi	651	371	370	466	1858
	%	75,3%	67,7%	70,9%	77,3%	73,2%
Não	Fi	214	177	152	137	680
	%	24,7%	32,3%	29,1%	22,7%	26,8%
Total	Fi	865	548	522	603	2538
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

A maioria da população estudada (73,2%) ingeriu leite artificial.

Quadro n.º 40: Distribuição percentual da população segundo o início da diversificação alimentar e a área geográfica

Início diversificação alimentar		Área geográfica				TOTAL Alentejo
		Alentejo Central	Baixo Alentejo	Litoral Alentejano	Norte Alentejano	
≤ 1 mês	Fi	6	1	1	4	12
	%	,6%	,2%	,2%	,6%	,4%
2 meses	Fi	2	2	5	7	16
	%	,2%	,3%	,9%	1,0%	,6%
3 meses	Fi	73	43	31	74	221
	%	7,3%	6,8%	5,6%	11,0%	7,7%
4 meses	Fi	497	299	249	301	1346
	%	49,5%	46,9%	44,9%	44,7%	46,9%
5 meses	Fi	117	82	57	74	330
	%	11,6%	12,9%	10,3%	11,0%	11,5%
6 meses	Fi	220	127	138	147	632
	%	21,9%	19,9%	24,9%	21,8%	22,0%
> 6 meses	Fi	90	83	73	67	313
	%	9,0%	13,0%	13,2%	9,9%	10,9%
Total	Fi	1005	637	554	674	2870
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

A maioria das crianças iniciou a diversificação alimentar aos 4 meses (46,9%), 22% durante o 6.º mês e 10,9% após esse período. O Litoral Alentejano é a região onde esta diversificação alimentar ocorre mais tarde (“6 meses” com 24,9% e “após os 6 meses” com 13,2%).

Quadro n.º 41: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o início da diversificação alimentar (Total Alentejo)

Estado nutricional OMS		Início da diversificação alimentar							Total
		≤ 1 mês	2 meses	3 meses	4 meses	5 meses	6 meses	> 6 meses	
Magreza	Fi	0	0	4	21	7	14	5	51
	%	,0%	,0%	1,8%	1,6%	2,1%	2,2%	1,6%	1,8%
Normal	Fi	7	12	154	920	232	394	214	1933
	%	58,3%	75,0%	69,7%	68,4%	70,3%	62,3%	68,4%	67,4%
Pré- obesidade	Fi	3	1	31	215	52	118	51	471
	%	25,0%	6,3%	14,0%	16,0%	15,8%	18,7%	16,3%	16,4%
Obesidade	Fi	2	3	32	190	39	106	43	415
	%	16,7%	18,8%	14,5%	14,1%	11,8%	16,8%	13,7%	14,5%
Total	Fi	12	16	221	1346	330	632	313	2870
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

O coeficiente de correlação de Spearman revela que a relação entre o estado nutricional e o início da diversificação alimentar não é estatisticamente significativa (R de Spearman = 0,021; p=0,251). (Anexo I)

No que diz respeito à análise por áreas geográficas, os resultados obtidos são semelhantes.

Quadro n.º 42: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o início da diversificação alimentar (Alentejo Central)

Estado nutricional OMS		Alentejo Central							Total
		Início da diversificação alimentar							
		≤ 1 mês	2 meses	3 meses	4 meses	5 meses	6 meses	> 6 meses	
Magreza	Fi	0	0	1	7	1	5	1	15
	%	,0%	,0%	1,4%	1,4%	,9%	2,3%	1,1%	1,5%
Normal	Fi	3	2	43	346	87	139	62	682
	%	50,0%	100,0%	58,9%	69,6%	74,4%	63,2%	68,9%	67,9%
Pré- obesidade	Fi	1	0	14	77	15	37	14	158
	%	16,7%	,0%	19,2%	15,5%	12,8%	16,8%	15,6%	15,7%
Obesidade	Fi	2	0	15	67	14	39	13	150
	%	33,3%	,0%	20,5%	13,5%	12,0%	17,7%	14,4%	14,9%
Total	Fi	6	2	73	497	117	220	90	1005
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Quadro n.º 43: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o início da diversificação alimentar (Baixo Alentejo)

Estado nutricional		Baixo Alentejo							Total
		Início da diversificação alimentar							
OMS		≤ 1 mês	2 meses	3 meses	4 meses	5 meses	6 meses	> 6 meses	
Magreza	Fi	0	0	1	11	4	4	2	22
	%	,0%	,0%	2,3%	3,7%	4,9%	3,1%	2,4%	3,5%
Normal	Fi	1	1	34	190	52	75	56	409
	%	100,0%	50,0%	79,1%	63,5%	63,4%	59,1%	67,5%	64,2%
Pré- obesidade	Fi	0	1	3	48	19	24	10	105
	%	,0%	50,0%	7,0%	16,1%	23,2%	18,9%	12,0%	16,5%
Obesidade	Fi	0	0	5	50	7	24	15	101
	%	,0%	,0%	11,6%	16,7%	8,5%	18,9%	18,1%	15,9%
Total	Fi	1	2	43	299	82	127	83	637
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Quadro n.º 44: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o início da diversificação alimentar (Litoral Alentejano)

Estado nutricional		Litoral Alentejano							Total
		Início da diversificação alimentar							
OMS		≤ 1 mês	2 meses	3 meses	4 meses	5 meses	6 meses	> 6 meses	
Magreza	Fi	0	0	2	0	0	3	1	6
	%	,0%	,0%	6,5%	,0%	,0%	2,2%	1,4%	1,1%
Normal	Fi	0	5	21	172	44	85	47	374
	%	,0%	100,0%	67,7%	69,1%	77,2%	61,6%	64,4%	67,5%
Pré- obesidade	Fi	1	0	6	41	9	30	16	103
	%	100,0%	,0%	19,4%	16,5%	15,8%	21,7%	21,9%	18,6%
Obesidade	Fi	0	0	2	36	4	20	9	71
	%	,0%	,0%	6,5%	14,5%	7,0%	14,5%	12,3%	12,8%
Total	Fi	1	5	31	249	57	138	73	554
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Quadro n.º 45: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o início da diversificação alimentar (Norte Alentejano)

Estado nutricional		Norte Alentejano							Total
		Início da diversificação alimentar							
OMS		≤ 1 mês	2 meses	3 meses	4 meses	5 meses	6 meses	> 6 meses	
Magreza	Fi	0	0	0	3	2	2	1	8
	%	,0%	,0%	,0%	1,0%	2,7%	1,4%	1,5%	1,2%
Normal	Fi	3	4	56	212	49	95	49	468
	%	75,0%	57,1%	75,7%	70,4%	66,2%	64,6%	73,1%	69,4%
Pré- obesidade	Fi	1	0	8	49	9	27	11	105
	%	25,0%	,0%	10,8%	16,3%	12,2%	18,4%	16,4%	15,6%
Obesidade	Fi	0	3	10	37	14	23	6	93
	%	,0%	42,9%	13,5%	12,3%	18,9%	15,6%	9,0%	13,8%
Total	Fi	4	7	74	301	74	147	67	674
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Quadro n.º 46: *Distribuição percentual da população segundo o primeiro alimento sólido e a área geográfica (Total Alentejo)*

Primeiro alimento sólido		Área geográfica				TOTAL Alentejo
		Alentejo Central	Baixo Alentejo	Litoral Alentejano	Norte Alentejano	
Papa	Fi	775	294	278	537	1884
	%	77,5%	47,2%	49,7%	77,9%	65,6%
Sopa de legumes	Fi	208	319	273	136	936
	%	20,8%	51,2%	48,8%	19,7%	32,6%
Açorda	Fi	14	7	3	11	35
	%	1,4%	1,1%	,5%	1,6%	1,2%
Outro	Fi	3	3	5	5	16
	%	,3%	,5%	,9%	,7%	,6%
Total	Fi	1000	623	559	689	2871
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

O quadro nº 46 revela que a maioria da população da região Alentejo (65,6%) iniciou a diversificação alimentar com papa, tendência que se mantém em todas as regiões, exceto no Baixo Alentejo, onde a sopa de legumes foi o primeiro alimento sólido ingerido em 51,2% dos casos. Apenas em 1,2% de casos as crianças comeram açorda como primeiro alimento sólido e 0,6% iniciaram a diversificação alimentar com outro alimento.

Quadro n.º 47: *Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o primeiro alimento sólido*

Estado nutricional OMS		Primeiro alimento sólido				TOTAL Alentejo
		Papa	Sopa de legumes	Açorda	Outra	
Magreza	Fi	35	11	1	0	47
	%	1,9%	1,2%	2,9%	,0%	1,6%
Normal	Fi	1273	615	25	10	1923
	%	67,6%	65,7%	71,4%	62,5%	67,0%
Pré-obesidade	Fi	300	168	3	4	475
	%	15,9%	17,9%	8,6%	25,0%	16,5%
Obesidade	Fi	276	142	6	2	426
	%	14,6%	15,2%	17,1%	12,5%	14,8%
Total	Fi	1884	936	35	16	2871
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Através do teste do X² (X²=6,726; p=0,666) podemos concluir que não existe dependência entre estas variáveis.

Quadro n.º 48: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o primeiro alimento sólido (Alentejo Central)

Estado nutricional		Alentejo Central				Total
		Primeiro alimento sólido				
		Papa	Sopa de legumes	Açorda	Outra	
OMS						
Magreza	Fi	11	1	1	0	13
	%	1,4%	,5%	7,1%	,0%	1,3%
Normal	Fi	522	141	11	2	676
	%	67,4%	67,8%	78,6%	66,7%	67,6%
Pré-obesidade	Fi	124	33	2	0	159
	%	16,0%	15,9%	14,3%	,0%	15,9%
Obesidade	Fi	118	33	0	1	152
	%	15,2%	15,9%	,0%	33,3%	15,2%
Total	Fi	775	208	14	3	1000
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Quadro n.º 49: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o primeiro alimento sólido (Baixo Alentejo)

Estado nutricional		Baixo Alentejo				Total
		Primeiro alimento sólido				
		Papa	Sopa de legumes	Açorda	Outra	
OMS						
Magreza	Fi	11	8	0	0	19
	%	3,7%	2,5%	,0%	,0%	3,0%
Normal	Fi	187	205	5	3	400
	%	63,6%	64,3%	71,4%	100,0%	64,2%
Pré-obesidade	Fi	47	56	0	0	103
	%	16,0%	17,6%	,0%	,0%	16,5%
Obesidade	Fi	49	50	2	0	101
	%	16,7%	15,7%	28,6%	,0%	16,2%
Total	Fi	294	319	7	3	623
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Quadro n.º 50: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o primeiro alimento sólido (Litoral Alentejano)

Estado nutricional		Litoral Alentejano				Total
		Primeiro alimento sólido				
		Papa	Sopa de legumes	Açorda	Outra	
OMS						
Magreza	Fi	6	0	0	0	6
	%	2,2%	,0%	,0%	,0%	1,1%
Normal	Fi	191	184	3	0	378
	%	68,7%	67,4%	100,0%	,0%	67,6%
Pré-obesidade	Fi	47	50	0	4	101
	%	16,9%	18,3%	,0%	80,0%	18,1%
Obesidade	Fi	34	39	0	1	74
	%	12,2%	14,3%	,0%	20,0%	13,2%
Total	Fi	278	273	3	5	559
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Quadro n.º 51: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o primeiro alimento sólido (Norte Alentejano)

Estado nutricional OMS		Norte Alentejano				Total
		Primeiro alimento sólido				
		Papa	Sopa de legumes	Açorda	Outra	
Magreza	Fi	7	2	0	0	9
	%	1,3%	1,5%	,0%	,0%	1,3%
Normal	Fi	373	85	6	5	469
	%	69,5%	62,5%	54,5%	100,0%	68,1%
Pré-obesidade	Fi	82	29	1	0	112
	%	15,3%	21,3%	9,1%	,0%	16,3%
Obesidade	Fi	75	20	4	0	99
	%	14,0%	14,7%	36,4%	,0%	14,4%
Total	Fi	537	136	11	5	689
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Quadro n.º 52: Distribuição percentual da população segundo a existência de patologia e a área geográfica (Total Alentejo)

Existência de patologia		Área geográfica				TOTAL Alentejo
		Alentejo Central	Baixo Alentejo	Litoral Alentejano	Norte Alentejano	
Sim	Fi	143	73	74	72	362
	%	13,7%	10,8%	12,6%	9,9%	11,9%
Não	Fi	903	605	515	652	2675
	%	86,3%	89,2%	87,4%	90,1%	88,1%
Total	Fi	1046	678	589	724	3037
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

A análise do quadro nº 52 revela que 88,1% dos encarregados de educação afirmam que a sua criança não apresenta problemas de saúde.

Quadro n.º 53: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a existência de patologia

Estado nutricional OMS		Existência de patologia		TOTAL Alentejo
		Sim	Não	
Magreza	Fi	6	48	54
	%	1,7%	1,8%	1,8%
Normal	Fi	228	1801	2029
	%	63,0%	67,3%	66,8%
Pré-obesidade	Fi	58	441	499
	%	16,0%	16,5%	16,4%
Obesidade	Fi	70	385	455
	%	19,3%	14,4%	15,0%
Total	Fi	362	2675	3037
	%	100,0%	100,0%	100,0%

Da leitura do quadro nº 53 verifica-se que 16,5% das crianças, cujos encarregados de educação não referem patologia são pré-obesas e 14,4% são obesas. Através do teste do X² (X²=6,179; p=0,103) pode-se concluir que não existe dependência entre estas variáveis.

Quadro n.º 54: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a existência de patologia e a área geográfica

Estado nutricional OMS		Existência de patologia/área geográfica											
		Alentejo Central			Baixo Alentejo			Litoral Alentejano			Norte Alentejano		
		Sim	Não	T	Sim	Não	T	Sim	Não	T	Sim	Não	T
Magreza	Fi	4	13	17	0	22	22	0	6	6	2	7	9
	%	2,8	1,4	1,6	,0	3,6	3,2	,0	1,2	1,0	2,8	1,1	1,2
Normal	Fi	94	609	703	46	389	435	45	352	397	43	451	494
	%	65,7	67,4	67,2	63	64,3	64,2	60,8	68,3	67,4	59,7	69,2	68,2
Pré-obesidade	Fi	20	144	164	11	99	110	15	93	108	12	105	117
	%	14,0	15,9	15,7	15,1	16,4	16,2	20,3	18,1	18,3	16,7	16,1	16,2
Obesidade	Fi	25	137	162	16	95	111	14	64	78	15	89	104
	%	17,5	15,2	15,5	21,9	15,7	16,4	18,9	12,4	13,2	20,8	13,7	14,4
Total	Fi	143	903	1046	73	605	678	74	515	589	72	652	724
	%	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100

Quadro n.º 55: Distribuição percentual da população segundo a toma de medicação e a área geográfica (Total Alentejo)

Toma de medicação		Área geográfica				TOTAL Alentejo
		Alentejo Central	Baixo Alentejo	Litoral Alentejano	Norte Alentejano	
Sim	Fi	88	55	51	75	269
	%	8,4%	8,1%	8,7%	10,4%	8,9%
Não	Fi	958	621	536	647	2762
	%	91,6%	91,9%	91,3%	89,6%	91,1%
Total	Fi	1046	676	587	722	3031
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

De acordo com o quadro n.º55, a maioria das crianças não toma medicação de forma regular (91,1%), situação que se verifica também em cada área geográfica. O registo da maior percentagem na toma de medicação regular é no Norte Alentejano (10,4%).

Quadro n.º 56: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a toma de medicação

Estado nutricional OMS		Toma de medicação		TOTAL Alentejo
		Sim	Não	
Magreza	Fi	5	49	54
	%	1,9%	1,8%	1,8%
Normal	Fi	171	1855	2026
	%	63,6%	67,2%	66,8%
Pré-obesidade	Fi	45	451	496
	%	16,7%	16,3%	16,4%
Obesidade	Fi	48	407	455
	%	17,8%	14,7%	15,0%
Total	Fi	269	2762	3031
	%	100,0%	100,0%	100,0%

O quadro nº 56 não revela diferenças significativas na distribuição da população, no que se refere à toma de medicação e ao estado nutricional.

O teste do X² (X²=2,085; p=0,555) não revela dependência entre estas variáveis.

2.2. Dados referentes aos progenitores

Quadro n.º 57: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional do progenitor e da progenitora e a área geográfica

Progenitores	Estado nutricional dos progenitores OMS	Área geográfica				TOTAL Alentejo	
		Alentejo Central	Baixo Alentejo	Litoral Alentejano	Norte Alentejano		
Pai	Magreza	Fi	3	0	0	3	6
		%	,3%	,0%	,0%	,5%	,2%
	Normal	Fi	316	200	191	217	924
		%	35,7%	35,1%	39,1%	36,3%	36,4%
	Pré-obesidade	Fi	435	278	219	276	1208
		%	49,2%	48,9%	44,8%	46,2%	47,6%
	Obesidade	Fi	131	91	79	101	402
		%	14,8%	16,0%	16,2%	16,9%	15,8%
Total	Fi	885	569	489	597	2540	
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	
Mãe	Magreza	Fi	24	12	15	25	76
		%	2,5%	2,0%	2,8%	3,8%	2,7%
	Normal	Fi	572	354	329	378	1633
		%	58,5%	58,2%	60,9%	57,5%	58,7%
	Pré-obesidade	Fi	274	171	130	180	755
		%	28,0%	28,1%	24,1%	27,4%	27,1%
	Obesidade	Fi	108	71	66	74	319
		%	11,0%	11,7%	12,2%	11,3%	11,5%
Total	Fi	978	608	540	657	2783	
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	

O quadro nº 57 mostra que na Região Alentejo, 63,4% dos pais e 38,6% das mães apresenta excesso de peso, sendo o Baixo Alentejo o que apresenta a maior percentagem para os pais (64,9%) e para as mães (39,8%).

Através do teste do X^2 podemos concluir que não existe dependência entre as variáveis estado nutricional do pai e área geográfica ($X^2=8,765$; $p=0,459$), assim como entre as variáveis estado nutricional da mãe e a área geográfica ($X^2=7,822$; $p=0,552$).

Quadro n.º 58: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional da criança e o estado nutricional do progenitor e a área geográfica

Estado nutricional da criança OMS		Estado nutricional do Progenitor				TOTAL Alentejo
		Magreza	Normal	Pré-obesidade	Obesidade	
Magreza	Fi	1	23	15	0	39
	%	16,7%	2,5%	1,2%	,0%	1,5%
Normal	Fi	4	664	802	232	1702
	%	66,7%	71,9%	66,4%	57,7%	67,0%
Pré-obesidade	Fi	0	149	198	69	416
	%	0%	16,1%	16,4%	17,2%	16,4%
Obesidade	Fi	1	88	193	101	383
	%	16,7%	9,5%	16,0%	25,1%	15,1%
Total	Fi	6	924	1208	402	2540
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Da observação do quadro nº 58 podemos constatar que, à medida que o IMC do pai aumenta, aumenta também a percentagem de crianças com excesso de peso.

O coeficiente de correlação de Spearman revela uma associação positiva com significado estatístico (R de Spearman =0,142; p=0,000). (Anexo I)

Quadro n.º 59: *Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional da criança e o estado nutricional da progenitora e a área geográfica*

Estado nutricional da criança OMS	Estado nutricional da Progenitora				TOTAL Alentejo	
	Magreza	Normal	Pré- obesidade	Obesidade		
Magreza	Fi	2	30	14	3	49
	%	2,6%	1,8%	1,9%	,9%	1,8%
Normal	Fi	64	1176	457	161	1858
	%	84,2%	72,0%	60,5%	50,5%	66,8%
Pré- obesidade	Fi	6	264	137	58	465
	%	7,9%	16,2%	18,1%	18,2%	16,7%
Obesidade	Fi	4	163	147	97	411
	%	5,3%	10,0%	19,5%	30,4%	14,8%
Total	Fi	76	1633	755	319	2783
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Da leitura do quadro nº 59 podemos constatar que, à medida que o IMC da mãe aumenta, aumenta também a percentagem de crianças com excesso de peso.

O coeficiente de correlação de Spearman revela uma associação positiva com significado estatístico (R de Spearman = 0,190; p=0,000).

Foi ainda identificada uma relação com significado estatístico entre o estado nutricional da progenitora e o estado nutricional do progenitor (R de Spearman = 0,166; p=0,000). (Anexo I)

Quadro n.º 60: *Distribuição percentual da população segundo a existência de diabetes nos progenitores e a área geográfica (Total Alentejo)*

Progenitores	Existência de diabetes	Área geográfica				TOTAL Alentejo	
		Alentejo Central	Baixo Alentejo	Litoral Alentejano	Norte Alentejano		
Pai	Sim	Fi	25	16	12	15	68
		%	2,6%	2,6%	2,2%	2,2%	2,4%
	Não	Fi	905	580	500	617	2602
		%	92,3%	92,7%	92,1%	92,4%	92,4%
	Não sabe	Fi	50	30	31	36	147
		%	5,1%	4,8%	5,7%	5,4%	5,2%
Total		Fi	980	626	543	668	2817
		%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
Mãe	Sim	Fi	11	10	3	10	34
		%	1,1%	1,5%	,5%	1,4%	1,2%
	Não	Fi	960	627	549	673	2809
		%	95,5%	96,0%	96,3%	96,6%	96,0%
	Não sabe	Fi	34	16	18	14	82
		%	3,4%	2,5%	3,2%	2,0%	2,8%
Total		Fi	1005	653	570	697	2925
		%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

O quadro nº 60 revela que 2,4% dos pais e 1,2% das mães apresentam diabetes e 5,2% dos pais e 2,8% das mães não sabe se tem diabetes.

A análise pelas diferentes áreas geográficas mostra que os dados em cada uma não se afastam do total regional.

Quadro n.º 61: *Distribuição percentual da população segundo a existência de hipertensão arterial nos progenitores e a área geográfica (Total Alentejo)*

Progenitores	Existência de hipertensão arterial	Área geográfica				TOTAL Alentejo	
		Alentejo Central	Baixo Alentejo	Litoral Alentejano	Norte Alentejano		
Pai	Sim	Fi	100	57	46	57	260
		%	10,2%	9,1%	8,5%	8,5%	9,2%
	Não	Fi	826	534	457	570	2387
		%	84,3%	85,7%	84,3%	84,6%	84,7%
	Não sabe	Fi	54	32	39	47	172
		%	5,5%	5,1%	7,2%	7,0%	6,1%
Total		Fi	980	623	542	674	2819
		%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
Mãe	Sim	Fi	90	54	41	51	236
		%	8,9%	8,3%	7,2%	7,3%	8,1%
	Não	Fi	897	581	509	637	2624
		%	89,1%	89,1%	89,3%	90,7%	89,5%
	Não sabe	Fi	20	17	20	14	71
		%	2,0%	2,6%	3,5%	2,0%	2,4%
Total		Fi	1007	652	570	702	2931
		%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

No quadro nº 61 observa-se que, 9,2% dos pais e 8,1% das mães apresentam hipertensão arterial, sendo no Alentejo Central onde se encontra a maior percentagem, quer nos homens quer nas mulheres (10,2% e 8,9% respetivamente).

Quadro n.º 62: *Distribuição percentual da população segundo a existência de hipercolesterolemia nos progenitores e a área geográfica (Total Alentejo)*

Progenitores	Existência de hipercolesterolemia	Área geográfica				TOTAL Alentejo	
		Alentejo Central	Baixo Alentejo	Litoral Alentejano	Norte Alentejano		
Pai	Sim	Fi	181	94	88	91	454
		%	18,5%	15,1%	16,3%	13,7%	16,2%
	Não	Fi	709	464	390	508	2071
		%	72,4%	74,5%	72,1%	76,5%	73,8%
	Não sabe	Fi	89	65	63	65	282
		%	9,1%	10,4%	11,6%	9,8%	10,0%
Total		Fi	979	623	541	664	2807
		%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
Mãe	Sim	Fi	109	69	61	61	300
		%	10,8%	10,6%	10,7%	8,7%	10,3%
	Não	Fi	834	537	466	598	2435
		%	82,9%	82,7%	81,5%	85,6%	83,2%
	Não sabe	Fi	63	43	45	40	191
		%	6,3%	6,6%	7,9%	5,7%	6,5%
Total		Fi	1006	649	572	699	2926
		%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

O quadro nº 62 revela que 16,2% dos pais e 10,3% das mães apresentam hipercolesterolemia, verificando-se a maior percentagem no Alentejo Central nos pais e nas mães (18,5% e 10,8% respetivamente). 10,0% dos pais e 6,5% das mães desconhece se tem hipercolesterolemia.

2.3. Frequência Alimentar

Quadro n.º 63: Distribuição percentual da população segundo a frequência alimentar

ALIMENTOS	Nunca		1x 15/15 dias		1- 3 x semana		4-7 x semana		+ de 1 vez dia		TOTAL Alentejo	
	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%
Leite magro/meio gordo	199	6,8	48	1,6	155	5,3	583	19,9	1943	66,4	2928	100
Leite gordo	2198	87,6	43	1,7	45	1,8	76	3	148	5,9	2510	100
Leite aromatizado	742	26,7	254	9,1	642	23,1	648	23,3	491	17,7	2777	100
Bebidas de soja	2441	93,9	40	1,5	38	1,5	35	1,3	46	1,8	2600	100
Iogurte	110	3,7	132	4,5	738	24,9	1090	36,8	891	30,1	2961	100
Sobremesas lácteas	984	33,5	655	22,3	771	26,3	334	11,4	191	6,5	2935	100
Gelados	617	21,2	1008	34,7	1076	37	151	5,2	53	1,8	2905	100
Queijo fresco/queijo magro	1618	55,4	462	15,8	565	19,4	194	6,6	79	2,7	2918	100
Queijo gordo	951	68,1	405	14,1	341	11,9	123	4,3	46	1,6	2866	100
Enchidos	1570	53,7	817	28	402	13,8	94	3,2	38	1,3	2921	100
Carne	26	0,9	53	1,8	1066	35,4	1532	50,9	335	11,1	3012	100
Peixe	50	1,7	115	3,8	1381	45,9	1241	41,3	220	7,3	3007	100
Ovos	233	7,8	739	24,6	1749	58,2	223	7,4	61	2	3005	100
Manteiga/margarina	252	8,4	180	6	735	24,6	1046	35	772	25,9	2985	100
Azeite	122	4,2	126	4,3	627	21,5	1149	39,3	897	30,7	2921	100
Pão	58	1,9	36	1,2	234	7,8	800	26,8	1858	62,2	2986	100
Pão escuro/sementes	2187	78	197	7	159	5,7	136	4,9	125	4,5	2804	100
Cereais de peq. almoço	534	17,8	256	8,6	708	23,7	972	32,5	523	17,5	2993	100
Sopa de legumes	72	2,4	77	2,6	480	16	1182	39,3	1193	39,7	3004	100
Hortícolas	215	7,4	177	6,1	839	28,7	1030	35,2	661	22,6	2922	100
Fruta fresca	91	3	46	1,5	324	10,8	817	27,3	1713	57,3	2991	100
Sumo de fruta 100%	613	20,7	472	15,9	820	27,7	614	20,7	441	14,9	2960	100
Refrig./chás açucarados	833	30,1	458	15,6	735	25	560	19,1	300	10,2	2936	100
Refrigerantes diet ou light	2381	83,4	237	8,3	153	5,4	53	1,9	32	1,1	2856	100
Snacks	754	25,3	1215	40,7	806	27	146	4,9	63	2,1	2984	100
Rebuçados, chocolates	400	13,3	978	32,5	1186	39,5	322	10,7	119	4	3005	100
Biscoitos, doces, bolos	278	9,4	610	20,5	1265	42,6	605	20,4	214	7,2	2972	100
Fast-food	683	23,3	1466	49,9	634	21,6	91	3,1	61	2,1	2935	100
Água	23	0,8	39	1,3	40	1,3	134	4,5	2737	92,1	2973	100

Relativamente aos alimentos consumidos, o quadro n.º 63 permite destacar:

Como opções saudáveis:

- Consumo de leite (magro/meio gordo) – 66,4% consome “mais do que 1 vez por dia”;
- Consumo de iogurte – 36,8% fazem-no “4 a 7 vezes por semana” e 30,1% “mais que 1 vez por dia”;
- Consumo de peixe – em todos os intervalos, destacando que apenas 1,7% dos inquiridos assinalou a resposta “nunca”;
- Consumo de sopa de legumes – 39,3% “4 a 7 vezes por semana” e 39,7% “mais de 1 vez por dia”;
- Consumo de hortícolas – 35,2% consome “4 a 7 vezes por semana” e 22,6% “mais do que 1 vez por dia”.
- Ingestão de fruta fresca – 27,3% “4 a 7 vezes por semana” e 57,3% “mais de 1 vez por dia”.

Como opções menos adequadas:

- Reduzido consumo de pão escuro – 78% refere *nunca* consumir;
- Consumo de refrigerantes/chás açucarados – mais de 50% das crianças consome estes *alimentos mais de 1 vez por semana*, sendo que 19,1% ingerem “4 a 7 vezes por semana” e 10,2% “mais de 1 vez por dia”;
- Ingestão de doces, biscoitos e bolos – 20,4% fazem-no “4 a 7 vezes por semana” e 7,2% “mais de 1 vez por dia”;
- Reduzido consumo de água - 7,1% da população, ingere água com frequência igual ou inferior a 4 a 7 vezes por semana e 0,8% (23 inquiridos) responderam que o seu educando “*nunca* consome água”.
- Consumo de *fast-food* - 49,9% dos inquiridos refere que consome “1 vez de 15 em 15 dias”.

Quadro n.º 64: Distribuição percentual da população segundo os alimentos consumidos e a área geográfica (Alentejo Central)

ALIMENTOS	Alentejo Central											
	Nunca		1x 15/15 dias		1- 3 x semana		4-7 x semana		+ de 1 vez dia		TOTAL	
	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%
Leite magro/meio gordo	72	7,0	15	1,5	39	3,8	194	19,0	703	68,7	1023	100
Leite gordo	799	90,8	13	1,5	16	1,8	19	2,2	33	3,8	880	100
Leite aromatizado	261	26,8	81	8,3	222	22,8	237	24,3	173	17,8	974	100
Bebidas de soja	858	93,9	16	1,8	10	1,1	12	1,3	18	2,0	914	100
logurte	46	4,5	45	4,4	271	26,5	393	38,4	268	26,2	1023	100
Sobremesas lácteas	366	35,7	219	21,3	275	26,8	111	10,8	55	5,4	1026	100
Gelados	231	23,4	367	37,1	332	33,6	47	4,8	11	1,1	988	100
Queijo fresco/queijo magro	565	55,6	148	14,6	204	20,1	77	7,6	22	2,2	1016	100
Queijo gordo	674	67,5	139	13,9	123	12,3	49	4,9	13	1,3	998	100
Enchidos	552	54,3	284	28,0	138	13,6	29	2,9	13	1,3	1016	100
Carne	8	0,8	17	1,6	366	35,1	541	51,8	112	10,7	1044	100
Peixe	13	1,2	39	3,7	477	45,7	436	41,8	79	7,6	1044	100
Ovos	62	5,9	234	22,4	631	60,4	96	9,2	21	2,0	1044	100
Manteiga/margarina	83	8,0	58	5,6	252	24,3	380	36,6	264	25,5	1037	100
Azeite	23	2,2	32	3,1	207	20,2	419	41,0	342	33,4	1023	100
Pão	18	1,7	10	1,0	72	7,0	299	29,0	631	61,3	1030	100
Pão escuro/sementes	760	77,9	76	7,8	50	5,1	39	4,0	50	5,1	975	100
Cereais de peq. almoço	194	18,7	92	8,9	236	22,7	350	33,7	167	16,1	1039	100
Sopa de legumes	14	1,3	18	1,7	150	14,4	395	37,8	468	44,8	1045	100
Hortícolas	49	4,8	44	4,3	270	26,4	402	39,3	259	25,3	1024	100
Fruta fresca	20	1,9	14	1,4	90	8,7	268	25,9	644	62,2	1036	100
Sumo de fruta 100%	220	21,5	184	18,0	271	26,5	217	21,2	130	12,7	1022	100
Refriger./chás açucarados	299	29,1	159	15,5	254	24,7	216	21,0	101	9,8	1029	100
Refrigerantes <i>diet</i> ou <i>light</i>	829	83,6	89	9,0	46	4,6	21	2,1	7	0,7	992	100
<i>Snacks</i>	260	25,1	433	41,8	290	28,0	39	3,8	13	1,3	1035	100
Rebuçados, chocolates	139	13,3	341	32,7	417	40,0	117	11,2	28	2,7	1042	100
Biscoitos, doces, bolos	95	9,2	240	23,2	445	43,0	186	18,0	68	6,6	1034	100
<i>Fast-food</i>	238	23,3	540	52,9	200	19,6	25	2,5	17	1,7	1020	100
Água	8	0,8	10	1,0	11	1,1	51	5,0	950	92,2	1030	100

Quadro n.º 65: Distribuição percentual da população segundo os alimentos consumidos e a área geográfica (Baixo Alentejo)

ALIMENTOS	Baixo Alentejo											
	Nunca		1x 15/15 dias		1- 3 x semana		4-7 x semana		+ de 1 vez dia		TOTAL	
	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%
Leite magro/meio gordo	43	6,7	10	1,6	35	5,4	138	21,5	417	64,7	643	100
Leite gordo	475	85,6	14	2,5	7	1,3	21	3,8	38	6,8	555	100
Leite aromatizado	174	29,3	72	12,1	136	22,9	117	19,7	94	15,9	593	100
Bebidas de soja	533	94,7	5	0,9	5	0,9	10	1,8	10	1,8	563	100
logurte	24	3,7	34	5,2	144	21,9	214	32,6	241	36,7	657	100
Sobremesas lácteas	226	34,9	144	22,2	155	23,9	70	10,8	53	8,2	648	100
Gelados	119	18,3	217	33,4	253	39,0	42	6,5	18	2,8	649	100
Queijo fresco/queijo magro	305	47,3	100	15,5	160	24,8	53	8,2	27	4,2	645	100
Queijo gordo	435	68,9	98	15,5	71	11,3	21	3,3	6	1,0	631	100
Enchidos	358	55,9	154	24,0	91	14,2	27	4,2	11	1,7	641	100
Carne	11	1,7	16	2,4	247	37,3	319	48,1	70	10,6	663	100
Peixe	15	2,2	35	5,2	306	45,8	264	39,5	48	7,2	668	100
Ovos	66	9,9	147	22,0	372	55,8	63	9,4	19	2,8	667	100
Manteiga/margarina	62	9,4	42	6,3	181	27,3	199	30,0	179	27,0	663	100
Azeite	41	6,3	32	4,9	147	22,7	244	37,6	185	28,5	649	100
Pão	13	2,0	14	2,1	68	10,3	169	25,5	399	60,2	663	100
Pão escuro/sementes	487	78,2	43	6,9	42	6,7	27	4,3	24	3,9	623	100
Cereais de peq. almoço	115	17,5	63	9,6	159	24,2	201	30,5	120	18,2	658	100
Sopa de legumes	29	4,4	33	5,0	151	22,9	266	40,3	181	27,4	660	100
Hortícolas	65	10,1	50	7,8	229	35,7	186	29,0	111	17,3	641	100
Fruta fresca	32	4,9	15	2,3	94	14,3	179	27,2	339	51,4	659	100
Sumo de fruta 100%	126	19,3	96	14,7	181	27,7	137	21,0	113	17,3	653	100
Refriger./chás açucarados	186	29,2	94	14,7	150	23,5	121	19,0	87	13,6	638	100
Refrigerantes <i>diet</i> ou <i>light</i>	509	81,7	54	8,7	33	5,3	18	2,9	9	1,4	623	100
Snacks	187	28,3	246	37,3	168	25,5	41	6,2	18	2,7	660	100
Rebuçados, chocolates	101	15,3	212	32,0	246	37,2	72	10,9	31	4,7	662	100
Biscoitos, doces, bolos	75	11,5	124	19,0	268	41,1	125	19,2	60	9,2	652	100
<i>Fast-food</i>	155	24,0	305	47,2	143	22,1	22	3,4	21	3,3	646	100
Água	8	1,2	10	1,5	12	1,9	23	3,5	595	91,8	648	100

Quadro n.º 66: Distribuição percentual da população segundo os alimentos consumidos e a área geográfica (Litoral Alentejano)

ALIMENTOS	Litoral Alentejano											
	Nunca		1x 15/15 dias		1- 3 x semana		4-7 x semana		+ de 1 vez dia		TOTAL	
	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%
Leite magro/meio gordo	40	7,0	10	1,8	38	6,7	120	21,1	361	63,4	569	100
Leite gordo	432	86,9	9	1,8	8	1,6	16	3,2	32	6,4	497	100
Leite aromatizado	161	29,1	43	7,8	127	23,0	145	26,2	77	13,9	553	100
Bebidas de soja	481	93,6	8	1,6	10	1,9	9	1,8	6	1,2	514	100
logurte	18	3,1	26	4,5	137	23,7	230	39,9	166	28,8	577	100
Sobremesas lácteas	219	38,6	131	23,1	156	27,5	39	6,9	23	4,0	568	100
Gelados	83	14,5	200	34,8	256	44,6	29	5,1	6	1,0	574	100
Queijo fresco/queijo magro	331	58,2	87	15,3	102	17,9	35	6,2	14	2,5	569	100
Queijo gordo	397	71,0	71	12,7	58	10,4	24	4,3	9	1,6	559	100
Enchidos	327	56,8	155	26,9	74	12,8	17	3,0	3	0,5	576	100
Carne	4	0,7	5	0,9	208	35,6	303	51,8	65	11,1	585	100
Peixe	15	2,6	16	2,7	284	48,5	232	39,6	39	6,7	586	100
Ovos	56	9,6	181	31,2	314	54,0	23	4,0	7	1,2	581	100
Manteiga/margarina	47	8,2	29	5,0	116	20,1	223	38,7	161	28,0	576	100
Azeite	20	3,5	25	4,4	144	25,2	237	41,5	145	25,4	571	100
Pão	12	2,0	5	0,9	44	7,5	174	29,6	352	60,0	587	100
Pão escuro/sementes	414	75,8	32	5,9	40	7,3	39	7,1	21	3,8	546	100
Cereais de peq. almoço	90	15,4	41	7,0	143	24,5	195	33,4	115	19,7	584	100
Sopa de legumes	12	2,1	11	1,9	80	13,8	275	47,4	202	34,8	580	100
Hortícolas	46	8,2	40	7,1	153	27,3	213	38,0	109	19,4	561	100
Fruta fresca	18	3,1	4	0,7	56	9,6	191	32,7	315	53,9	584	100
Sumo de fruta 100%	123	21,3	92	15,9	183	31,7	110	19,1	69	12,0	577	100
Refriger./chás açucarados	195	34,1	94	16,4	154	26,9	93	16,3	36	6,3	572	100
Refrigerantes <i>diet</i> ou <i>light</i>	467	83,8	41	7,4	39	7,0	6	1,1	4	0,7	557	100
<i>Snacks</i>	165	28,7	260	45,2	120	20,9	25	4,3	5	0,9	575	100
Rebuçados, chocolates	88	15,1	212	36,4	221	37,9	43	7,4	19	3,3	583	100
Biscoitos, doces, bolos	55	9,5	123	21,3	255	44,2	115	19,9	29	5,0	577	100
<i>Fast-food</i>	168	29,4	280	49,0	108	18,9	11	1,9	5	0,9	572	100
Água	2	0,3	6	1,0	11	1,9	26	4,5	534	92,2	579	100

Quadro n.º 67: Distribuição percentual da população segundo os alimentos consumidos e a área geográfica (Norte Alentejano)

ALIMENTOS	Norte Alentejano											
	Nunca		1x 15/15 dias		1- 3 x semana		4-7 x semana		+ de 1 vez dia		TOTAL	
	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%
Leite magro/meio gordo	44	6,3	13	1,9	43	6,2	131	18,9	462	66,7	693	100
Leite gordo	492	85,1	7	1,2	14	2,4	20	3,5	45	7,8	578	100
Leite aromatizado	146	22,2	58	8,8	157	23,9	149	22,7	147	22,4	657	100
Bebidas de soja	569	93,4	11	1,8	13	2,1	4	0,7	12	2,0	609	100
Iogurte	22	3,1	27	3,8	186	26,4	253	35,9	216	30,7	704	100
Sobremesas lácteas	173	25,0	161	23,2	185	26,7	114	16,5	60	8,7	693	100
Gelados	184	26,5	224	32,3	235	33,9	33	4,8	18	2,6	694	100
Queijo fresco/queijo magro	417	60,6	127	18,5	99	14,4	29	4,2	16	2,3	688	100
Queijo gordo	445	65,6	97	14,3	89	13,1	29	4,3	18	2,7	678	100
Enchidos	333	48,4	224	32,6	99	14,4	21	3,1	11	1,6	688	100
Carne	3	0,4	15	2,1	245	34,0	369	51,3	88	12,2	720	100
Peixe	7	1,0	25	3,5	314	44,3	309	43,6	54	7,6	709	100
Ovos	49	6,9	177	24,8	432	60,6	41	5,8	14	2,0	713	100
Manteiga/margarina	60	8,5	51	7,2	186	26,2	244	34,4	168	23,7	709	100
Azeite	38	5,6	37	5,5	129	19,0	249	36,7	225	33,2	678	100
Pão	15	2,1	7	1,0	50	7,1	158	22,4	476	67,4	706	100
Pão escuro/sementes	526	79,7	46	7,0	27	4,1	31	4,7	30	4,5	660	100
Cereais de peq. almoço	135	19,0	60	8,4	170	23,9	226	31,7	121	17,0	712	100
Sopa de legumes	17	2,4	15	2,1	99	13,8	246	34,2	342	47,6	719	100
Hortícolas	55	7,9	43	6,2	187	26,9	229	32,9	182	26,1	696	100
Fruta fresca	21	2,9	13	1,8	84	11,8	179	25,1	415	58,3	712	100
Sumo de fruta 100%	144	20,3	100	14,1	185	26,1	150	21,2	129	18,2	708	100
Refrig./chás açucarados	203	29,1	111	15,9	177	25,4	130	18,7	76	10,9	697	100
Refrigerantes <i>diet</i> ou <i>light</i>	576	84,2	53	7,7	35	5,1	8	1,2	12	1,8	684	100
Snacks	142	19,9	276	38,7	228	31,9	41	5,7	27	3,8	714	100
Rebuçados, chocolates	72	10,0	213	29,7	302	42,1	90	12,5	41	5,7	718	100
Biscoitos, doces, bolos	53	7,5	123	17,3	297	41,9	179	25,2	57	8,0	709	100
Fast-food	122	17,5	341	48,9	183	26,3	33	4,7	18	2,6	697	100
Água	5	0,7	13	1,8	6	0,8	34	4,7	658	91,9	716	100

Da análise dos quadros anteriores, que apresentam a frequência alimentar por região do Alentejo, podemos destacar alguns dados.

Como opções saudáveis encontramos:

- Consumo de leite em todas as áreas – particularmente o maior consumo “*mais de 1 vez por dia*”, de leite meio-gordo ou magro no Alentejo Central (68,7%);
- Consumo de iogurte – com um maior consumo no Baixo Alentejo com 36,7% “*mais de 1 vez por dia*”;

- Consumo de peixe – em todas as áreas foi muito aproximado, sendo a maior incidência nas frequências de “1 a 3 vezes por semana” 48,5% no Litoral Alentejano e “4 a 7 vezes por semana” 43,6% no Norte Alentejano;
- Consumo de sopa de legumes – o Alentejo Central e Norte Alentejano apresentam um maior consumo de sopa de legumes, com 44,8% e 47,6%, respetivamente, na frequência de *mais de 1 vez por dia*. O Litoral Alentejano e o Baixo Alentejo têm a sua maior incidência de consumo na frequência de 4 a 7 vezes por semana com 47,4% e 40,3%, respetivamente;
- Ingestão de fruta fresca – tem o seu maior consumo no Alentejo Central, com 62,2% em *mais de “1 vez por dia”*.

As opções menos adequadas foram:

- Reduzido consumo de pão escuro – 79,7% no Norte Alentejano refere “*nunca*” ingerir;
- Consumo de refrigerantes e chás açucarados – 26,9% no Litoral Alentejano crianças consome estes alimentos “1 a 3 vezes por semana”;
- Ingestão de doces, biscoitos e bolos – particularmente no Norte Alentejano, com consumos de 25,3% “4 a 7 vezes por semana” e no Baixo Alentejo com 9,2% “*mais de 1 vez por dia*”
- Ingestão de sobremesas lácteas em todas as áreas – no Norte a ingestão destes alimentos, *mais de 1 vez por dia*, é de 8,7%.

2.4. Comportamento alimentar

Foi efetuada análise fatorial com os itens referentes ao questionário do comportamento alimentar da criança. Utilizou-se o procedimento dos componentes principais com a rotação varimax. Obtiveram-se, no final, sete fatores que explicam no total 60,798% da variância. Na tabela seguinte pode observar-se os fatores e o respetivo valor do *alpha* de Cronbach.

O resultado global do *alpha* de Cronbach é considerado bastante satisfatório e portanto revelador de uma boa consistência interna desta escala. (Fatores e itens em Anexo II)

Dimensões da escala		Alpha
F1	Prazer em comer (EF)	0.89
F2	Seletividade (FF)	0.77
F3	Resposta à saciedade (SR)	0.73
F4	Desejo de beber (DD)	0.86
F5	Sub ingestão emocional (EUE)	0.74
F6	Ingestão lenta (SE)er (DD)	0.73
F7	Sobre ingestão emocional (EOE)	0.74
Alpha de Cronbach (total da escala)		0.78

Quadro n.º 68: Correlações entre os fatores do questionário do comportamento alimentar e o estado nutricional

Correlações		Prazer em comer	Seletividade	Saciedade	Desejo de beber	Sub ingestão	Ingestão lenta	Sobre ingestão
Estado Nutricional OMS	CC	,284**	,012	-,110**	,007	-,080**	-,112**	,101**
	Sig	,000	,580	,000	,743	,000	,000	,000

Legenda: A correlação tem significado a partir de ** 0,01 ou * 0,05
 CC – Coeficiente de Correlação Sig – significância (*p* value)

A interpretação do quadro nº 68 permite concluir que existe:

- Uma relação positiva com significado estatístico entre o estado nutricional e o prazer em comer (R de Spearman = 0,284) e entre a sobre ingestão emocional (R de Spearman=0,101) para $p < 0,01$.
- Uma associação significativa negativa entre o estado nutricional da criança, a saciedade (R de Spearman = - 0,110), a sub ingestão emocional (R de Spearman = -0,080) e a ingestão lenta (R de Spearman = -0,112) para $p < 0,01$.

2.5. Perceção dos Encarregados de Educação

Nesta investigação pretendeu-se verificar a perceção dos encarregados de educação relativamente a uma série de componentes que dizem respeito à sintomatologia de natureza psicológica. Deste modo, não se teve como objetivo avaliar se efetivamente os alunos deste estudo apresentam sintomas que possam ser indicadores de doenças psicológicas mas perceber a perceção dos pais relativamente a estas variáveis que se encontram descritas na literatura como interligadas ao excesso de peso.

Quadro n.º 69: Distribuição percentual da população segundo a sintomatologia de natureza psicológica (Total Alentejo)

Sintomatologia de natureza psicológica	Nunca		Raramente		Por vezes		Muitas vezes		Sempre		TOTAL Alentejo	
	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%
Instabilidade emocional	634	21,1	1113	37,0	1008	33,5	222	7,4	34	1,1	3011	100
Insatisfação com o corpo	2093	69,9	597	19,9	236	7,9	48	1,6	22	,7	2996	100
Ansiedade	918	30,6	1064	35,4	789	26,3	196	6,5	35	1,2	3002	100
Depressão	1818	60,6	872	29,1	253	8,4	49	1,6	6	,2	2998	100
Défice de atenção	1089	36,7	869	29,2	750	25,2	210	7,1	53	1,8	2971	100
Dificuldade de relacionamento	1996	66,7	693	23,2	206	6,9	63	2,1	35	1,2	2993	100
Discriminação pelo aspeto físico	2465	81,9	364	12,1	143	4,8	21	,7	15	,5	3008	100

O quadro n.º 69 mostra que um número significativo de encarregados de educação considera que “por vezes” os educandos revelam instabilidade emocional (33,5%), ansiedade (26,3%) e défice de atenção (25,2%).

Quadro n.º 70: Distribuição percentual da população segundo a sintomatologia de natureza psicológica - Alentejo Central

Sintomatologia de natureza psicológica	Alentejo Central										Total	
	Nunca		Raramente		Por vezes		Muitas vezes		Sempre			
	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%
Instabilidade emocional	234	22,4	395	37,9	336	32,2	72	6,9	6	0,6	1043	100
Insatisfação com o corpo	711	68,4	220	21,2	86	8,3	17	1,6	6	0,6	1040	100
Ansiedade	331	31,7	374	35,9	272	26,1	58	5,6	8	0,8	1043	100
Depressão	637	61,2	308	29,6	78	7,5	17	1,6	1	0,1	1041	100
Défice de atenção	385	37,1	324	31,2	244	23,5	69	6,6	17	1,6	1039	100
Dificuldade de relacionamento	697	67,1	255	24,5	69	6,6	14	1,3	4	0,4	1039	100
Discriminação pelo aspeto físico	872	83,4	124	11,9	37	3,5	5	0,5	7	0,7	1045	100

Quadro n.º 71: Distribuição percentual da população segundo a sintomatologia de natureza psicológica - Baixo Alentejo

Sintomatologia de natureza psicológica	Baixo Alentejo										Total	
	Nunca		Raramente		Por vezes		Muitas vezes		Sempre			
	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%
Instabilidade emocional	136	20,4	256	38,3	220	32,9	44	6,6	12	1,8	668	100
Insatisfação com o corpo	455	68,3	138	20,7	56	8,4	10	1,5	7	1,1	666	100
Ansiedade	217	32,6	237	35,6	160	24,1	45	6,8	6	0,9	665	100
Depressão	407	61,2	186	28	64	9,6	7	1,1	1	0,2	665	100
Défice de atenção	253	38,6	176	26,9	173	26,4	42	6,4	11	1,7	655	100
Dificuldade de relacionamento	436	66,5	147	22,4	44	6,7	18	2,7	11	1,7	656	100
Discriminação pelo aspeto físico	533	80,5	82	12,4	44	6,6	2	0,3	1	0,2	662	100

Quadro n.º 72: Distribuição percentual da população segundo a sintomatologia de natureza psicológica – Litoral Alentejano

Sintomatologia de natureza psicológica	Litoral Alentejano										Total	
	Nunca		Raramente		Por vezes		Muitas vezes		Sempre			
	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%
Instabilidade emocional	122	21,1	209	36,1	185	32	54	9,3	9	1,6	579	100
Insatisfação com o corpo	405	69,9	106	18,3	51	8,8	14	2,4	3	0,5	579	100
Ansiedade	157	27,2	205	35,5	159	27,6	43	7,5	13	2,3	577	100
Depressão	339	58,7	173	29,9	49	8,5	14	2,4	3	0,5	578	100
Défice de atenção	190	33	167	29	158	27,4	49	8,5	12	2,1	576	100
Dificuldade de relacionamento	380	65,4	134	23,1	51	8,8	12	2,1	4	0,7	581	100
Discriminação pelo aspeto físico	459	78,7	78	13,4	34	5,8	7	1,2	5	0,9	583	100

Quadro n.º 73: Distribuição percentual da população segundo a sintomatologia de natureza psicológica – Norte Alentejano

Sintomatologia de natureza psicológica	Norte Alentejano										Total	
	Nunca		Raramente		Por vezes		Muitas vezes		Sempre			
	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%
Instabilidade emocional	142	19,7	253	35,1	267	37	52	7,2	7	1	721	100
Insatisfação com o corpo	522	73,4	133	18,7	43	6	7	1	6	0,8	711	100
Ansiedade	213	29,7	248	34,6	198	27,6	50	7	8	1,1	717	100
Depressão	435	60,9	205	28,7	62	8,7	11	1,5	1	0,1	714	100
Défice de atenção	261	37,2	202	28,8	175	25	50	7,1	13	1,9	701	100
Dificuldade de relacionamento	483	67,4	157	21,9	42	5,9	19	2,6	16	2,2	717	100
Discriminação pelo aspeto físico	601	83,7	80	11,1	28	3,9	7	1	2	0,3	718	100

Quadro n.º 74: *Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a existência de instabilidade emocional (Total Alentejo)*

Estado nutricional OMS		Instabilidade emocional					TOTAL Alentejo
		Nunca	Raramente	Por vezes	Muitas vezes	Sempre	
Magreza	Fi	9	15	24	4	0	52
	%	1,4%	1,3%	2,4%	1,8%	,0%	1,7%
Normal	Fi	415	770	668	132	25	2010
	%	65,5%	69,2%	66,3%	59,5%	73,5%	66,8%
Pré-obesidade	Fi	102	172	186	38	2	500
	%	16,1%	15,5%	18,5%	17,1%	5,9%	16,6%
Obesidade	Fi	108	156	130	48	7	449
	%	17,0%	14,0%	12,9%	21,6%	20,6%	14,9%
Total	Fi	634	1113	1008	222	34	3011
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

O quadro nº 74 demonstra que são as crianças com estado nutricional normal que revelam as percentagens mais elevadas de instabilidade emocional, em qualquer das dimensões de resposta. As crianças com magreza são as que revelam menor instabilidade emocional (1,7%).

Quadro n.º 75: *Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a existência de insatisfação com o corpo (Total Alentejo)*

Estado nutricional OMS		Insatisfação com o corpo					TOTAL Alentejo
		Nunca	Raramente	Por vezes	Muitas vezes	Sempre	
Magreza	Fi	32	12	5	2	0	51
	%	1,5%	2,0%	2,1%	4,2%	,0%	1,7%
Normal	Fi	1517	357	91	22	13	2000
	%	72,5%	59,8%	38,6%	45,8%	59,1%	66,8%
Pré-obesidade	Fi	345	107	37	4	3	496
	%	16,5%	17,9%	15,7%	8,3%	13,6%	16,6%
Obesidade	Fi	199	121	103	20	6	449
	%	9,5%	20,3%	43,6%	41,7%	27,3%	15,0%
Total	Fi	2093	597	236	48	22	2996
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

O quadro nº 75 mostra que relativamente à dimensão insatisfação com o corpo são as crianças com estado nutricional normal que apresentam percentagens mais elevadas em qualquer dimensão da resposta. Das crianças que manifestam “muitas vezes” insatisfação com o corpo, 50% têm excesso de peso, das que referem “sempre” insatisfação com o corpo, 40,9% têm excesso de peso.

Quadro n.º 76: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a existência de ansiedade (Total Alentejo)

Estado nutricional OMS		Ansiedade					TOTAL Alentejo
		Nunca	Raramente	Por vezes	Muitas vezes	Sempre	
Magreza	Fi	15	15	13	8	1	52
	%	1,6%	1,4%	1,6%	4,1%	2,9%	1,7%
Normal	Fi	635	705	511	124	28	2003
	%	69,2%	66,3%	64,8%	63,3%	80,0%	66,7%
Pré-obesidade	Fi	150	190	139	16	2	497
	%	16,3%	17,9%	17,6%	8,2%	5,7%	16,6%
Obesidade	Fi	118	154	126	48	4	450
	%	12,9%	14,5%	16,0%	24,5%	11,4%	15,0%
Total	Fi	918	1064	789	196	35	3002
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

No que diz respeito ao quadro 76, das crianças que manifestam “muitas vezes” ansiedade 32,7% apresentam excesso de peso.

Quadro n.º 77: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a existência de depressão (Total Alentejo)

Estado nutricional OMS		Depressão					TOTAL Alentejo
		Nunca	Raramente	Por vezes	Muitas vezes	Sempre	
Magreza	Fi	31	15	5	1	0	52
	%	1,7%	1,7%	2,0%	2,0%	,0%	1,7%
Normal	Fi	1223	573	169	30	4	1999
	%	67,3%	65,7%	66,8%	61,2%	66,7%	66,7%
Pré-obesidade	Fi	320	138	38	2	0	498
	%	17,6%	15,8%	15,0%	4,1%	,0%	16,6%
Obesidade	Fi	244	146	41	16	2	449
	%	13,4%	16,7%	16,2%	32,7%	33,3%	15,0%
Total	Fi	1818	872	253	49	6	2998
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

No quadro nº 77, das crianças que demonstram sinais de depressão “muitas vezes” 36,8%. 33,3% dos que apresentam essa sintomatologia “sempre” têm obesidade.

Quadro n.º 78: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a existência de défice de atenção (Total Alentejo)

Estado nutricional OMS		Défice de atenção					TOTAL Alentejo
		Nunca	Raramente	Por vezes	Muitas vezes	Sempre	
Magreza	Fi	18	16	10	5	2	51
	%	1,7%	1,8%	1,3%	2,4%	3,8%	1,7%
Normal	Fi	740	577	499	137	33	1986
	%	68,0%	66,4%	66,5%	65,2%	62,3%	66,8%
Pré-obesidade	Fi	179	145	133	30	7	494
	%	16,4%	16,7%	17,7%	14,3%	13,2%	16,6%
Obesidade	Fi	152	131	108	38	11	440
	%	14,0%	15,1%	14,4%	18,1%	20,8%	14,8%
Total	Fi	1089	869	750	210	53	2971
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

O quadro nº 78 revela que das crianças que manifestam défice de atenção “sempre”. 34% apresenta excesso de peso.

Quadro n.º 79: *Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a existência de dificuldades de relacionamento (Total Alentejo)*

Estado nutricional OMS		Dificuldade de relacionamento					TOTAL Alentejo
		Nunca	Raramente	Por vezes	Muitas vezes	Sempre	
Magreza	Fi	31	11	6	2	0	50
	%	1,6%	1,6%	2,9%	3,2%	,0%	1,7%
Normal	Fi	1360	460	122	35	21	1998
	%	68,1%	66,4%	59,2%	55,6%	60,0%	66,8%
Pré- obesidade	Fi	335	106	37	12	5	495
	%	16,8%	15,3%	18,0%	19,0%	14,3%	16,5%
Obesidade	Fi	270	116	41	14	9	450
	%	13,5%	16,7%	19,9%	22,2%	25,7%	15,0%
Total	Fi	1996	693	206	63	35	2993
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

O quadro nº 79 demonstra que das crianças que “muitas vezes” apresentam dificuldade de relacionamento 41,2% apresenta excesso de peso e das que referem essa “sempre” 40% também.

Quadro n.º 80: *Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a existência de discriminação pelo aspeto físico (Total Alentejo)*

Estado nutricional OMS		Discriminação pelo aspeto físico					TOTAL Alentejo
		Nunca	Raramente	Por vezes	Muitas vezes	Sempre	
Magreza	Fi	42	3	5	0	1	51
	%	1,7%	,8%	3,5%	,0%	6,7%	1,7%
Normal	Fi	1736	202	55	9	8	2010
	%	70,4%	55,5%	38,5%	42,9%	53,3%	66,8%
Pré- obesidade	Fi	416	67	12	1	1	497
	%	16,9%	18,4%	8,4%	4,8%	6,7%	16,5%
Obesidade	Fi	271	92	71	11	5	450
	%	11,0%	25,3%	49,7%	52,4%	33,3%	15,0%
Total	Fi	2465	364	143	21	15	3008
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

O quadro nº 80 revela que das crianças que manifestam “muitas vezes” discriminação pelo aspeto físico 57,2% apresentam excesso de peso e das que referem “por vezes” 58,1% também.

Quadro n.º 81: *Correlações entre o estado nutricional e a sintomatologia de natureza psicológica (Total Alentejo)*

Correlações		Instabilidade emocional	Insatisfação com o seu corpo	Ansiedade	Depressão	Défice de atenção	Dificuldade de relacionamento	Discriminação pelo aspecto físico
Estado Nutricional OMS	CC	,003	,213**	,031	,025	,019	,049**	,194**
	Sig	,856	,000	,086	,178	,313	,008	,000

Legenda: A correlação tem significado a partir de ** 0,01 ou * 0,05
 CC – Coeficiente de Correlação Sig – significância (p value)

Relativamente às correlações entre o estado nutricional e a sintomatologia de natureza psicológica, encontramos associações positivas significativas com a insatisfação com o corpo (R de Spearman = 0,213), a dificuldade de relacionamento (R de Spearman = 0,049) e queixas de discriminação pelo aspeto físico (R de Spearman = 0,194) para $p < 0,01$.

Quadro n.º 82: *Distribuição percentual da população segundo a identificação das causas da obesidade infantil e a área geográfica*

Identificação das causas da obesidade infantil	Área geográfica								TOTAL Alentejo	
	Alentejo Central		Baixo Alentejo		Litoral Alentejano		Norte Alentejano		Fi	%
	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%		
Genética	647	61,7	397	59	348	59,8	409	57,9	1801	59,8
Orgânica	217	20,7	167	24,9	130	22,4	130	18,4	644	21,4
Baixa auto-estima	143	13,6	94	14	87	15	79	11,2	403	13,4
Económica	87	8,3	55	8,2	57	9,8	47	6,6	246	8,2
Alimentação inadequada	966	92,2	594	88,4	543	93,5	635	89,9	2738	91,1
Sedentarismo	527	50,3	322	47,9	306	52,7	316	44,8	1471	48,9
Publicidade	168	16,1	93	13,9	107	18,4	101	14,3	469	15,6
Outros	55	5,3	41	6,1	32	5,5	48	6,8	176	5,9

O quadro n.º 82 revela que 91% dos encarregados de educação considera a “alimentação” como a principal causa, seguindo-se a hipótese “genética” (59,9%) e o “sedentarismo” (48,9%). As menores percentagens vão para as “causas económicas” (8,2%) e outras causas (5,9%). Esta tendência verifica-se também em cada área geográfica.

2.6. Atividade Física / Sedentarismo / Hábitos de Sono

Quadro n.º 83: Distribuição percentual da população segundo o meio de transporte utilizado na ida para a escola e a área geográfica (Total Alentejo)

Transporte utilizado na ida para a escola		Área geográfica				TOTAL Alentejo
		Alentejo Central	Baixo Alentejo	Litoral Alentejano	Norte Alentejano	
Autocarro escolar	Fi	44	56	52	60	212
	%	4,5%	9,3%	9,7%	9,0%	7,7%
Transporte público	Fi	12	8	14	7	41
	%	1,2%	1,3%	2,6%	1,1%	1,5%
Automóvel	Fi	654	304	328	404	1690
	%	67,6%	50,7%	61,1%	60,7%	61,0%
Bicicleta	Fi	5	0	1	0	6
	%	,5%	,0%	,2%	,0%	,2%
A pé	Fi	243	232	141	194	810
	%	25,1%	38,7%	26,3%	29,1%	29,2%
Outro	Fi	10	0	1	1	12
	%	1,0%	,0%	,2%	,2%	,4%
Total	Fi	968	600	537	666	2771
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Quadro n.º 84: Distribuição percentual da população segundo o meio de transporte utilizado no regresso a casa e a área geográfica (Total Alentejo)

Transporte utilizado no regresso a casa		Área geográfica				TOTAL Alentejo
		Alentejo Central	Baixo Alentejo	Litoral Alentejano	Norte Alenteja	
Autocarro escolar	Fi	46	70	51	67	234
	%	4,9%	11,9%	9,7%	10,2%	8,6%
Transporte público	Fi	11	11	15	8	45
	%	1,2%	1,9%	2,8%	1,2%	1,7%
Automóvel	Fi	592	270	293	344	1499
	%	63,2%	46,0%	55,6%	52,4%	55,4%
Bicicleta	Fi	3	0	1	0	4
	%	,3%	,0%	,2%	,0%	,1%
A pé	Fi	275	236	165	236	912
	%	29,3%	40,2%	31,3%	36,0%	33,7%
Outro	Fi	10	0	2	1	13
	%	1,1%	,0%	,4%	,2%	,5%
Total	Fi	937	587	527	656	2707
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Os quadros n.º 83 e n.º 84 mostram que o meio de transporte mais utilizado, na ida para a escola (61%) e no regresso a casa (55,4%), é o automóvel. É no Baixo Alentejo que existe uma maior percentagem de crianças a ir e a regressar da escola a pé (38,7% e 40,2%, respetivamente).

Quadro n.º 85: *Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o tipo de transporte utilizado na ida para a escola (Total Alentejo)*

Estado nutricional OMS		Ida para a escola/tipo de transporte utilizado				TOTAL Alentejo
		Veículo motorizado	Bicicleta	A pé	Outro	
Magreza	Fi	33	0	14	1	48
	%	1,7%	,0%	1,7%	8,3%	1,7%
Normal	Fi	1307	5	538	8	1858
	%	67,3%	83,3%	66,4%	66,7%	67,1%
Pré-obesidade	Fi	328	1	123	3	455
	%	16,9%	16,7%	15,2%	25,0%	16,4%
Obesidade	Fi	275	0	135	0	410
	%	14,2%	,0%	16,7%	,0%	14,8%
Total	Fi	1943	6	810	12	2771
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

O quadro nº 85 revela que apresentam excesso de peso 31,1% das crianças que vão de veículo motorizado para a escola e 31,9% das que se deslocam a pé.

Através do teste do X^2 ($X^2=10,098$; $p=0,343$) podemos concluir que não existe dependência entre as variáveis estado nutricional e o transporte utilizado na ida para a escola, para $\alpha=0,05$.

Quadro n.º 86: *Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o tipo de transporte utilizado no regresso a casa (Total Alentejo)*

Estado nutricional OMS		Regresso a casa a escola/tipo de transporte				TOTAL Alentejo
		Veículo motorizado	Bicicleta	A pé	Outro	
Magreza	Fi	29	0	16	1	46
	%	1,6%	,0%	1,8%	7,7%	1,7%
Normal	Fi	1209	4	603	10	1826
	%	68,0%	100,0%	66,1%	76,9%	67,5%
Pré-obesidade	Fi	285	0	149	2	436
	%	16,0%	,0%	16,3%	15,4%	16,1%
Obesidade	Fi	255	0	144	0	399
	%	14,3%	,0%	15,8%	,0%	14,7%
Total	Fi	1778	4	912	13	2707
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

O quadro nº 86 revela que apresentam excesso de peso 30,3% das crianças que regressam a casa de veículo motorizado e 32,1% das que se deslocam a pé.

Através do teste do X^2 ($X^2=8,064$; $p=0,528$) podemos concluir que não existe dependência entre as variáveis estado nutricional e o transporte utilizado no regresso para casa, para $\alpha=0,05$.

Quadro n.º 87: *Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o tipo de transporte utilizado na ida para a escola (Alentejo Central)*

Estado nutricional OMS		Alentejo Central				Total
		Ida para a escola/tipo de transporte utilizado				
		Veículo motorizado	Bicicleta	A pé	Outro	
Magreza	Fi	10	0	2	1	13
	%	1,4%	,0%	,8%	10,0%	1,3%
Normal	Fi	487	5	159	6	657
	%	68,6%	100,0%	65,4%	60,0%	67,9%
Pré-obesidade	Fi	115	0	34	3	152
	%	16,2%	,0%	14,0%	30,0%	15,7%
Obesidade	Fi	98	0	48	0	146
	%	13,8%	,0%	19,8%	,0%	15,1%
Total	Fi	710	5	243	10	968
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Quadro n.º 88: *Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o tipo de transporte utilizado na ida para a escola (Baixo Alentejo)*

Estado nutricional OMS		Baixo Alentejo				Total
		Ida para a escola/tipo de transporte utilizado				
		Veículo motorizado	Bicicleta	A pé	Outro	
Magreza	Fi	11	0	9	0	20
	%	3,0%	,0%	3,9%	,0%	3,3%
Normal	Fi	229	0	155	0	384
	%	62,2%	,0%	66,8%	,0%	64,0%
Pré-obesidade	Fi	64	0	38	0	102
	%	17,4%	,0%	16,4%	,0%	17,0%
Obesidade	Fi	64	0	30	0	94
	%	17,4%	,0%	12,9%	,0%	15,7%
Total	Fi	368	0	232	0	600
	%	100,0%	,0%	100,0%	,0%	100,0%

Quadro n.º 89: *Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o tipo de transporte utilizado na ida para a escola (Litoral Alentejano)*

Estado nutricional OMS		Litoral Alentejano				Total
		Ida para a escola/tipo de transporte utilizado				
		Veículo motorizado	Bicicleta	A pé	Outro	
Magreza	Fi	6	0	0	0	6
	%	1,5%	,0%	,0%	,0%	1,1%
Normal	Fi	263	0	101	1	365
	%	66,8%	,0%	71,6%	100,0%	68,0%
Pré-obesidade	Fi	74	1	21	0	96
	%	18,8%	100,0%	14,9%	,0%	17,9%
Obesidade	Fi	51	0	19	0	70
	%	12,9%	,0%	13,5%	,0%	13,0%
Total	Fi	394	1	141	1	537
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Quadro n.º 90: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o tipo de transporte utilizado na ida para a escola (Norte Alentejano)

Estado nutricional OMS		Norte Alentejano				Total
		Ida para a escola/tipo de transporte utilizado				
		Veículo motorizado	Bicicleta	A pé	Outro	
Magreza	Fi	6	0	3	0	9
	%	1,3%	,0%	1,5%	,0%	1,4%
Normal	Fi	328	0	123	1	452
	%	69,6%	,0%	63,4%	100,0%	67,9%
Pré-obesidade	Fi	75	0	30	0	105
	%	15,9%	,0%	15,5%	,0%	15,8%
Obesidade	Fi	62	0	38	0	100
	%	13,2%	,0%	19,6%	,0%	15,0%
Total	Fi	471	0	194	1	666
	%	100,0%	,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Quadro n.º 91: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o tipo de transporte utilizado no regresso para casa (Alentejo Central)

Estado nutricional OMS		Alentejo Central				Total
		Regresso a casa/tipo de transporte utilizado				
		Veículo motorizado	Bicicleta	A pé	Outro	
Magreza	Fi	8	0	3	1	12
	%	1,2%	,0%	1,1%	10,0%	1,3%
Normal	Fi	451	3	176	7	637
	%	69,5%	100,0%	64,0%	70,0%	68,0%
Pré-obesidade	Fi	98	0	48	2	148
	%	15,1%	,0%	17,5%	20,0%	15,8%
Obesidade	Fi	92	0	48	0	140
	%	14,2%	,0%	17,5%	,0%	14,9%
Total	Fi	649	3	275	10	937
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Quadro n.º 92: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o tipo de transporte utilizado no regresso para casa (Baixo Alentejo)

Estado nutricional OMS		Baixo Alentejo				Total
		Regresso a casa/tipo de transporte utilizado				
		Veículo motorizado	Bicicleta	A pé	Outro	
Magreza	Fi	12	0	8	0	20
	%	3,4%	,0%	3,4%	,0%	3,4%
Normal	Fi	223	0	160	0	383
	%	63,5%	,0%	67,8%	,0%	65,2%
Pré-obesidade	Fi	55	0	36	0	91
	%	15,7%	,0%	15,3%	,0%	15,5%
Obesidade	Fi	61	0	32	0	93
	%	17,4%	,0%	13,6%	,0%	15,8%
Total	Fi	351	0	236	0	587
	%	100,0%	,0%	100,0%	,0%	100,0%

Quadro n.º 93: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o tipo de transporte utilizado no regresso para casa (Litoral Alentejano)

Estado nutricional OMS		Litoral Alentejano				Total
		Regresso a casa/tipo de transporte utilizado				
		Veículo motorizado	Bicicleta	A pé	Outro	
Magreza	Fi	4	0	1	0	5
	%	1,1%	,0%	,6%	,0%	,9%
Normal	Fi	242	1	115	2	360
	%	67,4%	100,0%	69,7%	100,0%	68,3%
Pré-obesidade	Fi	68	0	26	0	94
	%	18,9%	,0%	15,8%	,0%	17,8%
Obesidade	Fi	45	0	23	0	68
	%	12,5%	,0%	13,9%	,0%	12,9%
Total	Fi	359	1	165	2	527
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Quadro n.º 94: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o tipo de transporte utilizado no regresso para casa (Norte Alentejano)

Estado nutricional OMS		Norte Alentejano				Total
		Regresso a casa/tipo de transporte utilizado				
		Veículo motorizado	Bicicleta	A pé	Outro	
Magreza	Fi	5	0	4	0	9
	%	1,2%	,0%	1,7%	,0%	1,4%
Normal	Fi	293	0	152	1	446
	%	69,9%	,0%	64,4%	100,0%	68,0%
Pré-obesidade	Fi	64	0	39	0	103
	%	15,3%	,0%	16,5%	,0%	15,7%
Obesidade	Fi	57	0	41	0	98
	%	13,6%	,0%	17,4%	,0%	14,9%
Total	Fi	419	0	236	1	656
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Quadro n.º 95: Distribuição percentual da população segundo a distância entre a residência e a escola e a área geográfica (Total Alentejo)

Distância entre a escola e a residência		Área geográfica				TOTAL Alentejo
		Alentejo Central	Baixo Alentejo	Litoral Alentejano	Norte Alentejano	
Menos de 1 km	Fi	448	374	249	347	1418
	%	43,5%	56,5%	43,4%	48,9%	47,7%
Entre 1 e 2 km	Fi	276	158	140	176	750
	%	26,8%	23,9%	24,4%	24,8%	25,2%
Entre 3 e 4 km	Fi	139	48	92	83	362
	%	13,5%	7,3%	16,0%	11,7%	12,2%
Entre 5 e 6 km	Fi	73	24	37	46	180
	%	7,1%	3,6%	6,4%	6,5%	6,1%
Mais de 6 km	Fi	93	58	56	58	265
	%	9,0%	8,8%	9,8%	8,2%	8,9%
Total	Fi	1029	662	574	710	2975
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

O quadro nº 95 mostra que a maioria das crianças da região Alentejo (47,7%) reside a “menos de 1 km” da escola; seguindo-se “entre 1 e 2 km” com 25,2%. De um modo geral a distribuição nas várias áreas geográficas é semelhante ao total regional.

Quadro n.º 96: *Distribuição percentual da população segundo a segurança do caminho entre a residência e a escola e a área geográfica (Total Alentejo)*

Segurança do caminho entre a escola e a residência		Área geográfica				TOTAL Alentejo
		Alentejo Central	Baixo Alentejo	Litoral Alentejano	Norte Alentejano	
Sim	Fi	350	293	201	277	1121
	%	34,0%	44,1%	34,9%	38,8%	37,6%
Não	Fi	680	371	375	437	1863
	%	66,0%	55,9%	65,1%	61,2%	62,4%
Total	Fi	1030	664	576	714	2984
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

O quadro nº 96 mostra que a maioria da população inquirida (62,4%) não considera o caminho entre a residência e a escola seguro para ser percorrido a pé ou de bicicleta. A percentagem de respostas que revela que a insegurança está mais vincada é obtida no Alentejo Central (66%) e no Litoral Alentejano (65,1%).

Quadro n.º 97: *Distribuição percentual da população segundo a frequência de clube desportivo, ginásio ou outro e a área geográfica (Total Alentejo)*

Frequência de clube desportivo		Área geográfica				TOTAL Alentejo
		Alentejo Central	Baixo Alentejo	Litoral Alentejano	Norte Alentejano	
Sim	Fi	513	281	269	278	1341
	%	50,5%	42,9%	47,6%	39,4%	45,6%
Não	Fi	503	374	296	427	1600
	%	49,5%	57,1%	52,4%	60,6%	54,4%
Total	Fi	1016	655	565	705	2941
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

O quadro nº 97 revela que 45,6% das crianças realizam atividade física fora da escola, em clubes ou ginásios. Esta percentagem é mais elevada no Alentejo Central (50,5%) sendo esta a única região onde a resposta “sim” (50,5%) é superior à resposta “não” (49,5%).

Quadro n.º 98: *Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a frequência de clube desportivo, ginásio ou outro (Total Alentejo)*

Estado Nutricional OMS		Frequência de clube desportivo		Total Alentejo
		Sim	Não	
Magreza	Fi	18	31	49
	%	1,3%	1,9%	1,7%
Normal	Fi	907	1059	1966
	%	67,6%	66,2%	66,8%
Pré- obesidade	Fi	228	260	488
	%	17,0%	16,3%	16,6%
Obesidade	Fi	188	250	438
	%	14,0%	15,6%	14,9%
Total	Fi	1341	1600	2941
	%	100,0%	100,0%	100,0%

O quadro nº 98 revela que as crianças que praticam atividade física em ginásios, clubes ou similares apresentam, estado nutricional semelhante aos que não praticam. Através do teste do X^2 ($X^2=3,292$; $p=0,349$) podemos concluir que não existe dependência entre as variáveis estado nutricional e atividade física no clube/ginásio.

Quadro n.º 99: *Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a frequência de clube desportivo, ginásio ou outro (Alentejo Central)*

Estado Nutricional OMS		Alentejo Central		Total
		Frequência de clube desportivo		
		Sim	Não	
Magreza	Fi	7	9	16
	%	1,4%	1,8%	1,6%
Normal	Fi	349	334	683
	%	68,0%	66,4%	67,2%
Pré- obesidade	Fi	81	80	161
	%	15,8%	15,9%	15,8%
Obesidade	Fi	76	80	156
	%	14,8%	15,9%	15,4%
Total	Fi	513	503	1016
	%	100,0%	100,0%	100,0%

Quadro n.º 100: *Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a frequência de clube desportivo, ginásio ou outro (Baixo Alentejo)*

Estado Nutricional OMS		Baixo Alentejo		Total
		Frequência de clube desportivo		
		Sim	Não	
Magreza	Fi	6	13	19
	%	2,1%	3,5%	2,9%
Normal	Fi	176	243	419
	%	62,6%	65,0%	64,0%
Pré- obesidade	Fi	53	56	109
	%	18,9%	15,0%	16,6%
Obesidade	Fi	46	62	108
	%	16,4%	16,6%	16,5%
Total	Fi	281	374	655
	%	100,0%	100,0%	100,0%

Quadro n.º 101: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a frequência de clube desportivo, ginásio ou outro (Litoral Alentejano)

Estado Nutricional OMS		Litoral Alentejano		Total
		Frequência de clube desportivo		
		Sim	Não	
Magreza	Fi	1	4	5
	%	,4%	1,4%	,9%
Normal	Fi	188	197	385
	%	69,9%	66,6%	68,1%
Pré- obesidade	Fi	49	53	102
	%	18,2%	17,9%	18,1%
Obesidade	Fi	31	42	73
	%	11,5%	14,2%	12,9%
Total	Fi	269	296	565
	%	100,0%	100,0%	100,0%

Quadro n.º 102: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e a frequência de clube desportivo, ginásio ou outro (Norte Alentejano)

Estado Nutricional OMS		Norte Alentejano		Total
		Frequência de clube desportivo		
		Sim	Não	
Magreza	Fi	4	5	9
	%	1,4%	1,2%	1,3%
Normal	Fi	194	285	479
	%	69,8%	66,7%	67,9%
Pré- obesidade	Fi	45	71	116
	%	16,2%	16,6%	16,5%
Obesidade	Fi	35	66	101
	%	12,6%	15,5%	14,3%
Total	Fi	278	427	705
	%	100,0%	100,0%	100,0%

Quadro n.º 103: Distribuição percentual da população segundo a duração da prática de atividade física, fora do contexto escolar, por semana e a área geográfica (Total Alentejo)

Duração da prática de atividade física		Área geográfica				TOTAL Alentejo
		Alentejo Central	Baixo Alentejo	Litoral Alentejano	Norte Alentejano	
< 1 hora	Fi	9	11	3	5	28
	%	1,8%	4,1%	1,1%	1,9%	2,1%
1 h – 3 horas	Fi	418	200	203	212	1033
	%	81,8%	74,6%	76,9%	79,7%	78,9%
> 3 horas	Fi	84	57	58	49	248
	%	16,4%	21,3%	22,0%	18,4%	18,9%
Total	Fi	511	268	264	266	1309
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

O quadro nº 103 mostra que maioria da população inquirida refere que a criança realiza atividade física fora do contexto escolar “1 a 3 horas” semanais (78,9%). Com um período semanal “superior a 3 horas” de prática de atividade física identificam-se

18,9% de crianças e “inferior a 1 hora” 2,1% de crianças. A análise por área geográfica apresenta valores muito semelhantes.

Quadro n.º 104: Distribuição percentual da população segundo o número de horas diárias de sono da criança e a área geográfica (Total Alentejo)

Número de horas diárias de sono		Área geográfica				TOTAL Alentejo
		Alentejo Central	Baixo Alentejo	Litoral Alentejano	Norte Alentejano	
≤ 7 horas	Fi	17	5	5	9	36
	%	2,1%	1,0%	1,1%	1,7%	1,6%
8 horas	Fi	104	61	50	59	274
	%	13,1%	12,1%	11,5%	11,0%	12,1%
9 horas	Fi	249	143	114	161	667
	%	31,3%	28,3%	26,2%	30,1%	29,4%
10 horas	Fi	351	236	223	244	1054
	%	44,1%	46,7%	51,3%	45,6%	46,4%
≥11 horas	Fi	75	60	43	62	240
	%	9,4%	11,9%	9,9%	11,6%	10,6%
Total	Fi	796	505	435	535	2271
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

O quadro nº 104 revela que a maioria das crianças dorme 10 horas por dia (46,4%). Verifica-se ainda que 10,6% dorme “mais do que 11 horas” e 1,6% “menos que 7 horas”. A distribuição percentual é muito semelhante na análise por área geográfica.

Quadro n.º 105: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o número de horas diárias de sono da criança (Total Alentejo)

Estado Nutricional OMS		Número de horas diárias de sono					TOTAL Alentejo
		≤ 7 horas	8 horas	9 horas	10 horas	≥ 11 horas	
Magreza	Fi	1	3	12	20	5	41
	%	2,8%	1,1%	1,8%	1,9%	2,1%	1,8%
Normal	Fi	26	179	426	727	180	1538
	%	72,2%	65,3%	63,9%	69,0%	75,0%	67,7%
Pré-obesidade	Fi	4	41	120	157	36	358
	%	11,1%	15,0%	18,0%	14,9%	15,0%	15,8%
Obesidade	Fi	5	51	109	150	19	334
	%	13,9%	18,6%	16,3%	14,2%	7,9%	14,7%
Total	Fi	36	274	667	1054	240	2271
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

O quadro n.º 105 mostra que a percentagem de obesidade diminui à medida que aumenta o número de horas diárias de sono.

A relação entre o estado nutricional da criança e o número de horas diárias de sono é estatisticamente significativa ($p=0,001$ para $\alpha=0,01$). O coeficiente de correlação de Spearman revela uma associação negativa (R de Spearman = 0,071). (Anexo I)

Quadro n.º 106: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o número de horas diárias de sono da criança (Alentejo Central)

Estado Nutricional OMS		Alentejo Central					Total
		Número de horas diárias de sono					
		≤ 7 horas	8 horas	9 horas	10 horas	≥ 11 horas	
Magreza	Fi	1	0	4	8	0	13
	%	5,9%	,0%	1,6%	2,3%	,0%	1,6%
Normal	Fi	11	64	164	236	60	535
	%	64,7%	61,5%	65,9%	67,2%	80,0%	67,2%
Pré- obesidade	Fi	3	24	43	50	7	127
	%	17,6%	23,1%	17,3%	14,2%	9,3%	16,0%
Obesidade	Fi	2	16	38	57	8	121
	%	11,8%	15,4%	15,3%	16,2%	10,7%	15,2%
Total	Fi	17	104	249	351	75	796
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Quadro n.º 107: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o número de horas diárias de sono da criança (Baixo Alentejo)

Estado Nutricional OMS		Baixo Alentejo					Total
		Número de horas diárias de sono					
		≤ 7 horas	8 horas	9 horas	10 horas	≥ 11 horas	
Magreza	Fi	0	2	5	6	3	16
	%	,0%	3,3%	3,5%	2,5%	5,0%	3,2%
Normal	Fi	5	39	84	151	44	323
	%	100,0%	63,9%	58,7%	64,0%	73,3%	64,0%
Pré- obesidade	Fi	0	4	27	41	11	83
	%	,0%	6,6%	18,9%	17,4%	18,3%	16,4%
Obesidade	Fi	0	16	27	38	2	83
	%	,0%	26,2%	18,9%	16,1%	3,3%	16,4%
Total	Fi	5	61	143	236	60	505
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Quadro n.º 108: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o número de horas diárias de sono da criança (Litoral Alentejano)

Estado Nutricional OMS		Litoral Alentejano					Total
		Número de horas diárias de sono					
		≤ 7 horas	8 horas	9 horas	10 horas	≥ 11 horas	
Magreza	Fi	0	1	1	3	0	5
	%	,0%	2,0%	,9%	1,3%	,0%	1,1%
Normal	Fi	3	33	77	163	32	308
	%	60,0%	66,0%	67,5%	73,1%	74,4%	70,8%
Pré- obesidade	Fi	0	5	19	33	7	64
	%	,0%	10,0%	16,7%	14,8%	16,3%	14,7%
Obesidade	Fi	2	11	17	24	4	58
	%	40,0%	22,0%	14,9%	10,8%	9,3%	13,3%
Total	Fi	5	50	114	223	43	435
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Quadro n.º 109: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional e o número de horas diárias de sono da criança (Norte Alentejano)

Estado Nutricional OMS		Norte Alentejano					Total
		Número de horas diárias de sono					
		≤ 7 horas	8 horas	9 horas	10 horas	≥ 11 horas	
Magreza	Fi	0	0	2	3	2	7
	%	,0%	,0%	1,2%	1,2%	3,2%	1,3%
Normal	Fi	7	43	101	177	44	372
	%	77,8%	72,9%	62,7%	72,5%	71,0%	69,5%
Pré- obesidade	Fi	1	8	31	33	11	84
	%	11,1%	13,6%	19,3%	13,5%	17,7%	15,7%
Obesidade	Fi	1	8	27	31	5	72
	%	11,1%	13,6%	16,8%	12,7%	8,1%	13,5%
Total	Fi	9	59	161	244	62	535
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Quadro n.º 110: Distribuição percentual da população segundo o tempo despendido em brincadeiras fora de casa, nos dias úteis e a área geográfica (Total Alentejo)

Tempo em brincadeiras fora de casa – dias úteis		Área geográfica				TOTAL Alentejo
		Alentejo Central	Baixo Alentejo	Litoral Alentejano	Norte Alentejano	
Nunca	Fi	301	171	107	175	754
	%	29,3%	25,9%	18,5%	24,5%	25,3%
Menos 1 hora/dia	Fi	311	198	134	198	841
	%	30,3%	30,0%	23,2%	27,8%	28,2%
1 hora/dia	Fi	241	170	182	209	802
	%	23,5%	25,7%	31,5%	29,3%	26,9%
2 horas/dia	Fi	135	89	119	99	442
	%	13,2%	13,5%	20,6%	13,9%	14,8%
3 ou + horas/dia	Fi	38	33	35	32	138
	%	3,7%	5,0%	6,1%	4,5%	4,6%
Total	Fi	1026	661	577	713	2977
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

O quadro n.º 110 mostra que 28,2% das crianças brinca fora de casa nos dias úteis “menos de 1 hora por dia” e 26,9% fá-lo “1 hora por dia”. No Alentejo Central, a percentagem de crianças que diz que “nunca” brinca fora de casa é superior à percentagem identificada nas outras áreas geográficas (29,3%) e é no Litoral Alentejano que se verifica a maior percentagem de crianças que brincam fora de casa “3 ou mais horas por dia” (6,1%).

Quadro n.º 111: Distribuição percentual da população segundo o tempo despendido em brincadeiras fora de casa, no fim-de-semana e a área geográfica (Total Alentejo)

Tempo em brincadeiras fora de casa – fim-de-semana		Área geográfica				TOTAL Alentejo
		Alentejo Central	Baixo Alentejo	Litoral Alentejano	Norte Alentejano	
Nunca	Fi	70	48	32	42	192
	%	6,8%	7,4%	5,6%	6,0%	6,5%
Menos 1 hora/dia	Fi	95	46	24	63	228
	%	9,3%	7,0%	4,2%	9,0%	7,7%
1 hora/dia	Fi	167	108	53	96	424
	%	16,3%	16,5%	9,3%	13,7%	14,4%
2 horas/dia	Fi	263	160	154	198	775
	%	25,7%	24,5%	27,1%	28,2%	26,3%
3 ou + horas/dia	Fi	429	291	306	303	1329
	%	41,9%	44,6%	53,8%	43,2%	45,1%
Total	Fi	1024	653	569	702	2948
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

O quadro nº 111 revela que os resultados mostram uma tendência inversa ao fim-de-semana, com 45,1% das crianças a brincar fora de casa durante “3 horas ou mais, por dia” sendo o Litoral Alentejano onde o valor é superior (53,8%). Há 6,5% de crianças que “nunca” realizam atividades fora de casa durante o fim-de-semana, sendo o valor percentual mais alto identificado no Baixo Alentejo (7,4%).

Quadro n.º 112: Distribuição percentual da população segundo o tempo despendido em trabalhos de casa e leitura, nos dias úteis e a área geográfica (Total Alentejo)

Tempo em atividades em casa (trabalhos de casa, leitura) – dias úteis		Área geográfica				TOTAL Alentejo
		Alentejo Central	Baixo Alentejo	Litoral Alentejano	Norte Alentejano	
Nunca	Fi	4	8	4	3	19
	%	,4%	1,2%	,7%	,4%	,6%
Menos 1 hora/dia	Fi	434	274	221	283	1212
	%	41,6%	40,8%	38,2%	39,5%	40,3%
1 hora/dia	Fi	515	320	287	337	1459
	%	49,3%	47,7%	49,6%	47,0%	48,5%
2 horas/dia	Fi	82	60	60	89	291
	%	7,9%	8,9%	10,4%	12,4%	9,7%
3 ou + horas/dia	Fi	9	9	7	5	30
	%	,9%	1,3%	1,2%	,7%	1,0%
Total	Fi	1044	671	579	717	3011
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

O quadro nº 112 mostra que nos dias úteis, a maioria das crianças ocupa 1 hora ou menos, por dia, em trabalhos de casa e/ou leitura (88,8%). As crianças que “nunca” despendem tempo nestas atividades são apenas 0,6%, embora no Baixo Alentejo o valor suba para 1,2%.

Quadro n.º 113: Distribuição percentual da população segundo o tempo despendido em trabalhos de casa e leitura, no fim-de-semana e a área geográfica (Total Alentejo)

Tempo em atividades em casa (trabalhos de casa, leitura) – fim-de-semana	Área geográfica				TOTAL Alentejo	
	Alentejo Central	Baixo Alentejo	Litoral Alentejano	Norte Alentejano		
Nunca	Fi	11	17	15	29	72
	%	1,1%	2,5%	2,6%	4,2%	2,4%
Menos 1 hora/dia	Fi	315	199	132	229	875
	%	30,6%	29,8%	22,8%	32,8%	29,4%
1 hora/dia	Fi	485	284	284	289	1342
	%	47,2%	42,5%	49,1%	41,4%	45,2%
2 horas/dia	Fi	176	136	125	126	563
	%	17,1%	20,4%	21,6%	18,1%	18,9%
3 ou + horas/dia	Fi	41	32	22	25	120
	%	4,0%	4,8%	3,8%	3,6%	4,0%
Total	Fi	1028	668	578	698	2972
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

O quadro nº 113 revela que durante o fim-de-semana aumenta ligeiramente o número de crianças que “nunca” despendem tempo em trabalhos de casa e leitura (2,4%). 74,6% ocupa 1 hora ou menos e 18,9% gasta “2 horas por dia” nestas atividades.

Quadro n.º 114: Distribuição percentual da população segundo a posse de computador e a área geográfica (Total Alentejo)

Posse de computador	Área geográfica				TOTAL Alentejo	
	Alentejo Central	Baixo Alentejo	Litoral Alentejano	Norte Alentejano		
Sim	Fi	947	603	521	626	2697
	%	94,6%	93,2%	95,6%	90,7%	93,5%
Não	Fi	53	44	24	64	185
	%	5,3%	6,8%	4,4%	9,3%	6,4%
Total	Fi	1000	647	545	690	2882
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

O quadro nº 114 mostra que a grande maioria das crianças incluídas no estudo possui computador (93,5%).

Quadro n.º 115: Distribuição percentual da população segundo o tempo despendido em jogos eletrónicos e pesquisa na Internet, nos dias úteis e a área geográfica (Total Alentejo)

Tempo em jogos eletrónicos e internet – dias úteis	Área geográfica				TOTAL Alentejo	
	Alentejo Central	Baixo Alentejo	Litoral Alentejano	Norte Alentejano		
Nunca	Fi	280	146	149	181	756
	%	26,9%	22,0%	25,7%	25,7%	25,3%
Menos 1 hora/dia	Fi	532	341	307	352	1532
	%	51,2%	51,4%	52,9%	50,1%	51,3%
1 hora/dia	Fi	175	144	100	126	545
	%	16,8%	21,7%	17,2%	17,9%	18,3%
2 horas/dia	Fi	48	27	18	36	129
	%	4,6%	4,1%	3,1%	5,1%	4,3%
3 ou + horas/dia	Fi	4	5	6	8	23
	%	,4%	,8%	1,0%	1,1%	,8%
Total	Fi	1039	663	580	703	2985
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

O quadro nº 115 mostra que a maioria das crianças gasta “menos de 1 hora por dia”, nos dias úteis, em jogos eletrónicos e pesquisa na internet (51,3%). 25,3% afirma que a criança “nunca” o faz. A tendência por área geográfica é muito semelhante ao total da região Alentejo.

Quadro n.º 116: Distribuição percentual da população segundo o tempo despendido em jogos eletrónicos e pesquisa na Internet, no fim-de-semana e a área geográfica (Total Alentejo)

Tempo em jogos eletrónicos e internet – fim-de-semana		Área geográfica				TOTAL Alentejo
		Alentejo Central	Baixo Alentejo	Litoral Alentejano	Norte Alentejano	
Nunca	Fi	80	58	58	65	261
	%	7,7%	8,7%	10,0%	9,3%	8,8%
Menos 1 hora/dia	Fi	325	187	157	189	858
	%	31,4%	28,0%	27,2%	27,0%	28,8%
1 hora/dia	Fi	290	200	193	203	886
	%	28,0%	29,9%	33,4%	29,0%	29,7%
2 horas/dia	Fi	254	173	129	178	734
	%	24,5%	25,9%	22,3%	25,5%	24,6%
3 ou + horas/dia	Fi	86	50	41	64	241
	%	8,3%	7,5%	7,1%	9,2%	8,1%
Total	Fi	1035	668	578	699	2980
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

O quadro nº 116 mostra que ao fim-de-semana os resultados se alteram, sendo despendidas mais horas em jogos eletrónicos e pesquisa na internet. A maioria das crianças (58,5%) despende 1 hora ou menos por dia nestas atividades. 8,8% dos inquiridos afirma que a criança “nunca” o faz.

Quadro n.º 117: Distribuição percentual da população segundo o tempo despendido para assistir a programas de televisão, filmes ou DVD, nos dias úteis e a área geográfica (Total Alentejo)

Tempo televisão, filmes, DVD – dias úteis		Área geográfica				TOTAL Alentejo
		Alentejo Central	Baixo Alentejo	Litoral Alentejano	Norte Alentejano	
Nunca	Fi	36	18	13	22	89
	%	3,4%	2,7%	2,2%	3,1%	3,0%
Menos 1 hora/dia	Fi	383	196	201	216	996
	%	36,7%	29,2%	34,5%	30,0%	33,0%
1 hora/dia	Fi	340	237	216	253	1046
	%	32,6%	35,3%	37,1%	35,2%	34,7%
2 horas/dia	Fi	227	178	130	184	719
	%	21,7%	26,5%	22,3%	25,6%	23,8%
3 ou + horas/dia	Fi	58	42	22	44	166
	%	5,6%	6,3%	3,8%	6,1%	5,5%
Total	Fi	1044	671	582	719	3016
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

O quadro nº 117 revela que a maioria das crianças assiste a programas de televisão, filmes ou DVDs, nos dias úteis, durante 1 hora ou menos por dia (67,7%) e 23,8% “2 horas por dia”. 3% refere que as crianças não desenvolvem estas atividades. Os valores por área geográfica assemelham-se aos totais da região Alentejo.

Quadro n.º 118: *Distribuição percentual da população segundo o tempo despendido para assistir a programas de televisão, filmes ou DVD, no fim-de-semana e a área geográfica (Total Alentejo)*

Tempo televisão, filmes, DVD – fim de semana		Área geográfica				TOTAL Alentejo
		Alentejo Central	Baixo Alentejo	Litoral Alentejano	Norte Alentejano	
Nunca	Fi	3	5	5	2	15
	%	,3%	,7%	,9%	,3%	,5%
Menos 1 hora/dia	Fi	66	50	31	51	198
	%	6,3%	7,5%	5,3%	7,1%	6,6%
1 hora/dia	Fi	170	98	108	95	471
	%	16,3%	14,6%	18,5%	13,2%	15,6%
2 horas/dia	Fi	407	248	244	271	1170
	%	39,1%	37,0%	41,9%	37,7%	38,8%
3 ou + horas/dia	Fi	396	270	195	299	1160
	%	38,0%	40,2%	33,4%	41,6%	38,5%
Total	Fi	1042	671	583	718	3014
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

O quadro nº 118 mostra que a maioria das crianças despende 2 horas ou mais nestas atividades, durante o fim-de-semana (77,3%).

2.7. Dados sociodemográficos do agregado familiar

Quadro n.º 119: *Distribuição percentual da população segundo o número de adultos do agregado familiar e a área geográfica (≥ 18 anos) (Total Alentejo)*

Número de adultos do agregado familiar		Área geográfica				TOTAL Alentejo
		Alentejo Central	Baixo Alentejo	Litoral Alentejano	Norte Alentejano	
1 adulto	Fi	98	57	52	74	281
	%	9,6%	8,7%	9,1%	10,5%	9,5%
2 adultos	Fi	829	497	436	560	2322
	%	80,9%	76,2%	76,5%	79,1%	78,6%
3 adultos	Fi	70	64	57	55	246
	%	6,8%	9,8%	10,0%	7,8%	8,3%
4 adultos ou mais	Fi	28	34	25	19	106
	%	2,7%	5,2%	4,4%	2,7%	3,6%
Total	Fi	1025	652	570	708	2955
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

O quadro nº 119 mostra que a maioria das famílias estudadas (78,1%) é composta, para além da criança, por “2 adultos” e 9,5% são compostas por “1 adulto”.

Quadro n.º 120: *Distribuição percentual da população segundo o número de crianças do agregado familiar e a área geográfica (≤ 18 anos) (Total Alentejo)*

Número de crianças do agregado familiar		Área geográfica				TOTAL Alentejo
		Alentejo Central	Baixo Alentejo	Litoral Alentejano	Norte Alentejano	
1 criança	Fi	190	193	103	171	657
	%	21,1%	29,7%	21,5%	26,5%	24,6%
2 crianças	Fi	479	315	263	329	1386
	%	53,3%	48,5%	54,9%	50,9%	51,9%
3 crianças	Fi	162	103	87	107	459
	%	18,0%	15,9%	18,2%	16,6%	17,2%
4 crianças ou mais	Fi	68	38	26	39	171
	%	7,6%	5,9%	5,4%	6,0%	6,4%
Total	Fi	899	649	479	646	2673
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

No quadro nº 120 observa-se que na maioria dos agregados familiares estudados existem “2 crianças” (51,9%). Identificam-se 24,6% de agregados familiares com “1 criança” sendo a maior percentagem no Norte Alentejano (26,5%).

Quadro n.º 121: Distribuição percentual da população segundo o nível de instrução do pai ou tutor e a área geográfica (Total Alentejo)

Nível de instrução do pai (ou tutor)		Área geográfica				TOTAL Alentejo
		Alentejo Central	Baixo Alentejo	Litoral Alentejano	Norte Alentejano	
Não sabe ler nem escrever	Fi	5	3	4	3	15
	%	,5%	,5%	,7%	,4%	,5%
Não completou a 4º ano	Fi	14	10	11	14	49
	%	1,4%	1,6%	2,0%	2,1%	1,7%
1º ciclo	Fi	86	74	52	69	281
	%	8,5%	11,7%	9,4%	10,2%	9,8%
2º ciclo	Fi	213	144	113	155	625
	%	21,1%	22,9%	20,4%	22,8%	21,8%
3º ciclo	Fi	256	164	172	195	787
	%	25,4%	26,0%	31,1%	28,7%	27,4%
Secundário	Fi	241	139	132	149	661
	%	23,9%	22,1%	23,9%	21,9%	23,0%
Bacharelato /Licenciatura	Fi	165	85	63	78	391
	%	16,4%	13,5%	11,4%	11,5%	13,6%
Mestrado/ Doutoramento	Fi	29	11	6	16	62
	%	2,9%	1,7%	1,1%	2,4%	2,2%
Total	Fi	1009	630	553	679	2871
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

De acordo com o quadro nº 121 e no que se refere ao nível de instrução do pai ou tutor, 27,4% completou o 3º ciclo, 23% o ensino secundário e 21,8% o 6º ano. 2,2% dos pais ou tutores refere não sabe ler nem escrever ou não ter completado a 4º ano de escolaridade. Os valores por área geográfica assemelham-se aos totais da região.

Quadro n.º 122: Distribuição percentual da população segundo o nível de instrução da mãe ou tutora e a área geográfica (Total Alentejo)

Nível de instrução da mãe (ou tutora)		Área geográfica				TOTAL Alentejo
		Alentejo Central	Baixo Alentejo	Litoral Alentejano	Norte Alentejano	
Não sabe ler nem escrever	Fi	8	3	2	5	18
	%	,8%	,5%	,3%	,7%	,6%
Não completou a 4º ano	Fi	10	7	3	8	28
	%	1,0%	1,1%	,5%	1,1%	,9%
1º ciclo	Fi	52	38	34	42	166
	%	5,0%	5,8%	5,8%	5,9%	5,6%
2º ciclo	Fi	122	79	71	105	377
	%	11,8%	12,1%	12,2%	14,7%	12,6%
3º ciclo	Fi	231	184	160	209	784
	%	22,3%	28,2%	27,5%	29,2%	26,2%
Secundário	Fi	344	185	194	205	928
	%	33,2%	28,3%	33,3%	28,6%	31,1%
Bacharelato /Licenciatura	Fi	231	144	107	132	614
	%	22,3%	22,1%	18,4%	18,4%	20,6%
Mestrado/ Doutoramento	Fi	38	13	11	10	72
	%	3,7%	2,0%	1,9%	1,4%	2,4%
Total	Fi	1036	653	582	716	2987
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

O quadro nº 122 revela que a maioria das mães ou tutoras completou o ensino secundário (31,1%), 26,2% completou o 3º ciclo e 20,6% possui um nível de instrução

equivalente ao bacharelato ou licenciatura. 5% das mães ou tutoras não sabe ler nem escrever ou não terminou o 4º ano de escolaridade.

Quadro n.º 123: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional da criança e o nível de instrução do pai ou tutor (Total Alentejo)

Estado nutricional da criança OMS		Nível de instrução do pai (ou tutor)								TOTAL Alentejo
		Não sabe ler nem escrever	1º Ciclo (incompl)	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Secundário	Bacharelato/Licenciatura	Mestrado/Doutoram	
Magreza	Fi	0	3	7	11	12	13	3	1	50
	%	,0%	6,1%	2,5%	1,8%	1,5%	2,0%	,8%	1,6%	1,7%
Normal	Fi	10	33	171	418	526	443	271	40	1912
	%	66,7%	67,3%	60,9%	66,9%	66,8%	67,0%	69,3%	64,5%	66,6%
Pré-obesidade	Fi	3	8	46	101	129	101	73	13	474
	%	20,0%	16,3%	16,4%	16,2%	16,4%	15,3%	18,7%	21,0%	16,5%
Obesidade	Fi	2	5	57	95	120	104	44	8	435
	%	13,3%	10,2%	20,3%	15,2%	15,2%	15,7%	11,3%	12,9%	15,2%
Total	Fi	15	49	281	625	787	661	391	62	2871
	%	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0

O quadro nº 123 mostra que a maior percentagem de crianças com excesso de peso coabita com pais ou tutores com um nível de instrução equivalente ao 1º ciclo (36,7%). O coeficiente de correlação de Spearman não revela associação entre o nível de instrução do pai ou tutor e o estado nutricional da criança, no entanto, identificou-se uma relação com significado estatístico entre o nível de instrução do pai ou tutor e o seu estado nutricional (R de Spearman = -0,042; p=0,05), o estado nutricional da progenitora (R de Spearman =-0,196; p=0,01), e o nível de instrução da mãe ou tutora (R de Spearman =0,613; p=0,01). (Anexo I)

Quadro n.º 124: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional da criança e o nível de instrução da mãe ou tutora (Total Alentejo)

Estado nutricional da criança (OMS)		Nível de instrução da mãe (ou tutora)								TOTAL Alentejo
		Não sabe ler nem escrever	1º Ciclo (incompl)	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo	Secundário	Bacharelato/Licenciatura	Mestrado/Doutoram	
Magreza	F	0	2	4	11	9	17	9	1	53
	%	,0%	7,1%	2,4%	2,9%	1,1%	1,8%	1,5%	1,4%	1,8%
Normal	F	12	21	109	242	542	595	426	51	1998
	%	66,7%	75,0%	65,7%	64,2%	69,1%	64,1%	69,4%	70,8%	66,9%
Pré-obesidade	F	2	4	23	65	120	160	103	12	489
	%	11,1%	14,3%	13,9%	17,2%	15,3%	17,2%	16,8%	16,7%	16,4%
Obesidade	F	4	1	30	59	113	156	76	8	447
	%	22,2%	3,6%	18,1%	15,6%	14,4%	16,8%	12,4%	11,1%	15,0%
Total	F	18	28	166	377	784	928	614	72	2987
	%	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0

O quadro nº 124 revela que a maior percentagem de crianças com excesso de peso coabita com mães ou tutoras que possuem um nível de instrução equivalente ao ensino secundário (34%). O coeficiente de correlação de Spearman não revela

associação entre o nível de instrução da mãe ou tutora e o estado nutricional da criança, no entanto, identificou-se uma relação com significado estatístico entre o nível de instrução da mãe ou tutora e o seu estado nutricional (R de Spearman = -0,183; p=0,01) e o estado nutricional do progenitor (R de Spearman =-0,041; p=0,05). (Anexo I)

Quadro n.º 125: Distribuição percentual da população segundo a situação profissional do pai ou tutor e a área geográfica (Total Alentejo)

Situação profissional do pai (ou tutor)		Área geográfica				TOTAL Alentejo
		Alentejo Central	Baixo Alentejo	Litoral Alentejano	Norte Alentejano	
Empregado por conta de outrem	Fi	711	439	381	474	2005
	%	71,6%	70,6%	69,8%	70,9%	70,8%
Empregado por conta própria	Fi	194	133	123	148	598
	%	19,5%	21,4%	22,5%	22,1%	21,1%
Estudante	Fi	4	1	1	1	7
	%	,4%	,2%	,2%	,1%	,2%
Doméstico	Fi	1	3	0	1	5
	%	,1%	,5%	,0%	,1%	,2%
Desempregado, capaz de trabalhar	Fi	68	39	27	35	169
	%	6,8%	6,3%	4,9%	5,2%	6,0%
Desempregado, incapaz de trabalhar	Fi	4	1	5	5	15
	%	,4%	,2%	,9%	,7%	,5%
Aposentado	Fi	11	6	9	5	31
	%	1,1%	1,0%	1,6%	,7%	1,1%
Total	Fi	993	622	546	669	2830
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

O quadro nº 125 mostra que 70,8% dos pais ou tutores se encontram empregados por contra de outrem.

Quadro n.º 126: Distribuição percentual da população segundo a situação profissional da mãe ou tutora e a área geográfica (Total Alentejo)

Situação profissional da mãe (ou tutora)		Área geográfica				TOTAL Alentejo
		Alentejo Central	Baixo Alentejo	Litoral Alentejano	Norte Alentejano	
Empregado por conta de outrem	Fi	688	412	366	458	1924
	%	67,6%	63,7%	63,8%	64,9%	65,3%
Empregado por conta própria	Fi	103	56	59	78	296
	%	10,1%	8,7%	10,3%	11,0%	10,1%
Estudante	Fi	26	18	13	9	66
	%	2,6%	2,8%	2,3%	1,3%	2,2%
Doméstico	Fi	81	66	57	66	270
	%	8,0%	10,2%	9,9%	9,3%	9,2%
Desempregado, capaz de trabalhar	Fi	108	88	69	86	351
	%	10,6%	13,6%	12,0%	12,2%	11,9%
Desempregado, incapaz de trabalhar	Fi	6	4	4	5	19
	%	,6%	,6%	,7%	,7%	,6%
Aposentado	Fi	6	3	6	4	19
	%	,6%	,5%	1,0%	,6%	,6%
Total	Fi	1018	647	574	706	2945
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

No quadro nº 126 verifica-se que a maioria das mães ou tutoras está empregada por conta de outrem (65,3%).

Quadro n.º 127: *Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional da criança e a situação profissional do pai ou tutor (Total Alentejo)*

Estado nutricional da criança OMS		Situação profissional do pai ou tutor							TOTAL Alentejo
		Empregado por conta de outrem	Empregado por conta própria	Estudante	Doméstico	Desempregado capaz de trabalhar	Desempregado incapaz de trabalhar	Aposentado	
Magreza	Fi	27	15	1	1	5	1	0	50
	%	1,3%	2,5%	14,3%	20,0%	3,0%	6,7%	,0%	1,8%
Normal	Fi	1359	367	5	4	119	9	23	1886
	%	67,8%	61,4%	71,4%	80,0%	70,4%	60,0%	74,2%	66,6%
Pré-obesidade	Fi	330	111	0	0	20	4	6	471
	%	16,5%	18,6%	,0%	,0%	11,8%	26,7%	19,4%	16,6%
Obesidade	Fi	289	105	1	0	25	1	2	423
	%	14,4%	17,6%	14,3%	,0%	14,8%	6,7%	6,5%	14,9%
Total	Fi	2005	598	7	5	169	15	31	2830
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

No quadro nº 127 verifica-se que a maior percentagem de crianças com excesso de peso coabita com pais ou tutores “empregados por conta própria” (36,2%)

Através do teste do X² (X²=39,991; p=0,002), conclui-se que existe dependência entre as variáveis estado nutricional e situação profissional do pai ou tutor.

Quadro n.º 128: *Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional da criança e a situação profissional da mãe ou tutora (Total Alentejo)*

Estado nutricional da criança OMS		Situação profissional da mãe ou tutora							TOTAL Alentejo
		Empregada por conta de outrem	Empregada por conta própria	Estudante	Doméstica	Desempregada capaz de trabalhar	Desempregada incapaz de trabalhar	Aposentada	
Magreza	Fi	29	5	1	9	7	0	0	51
	%	1,5%	1,7%	1,5%	3,3%	2,0%	,0%	,0%	1,7%
Normal	Fi	1272	184	47	188	251	11	15	1968
	%	66,1%	62,2%	71,2%	69,6%	71,5%	57,9%	78,9%	66,8%
Pré-obesidade	Fi	331	58	7	38	47	2	3	486
	%	17,2%	19,6%	10,6%	14,1%	13,4%	10,5%	15,8%	16,5%
Obesidade	Fi	292	49	11	35	46	6	1	440
	%	15,2%	16,6%	16,7%	13,0%	13,1%	31,6%	5,3%	14,9%
Total	Fi	1924	296	66	270	351	19	19	2945
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

O quadro nº 128 mostra que a maior percentagem de crianças com excesso de peso coabita com mães ou tutoras desempregadas e incapazes de trabalhar (42,1%).

Através do teste do X² (X²=22,842; p=0,197), conclui-se não existir dependência entre as variáveis estado nutricional e situação profissional do pai ou tutor.

Quadro n.º 129: Distribuição percentual da população segundo o rendimento médio mensal do agregado familiar e a área geográfica

Rendimento médio do agregado familiar		Área geográfica				TOTAL Alentejo
		Alentejo Central	Baixo Alentejo	Litoral Alentejano	Norte Alentejano	
Até 500 Euros/mês	Fi	101	100	67	107	375
	%	10,5%	16,2%	12,2%	16,4%	13,5%
De 501 a 850 Euros/mês	Fi	197	150	123	158	628
	%	20,5%	24,3%	22,4%	24,2%	22,6%
De 851 a 1500 Euros/mês	Fi	354	186	180	213	933
	%	36,8%	30,1%	32,7%	32,6%	33,5%
De 1501 a 2750 Euros/mês	Fi	208	136	132	118	594
	%	21,6%	22,0%	24,0%	18,1%	21,3%
De 2751 a 3750 Euros/mês	Fi	77	31	36	43	187
	%	8,0%	5,0%	6,5%	6,6%	6,7%
Mais de 3750 Euros/mês	Fi	26	14	12	14	66
	%	2,7%	2,3%	2,2%	2,1%	2,4%
Total	Fi	963	617	550	653	2783
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

O quadro n.º 129 revela que o rendimento médio mensal dos agregados familiares inquiridos se situa principalmente na categoria de “851 a 1500€/mês” (33,5%), seguindo-se a categoria de “501 a 850€/mês” (22,6%).

Quadro n.º 130: Distribuição percentual da população segundo o estado nutricional da criança e o rendimento médio mensal do agregado familiar (Total Alentejo)

Estado nutricional da criança OMS	Rendimento do agregado familiar						TOTAL Alentejo	
	Até 500€/mês	De 501 a 850€/mês	De 851 a 1500€/mês	De 1501 a 2750€/mês	De 2751 a 3750€/mês	Mais de 3750€/mês		
Magreza	Fi	14	10	15	6	2	1	48
	%	3,7%	1,6%	1,6%	1,0%	1,1%	1,5%	1,7%
Normal	Fi	251	412	623	403	132	42	1863
	%	66,9%	65,6%	66,8%	67,8%	70,6%	63,6%	66,9%
Pré-obesidade	Fi	55	95	148	109	29	13	449
	%	14,7%	15,1%	15,9%	18,4%	15,5%	19,7%	16,1%
Obesidade	Fi	55	111	147	76	24	10	423
	%	14,7%	17,7%	15,8%	12,8%	12,8%	15,2%	15,2%
Total	Fi	375	628	933	594	187	66	2783
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Observando o quadro n.º 130, verifica-se que a maioria das crianças que apresentaram excesso de peso inserem-se em agregados familiares cujo rendimento médio mensal se situa na categoria “mais de 3750€/mês” (34,9%), seguido das categorias “851 a 1500€/mês” (32,8%) e “1501 a 2750€/mês” (31,2%).

O coeficiente de correlação de Spearman não revela relação entre o rendimento mensal do agregado e o estado nutricional da criança.

Identificaram-se ainda, relações com significado estatístico entre o rendimento mensal do agregado familiar e: o início da diversificação alimentar, (R de Spearman = -0,080;

$p=0,01$); o estado nutricional do progenitor (R de Spearman =0,044; $p=0,05$), o estado nutricional da progenitora (R de Spearman =-0,102; $p=0,01$), o nível de instrução do pai ou tutor (R de Spearman =0,546; $p=0,01$) e o nível de instrução da mãe ou tutora (R de Spearman =0,604; $p=0,01$). (Anexo I)

Quadro n.º 131: *Distribuição percentual da população segundo o tipo de habitação e a área geográfica (Total Alentejo)*

Tipo de habitação		Área geográfica				TOTAL Alentejo
		Alentejo Central	Baixo Alentejo	Litoral Alentejano	Norte Alentejano	
Moradia	Fi	641	407	304	435	1787
	%	62,7%	63,5%	53,1%	62,2%	60,9%
Moradia geminada	Fi	156	52	79	84	371
	%	15,3%	8,1%	13,8%	12,0%	12,6%
Apartamento	Fi	170	160	158	149	637
	%	16,6%	25,0%	27,6%	21,3%	21,7%
Outro	Fi	55	22	32	31	140
	%	5,4%	3,4%	5,6%	4,4%	4,8%
Total	Fi	1022	641	573	699	2935
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

O quadro nº 131 revela que a maior parte da população avaliada vive em moradias (60,9%) seguindo-se 21,7% em apartamentos.

Quadro n.º 132: *Distribuição percentual da população segundo a posse da habitação e a área geográfica (Total Alentejo)*

Posse da habitação		Área geográfica				TOTAL Alentejo
		Alentejo Central	Baixo Alentejo	Litoral Alentejano	Norte Alentejano	
Própria (em aquisição)	Fi	632	396	311	438	1777
	%	61,4%	62,2%	54,7%	62,2%	60,5%
Própria (já paga)	Fi	156	114	117	83	470
	%	15,2%	17,9%	20,6%	11,8%	16,0%
Alugada	Fi	168	74	75	135	452
	%	16,3%	11,6%	13,2%	19,2%	15,4%
Cedida	Fi	59	34	49	30	172
	%	5,7%	5,3%	8,6%	4,3%	5,9%
Outro	Fi	14	19	17	18	68
	%	1,4%	3,0%	3,0%	2,6%	2,3%
Total	Fi	1029	637	569	704	2939
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Em relação à posse da habitação verificamos que 60,5% da população vive em casa própria (em aquisição) (54,7%) e 16% já são donos da própria habitação.

IV. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Após o tratamento dos dados identificou-se 30,9% de excesso de peso e 14,8% de obesidade. Ao corroborar os resultados do COSI (2008 e 2010), conforme apresentado no quadro nº 1, esta constatação reforça para a necessidade de políticas de promoção da saúde, na região Alentejo.

Quadro n.º 133: Resultados do ESPIGA 2010 e COSI – 2008/2010

Estudos	Idade	Estado nutricional (OMS)				
		Magreza	Normal	Excesso de peso	Pré-Obesidade	Obesidade
ESPIGA - Alentejo	7 - 8	1,8	67,3	30,9	16,1	14,8
COSI 2008 – Alentejo	7 - 9	2,9	65,5	31,6	18,7	12,9
COSI 2010 - Alentejo	7 - 9	1,5	69	29,5	18,6	10,9
COSI 2008 – Portugal	7 - 9	1	61,1	37,9	22,6	15,3
COSI 2010 - Portugal	7 - 9	0,7	63,7	35,6	21	14,6

A prevalência de obesidade é ligeiramente superior nos rapazes e a pré-obesidade nas raparigas. (Relação estatisticamente significativa, determinada no teste do X^2 para os critérios da OMS – $X^2=14,641$; $p=0,002$).

Foi identificada uma dependência entre o estado nutricional e a amamentação ($X^2=13,249$; $p= 0,004$), embora essa tendência não se observe no que respeita à amamentação exclusiva. Também se demonstrou a existência de dependência entre o estado nutricional da criança e a situação profissional do pai ou tutor. ($X^2=39,991$; $p=0,002$).

Nos dados obtidos, na população estudada, foram identificadas correlações entre variáveis (teste R de Spearman), que apontam os seguintes fatores de risco para a ocorrência de excesso de peso e obesidade na criança:

- O excesso de peso/obesidade do progenitor e da progenitora;
- O tempo de sono – Existe uma relação entre a diminuição do número de horas diárias de sono e o aumento de casos de excesso de peso.

No que se refere ao comportamento alimentar das crianças avaliadas, verificou-se que o estado nutricional está diretamente relacionado com:

- O prazer em comer (R de Spearman =0,284; $p<0,01$).

- A satisfação em relação à alimentação; (R de Spearman = -0,110; $p < 0,01$).
- Sentimentos como a zanga, cansaço, felicidade e transtorno - sub ingestão emocional (R de Spearman = -0,080; $p < 0,01$).
- O facto das crianças comerem mais quando estão aborrecidas, ansiosas ou preocupadas - sobre ingestão emocional (R de Spearman=0,101; $p < 0,01$).
- O facto da criança se alimentar de forma vagarosa - ingestão lenta (R de Spearman = -0,112; ; $p < 0,01$).

Relativamente às correlações entre o estado nutricional e a sintomatologia de natureza psicológica, encontramos associações com a insatisfação com o corpo, a dificuldade de relacionamento e queixas de discriminação pelo aspeto físico.

No Alentejo, o ESPIGA constitui a primeira referência, com representatividade regional, sobre os índices de excesso de peso nas crianças com 7 e 8 anos. A nível nacional assume-se, a par do COSI, como pioneiro na utilização das curvas de crescimento da OMS, o que permitirá uma melhor monitorização do estado nutricional infantil na região.

Este estudo permite concluir que é necessário continuar a apostar numa intervenção que tenha por base uma visão holística da obesidade e dos indivíduos, centrada numa abordagem pluridisciplinar.

V. BIBLIOGRAFIA

ARSA, IP. (2010). *ESPIGA – Manual do examinador*. Évora: Núcleo Regional do Alentejo da Plataforma Contra a Obesidade. Documento não publicado.

Balaban, G.; Silva, G.; Dias, M.; Fortaleza, G.; Morotó, F., & Rocha, E. (2004). O aleitamento materno previne o sobrepeso na infância? *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil*, 4, 3. Acedido em 14 de Fevereiro de 2010 em <http://www.scielo.br/pdf/rbsmi/v4n3/a06v04n3.pdf>

BBC News (2010) *Less than half of primary school children in Great Britain are walking to school*. In BBC – One minute world news. Acedido a 13 de Novembro de 2010 em http://news.bbc.co.uk/2/hi/uk_news/education/8518173.stm

Berlese, D.; Terra, C., & Haeffner, L. (2007). *Algumas características dos adolescentes obesos em tratamento no Hospital de la Universidad Federal de Santa Maria*. In *Revista Digital - Buenos Aires*, 12, 108. Acedido a 24 de Abril de 2010 em <http://www.efdeportes.com/efd108/algumas-caracteristicas-dos-adolescentes-obesos-em-tratamento.htm>

Binkin, N.; Fontana, G.; Lamberti, A.; Cattaneo, C.; Baglio, G.; Perra, A.; Spinelli, A. 2010, *A national survey of the prevalence of childhood overweight and obesity in Italy*. *Obesity Reviews*, 11, 2-10. Acedido a 21 de Outubro de 2010 em <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1467-789X.2009.00650.x/pdf>

Brophy, S.; Cooksey, R.; Gravenor, M.; Mistry, R.; Thomas, N.; Lyons, R., & Williams, R. (2009). *Risk factors for childhood obesity at age 5: Analysis of the Millennium Cohort Study*. *BMC Public Health*, 9, 467. Acedido a 19 de Maio de 2010 em <http://www.biomedcentral.com/1471-2458/9/467>

Carmo, I. (2001). *Doenças do comportamento alimentar*. Lisboa. Instituto Superior de Psicologia Aplicada.

Carmo, I. (2008). *O nosso modelo de desenvolvimento é que causou esta epidemia de obesos*. In Público on Line. Acedido a 7 de Abril de 2010 em <http://static.publico.clx.pt/pesoemedia/noticia.aspx?id=1323544&idCanal=1602>

Carmo, I. d., Dos Santos, O., Camolas, J., Vieira, J., Carreira, M., Medina, L., Reis, L. and Galvão-Teles, A. (2006), Prevalence of obesity in Portugal. *Obesity Reviews*,

7: 233–237. Acedido a 21 de Outubro de 2012 em doi: 10.1111/j.1467-789X.2006.00243.x

Caspersen, P., & Chistenson, R. (1985). *A adolescência e a actividade física*. Acedido a 14 de Outubro de 2010 em <http://repositorium.sdum.uminho.pt/.../Cap%204%20Adolescência.pdf>

Kuczmarski RJ, et al. CDC Growth Charts: United States. National Center for Health Statistics. 2000; 314. Disponível em: <http://www.cdc.gov/nchs/>

CDC (2008). *Kids walk to school: Then and now-Barriers and solutions*. Acedido a 30 de Novembro de 2010 em http://www.cdc.gov/nccdphp/dnpa/kidswalk/then_and_now.htm

Direção-Geral da Saúde (2005). *Programa Nacional de Combate à Obesidade*. Lisboa: DGS.

Direção-Geral da Saúde (2006). *Promoção da saúde em meio escolar*. Lisboa: DGS.

Direção-Geral da Saúde (2007). *Plataforma Contra a Obesidade*. Lisboa: DGS.

Direção-Geral da Saúde (2013) Programa nacional de saúde infantil e juvenil. Lisboa: DGS.

Colcerniani, C. & Souza, F. (2008). *A exclusão social em relação à obesidade e à pobreza*. In O portal dos psicólogos. Acedido a 13 de Fevereiro de 2010 em <http://www.psicologia.com.pt/artigos/textos/A0459.pdf>

Dolgoff, J. (2010) *The Devastating Psychological Effects Of Child Obesity*. In Articles Natch. Acedido a 26 de Setembro de 2010 em <http://www.articlesnatch.com/Article/The-Devastating-Psychological-Effects-Of-Child-Obesity/582632>

Dubois, I. & Girard, M. (2006) *Early determinants of overweight at 4-5 years in a population-based longitudinal study*. *International Journal of Obesity*,30, 610– 617. Acedido em 12 de Julho de 2010 em <http://www.nature.com/ijo/journal/v30/n4/abs/0803141a.html>

Ferreira, V., & Magalhães, R. (2005). *Obesidade e pobreza: o aparente paradoxo. Um estudo com mulheres da Favela da Rocinha*, Rio de Janeiro, Brasil. *Cadernos de Saúde Pública*, 21, 6. Acedido a 26 de Fevereiro de 2010 em

http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102311X2005000600027&lng=pt&nrm=iso

Fisberg, M. (1995). *Obesidade na infância e adolescência*. São Paulo: Fundo Editorial BYK.

Fortin, M. (1999). *O Processo de investigação – da concepção à realização*. Loures: Lusociência.

Freitas, A.; Lopes, M.; Gouveia, C., & Sancho, T. (2007). *Prevalência da pré-obesidade e obesidade em crianças de 7 a 9 anos, na região do Algarve*. Acedido a 5 de Dezembro de 2009 em http://www.arsalgarve.min-saude.pt/site/index.php?option=com_content&view=article&id=665&Itemid=114

Gomes, S.; Espanca, R.; Gato, A.; Miranda, C. (2009). *Obesidade em idade pré-escolar: cedo demais para pesar demais*. Acta Médica Portuguesa, número 23, Acedido a 10 de Outubro de 2010 em <http://www.actamedicaportuguesa.com/pdf/2010-23/3/371-378.pdf>

International Obesity Task Force. (2003). *The global picture: Childhood obesity*. Acedido em 15 de Julho de 2010 em <http://www.ietf.org/childhoodobesity.asp>.

Karasek, F. (2009). *Obesidade infantil: a transgressão do diagnóstico comum*. Revista Digital - Buenos Aires, 14, 134. Acedido a 9 de Setembro de 2009 em <http://www.efdeportes.com/efd134/obesidade-infantil.htm>

Kwok, Y.; Xin, S.; Zhang, J., & Kong, A. (2009). *The effect of weekend and holiday sleep compensation on childhood overweight and obesity*. Pediatrics, 124, 5 November, pp. e994-e1000. Acedido a 19 de Junho de 2010 em <http://pediatrics.aappublications.org/cgi/content/abstract/124/5/e994>

Leal, J., Borralho, C., Coelho, M., (2007). *Activa-te: Índices de sobrepeso e obesidade em crianças e jovens do concelho de Beja*. Beja: Câmara Municipal de Beja.

Leong, N.; Mignone, L.; Newcomb, P.; Titus-Ernstoff, L.; Baron, J.; Trentham-Dietz, A.; Stampfer, M.; Willett, W., & Egan, K. (2003). *Early life risk factors in cancer: the relation of birth weight to adult obesity*. International Journal of Cancer, 103, 6, 789-91. Acedido a 24 de Abril de 2010 em <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/ijc.10886/full>

Lobstein, T., & Frelut, M. (2003). *Prevalence of overweight among children in Europe*. Obesity reviews. Acedido em 17 de Março de 2010 em

<http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1046/j.1467-789X.2003.00116.x/full>

Manios, Y.; Costarelli, V.; Kolotourou, M.; Kondakis, K.; Tzavara, C., & Moschonis, G. (2007). *Prevalence of obesity in preschool greek children, in relation to parental characteristics and region of residence*. *BMC Public Health*, 7, 178. Acedido a 6 de Julho de 2010 em <http://www.biomedcentral.com/1471-2458/7/178>

Martins, E., & Carvalho, M. (2006). *Associação entre o peso ao nascer e o excesso de peso na infância, revisão sistemática*. *Cadernos de Saúde Pública*, 22, 11, 2281-2300. Acedido a 29 de Julho de 2010 em <http://www.scielo.br/pdf/csp/v22n11/03.pdf>

Ministério da Saúde (2004). *Plano Nacional de Saúde – Orientações estratégicas para 2004-2010: Mais saúde para todos*. Lisboa: Ministério da Saúde.

Organização Mundial de Saúde (1997). *Actividade física dos adolescentes*. Acedido a 5 de Dezembro 2009 em <http://repositorium.sdum.uminho.pt/bitstream/>

Organização Mundial de Saúde (2006). *Training course on child growth assessment*. Version 1. Genebra.

Padez, C.; Fernandes, T.; Mourão, I.; Moreira, P., & Rosado, V. (2004). *Prevalence of overweight and obesity in 7-9-year-old Portuguese children: Trends in Body Mass Index from 1970-2002*. *American Journal of Human Biology*, 16, 670-678. Acedido a 29 de Junho de 2010 em <https://estudogeral.sib.uc.pt/jspui/bitstream/10316/8079/1/obra.pdf>

Paiva, T. (2010) *Os mistérios do sono*. In Revista Pais e Filhos. Acedido a 9 de Setembro de 2010 em <http://www.paisefilhos.pt/index.php/homepage-mainmenu-1/notas-menu-noticias-60/2562-os-misterios-do-sono>

Rito, A.; Lopes, C.; Silva, A.; Breda, J., & Camili, M. (2009). *Prevalência da pré-obesidade e obesidade em crianças do 1º Ciclo do Ensino Básico no Município de Oeiras*. Acedido a 13 de Novembro de 2010 em <http://www.malhatlantica.pt/.../Projecto%20obesidade%20Infantil/MUNSI%20%20Resumo.doc>

Rito, A; Paixão, E.; Carvalho, M., & Ramos, C. (2010). *Childhood Obesity Surveillance Initiative: Cosi Portugal 2008*. Lisboa: INSA.

Rito, A; Paixão, E.; Carvalho, M., & Ramos, C. (2012). Childhood Obesity Surveillance Initiative: Cosis Portugal 2010. Lisboa: INSA. Acedido em Março de 2013 em <http://hdl.handle.net/10400.18/1109>

Rossi, C., & Vasconcelos, F. (2010). Peso ao nascer e obesidade em crianças e adolescentes: uma revisão sistemática. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, 13, 2. Acedido em 14 de Fevereiro de 2010 em http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-790X2010000200007

Ruwei, L.; Sara, F., & Laurence, G. (2010). *Do infants fed from bottles lack self-regulation of milk intake compared with directly breastfed infants?* *Pediatrics*, 125, 6, 1386-1393. Acedido em 12 de Setembro de 2010 em http://www.biomedexperts.com/Abstract.bme/20457676/Do_infants_fed_from_bottles_ack_self-regulation_of_milk_intake_compared_with_directly_breastfed_infants

Sanchez, F. (2001). *A adolescência e a actividade física*. Acedido a 5 de Dezembro 2009 em <http://repositorium.sdum.uminho/.../Cap%204%20>

Santos, A. (2010). *Obesidade infantil e mídia - as ofertas da televisão alimentando a doença*. In *Saúde Pública na Agenda Midiática*. Acedido a 2 de Fevereiro de 2010 em http://encipecom.metodista.br/mediawiki/images/4/43/GT5-texto1-_Obesidade_-_Andreia_Mendes.pdf

Sapatéra, M., & Pandini, E. (2005). *Obesidade na adolescência*. In *Revista Digital - Buenos Aires*, 10, 85. Acedido em 24 de Abril de 2010 em <http://www.efdeportes.com/efd85/obesid.htm>

Silva, A. & Gomes-Pedro, A. (2005) - *Nutrição pediátrica: Princípios básicos*. Lisboa: Clínica Universitária de Pediatria do Hospital de Santa Maria.

Silva, A. & Pinto, J. (1986). *Metodologia das ciências sociais*. Porto: Editora Afrontamento.

Sociedade Portuguesa de Cirurgia da Obesidade (2009) *Tratamentos cirúrgicos*. Acedido a 12 de Janeiro de 2010 em <http://www.spcp.pt/index2.asp>

Strasburger, V. (1999). *Os Adolescentes e a mídia*. Porto Alegre: Artes Médicas.

Teixeira, R.; Coelho, R.; Perekmanis, T.; Madeira, I., & Bordallo, M. (2003). Obesidade e baixo peso ao nascer na pubarca precoce. *Arquivos Brasileiros de Endocrinologia e Metabologia*, 47, 2. Acedido a 15 de Maio de 2010 em <http://www.scielo.br/pdf/abem/v47n2/a09v47n2.pdf>

Tammelin, T. (2009). Falta de actividade física e excesso de tempo sentado: perigos para a saúde dos jovens? *Jornal de Pediatria*, 85, 4. Acedido em 12 de Março de 2010 em <http://www.scielo.br/pdf/jped/v85n4/v85n4a02.pdf>

Viana, V. & Sinde, S. (2008). O comportamento alimentar em crianças: Estudo de validação de um questionário numa amostra portuguesa (CEBQ). *Análise Psicológica*, 26, 1, 111-120. Acedido a 17 de Maio de 2009 em <http://www.scielo.oces.mctes.pt/pdf/aps/v26n1/v26n1a09.pdf>

Waine, C. (2007). *A obesidade e o controle do peso nos cuidados primários*. Lisboa: Sociedade Industrial Gráfica, Lda.

WHO (2000) *The World Health Report 2000. Obesity – Preventing and Managing the Global Epidemic*. Geneva: World Health Organization. Acedido a 22 de Abril de 2010 em <http://www.who.int/nutrition/publications/obesity/en/index.html>

WHO (2004). *Obesity - Preventing and managing the global epidemic*. Disponível online. Acedido a 12 de Julho de 2009 em <http://apps.who.int/bookorders/anglais/detart1.jsp?sesslan=1&codlan=1&codcol=10&codcch=894>.

WHO (2006) *Training course on child growth assessment*. Version 1 – November. Geneva: World Health Organization

WHO (2008). *Controlling the global obesity epidemic*. Acedido a 12 de Julho de 2009 em <http://.who.int/nutrition/topics/obesity/en>.

ANEXOS

ANEXO I: Correlações

Spearman's rho: Estado nutricional (OMS) / Comportamento Alimentar

Correlações		Estado nutricional	Prazer em comer	Seletividade	Saciedade	Desejo de beber	Sub ingestão	Ingestão lenta	Sobre ingestão
Estado Nutricional	CC	1,000	,284**	,012	-,110**	,007	-,080**	-,112**	,101**
	Sig	.	,000	,580	,000	,743	,000	,000	,000
Prazer em comer	CC	,284**	1,000	,026	-,010	-,018	,082**	,013	-,041
	Sig	,000	.	,208	,619	,378	,000	,545	,052
Seletividade	CC	,012	,026	1,000	-,022	,012	-,002	-,006	-,002
	Sig	,580	,208	.	,290	,579	,913	,784	,939
Saciedade	CC	-,110**	-,010	-,022	1,000	-,017	,010	,024	,001
	Sig	,000	,619	,290	.	,408	,650	,251	,961
Desejo beber	CC	,007	-,018	,012	-,017	1,000	,000	-,009	,063**
	Sig	,743	,378	,579	,408	.	,976	,657	,003
Sub ingestão	CC	-,080**	,082**	-,002	,010	,000	1,000	,013	,039
	Sig	,000	,000	,913	,650	,976	.	,532	,066
Ingestão lenta	CC	-,112**	,013	-,006	,024	-,009	,013	1,000	-,003
	Sig	,000	,545	,784	,251	,657	,532	.	,880
Sobre ingestão	CC	,101**	-,041	-,002	,001	,063**	,039	-,003	1,000
	Sig	,000	,052	,939	,961	,003	,066	,880	.

Legenda: A correlação tem significado a partir de ** 0,01 ou * 0,05

CC – Coeficiente de Correlação

Sig – Significância (p value)

Spearman's rho: Estado nutricional (OMS) / Sintomatologia de natureza psicológica

Correlações		Estado Nutricional	Instabilidade emocional	Insatisfação com o seu corpo	Ansiedade	Depressão	Défice de atenção	Dificuldade de relacionamento	Discriminação pelo aspeto físico
Estado Nutricional	CC	1,000	,003	,213**	,031	,025	,019	,049**	,194**
	Sig	.	,856	,000	,086	,178	,313	,008	,000
Instabilidade Emocional	CC	,003	1,000	,155**	,448**	,370**	,366**	,255**	,153**
	Sig	,856	.	,000	,000	,000	,000	,000	,000
Insatisfação com o seu corpo	CC	,213**	,155**	1,000	,248**	,352**	,154**	,276**	,505**
	Sig	,000	,000	.	,000	,000	,000	,000	,000
Ansiedade	CC	,031	,448**	,248**	1,000	,463**	,408**	,264**	,220**
	Sig	,086	,000	,000	.	,000	,000	,000	,000
Depressão	CC	,025	,370**	,352**	,463**	1,000	,415**	,368**	,323**
	Sig	,178	,000	,000	,000	.	,000	,000	,000
Défice de atenção	CC	,019	,366**	,154**	,408**	,415**	1,000	,334**	,203**
	Sig	,313	,000	,000	,000	,000	.	,000	,000
Dificuldade de Relacionamento	CC	,049**	,255**	,276**	,264**	,368**	,334**	1,000	,369**
	Sig	,008	,000	,000	,000	,000	,000	.	,000
Discriminação pelo aspeto físico	CC	,194**	,153**	,505**	,220**	,323**	,203**	,369**	1,000
	Sig	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	.

Legenda: A correlação tem significado a partir de ** 0,01 ou * 0,05

CC – Coeficiente de Correlação

Sig – Significância (p value)

Spearman's rho: Estado nutricional (OMS) / Fatores de risco para a ocorrência de excesso de peso

Correlações		Estado Nutricional	Tempo de gestação	Amamentação exclusiva	Diversificação Alimentar	Tempo de sono	Estado Nutricional Progenitor	Estado Nutricional Progenitora	Nível de instrução do Pai (ou tutor)	Nível de instrução da Mãe (ou tutora)	Rendimento mensal do agregado familiar:
Estado Nutricional	CC	1,000	,026	,019	,021	-,071**	,142**	,190**	-,020	-,005	,000
	Sig	.	,157	,360	,251	,001	,000	,000	,295	,769	,995
Tempo de gestação	CC	,026	1,000	-,021	-,019	-,007	-,005	-,016	,010	-,018	-,009
	Sig	,157	.	,304	,314	,732	,802	,391	,595	,336	,639
Amamentação exclusiva	CC	,019	-,021	1,000	,613**	,029	-,012	-,025	,020	-,015	,017
	Sig	,360	,304	.	,000	,227	,593	,242	,334	,463	,421
Diversificação Alimentar	CC	,021	-,019	,613**	1,000	,021	-,037	-,002	-,030	-,082**	-,080**
	Sig	,251	,314	,000	.	,320	,071	,937	,124	,000	,000
Tempo de sono	CC	-,071**	-,007	,029	,021	1,000	-,016	-,004	-,004	-,011	-,009
	Sig	,001	,732	,227	,320	.	,486	,851	,866	,611	,678
Estado Nutricional Progenitor	CC	,142**	-,005	-,012	-,037	-,016	1,000	,166**	-,042*	-,041*	,044*
	Sig	,000	,802	,593	,071	,486	.	,000	,035	,040	,033
Estado Nutricional Progenitora	CC	,190**	-,016	-,025	-,002	-,004	,166**	1,000	-,196**	-,183**	-,102**
	Sig	,000	,391	,242	,937	,851	,000	.	,000	,000	,000
Nível de instrução Pai (ou tutor)	CC	-,020	,010	,020	-,030	-,004	-,042*	-,196**	1,000	,613**	,546**
	Sig	,295	,595	,334	,124	,866	,035	,000	.	,000	,000
Nível de instrução Mãe (ou tutora)	CC	-,005	-,018	-,015	-,082**	-,011	-,041*	-,183**	,613**	1,000	,604**
	Sig	,769	,336	,463	,000	,611	,040	,000	,000	.	,000
Rendimento mensal do agregado familiar:	CC	,000	-,009	,017	-,080**	-,009	,044*	-,102**	,546**	,604**	1,000
	Sig	,295	,595	,334	,124	,866	,035	,000	.	,000	,000

Legenda: A correlação tem significado a partir de ** 0,01 ou * 0,05

CC – Coeficiente de Correlação

Sig – Significância (p value)

ANEXO II: Questionário do comportamento alimentar- fatores e itens

Questionário do comportamento alimentar – fatores e itens

F1	Prazer em comer (EF)	Se o deixassem, o meu filho(a) comeria demais
		O meu filho(a) está sempre a pedir comida
		O meu filho(a) adora comer
		Se tivesse oportunidade, o meu filho(a) passaria a maior parte do tempo a comer
		O meu filho(a) tem um grande apetite
		O meu filho(a) está sempre à espera da hora das refeições
		O meu filho(a) interessa-se por comida
		Se tivesse oportunidade o meu filho(a) estaria sempre com comida na boca
		O meu filho(a) adora comida
		Mesmo se já está cheio o meu filho(a) arranja espaço para comer um alimento preferido
F2	Seletividade (FF)	O meu filho(a) gosta de experimentar novos alimentos
		O meu filho(a) interessa-se por experimentar alimentos que nunca provou antes
		O meu filho(a) gosta de uma grande variedade de alimentos
F3	Resposta à saciedade (SR)	O meu filho(a) fica cheio muito facilmente
		O meu filho(a) fica cheio(a) antes de terminar a refeição
		O meu filho(a) deixa comida no prato no fim das refeições
		O meu filho(a) é incapaz de comer a refeição se antes tiver comido qualquer coisa
		O meu filho(a) é difícil de contentar com as refeições
F4	Desejo de beber (DD)	Se tivesse oportunidade o meu filho(a) estaria sempre a tomar uma bebida (refrigerantes ou sumos)
		Se tivesse oportunidade o meu filho(a) passaria o dia a beber continuamente uma bebida (refrigerantes ou sumos)
		O meu filho(a) anda sempre a pedir bebidas (refrigerantes ou sumos)
F5	Sub ingestão emocional (EUE)	O meu filho(a) come mais quando está feliz
		O meu filho(a) come menos quando está zangado
		O meu filho(a) come menos quando está cansado
		O meu filho(a) come menos quando anda transtornado
F6	Ingestão lenta (SE)	O meu filho(a) come vagorosamente
		O meu filho(a) gasta mais que 30 minutos para terminar a refeição
		O meu filho(a) come cada vez mais devagar ao longo da refeição
F7	Sobre ingestão emocional (EOE)	O meu filho(a) come mais quando está aborrecido
		O meu filho(a) come mais quando está ansioso(a)
		O meu filho(a) come mais quando anda preocupado