

HÁBITOS ALIMENTARES DE INDIVÍDUOS RESIDENTES EM CUIABÁ-MT SEGUNDO ESCOLARIDADE: ANÁLISE DO INQUÉRITO TELEFÔNICO VIGITEL

Daiany Silva Pedro¹Margareth dos
Santos Bonfin¹

Maria Eloiza Ribeiro de Oliveira¹

Raiany dos Santos Rocha¹

Jackeline Correa França de Arruda

Bodnar Massad²

¹Discente do Curso de Nutrição do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG).

²Mestre em Saúde Coletiva. Docente do Curso de Nutrição do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG). E-mail:

jackeline.arruda@univag.edu.br

RESUMO

Introdução:A alimentação é uma necessidade básica do ser humano, pois exerce um papel muito importante no decorrer de todo o ciclo de vida dos indivíduos. A ação de alimentar-se envolve uma diversidade de aspectos que influênciam na qualidade de vida. O grau de escolaridade tem se mostrado como variável capaz de influenciar na forma como a população escolhe seus alimentos, que pode ser decisiva para a qualidade do autocuidado e para a capacidade de analisar informações relativas à proteção da saúde. **Objetivo:** Analisar os hábitos alimentares de indivíduos residentes em Cuiabá, segundo o nível de escolaridade. **Materiais e métodos:** Estudo transversal utilizando dados provenientes do inquérito telefônico Vigitel 2017. Esse inquérito é realizado anualmente a partir de amostras probabilísticas da população adulta (> 18 anos) residentes nas capitais dos 26 estados brasileiros e Distrito Federal, em domicílios com telefone fixo. As variáveis sócio-demográficas investigadas foram: idade, sexo, estado civil (com companheiro ou sem companheiro), escolaridade com nível superior e sem nível superior e trabalho (sim ou não). Em relação ao consumo alimentar, investigou-se os indivíduos que realizavam o consumo em 5 dias ou mais na semana dos seguintes alimentos/grupos alimentares: feijão, carne vermelha, frango, hortaliças, hortaliças cruas, frutas, suco de frutas, doces, refrigerantes, e a troca do almoço e jantar por lanches. **Resultados:** A maioria dos entrevistados neste estudo são mulheres (57,4%), faixa etária entre 25 a 34 anos (39,7%), sem companheiro (61,0%) e que trabalham fora (81,9%). O consumo de feijão apresentou diferenças ($p=0,000$) entre os indivíduos, sendo o maior consumo observado entre aqueles que não têm ensino superior (78,9%). Com relação aos demais alimentos, a maioria dos entrevistados não consumia em 5 dias ou mais na semana, esse desfecho foi maior entre os indivíduos com ensino superior. O consumo de frango (86,9%) e refrigerantes (86,5%), porém, não foi diferente. E indivíduos que não tinham ensino superior apresentaram maiores percentuais para o consumo inferior a 5 dias na semana de hortaliças (83,2%), hortaliças cruas (61,5%), frutas (68,5%) e suco de frutas (77,4%). Os dados indicaram diferenças entre os indivíduos com e sem nível superior para o consumo de hortaliças ($p=0,000$), hortaliças cruas ($p=0,000$) e frutas ($p=0,001$). Com relação às trocas, observou-se que a maioria das pessoas nunca troca o almoço por lanches sendo que o percentual maior esteve entre os indivíduos com nível superior (60,4%). Indivíduos com nível superior referiram trocar o jantar por lanches 1 a 2 vezes por semana (42,8%), e a maioria que nunca troca jantar por lanches são pessoas com ensino superior (29,3%). **Conclusão:** A presença do ensino superior favoreceu a troca do almoço e jantar por lanches, resultado negativo, porém permitiu o consumo em 5 dias ou mais na semana de frutas e hortaliças, evidenciando que mesmo tendo mais conhecimento sobre a importância de hábitos saudáveis, os indivíduos apresentam comportamentos dicotômicos, com escolhas ruins e boas ao mesmo tempo.

Palavras-Chave: Indivíduos. Hábitos alimentares. Escolaridade

ABSTRACT

Introduction: Food is a basic human need, as it plays a very important role throughout the life cycle of individuals. The action of eating involves a variety of aspects that influence the quality of life. The level of education has been shown to be a variable capable of influencing the way the population chooses their food, which can be decisive for the quality of self-care and for the ability to analyze information related to health protection. **Objective:** To analyze the eating habits of individuals living in Cuiabá, according to their level of education. **Materials and methods:** Cross-sectional study using data from the Vigitel 2017 telephone survey. This survey is conducted annually using probabilistic samples from the adult population (> 18 years old) residing in the capitals of the 26 Brazilian states and the Federal District, in households with a fixed telephone. The socio-demographic variables investigated were: age, sex, marital status (with a partner or without a partner), education with higher education and without higher education and work (yes or not). Regarding food consumption, we investigated individuals who consumed in 5 days or more in the week of the following foods / food groups: beans, red meat, chicken, vegetables, raw vegetables, fruits, fruit juice, sweets, soft drinks, and the exchange of lunch and dinner for snacks. **Results:** Most of the interviewees in this study are women (57.4%), aged between 25 to 34 years (39.7%), without a partner (61.0%) and who work outside the home (81.9%). Bean consumption showed differences ($p = 0.000$) between individuals, with the highest consumption observed among those who do not have higher education (78.9%)., the majority of respondents did not consume in 5 days or more a week, this outcome was higher among individuals with higher education. The consumption of chicken (86.9%) and soft drinks (86.5%), however, was no different. E Individuals who did not have higher education had higher percentages for consumption less than 5 days a week of vegetables (83.2%), raw vegetables (61.5%), fruits (68.5%) and fruit juice (77, 4%). The data indicated differences between individuals with and without higher education for the consumption of vegetables ($p = 0.000$), raw vegetables ($p = 0.000$) and fruits ($p = 0.001$). Regarding exchanges, it was observed that most people never exchange lunch for snacks, with the highest percentage being among individuals with higher education (60.4%). Higher education individuals reported exchanging dinner for snacks 1 to 2 times a week (42.8%), and the majority who never exchange dinner for snacks are people with higher education (29.3%). **Conclusion:** The presence of higher education favored the exchange of lunch and dinner for snacks, a negative result, but allowed the consumption of fruits and vegetables in 5 days or more in the week, showing that even having more knowledge about the importance of healthy habits, individuals show dichotomous behaviors, with choices bad and good at the same time.

Keywords: Individuals. Eating habits. Schooling

INTRODUÇÃO

A alimentação é uma necessidade básica do ser humano, pois exerce um papel muito importante no decorrer de todo o ciclo de vida dos indivíduos. A ação de alimentar-se envolve uma diversidade de aspectos que influencia na qualidade de vida. Uma alimentação saudável, junto à prática de atividades físicas criam condições fundamentais para prevenção de algumas doenças debilitantes como obesidade, diabetes, hipertensão, dislipidemia. (MUNIZ, 2013; QUEIROZ *et al.*, 2015).

No decorrer dos anos o Brasil vem passando por uma fase de transição nutricional, definida pela queda nos índices de desnutrição e aumento das taxas de sobrepeso e obesidade. Este quadro revela a influência da industrialização e da

importação de hábitos alimentares ocidentais, que são marcados pelo alto consumo de alimentos processados, de baixo teor nutricional e alto valor energético, Além de baixa ingestão de frutas, verduras, legumes e cereais integrais (LÓPEZ *et al.*,2006).

Além de ser o primeiro aprendizado social do ser humano, alimentação é um aspecto que se diferencia de acordo com a forma de vida e comportamentos, assim como, na forma em que o consumo do alimento é realizado (FEITOSA *et al.*, 2010).

Do ponto de vista da composição nutricional, não é recomendada a introdução de alimentos com altos teores de sal, açúcar refinado e excesso de gorduras saturadas, além de alimentos industrializados, principalmente alimentos ultraprocessados considerados supérfluos, como balas e doces. É consenso que a introdução de frutas e hortaliças, já desde o primeiro ano de vida, contribui para a implantação de hábitos alimentares saudáveis (LEAL, 2013).

Nesse contexto, o grau de escolaridade tem se mostrado como variável capaz de influenciar na forma como a população escolhe seus alimentos, tornando-se decisiva para a qualidade do autocuidado e para a capacidade de analisar informações relativas à proteção da saúde (VELÁSQUEZ-MELÉNDE *et al.*,2004).

A população que tem ensino superior apresenta um melhor entendimento a respeito da importância de adquirir hábitos alimentares saudáveis. No entanto, ter melhor entendimento sobre as informações não tem sido suficiente para colocá-las em prática em suas vidas. Deste modo, mesmo com mais acesso à informação, a população pode estar sobre fragilidade em termos de condição de vida física, além de apresentar, possivelmente, outros fatores que influenciam o surgimento de morbidades, muitas vezes confirmadas apenas no envelhecimento, mas que conseguiriam ser prevenidas (GALDINO *et al.*, 2017).

Diante da importância de investigar os hábitos saudáveis como forma de prevenir prejuízos à saúde, o presente trabalho teve como objetivo analisar os hábitos alimentares de indivíduos residentes em Cuiabá segundo o nível de escolaridade.

MATERIAS E MÉTODOS

Estudo transversal utilizando dados provenientes do inquérito telefônico Vigitel 2017. Esse inquérito é realizado anualmente a partir de amostras probabilísticas da população adulta (≥ 18 anos) residentes nas capitais dos 26 estados brasileiros e Distrito Federal, em domicílios com telefone fixo.

O cálculo da amostra do VIGITEL é baseado nos cadastros das linhas de telefone fixo das 26 capitais de estados e do Distrito Federal, concedidos pelas principais operadoras de telefonia do país. Nestas cidades 5000 linhas telefônicas são sorteadas de modo sistemático e estratificado por código de endereço postal. As linhas sorteadas em cada cidade são novamente sorteadas e então divididas em réplicas de 200 linhas cada. Tal divisão da amostra em réplicas faz-se necessária em função da dificuldade em estimar as linhas de cadastro, que são elegíveis para entrevistas. Em uma segunda etapa, efetua-se a seleção do morador adulto a ser entrevistado no domicílio. Ao final deste processo, foram contemplados 53.034 entrevistados com uma taxa de sucesso de 70,0% (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2018).

No presente estudo foram considerados os dados dos indivíduos residentes na capital Cuiabá, estado de Mato Grosso. A amostra inicial compreendia 2026 indivíduos, porém, foram excluídos 52 indivíduos por ausência da informação a respeito da escolaridade, portanto, a amostra final deste estudo foi de 1974 indivíduos.

As variáveis sóciodemográficas investigadas foram: idade, sexo, estado civil (com companheiro ou sem companheiro), escolaridade (com nível superior e sem nível superior) e trabalho (sim ou não). Em relação ao consumo alimentar, investigou-se os indivíduos que realizavam o consumo em 5 dias ou mais na semana dos seguintes alimentos/grupos alimentares: feijão, carne vermelha, frango, hortaliças, hortaliças cruas, frutas, suco de frutas, doces, refrigerantes e a troca do almoço e jantar por lanches.

As estimativas foram ponderadas para a população atribuindo pesos finais a cada indivíduo, essa ação é necessária uma vez que a amostra do VIGITEL é baseada nas residências cobertas por linhas telefônicas, assim o uso de peso pós-estratificação tem como objetivo minimizar os vícios decorrentes da baixa cobertura de cadastro de linha telefônica. O peso pós-estratificação foi calculado pelo método *rake* (BRASIL, 2014), e as análises foram feitas no software SPSS versão 20, considerando o delineamento amostral da pesquisa.

As comparações entre as proporções foram realizadas utilizando o teste χ^2 de *Pearson* (Rao-Scott), com nível de significância de 5%.

O inquérito VIGITEL foi aprovado pela Comissão Nacional de Ética em Pesquisa em Seres Humanos (CONEP 65610017.1.0000.0008). Nas entrevistas telefônicas, o consentimento livre e esclarecido foi substituído pelo consentimento verbal obtido no momento do contato telefônico com os entrevistados.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A Tabela 1 apresenta os principais resultados da amostra estudada, onde a maioria dos entrevistados são mulheres (57,4%), faixa etária entre 25 a 34 anos (39,7%), sem companheiro (61,0%) e que trabalham fora (81,9%).

Tabela 1. Características sociodemográficas da amostra de dados em Cuiabá, Vigitel – 2017.

Variáveis	Ensino Superior			
	Sim		Não	
	n	%	n	%
Sexo				
Feminino	565	57,4	728	48,9
Masculino	293	42,6	388	51,1
Estado civil				
Com companheiro	405	38,7	531	47,6
Sem companheiro	449	61,0	580	51,6
Não quis informa	4	0,3	5	0,8
Faixa Etária				
18 a 24 anos	66	16,7	73	15,6
25 a 34 anos	131	39,7	54	19,4
35 a 44 anos	135	19,2	110	19,7
45 a 54 anos	171	16,0	137	19,1
55 a 64 anos	191	6,5	233	14,9
65 anos e mais	164	1,8	509	11,5
Trabalha				
Sim	593	81,9	457	60,1
Não	265	18,1	659	39,9

Na Tabela 2, observa-se que o consumo de feijão apresentou diferenças ($p=0,000$) entre quem não tem ensino superior (78,9%), comparado com quem tem ensino superior (62,8%). O consumo em 5 dias ou mais na semana também foi entre os indivíduos que não tem ensino superior para carne (53,5%), porém sem diferenças estatisticamente significativas ($p=0,157$).

O feijão em companhia com o arroz há muito tempo são considerados alimentos básicos do padrão alimentar brasileiro. Em um estudo de magnitude nacional (IBGE, 2020) revelou que o consumo de arroz com feijão, composição tradicional das refeições no Brasil, apresentou uma diminuição considerável nas quantidades adquiridas para o consumo domiciliar. Enquanto na POF 2002-2003, a quantidade média per capita adquirida de arroz foi de 31,578 kg, na POF 2017-2018 o valor foi de 19,763 kg, acumulando queda de 37%. Já a aquisição média do feijão, por sua vez, foi de 12,394 kg, em 2002-2003, para 5,908 kg na POF 2017-2018, redução de 52% (IBGE,2020).

Tabela 2. Caracterização do consumo alimentar em 5 dias ou mais na semana, segundo grau de escolaridade, Cuiabá, Vigitel - 2017.

Consumo Alimentar 5 dias ou mais na semana	Ensino Superior				P-valor
	Sim		Não		
	n	%	n	%	
Feijão					
Sim	532	62,8	827	78,9	0,000
Não	326	37,2	289	21,1	
Carne					
Sim	371	48,4	484	53,5	0,157
Não	487	51,6	632	46,5	
Frango					
Sim	99	13,1	168	14,7	0,506
Não	759	86,9	948	85,3	
Hortaliças					
Sim	273	27,3	227	16,8	0,000
Não	561	72,7	833	83,2	
Hortaliça crua					
Sim	503	56,8	438	38,5	0,000
Não	331	43,2	622	61,5	
Frutas					
Sim	483	42,8	506	31,5	0,001
Não	375	57,2	610	68,5	
Suco de Frutas					
Sim	276	27,2	285	22,6	0,118
Não	582	72,8	831	77,4	
Doces					
Sim	0	0,0	0	0,0	-
Não	857	100	1115	100	
Refrigerantes					
Sim	81	13,5	127	17,8	0,134
Não	777	86,5	989	82,2	

Dados do último VIGITEL (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2020) revelaram que o consumo do feijão diminuiu com o aumento da escolaridade, resultado semelhante ao observado nesse estudo. Contudo, esse comportamento parece proteger as pessoas com menor nível de escolaridade, uma vez que os padrões saudáveis de alimentação incluem o consumo regular de frutas e hortaliças, feijão e alimentos *in natura* ou minimamente

processados, considerados protetores para doenças crônicas. Sendo assim, esses indivíduos que consomem feijão em 5 dias ou mais na semana apresentariam menos risco de desenvolver alguma doença crônica futuramente.

Com relação aos demais alimentos (Tabela 2), a maioria dos entrevistados não consumia em 5 dias ou mais na semana. Esse desfecho foi entre os indivíduos que tinham ensino superior para o consumo de frango (86,9%) e refrigerantes (86,5%), porém sem diferença estatisticamente significativa.

A carne bovina, apesar de ser a mais utilizada no Brasil, está mostrando uma queda no consumo *per capita* ao longo dos anos (SILVA *et al.*, 2007), perdendo lugar principalmente para o frango, o que mostra uma tendência mundial de alteração do consumo de carnes vermelhas por carnes brancas (MAPA, 2016). No Brasil, diversas razões contribuem para o aumento na demanda de carne de frango como a concepção de que é uma carne mais saudável, comparada com a carne vermelha, além de apresentarem preço mais acessível e inúmeras formas de preparo e apresentação (SILVA *et al.*, 2005).

Em contrapartida, indivíduos que não tinham ensino superior apresentaram maiores percentuais para o consumo inferior a 5 dias na semana de hortaliças (83,2%), hortaliças cruas (61,5%), frutas (68,5%) e suco de frutas (77,4%). Os dados indicaram diferenças entre os indivíduos com e sem nível superior para o consumo de hortaliças ($p=0,000$), hortaliças cruas ($p=0,000$) e frutas ($p=0,001$), evidenciado que a nível educacional favorece a escolha por hábitos alimentares mais saudáveis, uma vez que o consumo desses alimentos em 5 dias ou mais na semana foi maior entre os indivíduos com nível superior.

Conforme relatado pela Organização Mundial da Saúde (OMS), frutas e hortaliças são partes essenciais para uma dieta saudável, e seu consumo diário em quantidades suficientes pode colaborar para a prevenção de doenças cardiovasculares, e certos cânceres. O consumo insuficiente destes alimentos é causa de 14% das mortes por câncer gastrointestinal e de 11% das mortes por doenças isquêmicas do coração, sendo o consumo mínimo recomendado de 400 g por dia de frutas e hortaliças, excluindo-se as batatas e outros tubérculos, para a prevenção de doenças do coração, câncer, diabetes, e obesidade, além de prevenir a deficiência de micronutrientes (WHO, 2020).

Dados nacionais revelam que a frequência do consumo recomendado de frutas e hortaliças tende a aumentar com a idade entre mulheres até os 64 anos, não ocorrendo

parâmetro uniforme de variação com a idade no caso dos homens. Porém, em ambos os sexos, o consumo recomendado de frutas e hortaliças aumentou com o nível de escolaridade (MINISTÉRIO DA SAÚDE,2019) corroborando os dados encontrados nessa pesquisa e evidenciado que ter ensino superior pode ser considerado fator de proteção para hábitos alimentares mais saudáveis que previnem contra certos tipos de doenças crônicas.

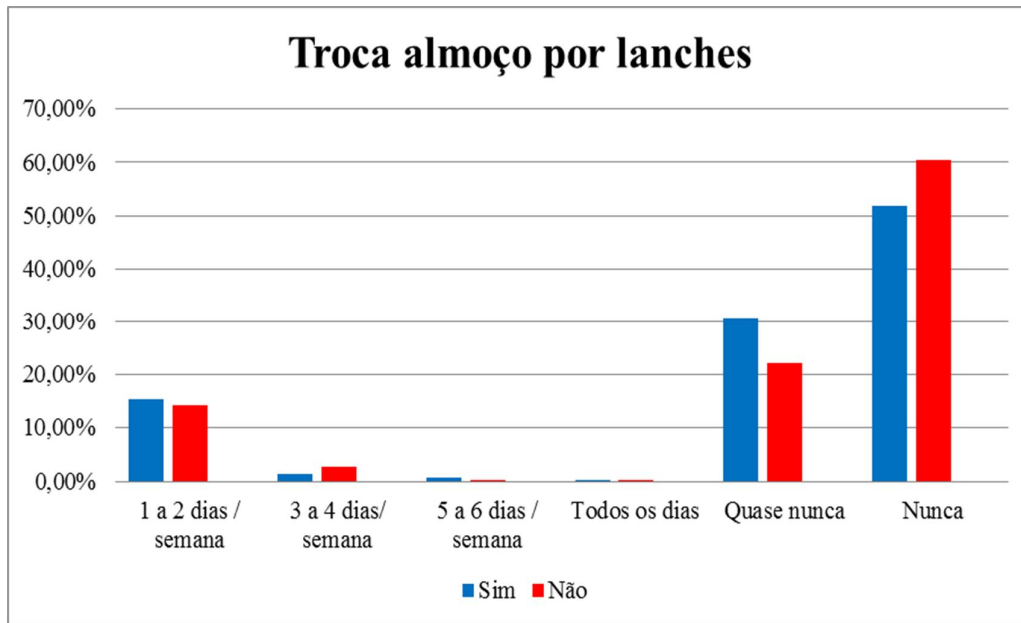
O consumo de doces (Tabela 2) foi maior entre aqueles que não consomem em 5 dias ou mais na semana e sem diferenças para a escolaridade.No consumo de refrigerantes, o maior percentual também está em quem não consome em 5 dias ou mais na semana, porém com maior frequência entre os indivíduos com ensino superior (86,5%).

O consumo de refrigerantes tem se tornado altamente prevalente nas últimas décadas e alguns autores (MALIK *et al.*, 2006; VARTANIAN *et al.*, 2007) encontraram associação entre consumo excessivo com o aumento da prevalência de obesidade e suas consequências. Ainda que sejam necessárias mais pesquisas, a OMS enfatiza que existem evidências suficientes para desencorajar o consumo de refrigerantes para uma alimentação saudável. Identificar os fatores associados ao consumo de refrigerantes pode ser o primeiro passo para se aproximar das populações em maior risco, uma vez que o aumento no consumo de refrigerante vêm gerando inúmeros problemas de saúde nesses indivíduos, pois além de contribuir com o ganho de peso, há uma hipótese que o consumo excessivo de bebidas açucaradas contribui para o surgimento de diabetes (OMS,2003).

A figura 1 mostra a quantidade de indivíduos que trocam o almoço por lanches conforme escolaridade. Nota-se que a maioria das pessoas nunca troca o almoço sendo que o percentual maior esteve entre os indivíduos que não tem nível superior (60,4%), comparada com quem tem nível superior (51,9%), com diferença entre eles ($p=0,043$).

Esses dados podem ser por conta da questão econômica, pois indivíduos com nível superior apresentam maior possibilidade de melhores empregos e maior renda, soma-se a isso o fato que lanches oneram o custo da refeição e, cozinhar em casa, torna o custo mais acessível. A necessidade do ser humano em se alimentar para sobreviver envolve aspectos relacionados à oferta e demanda, o abastecimento e aos preços dos alimentos, sendo a renda das famílias um dos fatores econômicos que têm influenciado a questão da alimentação, ou seja a necessidade do ser humano de se alimentar para sobreviver (OLIVEIRA *et al.*, 1997).

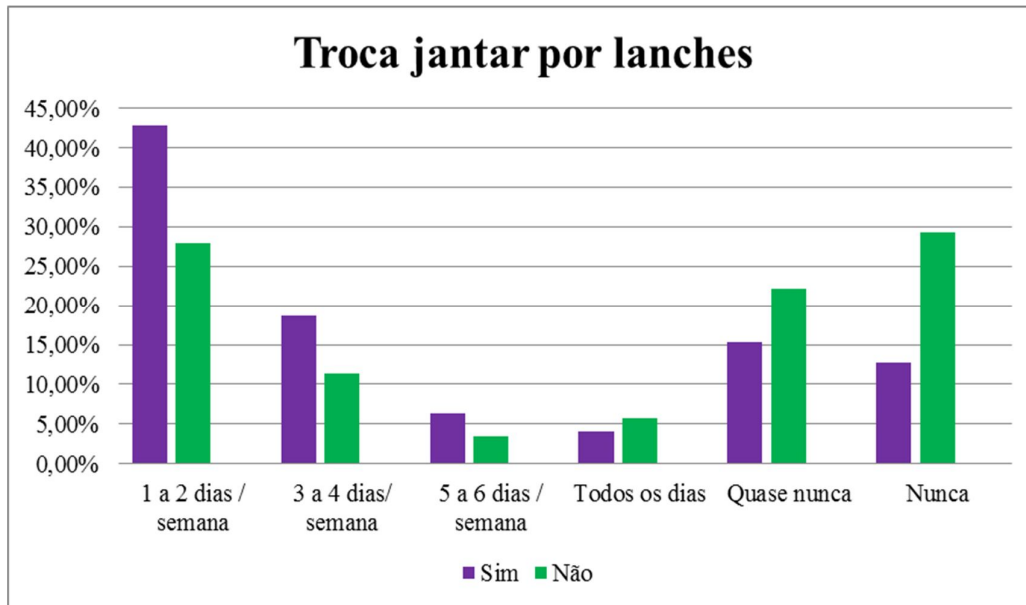
Figura 1. Distribuição dos indivíduos que trocam almoço por lanches conforme escolaridade em Cuiabá, Vigitel – 2017.



Nota: A cor azul representa indivíduos que possui nível superior e na cor vermelha são indivíduos que não possuem nível superior.

Com relação ao jantar, a Figura 2 evidencia diferença ($p=0,000$) entre indivíduos com nível superior que trocam jantar por lanches 1 a 2 vezes por semana (42,8%), e quem não tem ensino superior (29,3%) que nunca troca jantar por lanches com diferença.

FIGURA 2. Apresenta quantidade de indivíduos que troca o jantar por lanches conforme escolaridade, dados Vigitel – 2017.



Nota: A cor roxa representa indivíduos que possui nível superior já a cor verde são indivíduos que não possuem nível superior.

Esse resultado pode ser um fator importante uma vez que a maioria da amostra estudada são de mulheres com ensino superior e idade entre 25 e 34 anos, sem companheiros e que ainda trabalham fora. Pressupõe-se que essas mulheres chegam em casa cansadas e em vez de fazerem uma refeição apenas para elas, preferem pedir um lanche que é mais rápido e prático ou até mesmo quando saem do trabalho se alimentem na rua para quando chegarem em casa descansarem do dia corrido.

Dados do Ministério da Saúde apontam que 16,5% dos brasileiros costumam trocar as refeições, substituindo o almoço ou o jantar por um lanche de baixo valor nutritivo. Deixando de comer em casa para comer lanches como pizzas, sanduíches ou salgados diariamente (BRASIL, 2014).

Essa troca de uma refeição saudável por lanches e alimentos ultraprocessados vem prejudicando muito a saúde dos indivíduos, segundo Schmidt *et al.* (2011) atualmente, todas as faixas etárias estão expostas à alimentação inadequada, rica em gorduras, com alimentos de alta densidade calórica e ultraprocessados, além do consumo escasso de frutas, legumes e verduras, circunstância relacionada com o aparecimento de

inúmeras doenças como aterosclerose, hipercolesterolemia, hipertensão arterial, doença isquêmica do coração, infarto agudo do miocárdio, diabetes mellitus e câncer.

A substituição do almoço e do jantar por lanches diminuiu nos indivíduos o consumo dos alimentos tradicionais, que são fontes importantes de vitaminas, minerais e fibras, o que pode levar a problemas de saúde futuros quando substituídos por alimentos de alta densidade energética (OMS, 2002).

CONCLUSÃO

Neste estudo, verificamos hábitos alimentares de indivíduos segundo o nível de escolaridade, mostrando como o grau de escolaridade pode influenciar na escolha dos alimentos da população. Indivíduos que não possuíam ensino superior apresentaram resultado estatisticamente significativo para o baixo consumo de frutas, hortaliças e legumes, podendo ser por diversos motivos, como recursos financeiros, a cultura, falta de tempo, falta de conhecimento.

Entretanto, a presença do ensino superior favoreceu a troca do almoço e jantar por lanches, resultado negativo, mas também permitiu o consumo em 5 dias ou mais na semana de frutas e hortaliças, evidenciando que mesmo tendo mais conhecimento sobre a importância de hábitos saudáveis, os indivíduos apresentam comportamentos dicotômicos, com escolhas ruins e boas ao mesmo tempo, como a maior aquisição de legumes e frutas, que pode estar associado às condições financeiras. Os resultados aqui apresentados, somados aos resultados de outros estudos, ressaltam a necessidade de realizar ações duradouras com os dois grupos estudados neste trabalho com o intuito de promover a alimentação adequada e saudável, visto sua importância para a prevenção de doenças relacionadas à alimentação.

Sendo assim, a população precisa mudar sua forma de pensar a respeito da alimentação, bem como fazer escolhas alimentares saudáveis. Para que isto ocorra, é necessário propor ideias no campo da alimentação e nutrição que levem à reflexão da soberania alimentar possibilitando a população à adoção de hábitos mais saudáveis que possam contribuir para a redução de diversas doenças.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA

ARAKI, E. L.; PHILIPPI, S. T.; MARTINEZ, M. F.; ESTIMA, C. C. P.; et al. Padrão de refeições realizadas por adolescentes que frequentam escolas técnicas de São Paulo. **Revista Paulista de Pediatria**, São Paulo, v.29, n.2, p. 164-170, 2011.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. SECRETARIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE. **Vigitel Brasil 2013: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico**. Brasília: Ministério da Saúde; 2014.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portal Brasil: Substituir refeições por lanches pode provocar doenças – Brasil, 2014**. Disponível em: <<http://www.brasil.gov.br/saude/2014/05/substituir-refeicoes-por-lanches-podeprovocar-doencas>> . Visitado em 03/11/2020.

CARVALHO, E. B. **Influência das propagandas de televisão na alimentação de crianças e adolescentes**. In: BOCCALETTO, E. M. A; MENDES, R. T (org). Alimentação, atividade física e qualidade de vida dos escolares do município de Vinhedo, SP. Campinas: Editorial; v. 1, n. 1, p. 23-30, 2009.

FEITOSA, E. P. S.; DANTAS, C. A. O.; ANDRADE- WARTHA, E. R. S.; MARCELINI, P. S.; MENDES- NETTO, R. S. Hábitos alimentares de estudantes de uma Universidade pública no nordeste, Brasil. **Revista Alimentação e Nutrição**, Araraquara, v. 21, n. 2, p. 225-230, 2010.

GALDINO, D. C. et al. Qualidade de vida e atitudes alimentares de graduandos da área da saúde. **Revista Brasileira de Enfermagem REBENV**. 2017, v.71, n. 4, p 1739 – 1746. 2017.

IBGE, Instituto Brasileiro de Geografia e Estatísticas. **Agencia IBGE notícias**.Disponível em < <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-sala-de-imprensa/2013-agencia-de-noticias/releases/27298-pof-2017-2018-alimentos-frescos-e-preparacoes-culinarias-predominam-no-padrao-alimentar-nacional>> . Visitado em: 02/11/2020.

LEAL, G. V. S. **Fatores associados ao comportamento de risco para transtornos alimentares**. 2013. Tese (doutorado) -Universidade de São Paulo, Faculdade de Saúde Pública, Programa de Pós-Graduação em Saúde Publica, São Paulo. 2013.

LÓPEZ, M. J. O. et al. Evaluación nutricional de una población universitaria. **Revista Nutrición Hospitalar**, v. 21, n. 2, p. 179-183, 2006.

MALIK VS. et al. Intake of sugarsweetened beverages and weight gain: a systematic review. **Am J Clin Nutr**.v.84, n. 2, p 88 – 274, 2006

MINISTÉRIO DA AGRICULTURA, PECUÁRIA E ABASTECIMENTO – MAPA. Brasil **Projeções do agronegócio 2015/2016 a 2025/2026**. Projeções do Agronegócio, 2016.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Vigitel Brasil 2017: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico: estimativas sobre frequência e distribuição sociodemográfica de fatores de risco e proteção para doenças crônicas nas capitais dos 26 estados brasileiros e no Distrito Federal em**

2017 [recurso eletrônico] / Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde, Departamento de Análise em Saúde e Vigilância de Doenças não Transmissíveis. – Brasília: Ministério da Saúde, 2018.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Vigitel Brasil 2018: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico: estimativas sobre frequência e distribuição sociodemográfica de fatores de risco e proteção para doenças crônicas nas capitais dos 26 estados brasileiros e no Distrito Federal em 2018** [recurso eletrônico] / Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde, Departamento de Análise em Saúde e Vigilância de Doenças não Transmissíveis. – Brasília: Ministério da Saúde, 2019.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Vigitel Brasil 2019: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico: estimativas sobre frequência e distribuição sociodemográfica de fatores de risco e proteção para doenças crônicas nas capitais dos 26 estados brasileiros e no Distrito Federal em 2019** [recurso eletrônico] / Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde, Departamento de Análise em Saúde e Vigilância de Doenças não Transmissíveis. – Brasília: Ministério da Saúde, 2020.

MUNIZ, L. C. et al. Prevalência e fatores associados ao consumo de frutas, legumes e verduras entre adolescentes de escolas públicas de Caruaru, PE. **Ciênc. saúde coletiva** [online]. vol.18, n.2, pp. 393-404, 2013

OLIVEIRA, S. P. et al. Estudo do consumo alimentar: em busca de uma abordagem multidisciplinar. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, vol.31, n.2, p.201-208. 1997.

QUEIROZ, A. B. L., et al. **Consumo alimentar e percepção de imagem corporal entre adolescentes de escola privada**. XXIII SEMINÁRIO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA. **Anais...** Unijuí: Salão do Conhecimento . 2015. Rio Grande do Sul.

SILVA, L. M. et al. Perfil dos consumidores de carne de frango: um estudo de caso na cidade de Campo Grande, Estado do Mato Grosso do Sul. **Revista Informações Econômicas**, v. 37, n. 1, p. 18-27, 2007.

SILVA, L. M. et al. Fatores que influenciam o consumo da carne de frango: saúde e preço. In: **CONGRESSO BRASILEIRO DE ECONOMIA E SOCIOLOGIA RURAL**, 2005.

SCHIMIDT, M.I. et al. Chronic noncommunicable diseases in Brazil: burden and current challenges. **Lancet**, London. v. 377, n. 287-99, 2011.

VALÁSQUEZ-MELÉNDEZ, G. et al. Epidemiologia do sobrepeso e da obesidade e seus fatores determinantes em Belo Horizonte (MG), Brasil: estudo transversal de base populacional. **Revista Panamericana de Salud Pública/Pan American Journal of Public Health**, Washington. v.16, n 5, p 308- 314, 2004.

VARTANIAN, L. R. et al. **Effects of soft drink consumption on nutrition and health: a systematic review and meta-analysis**. **Am J Public Health**. 2007, v. 97, n.4, p. 667 - 675.

WHO - World health organization. **Promoting fruit and vegetable consumption around the world.** Disponível em: <<http://www.who.int/dietphysicalactivity/fruit/en/>>. Visitado em: 12/03/2020.

WHO- World Health Organization. **The world health report 2002:** reducing risks, promoting healthy life. Geneva: WHO; 2002.

WHO- World Health Organization. **Food and Agriculture Organization of the United Nations. Expert Consultation on Diet, Nutrition and the prevention diseases.** Diet Nutrition and the Prevention of chronic diseases: report of a joint WHO/FAO WHO expert consultation. Geneva; 2003. (WHO Technical Report Series, 916)