

# A TRIBUNA

---



## ESCOLAS SAUDÁVEIS

Grandes companhias de bebidas vetaram o fornecimento de refrigerantes para unidades de ensino com crianças de até 12 anos alegando incentivar hábitos nocivos à saúde

A Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP) e a Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia (SBEM) comemoraram a decisão das maiores empresas fabricantes de bebidas do Brasil de não venderem mais refrigerantes para as cantinas de escolas com crianças de até 12 anos. Para as entidades, incentivar hábitos saudáveis desde a infância é fundamental para combater o alarmante problema da obesidade e de outras doenças relacionadas.

Coca-Cola, Ambev e PepsiCo vão mudar os itens que fornecem diretamente para colégios de todo o País. Os distribuidores das companhias estarão autorizados a levar para essas unidades de ensino apenas

água mineral, suco com 100% de fruta, água de coco e bebidas lácteas que atendam a critérios nutricionais.

Em nota conjunta, as empresas dizem reconhecer o papel delas na solução do complexo problema que é a obesidade. "No momento do recreio, os alunos têm acesso às cantinas escolares sem a orientação e a companhia de pais e responsáveis, e crianças abaixo de 12 anos ainda não têm maturidade suficiente para tomar decisões de consumo", justificam.

### **NELHOR PARA A SAÚDE**

O médico pediatra Joel Bressa da Cunha, presidente do Departamento de Saúde Escolar da SBP, acha a iniciativa extremamente positiva, lembrando que promover a alimentação saudável nas escolas é uma antiga reivindicação da entidade.

"Sempre trabalhamos nessa questão com dificuldades, para que as escolhas mais saudáveis fossem papel da escola. A escola deve se preocupar com a saúde e interferir nas cantinas. Hábitos ruins em geral começam na infância, mais tarde fica difícil reverter o quadro. Reeducação alimentar é muito mais trabalhosa do que uma educação que começa na infância", diz o pediatra.

Segundo o especialista, embora problemas como infarto e acidente vascular cerebral (AVC) sejam muito mais comuns em adultos, muitas vezes os principais alertas que levam a esses quadros são detectados na infância.

"Observamos crianças pequenas com alterações de triglicéridios e pressão arterial, resultados de hábitos nocivos e falta de atividade física. Nas últimas décadas, a

## **"Perto de 18% da população chegam ao final da adolescência com peso inadequado"**

JOEL BRESSA DA CUNHA, PEDIATRA

modificação da alimentação da população em geral trouxe um aumento de sobrepeso e de obesidade. Perto de 18% chegam ao final da adolescência com peso inadequado e todos os prejuízos que o acompanham", diz o pediatra.

Ele aponta ainda que o consumo de refrigerantes provoca cáries e está associado à osteoporose, por enfraquecer os ossos. "A formação de um osso forte tem que ser feita na infância e na juventude. Quanto melhores forem os ossos, menos consequências no futuro", ressalta Cunha.

Para o endocrinologista Alexandre Hohl, presidente da SBEM, refrigerante é ruim em qualquer faixa etária. "Não é saudável, é uma mistura de uma série de substâncias e muito açúcar. Tem os sem açúcar, mas ainda assim são uma péssima fonte nutricional. Existem dezenas de estudos que associam o consumo de refrigerante, em diferentes faixas etárias, com sobrepeso e obesidade".

O presidente da SBEM explica que quem consome mais

refrigerantes também aumenta o risco de diabetes no futuro.

"Se pensarmos que estamos vivendo um período de epidemia de sobrepeso e obesidade em crianças e adolescentes, temos que traçar estratégias para reverter esse quadro. Parte delas é a melhora da alimentação e, nesse sentido, a atitude das empresas é louvável".

### **ESCOLAS**

Em Santos, já há lei municipal que proíbe a venda de refrigerantes nas escolas. Para a nutricionista da escola Liceu Santista, Carina Schena, a medida é importante e vai ao encontro do que a unidade já pratica. Porém, ela lembra que o hábito deve ser o mesmo dentro de casa.

"A escola é importante, mas os pais precisam dar sequência. Às vezes, a criança não consome na escola, mas acaba bebendo em casa. E não é só refrigerante, mas outros alimentos ricos em sódio e gordura. Vemos crianças saindo da escola e consumindo, junto com os pais, alimentos em carrinhos", diz a nutricionista.

Responsável pela assessoria de comunicação da escola Jean Piaget, a jornalista Marcela Alves explica que o colégio tem um projeto chamado Vida Saudável, que incentiva alimentos saudáveis e a prática de esportes. "A cantina sabe que certos produtos não podem ser comercializados, como refrigerantes, e as crianças também não podem trazer de casa. Tudo é combinado com os pais". ●

## **"Vemos crianças saindo da escola e consumindo, junto com os pais, alimentos em carrinhos"**

CARINA SCHENA, NUTRICIONISTA