

UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO

Departamento de Medicina Preventiva da Faculdade de Medicina da USP II Workshop do Projeto São Paulo para o Desenvolvimento Social de Crianças e Adolescentes (SP-PROSO)

HÁBITOS ALIMENTARES, ATIVIDADE FÍSICA E ESTADO NUTRICIONAL:

resultados do projeto São Paulo para o desenvolvimento social de cria<mark>nças e adolescen</mark>tes (SP-PROSO)

Maria Alvim

Doutoranda em Saúde Coletiva (FMUSP)













Introdução













Mas o que é uma alimentação saudável?







Introdução

A Organização Mundial da Saúde (OMS) recomenda que crianças e adolescentes pratiquem pelo menos 60 minutos de atividade física por dia.



Introdução

Obesidade em adolescentes

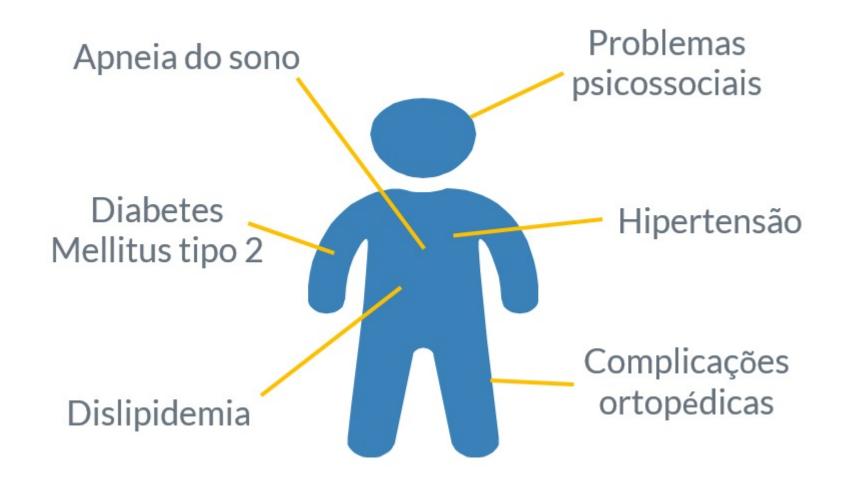


Figura 1. Percentual de alunos que consomem cinco ou mais vezes por semana alguns alimentos considerados não saudáveis.

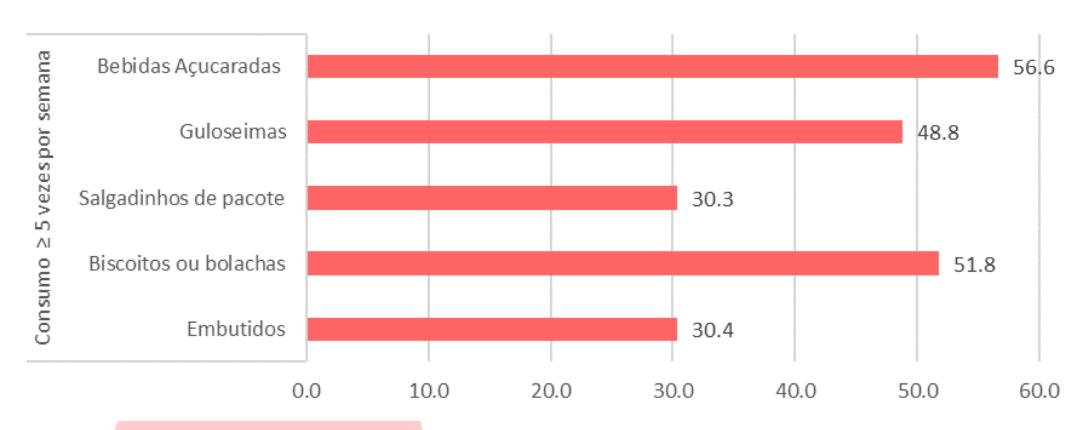
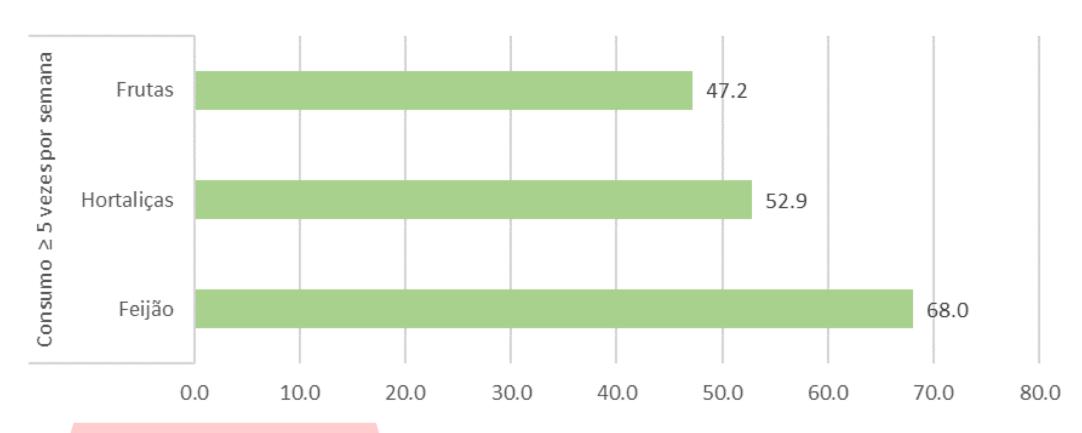
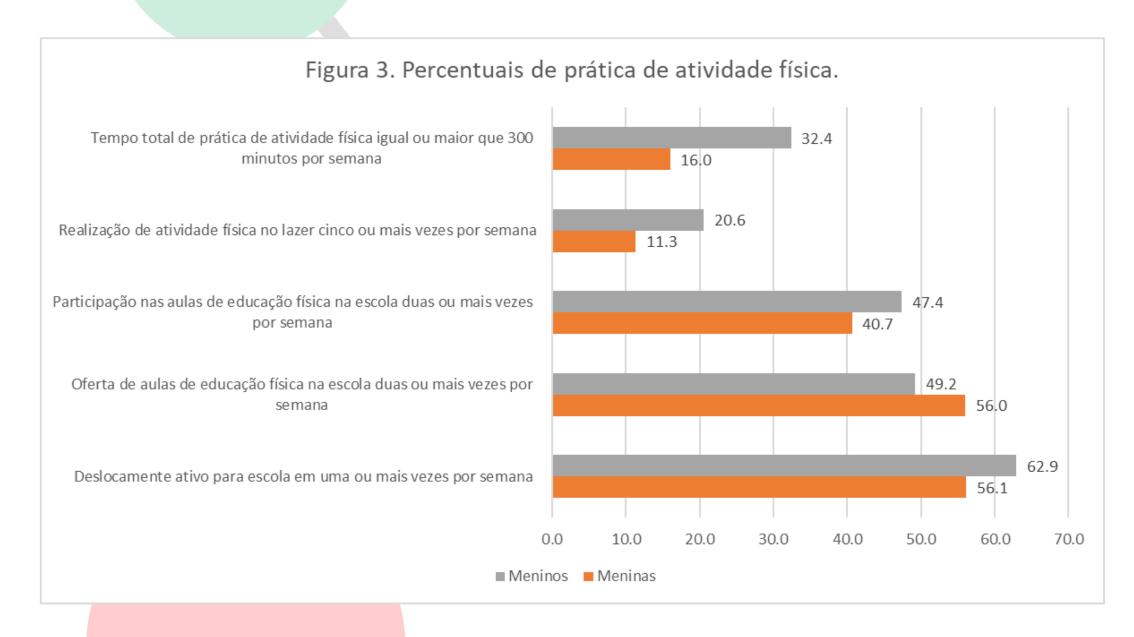
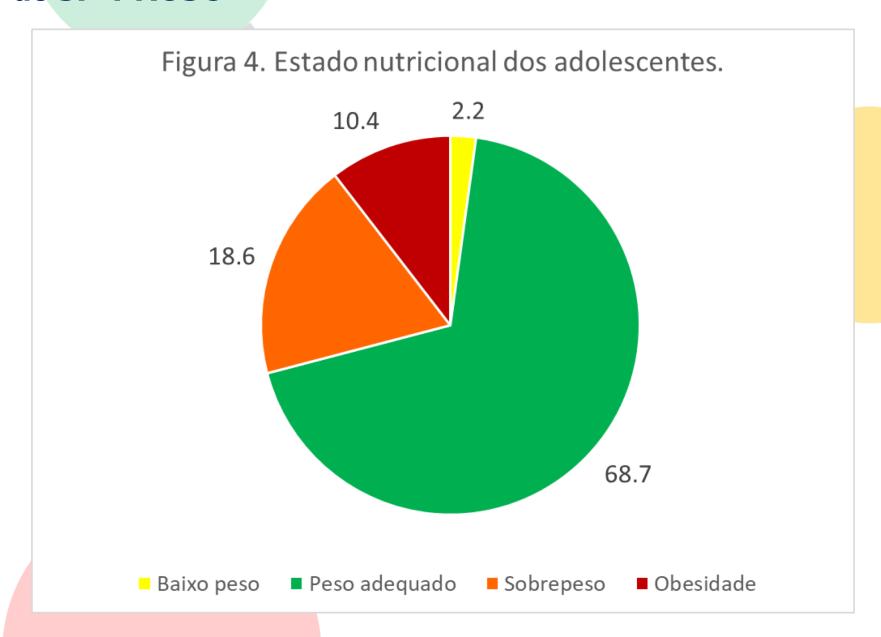


Figura 2. Percentual de alunos que consomem cinco ou mais vezes por semana alguns alimentos considerados saudáveis.







Considerações finais

O papel da escola:

- ✓ Educação em saúde,
- ✓ Promoção da alimentação saudável por meio de um ambiente alimentar saudável,
- ✓ Promoção da prática de atividade física.

