

CENTRO UNIVERSITÁRIO SÃO CAMILO

Curso de Nutrição

Henrique Tancini Pimentel Buena

Leonardo Pintinha Paravela

**PERFIL NUTRICIONAL DE ESTUDANTES DE UNIVERSIDADES
PARTICULARES NO ESTADO DE SÃO PAULO**

São Paulo

2019

CENTRO UNIVERSITÁRIO SÃO CAMILO

Curso de Nutrição

Henrique Tancini Pimentel Buena

Leonardo Pintinha Paravela

**PERFIL NUTRICIONAL DE ESTUDANTES DE UNIVERSIDADES
PARTICULARES NO ESTADO DE SÃO PAULO**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Curso de Nutrição do
Centro Universitário São Camilo,
orientado pela Prof^a Dra. Ana Paula
Queiroz de Mello, como requisito parcial
para obtenção do título de Nutrição.

São Paulo

2019

Henrique Tancini Pimentel Buena

Leonardo Pintinha Paravela

**PERFIL NUTRICIONAL DE ESTUDANTES DE UNIVERSIDADES
PARTICULARES NO ESTADO DE SÃO PAULO**

São Paulo, ____ de Novembro de 2019.

Profa. Dra. Ana Paula de Queiroz Mello

Professor Examinador (Nome)

São Paulo

2019

RESUMO

A obesidade é uma doença que cresce exponencialmente por todo o mundo e a projeção é que em 2025, cerca de 2,3 bilhões de adultos estejam com sobrepeso, e mais de 700 milhões obesos. No Brasil, as modificações sociais, econômicas e tecnológicas que ocorreram através das décadas, culminaram em alterações nos hábitos e comportamento alimentar da população, que cada vez mais consome alimentos com alto valor energético e pobre em micronutrientes, em decorrência de uma rotina atribulada devido ao trabalho, estudo, tarefas domésticas, etc. A repetição e o desbalanço desse padrão alimentar estão associados com desordens metabólicas como obesidade, doenças cardiovasculares, hipertensão arterial sistêmica, diabetes e câncer, que são as principais causas de óbitos no Brasil. Essas doenças estão surgindo em populações cada vez mais jovens, refletindo em redução da qualidade de vida destes. O objetivo deste estudo é descrever o perfil nutricional de estudantes de universidades particulares do Estado de São Paulo. Foi aplicado um questionário eletrônico quali-quantitativo sobre características do padrão de vida e frequência alimentar entre universitários de dezoito e vinte e cinco anos de idade, matriculados em universidades particulares do Estado de São Paulo. A participação nesta pesquisa foi voluntária, os estudantes manifestaram interesse pelo estudo através do aceite do termo de consentimento livre esclarecido online. Para análise estatística foi utilizado o programa SPSS® ($p < 0,05$). O presente estudo apresenta aprovação do Comitê de Ética e Pesquisa (CAAE:02236918.4.0000.0062). A amostra foi composta por 171 participantes, 39 homens (22,8%) e 132 mulheres (77,2%), e 122 (71,3%) moravam com os pais e 49 (28,7%) não. Mais de 80% da amostra total estavam matriculados em curso na área da saúde. A maioria possuía renda >10 SM (32,8%). Aproximadamente, 65% foram classificados como eutrófico e 26,5% com excesso de peso, e 59,1% creem que se alimentam de forma saudável, 74,3% realizavam o café da manhã, 61,4% tinham o costume de realizar o almoço/jantar fora de casa, e apenas 2,9% tinham diagnóstico de doença(s) crônica(s). Como esperado, foram encontradas diferenças significativas ao investigar renda familiar ($p < 0,001$), se o participante estuda e trabalha ($p < 0,001$), e quem prepara as refeições ($p < 0,001$) entre os estudantes que moram com os pais e aqueles que saíram da casa dos pais. Os dados de consumo de queijo amarelo ($p = 0,006$), biscoito doce ($p = 0,012$) e bebida fermentada ($p = 0,032$) apresentaram diferença entre os grupos referentes à moradia. Refrigerante diet/light ($p = 0,014$) e cerveja ($p = 0,07$) foram diferentes em relação ao sexo. Podemos concluir que, apesar da maioria da amostra estar eutrófica, fazem-se necessárias medidas preventivas, pois a tendência é a evolução do acúmulo de peso, considerando a baixa frequência de alimentos in natura, o que pode trazer complicações à saúde em populações cada vez mais jovens.

Palavras-chave: Estado Nutricional; Estudantes; Consumo de alimentos.

ABSTRACT

Obesity is a disease that is growing exponentially around the world and by 2025 it is projected that over 2.3 billion adults are overweight and over 700 million obese. In Brazil, the social, economic and technological changes that have occurred over the decades have resulted in changes in the eating habits and behavior of the population, which increasingly consumes food with high energy value and poor in micronutrients, due to a troubled routine due to work, study, housework, etc. The repetition and imbalance of this eating pattern are associated with metabolic disorders such as obesity, cardiovascular disease, systemic arterial hypertension, diabetes and cancer, which are the main causes of death in Brazil. These diseases are emerging in increasingly young populations, resulting in reduced quality of life. The aim of this study is to describe the nutritional profile of students from private universities in the state of São Paulo. A qualitative and quantitative electronic questionnaire was applied on characteristics of living standards and eating frequency among eighteen and twenty-five-year-old students enrolled in private universities in the state of São Paulo. Participation in this research was voluntary, students expressed interest in the study by accepting the informed consent form online. Statistical analysis was performed using the SPSS® software ($p < 0.05$). This study is approved by the Research Ethics Committee (CAAE: 02236918.4.0000.0062). The sample consisted of 171 participants, 39 men (22.8%) and 132 women (77.2%), and 122 (71.3%) lived with their parents and 49 (28.7%) did not. More than 80% of the total sample was enrolled in health care. Most had income > 10 MW (32.8%). Approximately 65% were classified as eutrophic and 26.5% were overweight, and 59.1% believe they eat healthy, 74.3% had breakfast, 61.4% had the habit of eating. lunch / dinner away from home, and only 2.9% had a diagnosis of chronic disease (s). As expected, significant differences were found when investigating family income ($p < 0.001$) if the participant studies and works ($p < 0.001$), and who prepares meals ($p < 0.001$) between students living with parents and those who They left their parents' house. The consumption data of yellow cheese ($p = 0.006$), sweet biscuit ($p = 0.012$) and fermented drink ($p = 0.032$) showed differences between the groups related to housing. Diet / light soda ($p = 0.014$) and beer ($p = 0.07$) were different in relation to gender. We can conclude that, although most of the sample is eutrophic, preventive measures are necessary, as the tendency is the evolution of weight accumulation, considering the low frequency of fresh foods, which can bring health complications in populations that are increasingly younger.

Key-words: Nutritional Status; Students; Food Consumption.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	6
1.1 Dados Epidemiológicos da Obesidade.....	7
1.2 Padrão Alimentar da População Brasileira.....	8
1.3 Fatores que influenciam o Perfil Nutricional.....	9
2 OBJETIVOS.....	11
2.1 Objetivo geral.....	11
2.2 Objetivo específicos.....	11
3 METODOLOGIA.....	12
3.1 Delineamento e casuística do estudo.....	12
3.2 Coleta de dados.....	12
3.2.1 Critérios de inclusão e exclusão.....	12
3.2.2 Questionário.....	13
3.3 Análise de dados.....	13
3.4 Aspectos éticos.....	13
3.5 Análise de risco e benefícios.....	14
4 CRONOGRAMA.....	15
5 RECURSOS.....	16
5.1 Recursos humanos.....	16
5.2 Recursos materiais.....	16
6 RESULTADOS.....	17
6.1 Dados Sócio econômicos e clínicos.....	17
6.2 Dados do questionário de frequência alimentar.....	18
7 DISCUSSÃO.....	21
8 CONCLUSÃO.....	25
9 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	26
ANEXO	31
APÊNDICES	36
PRÊMIO – IV CONGRESSO MULTIPROFISSIONAL 2019.....	59

1. INTRODUÇÃO

A Organização Mundial da Saúde (OMS) define qualidade de vida como “a percepção do indivíduo de sua posição na vida, no contexto da cultura e sistema de valores nos quais ele vive e em relação aos seus objetivos, expectativas padrões e preocupações” (OMS, 1998). A qualidade de vida de estudantes universitários está relacionada diretamente a fatores presentes em sua vida pessoal e acadêmica, como os aspectos relativos à família, saúde, questão financeira, conquistas e perdas, se tornar independente, escolher a profissão que irá desempenhar durante toda sua vida, e toda a questão midiática que cada vez mais é presente na rotina do mundo conectado de hoje em dia. Toda essa gama de fatores interfere diretamente no bem-estar psicológico, ambiental, físico e social de jovens adultos (LEITE, 2011).

Cada vez mais se sabe dos impactos positivos de uma alimentação balanceada quando feita de forma correta e sustentável na qualidade de vida (WHO, 1998). O maior preditor de sucesso de um plano alimentar é a adesão, que muitas vezes não é obtida em meio a uma rotina atribulada, principalmente no meio acadêmico. Durante a faculdade, o tempo é escasso e as atividades curriculares tendem a se acumular, não permitindo a dedicação necessária que um plano alimentar demanda (FEITOSA, 2010).

Segundo a OMS, o consumo excessivo de bebidas alcoólicas, tabagismo, sedentarismo, obesidade, dislipidemias e ingestão alimentar insuficiente de verduras, frutas e legumes são fatores de risco relacionados à grande maioria das mortes por doenças crônicas não transmissíveis. Este perfil alimentar é comum entre jovens universitários, pois nessa idade a preocupação com a saúde não é colocada em primeiro lugar, tornando difícil conciliar aspectos relacionados à saúde, aprendizado e prazer (FEITOSA, 2010).

Neste contexto, as doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs) estão surgindo em populações cada vez mais jovens, afetando o perfil de morbimortalidade, piorando consideravelmente a qualidade de vida e encurtando-a. Algumas das características mais marcantes das DCNTs são a latência e curso assintomático longos, com manifestações clínicas tardias e muitas vezes irreversíveis, evoluindo para diferentes níveis de incapacidade por perda de função, até a morte (LESSA, 2004). Se somarmos o modo com

que as DCNTs se manifestam, sendo quase sempre de forma silenciosa e progressiva, com o estilo de vida comumente adotado por universitários, que não priorizam nessa fase da vida sua própria saúde e alimentação, nota-se risco aumentado desse grupo desenvolver essas doenças de forma precoce, o que afetaria permanentemente a qualidade de vida dos mesmos (MARYANE, 2009).

1.1 Dados Epidemiológicos da Obesidade

A obesidade é considerada a desordem nutricional mais importante presente em países desenvolvidos, podendo atingir até 10% da sua população (FRANCISCHI, 2000). Os autores Kac e Velásquez-Meléndez (2003) relacionaram o aumento de peso com a incidência de doenças cardiovasculares, câncer e diabetes, influenciando o perfil de morbimortalidade das populações, com origens no estilo de vida sedentário e consumo alimentar inadequado e monótono.

Segundo a projeção mundial feita por Kelly *et al.* (2008), a quantidade de adultos com sobrepeso evoluirá de 937 milhões em 2005, para 2,16 bilhões em 2030, e de 396 milhões de obesos para alarmantes 1,12 bilhões, nesse mesmo intervalo de tempo.

O cenário brasileiro acompanha a tendência mundial quando o assunto é ganho de peso descontrolado, Porto (2019) aponta que mais da metade da população já está com sobrepeso ou obesidade, e esses percentuais tendem a aumentar cada vez mais.

Segundo os dados da última Pesquisa de Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico (Vigitel) de 2018, divulgada pelo Ministério da Saúde, os brasileiros incorporaram mais frutas e hortaliças no seu cardápio e estão fazendo mais exercício físico, porém os índices de obesidade continuam a crescer.

A taxa de obesidade no país passou de 11,8% para 19,8%, de 2006 a 2018, e maior prevalência foi encontrada entre as mulheres, com percentuais de 20,7%, contra 18,7% dos homens. O estudo aponta que o aumento do índice de obesidade esteve presente principalmente por duas faixas etárias: dos 25 aos 34 anos e dos 35 aos 44. Em relação ao excesso de peso, mais da

metade da população brasileira (55,8%) já se encontra nessa condição, sendo que em 2006, a proporção de brasileiros era de 42,6% (VIGITEL, 2018).

A pesquisa realizada por Feitosa (2010) indicou que alunos do Ensino Superior no início do curso apresentavam prevalência de sobrepeso semelhante à população mundial, tendendo ao aumento de peso nos últimos anos acadêmicos.

Fiates e Salles (2001) apontaram que o comportamento alimentar inadequado atinge principalmente indivíduos do sexo feminino, e a prevalência de doenças relacionadas a esse quadro é maior em estudantes universitários do curso de Nutrição, se comparado aos outros cursos. O público feminino acaba sendo o mais afetado, pois é o que apresenta as maiores taxas de ansiedade e distúrbios de imagem, como bulimia e compulsão alimentar, se comparado com o sexo masculino (KOSTANSKI, 1998). Esse fato pode ser justificado pelo padrão cultural que a sociedade impõe, com um normativo de beleza, onde o que é socialmente aceito é o corpo magro, levando o público feminino a desenvolver transtornos emocionais e insatisfação com a própria imagem por não se encaixarem dentro do padrão, afetando mulheres de todas as idades, principalmente as adolescentes (MATOS, 2002).

1.2 Padrão Alimentar da População Brasileira

Alterações oriundas das modificações sociais, econômicas e culturais que vêm ocorrendo no país, ao decorrer das décadas, culminaram em alterações nos hábitos e comportamento alimentar da população brasileira (PINHEIRO, 2004). Exemplo disso é o aumento de refeições feitas fora de casa, contribuindo para o crescente consumo de alimentos processados e a substituição das refeições principais por lanches/*snacks* com alto teor de calorias, gorduras, açúcar de adição e sódio (MONTEIRO, 2011; BEZERRA, 2009).

A repetição e o desbalanço desse padrão alimentar está associado com desordens metabólicas como a obesidade, as doenças cardiovasculares, a hipertensão, o diabetes e o câncer, os quais são as principais causas dos óbitos no Brasil (MALIK, 2009; SCHMIDT, 2011).

A pesquisa realizada por Souza (2013) apresentou que a alimentação do brasileiro é marcada pela introdução de alimentos processados de alta

densidade energética e bebidas com adição de açúcar, embora os hábitos tradicionais de alimentação ainda sejam mantidos, como o uso da farinha de mandioca na região Norte e Nordeste e do chá na região Sul. Desta forma, o aumento das taxas de excesso de peso e de distúrbios metabólicos que têm marcado o quadro epidemiológico e nutricional do País se mostram coerentes com o elevado consumo de alimentos processados e açúcares.

Dados recentes do Vigitel apontaram que na população adulta a frequência do consumo regular de frutas e hortaliças foi de 33,9%, sendo menor em homens do que em mulheres. Em ambos os sexos, o consumo regular de frutas e hortaliças tendeu a aumentar com a idade e com a escolaridade (Vigitel, 2018).

1.3 Fatores que influenciam o Perfil Nutricional

Sabe-se que o consumo alimentar do brasileiro vem sofrendo modificações multifatoriais que levam à mudança do perfil alimentar deste. Em paralelo, o ingresso na universidade significa uma nova etapa da vida e implica em deixar a casa dos pais fazendo com que seus hábitos como um todo, especialmente os alimentares sejam significativamente alterados (ALMEIDA, 2013). Nessa nova rotina, os estudantes têm que conciliar o novo local para morar e todas as dificuldades que cuidar de uma casa ou dividi-la com estranhos trazem consigo. Em paralelo, se adaptar a outro local, muitas vezes um estado diferente, com costumes que não seguem os padrões com que se teve contato durante toda a vida, se adequar ao nível de exigência que um curso superior requer, entre outros fatores, pode se tornar um desafio para manutenção da saúde (FEITOSA, 2010). Neste contexto, passam a buscar alternativas fáceis e rápidas para alimentar-se, deixando de lado um modelo de alimentação saudável, no qual se alimentar deixa de ser prioridade, e passa a ter característica de rapidez e praticidade (FEITOSA, 2010; CANSIAN, 2012). Um exemplo disso é quando os produtos industrializados passam a fazer parte do perfil alimentar e não da exceção (LINHARES, 2012), oferecendo mais calorias e menor aporte de nutrientes, empobrecendo a dieta e criando um ambiente favorável para o acúmulo de gordura corporal, um dos fatores de risco, que pode levar a obesidade se o mau hábito se tornar presente por muito tempo (NAHÁS, 1999).

Estudos feitos sobre o comportamento alimentar em estudantes que não moravam com os pais relacionaram a má alimentação ao fato de realizarem as refeições sozinhos, fazendo escolhas de forma sempre livre, sem ter uma pessoa para aconselhar. Os participantes alegaram que fazer as principais refeições acompanhados da família favorecia na escolha de alimentos saudáveis (FEITOSA, 2010).

Esses maus hábitos alimentares podem ser influenciados pelas novas relações sociais e novos comportamentos, assim como, pela ansiedade que pode transformar o ato de se alimentar num “refúgio” em situações de estresse mental e físico causadas pelas mudanças na rotina (GARCIA, 2013). O foco desses universitários passa a ser além de estudar e ter um bom desempenho acadêmico, a inclusão nesse novo meio social, buscando aceitação, no qual, o sono é colocado em segundo plano para participar de eventos, a alimentação é feita de forma despretensiosa, o consumo de álcool e tabaco cresce para se sentir parte do grupo e também por ser a primeira vez que esses jovens estão sem uma supervisão da família (FEITOSA, 2010).

O aumento exponencial das taxas de sobrepeso e obesidade em populações cada vez mais jovens, torna esse grupo de jovens adultos universitários, suscetível ao aparecimento de doenças crônicas não transmissíveis, cada vez mais precocemente. Quando a família, que faz uma mínima monitoração da qualidade dos alimentos ingerida é excluída e/ou a rotina muda, esse grupo torna-se cada vez mais vulnerável, evidenciando a necessidade de estudos que investiguem seu perfil nutricional e saúde.

2. OBJETIVOS

2.1 Objetivo Geral

Descrever o perfil nutricional de estudantes de universidades particulares distribuídas no Estado de São Paulo

2.2 Objetivos Específicos

Para a consecução do objetivo geral, faz-se necessário investigar os seguintes objetivos específicos:

- Estado nutricional de estudantes universitários distribuídos por sexo;
- Estado nutricional de estudantes universitários que não moram com os pais e/ou familiares;
- Consumo alimentar de estudantes universitários distribuídos por sexo;
- Consumo alimentar de estudantes universitários que não moram com os pais e/ou familiares;
- Auto percepção sobre alimentação dos estudantes universitários distribuídos por sexo;
- Auto percepção sobre alimentação saudável de estudantes universitários que não moram com os pais e/ou familiares.

3. METODOLOGIAS

3.1 Delineamento e casuística do estudo

O delineamento desta pesquisa correspondeu a um estudo transversal, desenvolvido em uma amostra de conveniência, não probabilística, composta por jovens e adultos, considerando a classificação etária da OMS, de ambos os sexos.

3.2 Coleta de dados

Essa pesquisa constituiu-se na aplicação de um questionário *on line* denominado “Questionário de Caracterização Social, Clínica e de Consumo Alimentar” (Apêndice 1), que foi hospedado em uma plataforma grátis, chamada Google Forms® (2018). Esse questionário foi composto por perguntas de múltipla escolha e “abertas”, que foram preenchidas de uma só vez.

A divulgação deste projeto e o recrutamento dos participantes que responderam o questionário se deu através de ambientes virtuais dos pesquisadores envolvidos, como por exemplo, e-mail, aplicativo de mensagens (WhatsApp®) e mídias sociais (Facebook® e Instagram®).

Após aceitarem o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), primeira etapa na plataforma Google Forms®, foi dada início à coleta de dados através da aplicação do questionário *on line* qualitativo e quantitativo sobre as características que envolvem o padrão de vida de universitários e seu consumo alimentar, caracterizando o perfil nutricional da amostra estudada.

3.2.1 Critérios de inclusão e exclusão

Os critérios de inclusão estão descritos abaixo:

- ✓ Indivíduos matriculados em Instituição de Ensino Superior (IES) particular do Estado de São Paulo;
- ✓ Indivíduos acima de 18 anos;
- ✓ Indivíduos com idade abaixo de 26 anos;
- ✓ Indivíduos que concordaram e aceitaram o TCLE (APÊNDICE 02);
- ✓ Indivíduos com acesso à internet via computador e/ou celular;
- ✓ Indivíduos comprometidos em responder todas as perguntas do questionário do estudo.

Como critérios de exclusão, apontamos os indivíduos abaixo de 18 anos, pela necessidade da autorização prévia dos pais e/ou responsáveis para participarem desta pesquisa.

3.2.2 Questionário

O questionário foi auto administrativo e no formato *on line*, o que facilitou a divulgação e a coleta de dados.

O questionário *on line* apresentou 77 perguntas e foi dividido em duas partes: dados pessoais e clínicos, e informações de frequência do consumo alimentar e grupos de alimentos. Ver APÊNDICE 01.

A lista dos grupos alimentares adotados, juntamente com as opções de resposta em relação à frequência de consumo foram elaboradas e validadas por RIBEIRO e colaboradores (2006). E, o tamanho da porção média foi adaptado de MELLO e colaboradores (2008). Foram incluídas três perguntas sobre o consumo de bebidas alcoólicas, por esse ser um hábito frequente entre o público alvo.

3.3 Análise de dados

Após a aplicação do questionário *on line*, os resultados foram analisados e expressos em tabelas, construídos de forma a facilitar a interpretação dos resultados para posterior discussão. Para os dados quantitativos, foram feitas análises estatísticas com o auxílio do programa *Statistical Package for the Social Sciences*® (SPSS), versão 20.0 (SPSS Incorporation, 2006).

3.4 Aspectos éticos

A participação neste estudo foi voluntária. A pesquisa teve início após a aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário São Camilo (CAAE: 02236918.4.0000.0062) (ANEXO).

O presente estudo salvaguardou o respeito e os direitos dos participantes de pesquisa e atendendo as exigências éticas de uma pesquisa envolvendo seres humanos.

Para a realização da pesquisa, todos os participantes foram informados sobre os objetivos, os procedimentos, a ausência de riscos e os benefícios da participação na pesquisa, sendo necessária aceitarem o TCLE (APÊNDICE

02). Este termo foi elaborado em linguagem clara e acessível, contendo todas as informações necessárias para garantir a segurança do público alvo, sendo assegurados a confiabilidade e o sigilo das informações, conforme orientação da Resolução nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde.

3.5 Análises de riscos e benefícios

A presente pesquisa não conteve riscos à saúde dos indivíduos. Não há benefícios diretos aos voluntários que aceitaram participar, porém espera-se que através deste trabalho haja uma maior motivação dos indivíduos e sensibilização para a criação de programas de alimentação saudável para este público.

5. RECURSOS

5.1 Recursos Humanos

Para a elaboração e o desenvolvimento desta pesquisa estiveram envolvidos um docente e dois alunos, todos do curso de Nutrição do Centro Universitário São Camilo. Os alunos foram os responsáveis pela revisão bibliográfica, material escrito, coleta e análise dos dados, mediante supervisão realizada pela docente.

5.2 Recursos Materiais

A pesquisa não prevê custo estimado, pois a hospedagem do questionário *on line* na plataforma Google Forms® é gratuita.

6. RESULTADOS

A proposta deste estudo é avaliar o consumo alimentar dos estudantes na amostra geral, e divididos por sexo e tipo de moradia [com os pais e sozinho, com amigo(s) e/ou parceiro(a)].

6.1 Dados Sócio Econômicos e Clínicos

O estudo foi composto por 171 participantes, sendo 39 do sexo masculino (22,8%) e 132 do sexo feminino (77,2%), onde 122 (71,3%) moravam com os pais e 49 (28,7%) não. As mulheres foram maioria nesse estudo, elas também representaram maior número no quesito de residir com os pais (77,9%).

De uma maneira geral, a maioria dos participantes apenas estuda (64,3%), frequenta curso na área da saúde (81,3%), em especial, Nutrição (48,9% dos que cursam a área da saúde). A renda familiar da maioria dos estudantes se encontra na faixa mais que 10 salários mínimos (32,8%). Como esperado, foram encontradas diferenças significativas ao investigar renda familiar ($p < 0,001$), se o participante estuda e trabalha ($p < 0,001$), e quem prepara as refeições ($p < 0,001$) entre os estudantes que moram com os pais e aqueles que saíram da casa dos pais. Em relação ao sexo, houve diferença entre as áreas do curso ($p < 0,001$), porém com manutenção da predominância de cursos da área da saúde em ambos os sexos.

Cerca de 4% não apresentam o hábito de fumar, acompanhando a tendência mundial na redução do número de tabagistas.

Menos de 3% relataram apresentar algum diagnóstico de doença crônica. Aproximadamente, 67% apresentam eutrofia, e a segunda maior frequência de estado nutricional encontrado foi para o sobrepeso (17,5%).

Mais da metade da amostra (59,1%) refere possuir uma alimentação saudável, não apresentando diferença de auto percepção sobre alimentação saudável em relação ao sexo e à moradia. A maioria relatou que os pais que preparam as refeições (44,4%), tendo a figura materna como a principal responsável. Cerca de 75% relata tomar café da manhã frequentemente, e

mais de 60% realizam almoço/jantar fora de casa. Em relação ao sexo, os homens (74,4%) apresentam maior frequência de realização de almoço/jantar comparado às mulheres (57,6%) ($p = 0,042$).

6.2 Dados do questionário de frequência alimentar

Num primeiro momento, é apresentado no APÊNDICE 3 a frequência alimentar da amostra total ($n=171$).

Na **Tabela 1**, encontram-se os dados de consumo de refrigerante diet e light ($p = 0,014$), e cerveja de acordo com o sexo ($p = 0,07$); as demais variáveis referentes ao consumo não apresentaram diferença significativa (ver APÊNDICE 4).

Tabela 1: Frequência alimentar distribuído de acordo com o sexo.

	Masculino	Feminino	p
	n (%)	n (%)	
Refrigerante Diet/Light			0,014
1x/dia	0	1 (0,8)	
2 ou mais/dia	1 (2,6)	1 (0,8)	
5-6x/sem	0	2 (1,5)	
2-4x/sem	1 (2,6)	4 (3,0)	
1x/sem	3 (7,7)	3 (2,3)	
1-3x/mês	7 (17,9)	4 (3,0)	
Raro/nunca	27 (69,2)	117 (88,6)	
Cerveja			0,007
1x/dia	1 (2,6)	0	
2 ou mais/dia	1 (2,6)	1 (0,8)	
5-6x/sem	2 (5,1)	3 (2,3)	
2-4x/sem	6 (15,4)	10 (7,6)	
1x/sem	10 (25,6)	20 (15,2)	
1-3x/mês	9 (23,1)	18 (13,8)	
Raro/nunca	10 (25,6)	80 (60,6)	

$n = 171$. Teste qui-quadrado.

Seguem abaixo (**Tabela 2**) as análises das respostas dos questionários de frequência alimentar que apresentaram diferença estatística entre os grupos (participantes que moram com os pais e que não moram com os pais). A frequência do consumo de queijo amarelo, biscoito doce e bebida fermentada apresentou diferença entre os grupos com $p=0,006$; $p=0,012$ e $p=0,032$, respectivamente. Os demais alimentos e grupos alimentares não exibiram diferença significativa entre os grupos (ver APÊNDICE 4).

Tabela 2: Frequência alimentar distribuído de acordo com a moradia.

	Mora com os pais	Não mora com os	p
	n (%)	pais n (%)	
Queijo amarelo			0,006
1x/dia	12 (9,8)	2 (6,1)	
2 ou mais/dia	0 (0)	2 (6,1)	
5-6x/sem	3 (2,5)	5 (10,2)	
2-4x/sem	35 (28,7)	17 (34,7)	
1x/sem	22 (18,0)	2 (4,1)	
1-3x/mês	29 (23,8)	10 (20,4)	
Raro/nunca	21 (17,2)	9 (18,4)	
Biscoito doce			0,012
1x/dia	2 (1,6)	3 (6,1)	
2 ou mais/dia	1 (0,8)	1 (2,0)	
5-6x/sem	5 (4,1)	1 (2,0)	
2-4x/sem	8 (6,6)	12 (24,5)	
1x/sem	13 (10,7)	2 (4,1)	
1-3x/mês	29 (23,8)	7 (14,3)	
Raro/nunca	64 (52,5)	23 (46,9)	
Bebida Fermentada			0,032
1x/dia	0 (0)	0 (0)	
2 ou mais/dia	0 (0)	0 (0)	
5-6x/sem	0 (0)	0 (0)	
2-4x/sem	1 (0,8)	0 (0)	

1x/sem	13 (10,7)	8 (16,3)
1-3x/mês	21 (17,2)	17 (34,7)
Raro/nunca	87 (71,3)	24 (49,0)

n= 171. Teste qui-quadrado.

7. DISCUSSÃO

O presente estudo foi composto por 171 participantes, com maioria composta por mulheres (n=132, 77,2%). Esse cenário pode ser justificado pois houve maior adesão de participantes matriculados em cursos da área da saúde, no qual o público feminino é consideravelmente maior (MARCONATO, 2016). Destaque deve ser dado ao curso de Nutrição, de maioria mulheres. Penz (2008) analisou entre as estudantes de Nutrição que existe uma maior preocupação com o peso, imagem corporal e busca por uma alimentação equilibrada. Estas características podem justificar o consumo alimentar similar entre os grupos deste estudo, considerando sexo e moradia.

Os resultados apresentados por Levy *et al.* (2010) revelaram que alunos de escolas públicas e privadas apresentaram consumo de guloseimas e refrigerantes em níveis preocupantes, assim como o hábito de se alimentarem assistindo televisão. Se nenhuma estratégia de intervenção for colocada em prática, estas características podem corroborar para um hábito alimentar não saudável, podendo levar ao excesso de peso no início da vida adulta.

Viana (2019) identificou fatores de riscos importantes em universitários, como obesidade, sedentarismo, hipertensão, consumo de dieta não saudável e predisposição genética. Os homens apresentaram mais fatores dos que as mulheres, as faixas etárias mais jovens de 18-20 anos encontravam-se mais sedentários e mais obesos, e, as faixas etárias mais velhas apresentaram hipertensão e consumo de dieta não saudável.

A maioria dos participantes apresentou elevada renda familiar, o que justifica a maior porcentagem encontrada de universitários que apenas estudavam. Esta característica pode ser extrapolada ao fato que, provavelmente, estes indivíduos devem ter tempo suficiente para realizar as suas refeições, diferentemente de quem tem uma rotina de trabalho e estudo concomitante. Este perfil intensifica a similaridade do consumo alimentar entre os grupos (sexo e moradia).

Entretanto, no ambiente universitário, por muitas vezes é encontrado uma realidade na qual existe uma sobrecarga de atividades em um curto período de tempo, o que não permite que as refeições sejam feitas em casa

(MARCONATO, 2016). A busca pela praticidade é comum neste público. Lanchonetes próximas de faculdade tornam o local perfeito para a realização de refeições, com o consumo de lanches rápidos, de alta densidade calórica e com pobre valor nutricional (TRONCOSO, 2009). Os resultados analisados corroboram com esses dados, pois, aproximadamente, 60% realizavam o almoço ou o jantar fora de casa, provavelmente em virtude de uma rotina de estudos atribulada. Pode-se supor que mesmo realizando o almoço ou jantar fora de casa, os universitários, por serem da área da saúde, contrariem o consumo usual dos universitários citado por Troncoso (2009), e optem por refeições, contendo alimentos com maior teor de vitaminas e minerais, e evitem preparações desequilibradas com elevada densidade calórica.

Entretanto, cuidados com o preparo da própria alimentação é uma tarefa que demanda dedicação e compete tempo com as atividades acadêmicas, onde por muitas vezes, o universitário prioriza ter sucesso acadêmico em detrimento de sua saúde (ALVES, 2007).

O estudo realizado por Hartmann (2015) obteve resultados semelhantes com a presente pesquisa. A maioria dos participantes foi classificada como eutrófica, aproximadamente 65%. Neste estudo também foi observado prevalência de, aproximadamente, 20% de sobrepeso na amostra de universitários estudada. Este perfil nutricional é alarmante, principalmente entre jovens adultos. Sabe-se que a taxa de sobrepeso tende a aumentar a partir dos 24 anos, idade da maioria dos participantes do estudo, e esse excesso de peso pode evoluir com o surgimento precoce de DCNT, trazendo complicações para a saúde ao longo da vida (KANT, 2004).

Um ponto positivo encontrado foi para a baixa prevalência de doenças crônicas não transmissíveis, estando presente em níveis irrisórios na população estudada (menos de 3,0%). Este dado contraria o cenário mundial, que apresenta números alarmantes de pressão arterial sistêmica elevada, diabetes, câncer, doenças cardiovasculares em populações cada vez mais jovens (VIEIRA, 2002).

A prevalência de tabagistas foi de aproximadamente 4%, o que corrobora com a literatura, que nos mostra a redução e manutenção do número de tabagistas ao longo da última década (Petribú, 2008).

Monteiro *et al.* (2009) e Lima (2019) obtiveram dados semelhantes ao analisarem o consumo alimentar de estudantes universitários, no qual, a maioria dos participantes acreditavam que tinham uma alimentação saudável. Evidenciando mais uma vez o possível impacto dos cursos da área da saúde na alimentação dos estudantes.

Contrapondo os dados apresentados acima, Michelotti *et al.* (2019), também avaliaram universitários com predominância feminina, e foi observado que a maioria dos acadêmicos, independente de pertencer à área da saúde ou não, não possuem uma alimentação saudável, com reduzida ingestão de leites e derivados, verduras e legumes.

Em relação ao resultado do questionário de frequência alimentar, o consumo de pães e refrigerantes encontrado foi reduzido, com maioria consumindo menos de uma vez por semana. A maioria dos doces também foi relatada na ordem de menos de uma vez por semana, a única ressalva vai para o chocolate, onde a maioria da amostra consome de duas a quatro vezes por semana.

Sobre a ingestão de leite e derivados, foi encontrado uma baixa frequência de consumo, corroborando com Santos *et al.* (2005) e Alves e Boog (2007) que também observaram baixo consumo dos alimentos desse grupo. A ingestão adequada dos produtos lácteos é importante, uma vez que esse grupo é a principal fonte de cálcio da dieta e também contém proteínas de alto valor biológico (MONTEIRO, 2009).

O consumo de proteínas de fonte animal encontrado foi reduzido, a maior parte dos estudantes, consome frango e carne bovina de duas a quatro vezes por semana, peixes uma vez na semana e ovo frito/cozido raro/nunca, esse dado vai contra o usual consumo proteico do brasileiro, principalmente do adulto, que tem por característica, uma alta ingestão desse macronutriente (SOUZA, 2019). Souza (2019) também apresentou dados da população universitária jovem, que mostram que mais da metade da sua amostra consomem mais proteína do que o recomendado para a população no geral.

Em relação à amostra total, aproximadamente, um terço consumia frutas duas ou mais vezes por dia. Verduras cruas uma vez por dia, e verduras cozidas/refogadas relato em sua maioria raro/nunca, e tubérculos consumo de uma a quatro vezes por semana.

Apesar de mais da metade dos participantes deste estudo se classificarem como eutrófico, o padrão alimentar apresenta baixo consumo de alimentos in natura, e que está em sintonia com estudos feitos por Jaime *et al.* (2007), Toral *et al.* (2006) e Souza (2012).

O consumo de álcool foi parecido com os valores citados por Vieira *et al.* (2002), que encontraram um consumo de bebida alcoólica de 73,5% dos seus entrevistados. No presente estudo, aproximadamente, metade da amostra apresenta consumo de álcool, que varia de 1-3x/mês e 1x/ semana, caracterizando a amostra como bebedores discretos, geralmente aos finais de semana em festas e eventos sociais, segundo Silva *et al.* (2005).

O consumo de café apresentou maior frequência na categoria nunca/raro, com aproximadamente 60,0% da amostra total, dado coerente com o perfil da amostra que compreende indivíduos de 18 a 25 anos, que geralmente têm consumo de café discreto. Arruda *et al.* (2007) e Sette (2000) associaram o consumo da bebida como hábito de pessoas mais velhas, nervosas e estressadas por causa da vida profissional, estando seu consumo também ligado ao tabagismo, o que afasta uma parcela dos universitários mais jovens.

A família, neste estudo não teve impacto relevante no padrão alimentar dos universitários, porém Melo *et al.* (2017) apresentaram que o comportamento dos pais durante a refeição pode influenciar no índice de massa corporal dos seus filhos, pois estes comumente projetam as ações dos pais no seu dia a dia, inclusive no momento da escolha e consumo de alimentos.

Os dados sobre o consumo alimentar foram coletados através do Questionário de Frequência Alimentar (QFA), que é de fácil aplicação, custo baixo e é o método mais popular nos estudos epidemiológicos para avaliação do consumo dietético. Esta ferramenta é capaz de relacionar a dieta com o risco de doenças crônicas não transmissíveis (CARDOSO, 2007). Porém, tem limitações como qualquer outro método. Sabe-se que a maior quantidade de erros relacionados ao QFA é devido às restrições impostas por uma lista fixa de alimentos, pelo apelo à memória e pela margem existente para interpretação das porções e das perguntas, podendo gerar resultados não tão confiáveis (PEDRAZA, 2015).

8. CONCLUSÃO

Não houve diferença em relação ao consumo alimentar e a auto percepção sobre alimentação saudável entre os sexos e em relação à moradia, exceto para o consumo de refrigerante diet/light e cerveja em relação ao sexo, e biscoito doce, a bebida fermentada e o queijo amarelo em relação à moradia. Muito dessa semelhança se deve aos participantes serem de cursos da área da saúde, principalmente de Nutrição, e predominantemente, mulheres que se preocupam mais com a qualidade da alimentação.

A maioria dos universitários era proveniente de famílias de alta renda, o que facilita o acesso aos alimentos, mesmo quando fora de casa, pois existe o recurso financeiro para a compra de refeições, que usualmente são mais caras que lanches e guloseimas. A alta renda também refletiu em uma maior prevalência de universitários que apenas tinham vínculo estudantil, possibilitando um maior conforto e tempo para o planejamento, preparo e consumo das refeições comparado aos alunos que estudam e trabalham.

Com maioria eutrófica, a amostra não apresenta índices preocupantes com relação às complicações relacionadas ao excesso peso. Entretanto, 26,5% dos estudantes se encontram com sobrepeso ou obesidade, o que deve ser monitorado, para evitar o surgimento de doenças crônicas não transmissíveis no futuro.

Conclui-se que por mais que a maioria da amostra esteja eutrófica, a qualidade da alimentação é ruim, pois provavelmente não deve atender as recomendações de micronutrientes por apresentar baixo consumo de alimentos in natura. Para tanto, se faz necessário medidas preventivas para a manutenção do peso adequado, pois se não for monitorado tende a aumentar e trazer complicações futuras para a saúde e qualidade de vida dessa amostra

9. REFERÊNCIAS

ABESO - Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e síndrome metabólica. Disponível em: <<http://www.abeso.org.br/atitude-saudavel/mapa-obesidade>> Acesso em 06/09/2019.

ALMEIDA, A. B. P. *et al.* Avaliação do comportamento alimentar de estudantes universitários. **Nutrire**. São Paulo, v. 38, p. 411, 2013.

ALVES, H. J.; BOOG, M. C. F. Comportamento alimentar em moradia estudantil: um espaço para promoção da saúde. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 41, n. 2, p. 197-204, 2007.

ALVES, R.; PRECIOSO, J. Hábitos Alimentares dos/as Estudantes do Ensino Superior. **Revista de Estudios e Investigación en Psicología y Educación**. 2017, Vol. Extr., No. 14.

ARRUDA, A. C.; FERREIRA, M. A. M.; MINIM, V. P. R. Perfil dos consumidores de café de Viçosa/MG: Um estudo exploratório. **Simpósio de Pesquisas de Cafés do Brasil**, 5, 2007, Águas de Lindóia.

BEZERRA, I. N.; SICHIERI, R. Eating out of home and obesity: a Brazilian nationwide survey. **Public Health Nutr.** 2009;12(11):2037-43.

BRASIL. Ministério do Planejamento, Orçamento e Gestão, Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, Pesquisa de orçamentos familiares 2008-2009. Antropometria e Estado Nutricional de Crianças, adolescentes e adultos no Brasil. Rio de Janeiro: **IBGE**; 2010.

CAMPOS, M. O. C.; NETO, J. F. R. Doenças crônicas não transmissíveis: fatores de risco e repercussão na qualidade de vida. **Revista Baiana de Saúde Pública**, v.33, n.4, p.561-581, out./dez, 2009.

CANSIAN, A. C. C. *et al.* Avaliação da ingestão de frutas e hortaliças entre estudantes universitários. **Nutrire**. São Paulo, v. 37, n. 1, p. 54-63, 2012.

CARDOSO, M. A. Desenvolvimento, validação e aplicações de questionários de frequência alimentar em estudos epidemiológicos. Rio de Janeiro: **Editora FIOCRUZ/Atheneu**, 2007, pp. 201-212. ISBN 978-85- 7541-320-3.

CARMO, I. *et al.* Estratégias da educação alimentar nas sociedades desenvolvidas. **Departamento de Metodologias da Educação**. Universidade do Minho, 1999.

COSTA, L. C. F.; VASCONCELOS, F. A. G. Influência de fatores socioeconômicos, comportamentais e nutricionais na insatisfação com a imagem corporal de universitárias em Florianópolis, SC. **Revista Brasileira de Epidemiologia** 2010; 13(4): 665-76.

FEITOSA, E. P. S. *et al.* Hábitos Alimentares de Estudantes de uma Universidade Pública no Nordeste, Brasil. **Alim. Nutr.**, Araraquara ISSN 0103-4235 v. 21, n. 2, p. 225-230, abr./jun. 2010.

FIATES G. M. R., SALES, R. K. Fatores de risco para o desenvolvimento de distúrbios alimentares: um estudo em universitárias. **Revista Nutrição**, 2001. 14, 3–6.

FLECK, M. P. A; CHACHAMOVICH, E; TRENTINI, C. M. Projeto WHOQOL-OLD: método e resultados de grupos focais no Brasil. **Rev Saúde Pública**. Rio Grande do Sul, v.37, n. 6, p.793-799, 2003.

FRANCISCHI, R.P.R., *et al.* Obesidade: atualização sobre sua etiologia, FRAN morbidade e tratamento. **Revista de Nutrição**, 2000; 13(1):17-28.

GARCIA, D. *et al.* Physical Activity and Dietary Habits in a University Population. **Biomed Biopharm Res. Portugal**, v. 9, n. 2, p. 147-158, 2013.

HARTMANN, Y. Avaliação do consumo alimentar de estudantes frequentadores do Restaurante Universitário da Universidade de Brasília. 2015. 79 f. Dissertação (Mestrado) – **Faculdade de Ciências da Saúde**, Universidade de Brasília, Brasília, 2015.

JAIME P. C.; MACHADO F. M. S.; WESTPHAL M. F.; MONTEIRO C. A. Educação nutricional e consumo de frutas e hortaliças: ensaio comunitário controlado. **Rev Saúde Pública**. 2007; 41(1):154-57. doi: 10.1590/S0034-89102006005000014.

KAC, G.; VELÁSQUEZ-MELÉNDEZ, G. A transição nutricional a epidemiologia da obesidade na América Latina. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, 19(Sup. 1):S4-S5, 2003.

KANT, A. K.; GRAUBARD, B. I. Eating out in America, 1987-2000, trends and nutritional correlates. **Prev. Med.**, v. 36, n. 2, p. 243-249, 2004.

KELLY, T. *et al.* Global burden of obesity in 2005 and projections to 2030. **International Journal of Obesity**, n. 32, p. 1431–1437, 2008.

KOSTANSKI, M. Adolescent body image dissatisfaction: relationship with self-esteem, Anxiety, and depression controlling for body mass. **Journal of Child Psychology and Psychiatric**, 39 (2), 255-262, 1998.

LEITE, A. C. B *et al.* Qualidade de vida e condições de saúde de acadêmicos de nutrição. **Revista Espaço para a Saúde. Londrina**. v. 13, n. 1, p. 82-90, 2011.

LESSA, I. O adulto brasileiro e as doenças da modernidade: epidemiologia das doenças crônicas não transmissíveis. **Ciência & Saúde Coletiva**, 9(4):931-943, 2004.

LEVY, R. B. *et al.* Consumo e comportamento alimentar entre adolescentes brasileiros: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE). **Ciência e Saúde Coletiva**. 15 (Supl. 2): 3085-3097. 2010.

LIMA, K.A. Escolha Alimentar de Universitários de Uma Universidade do Paraná. **Visão Acadêmica**, Curitiba, v. 20 n. 1, Jan - Mar./ 2019 - ISSN 1518 – 8361.

LINHARES, A. S. L. Consumo alimentar fora de casa, seus fatores determinantes e associação ao padrão alimentar mediterrâneo. **Trabalho de investigação**. Porto, 2012.

MACIEL, E. S.; SONATI, J. G.; MODENEZE, D. M.; VASCONCELOS, J. S.; VILARTA, R. Consumo alimentar, estado nutricional e nível de atividade física em comunidade universitária brasileira. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 25, n. 6, pp. 707- 718, nov-dez, 2012.

MALIK, V.S. *et al.* Sugar-sweetened beverages and risk of metabolic syndrome and type 2 diabetes: a metaanalysis. **Diabetes Care**. 2010;33(11):2477-83.

MARCONATO, M. S. F. *et al.* Hábito Alimentar de Universitários Iniciantes e Concluintes do Curso de Nutrição de uma Universidade do Interior Paulista. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**. São Paulo. v.10. n.58. p.180-188. Jul./ago. 2016. ISSN 1981- 9919.

MARCONDELLI, P.; COSTA, T. H. M.; SCHMITZ, B. A. S. Nível de atividade física e hábitos alimentares de universitários do 3º ao 5º semestres da área da saúde. **Revista de Nutrição**, Campinas, 21(1):39-47, jan./fev., 2008.

MATOS, M. I. R.; ARANHA, L. S.; FARIA, A. N.; FERREIRA, S. R. G.; BACALTCHUCK, J.; & ZANELLA, M. T. Binge eating disorder, anxiety, depression and body image in grade III obesity patients. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, 24 (4), 165-169, 2002.

MELLO, A. P. Q.; LIMA, P. A.; VERDE, S. M. M. L.; DAMASCENO, N. R. T. Calibration study of a quantitative food frequency questionnaire applied to population with different cardiovascular risks. **Nutrire: rev. Soc. Bras. Alim. Nutr. = J. Brazilian Soc. Food Nutr.**, São Paulo, SP, v. 33, n. 2, p. 13-28, ago. 2008.

MELO, K. M. *et al.* Influência do comportamento dos pais durante a refeição e no excesso de peso na infância. **Associação Educativa do Brasil**. Universidade Estadual de Montes Claros. Montes Claros, MG, Brasil. 2017.

MICHELOTTI, T. C. *et al.* Qualidade da Dieta de Universitários. Trabalho Final de Graduação do Curso de Graduação em Nutrição. **6º Congresso Internacional em Saúde**. Universidade Franciscana. 2019.

MINAYO MCS, HARTZ ZMA, BUSS PM. Qualidade de vida e saúde: um debate necessário. **Ciênc Saúde Colet**; 2000.

MONTEIRO, C. A.; LEVY R. B., CLARO R. M.; CASTRO I. R.; CANNON G. Increasing consumption of ultra-processed foods and likely impact on human health: evidence from Brazil. **Public Health Nutr.** 2011;14(1):5-13.

MONTEIRO, M. R. P. *et al.* Hábito e consumo alimentar de estudantes do sexo feminino dos cursos de Nutrição e de Enfermagem de uma universidade pública brasileira. **Rev. APS**, v. 12, n. 3, p. 271-277, jul./set. 2009.

MOREIRA T. M. M., GOMES E. B., SANTOS J. C. Fatores de risco cardiovasculares em adultos jovens com hipertensão arterial e/ou diabetes mellitus. **Rev Gaúcha Enferm.** 2010; 31(4):662-669.

NAHÁS, M.V. Obesidade, controle de peso e atividade física. Londrina: **Midiograf**, 1999.

PEDRAZA DF, Menezes TN. Questionários de Frequência de Consumo Alimentar desenvolvidos e validados para população do Brasil: revisão da literatura. **Ciênc. Saúde coletiva.** 2015; 20 (9): 2697-2720.

PENZ, L. R. *et al.* Risco para desenvolvimento de transtornos alimentares em estudantes de Nutrição. **Sci. med.**, Porto Alegre, v. 18, n. 3, p. 124-128. 2008.

PETRIBÚ M. M. V. Consumo alimentar e risco de doença cardiovascular em universitários. Programa de Pós-graduação em Nutrição [mestrado]. Recife: **Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal de Pernambuco**; 2008.

PHILIPPI, J. M. de S. O uso de suplementos alimentares e hábitos de vida de universitários. **Universidade Federal de Santa Catarina**, 2004.

PINHEIRO, A. R. O.; FREITAS, S. F. T; CORSO, A. C. T. Uma abordagem epidemiológica da obesidade. **Revista de Nutrição**, Campinas, 17(4):523-533, out./dez., 2004.

PORTO, T. N. R. dos S.; CARDOSO, C. L. da R.; BALDOINO, L. S.; MARTINS, V. de S.; ALCÂNTARA, S. M. L.; CARVALHO, D. P. 2019. Prevalência do excesso de peso e fatores de risco para obesidade em adultos. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, (22), e308. <https://doi.org/10.25248/reas.e308.2019>.

SALVE, M. G. C. Obesidade e Peso Corporal: riscos e consequências. **Movimento & Percepção**, Espírito Santo de Pinhal, SP, v.6, n.8, jan./jun. 2006.

SANTOS J.S.; COSTA C. O. M.; SOBRINHO C. L. N.; SILVA M. C. M.; SOUZA K. E. P; MELO B.O. Perfil antropométrico e consumo alimentar de adolescentes de Teixeira de Freitas – Bahia. **Rev Nutr.** 2005;18(5):623-32.

SANTOS, A. K. G. V.; REIS, C. C.; CHAUD, D. M. A.; MORIMOTO, J. M. Qualidade de Vida e Alimentação de Estudantes Universitários que Moram na Região Central de São Paulo sem a Presença dos Pais ou Responsáveis. **Revista Simbio-Logias**, V.7, n. 10, Dez/2014.

SCHMIDT, M. I., *et al.* Chronic noncommunicable diseases in Brazil: burden and current challenges. **Lancet.** 2011;377(9781):1949-61.

SETTE, R. de S. Significado do café para jovens brasileiros. Simpósio de Pesquisas de Cafés do Brasil. Resumos expandidos... Brasília, DF. **Embrapa Café**; Belo Horizonte: Minasplan, 2000.

SILVA, L. V. E. R *et al.* Fatores associados ao consumo de álcool e drogas entre estudantes universitários. **Departamento de Psiquiatria**. Faculdade de Medicina. USP. São Paulo, SP, Brasil, 2005.

SIRA, N.; PAWLAK, R. Prevalence of overweight and obesity, and dieting attitudes among Caucasian and African American college students in Eastern North Carolina: A cross-sectional survey. **Nutrition Research and Practice**, Seoul, v. 4, n. 1, p. 36-42, fev., 2010.

SOUZA, A. M.; PEREIRA, R. A.; YOKOO, E. M.; LEVY, R. B.; SICHIERIL, R. Alimentos mais consumidos no Brasil: Inquérito Nacional de Alimentação 2008-2009. **Rev Saúde Pública**, 2013.

SOUZA, D. P. Avaliação do estado nutricional e consumo alimentar de acadêmicos do Curso de Nutrição da Universidade Federal de Pelotas. **Clinical & Biomedical Research**, [S.l.], v. 32, n. 3, oct. 2012. ISSN 2357-9730. Available at: <<https://www.seer.ufrgs.br/hcpa/article/view/23180>>. Date accessed: 23 oct. 2019.

TORAL N.; SLATER B.; CINTRA I. P.; FISBERG M. Comportamento alimentar de adolescentes em relação ao consumo de frutas e verduras. **Rev Nutr.** 2006; 19(3):331-40. doi: 10.1590/S1415-5273200600 0300004.

TRONCOSO, C.; AMAYA, J. P. Factores sociales en las conductas alimentarias de estudiantes universitarios. **Rev. Chil. Nutr.**, v. 36, n. 4, p.1090-1097, dec. 2009.

VIANA, S. A. C.; SALOMÃO, T. B; OLIVON, V. C.; PEREIRA, A. L. P. F.; VIANA, J. C. Avaliação do Risco para Desenvolvimento de Diabetes Mellitus Tipo 2 em Estudantes Universitários. **Revista Ciência Plural**, v. 5, n. 2, p. 94-110, 26 ago. 2019.

VIEIRA V. C. R. *et al.* Perfil socioeconômico, nutricional e de saúde de adolescentes recém-ingressos em uma universidade pública brasileira. **Rev Nutr.** 2002;15(3):273-82.

VIEIRA, V. C. R. *et al.* Perfil socioeconômico, nutricional e de saúde de adolescentes recém-ingressos em uma universidade pública brasileira. **Rev. Nutr.**, Campinas, v. 15, n. 3, p. 273-282, set/dez. 2002.

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 / **Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde, Departamento de Vigilância de Doenças e Agravos não Transmissíveis e Promoção da Saúde**. – Brasília: Ministério da Saúde, 2019.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Obesity: Preventing and managing the global epidemic. **Report of a WHO Consultation on Obesity**. Geneva; 1998.

ANEXO



CENTRO UNIVERSITÁRIO SÃO
CAMILO - UNISC



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: Impacto da Família no Perfil Nutricional de Estudantes de Universidades Particulares no Estado de São Paulo

Pesquisador: ANA PAULA DE QUEIROZ MELLO

Área Temática:

Versão: 1

CAAE: 02236918.4.0000.0062

Instituição Proponente: Centro Universitário São Camilo

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 3.056.065

Apresentação do Projeto:

O presente estudo é sobre a importância de uma alimentação balanceada quando feita de forma correta e sustentável. Contudo, apesar dos benefícios que um plano alimentar bem elaborado pode trazer, são superados às vezes pela dificuldade na sua execução, tornando-se um desafio que muitas vezes se perde em meio a uma rotina atribulada e com falta de tempo em certos momentos da vida, por ex: durante o período acadêmico entre universitários. A qualidade de vida de estudantes está relacionada diretamente a fatores presentes em sua vida pessoal e acadêmica como aspectos relativos a família, saúde, questão financeira e outras, constituindo uma gama de fatores que interferem diretamente no bem estar psicológico, ambiental, físico e social desses jovens adultos.

O comportamento alimentar inadequado, segundo pesquisas, atinge principalmente indivíduos do sexo feminino e a prevalência de doenças como obesidade, doenças cardio-vasculares, câncer, diabetes e outras.

Pesquisas vem também mostrando que o padrão alimentar da população brasileira mostra alterações oriundas das modificações sociais, econômicas e culturais que vem ocorrendo no país já no decorrer de décadas culminando em alterações nos hábitos e comportamento alimentar da população brasileira. Exemplo disso é o aumento de refeições fora de casa, que é substituída pelo consumo de alimentos processados com alto teor de calorias, gorduras, açúcares, etc.

O ingresso na Universidade significa uma nova etapa da vida e implica em deixar a casa dos pais

Endereço: Rua Raul Pompéia, 144

Bairro: Pompéia

UF: SP

Município: SÃO PAULO

Telefone: (11)3465-2654

CEP: 05.025-010

E-mail: coep@saocamilo-sp.br



CENTRO UNIVERSITÁRIO SÃO
CAMILO - UNISC



Continuação do Parecer: 3.056.065

fazendo com que seus hábitos como um todo especificando os alimentos sejam significativamente alterados como: os produtos industrializados que passam a fazer parte da regra alimentar e não da exceção. Estudos feitos sobre o comportamento alimentar em estudantes que moravam sem os pais relacionaram a má alimentação ao fato de realizarem as refeições sozinhos quando estas eram feitas acompanhados da família e que favorecia a escolha de alimentos saudáveis. Os maus hábitos podem ser influenciados pelas novas relações sociais e novos comportamentos, assim como pela ansiedade pode transformar o ato de se alimentar num refugio em situações de estresse mental e físico causados pela mudança de rotina.

Objetivo da Pesquisa:

Objetivo Principal: investigar entre estudantes universitários o impacto de sair de casa dos pais e ou familiares no perfil nutricional.

Especificamente: investigar:

- Estado nutricional de Estudantes Universitários que moram com os pais e familiares e os que não moram com os pais e familiares.
- Consumo alimentar de Estudantes Universitários que moram com os pais e ou familiares e os que não moram com os pais e familiares.
- Auto percepção sobre alimentação dos Estudantes Universitários que moram e os que não moram com os pais e familiares.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

A presente pesquisa não apresenta riscos diretos ao participante. Sendo garantido o anonimato. Os resultados poderão subsidiar a criação de programas de alimentação saudável para o sujeitos do estudo.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

*Instituição Proponente: Centro Universitário São Camilo.

*Projeto de Pesquisa vinculado ao curso Graduação em Nutrição.

*Instituição Coparticipante: não há. Coleta por meio de mídia social.

*Tipo de pesquisa: pesquisa cujo delineamento e casuística corresponde a um estudo do tipo transversal, desenvolvido em uma amostra de conveniência, não probabilística, composta por jovens e adultos.

*Caracterização do participante do estudo: estudantes matriculados em IES particular do Estado de São Paulo, acima de 18 anos e abaixo de 26.

Endereço: Rua Raul Pompéia, 144

Bairro: Pompéia

UF: SP

Telefone: (11)3465-2654

Município: SÃO PAULO

CEP: 05.025-010

E-mail: coep@saocamilo-sp.br



CENTRO UNIVERSITÁRIO SÃO
CAMILO - UNISC



Continuação do Parecer: 3.056.065

*Recrutamento e Abordagem dos participantes: O recrutamento para responderem o questionário serão através de ambientes virtuais dos pesquisadores envolvidos, como por exemplo, e-mail, aplicativo de mensagens (tipo WhatsApp) e mídias sociais (tipo Facebook® e Instagram®).

*Procedimento junto ao participante: Será aplicado um questionário on-line denominado de: Caracterização Social, Clínica e de Consumo Alimentar. Ele é composto por 77 perguntas de múltipla escolha que deverão ser preenchidas de uma só vez.

*Tratamento dos dados: Para os dados quantitativos, serão feitas análises estatísticas com o auxílio do programa Statistical Package for the Social Sciences® (SPSS), versão 20.0

*Obtenção e descrição do TCLE: Após o aceite do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), que é a primeira etapa na plataforma Survey Monkey®, a coleta de dados irá acontecer através da aplicação do questionário on line. O TCLE está redigido no formato de um convite, com linguagem clara e informações pertinentes.

*Prazo para a Coleta de dados: início da coleta em fevereiro de 2019. Término estudo em junho de 2019.

*Orçamento: Os custos da pesquisa serão subsidiados pelos pesquisadores.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Foram apresentados os seguintes documentos:

- Folha de Rosto de Pesquisa Envolvendo Seres Humanos assinada pelo pesquisador e instituição proponente,
- Parecer do CPQ.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Após discussão em plenária o referido protocolo de pesquisa foi aprovado.

Considerações Finais a critério do CEP:

Apresentar relatório de acompanhamento da pesquisa ao término da pesquisa.

Informações no site: www.saocamilo-sp.br → institucional → comissões → coep → relatório de pesquisa.

Enviar o relatório por meio da Plataforma Brasil.

Anexar o relatório no ícone "Enviar Notificação".

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Endereço: Rua Raul Pompéia, 144

Bairro: Pompéia

UF: SP

Telefone: (11)3465-2854

Município: SÃO PAULO

CEP: 05.025-010

E-mail: coep@saocamilo-sp.br



Continuação do Parecer: 3.056.065

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_1213732.pdf	30/10/2018 12:18:09		Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	Projeto_TCC_Universitario_Familia_2018_corrigido.pdf	30/10/2018 12:16:52	ANA PAULA DE QUEIROZ MELLO	Aceito
Outros	Parecer.pdf	08/10/2018 10:06:17	ANA PAULA DE QUEIROZ MELLO	Aceito
Folha de Rosto	folhaDeRosto_Projeto_Universitario_Familia_2018_ASSINADA.PDF	04/10/2018 23:21:03	ANA PAULA DE QUEIROZ MELLO	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE_TCC_Universitario_Familia_2018.pdf	06/09/2018 14:34:49	ANA PAULA DE QUEIROZ MELLO	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

SAO PAULO, 04 de Dezembro de 2018

Assinado por:
Adriana Aparecida de Faria Lima
(Coordenador(a))

Endereço: Rua Raul Pompéia, 144

Bairro: Pompéia

CEP: 05.025-010

UF: SP

Município: SAO PAULO

Telefone: (11)3485-2654

E-mail: coep@saocamilo-sp.br

APÊNDICE 01**Questionário de Caracterização Social, Clínica e de Consumo Alimentar**

Data da coleta:

Parte I: Dados Sociais e Clínicos

- 1) Sexo:
☐ Masculino
☐ Feminino
- 2) Data de nascimento:
- 3) Peso (kg):
- 4) Altura (m):
- 5) Mora com pais e/ou familiares?
☐ Sim
☐ Não. Quanto tempo (meses)?
- 6) Curso:
- 7) Período do curso:
☐ Matutino
☐ Vespertino
☐ Noturno
☐ Integral
- 8) Semestre do Curso:
- 9) Atualmente, estuda e trabalha?
☐ Sim. Quanto tempo (meses)?
☐ Não
- 10) Quantas horas você dorme em média por dia?
- 11) Tem diagnóstico de doença crônica?
☐ Sim. Qual(s):
☐ Não
- 12) Realiza café da manhã?
☐ Sim. Quantos dias por semana?
☐ Não
- 13) Realiza refeição(s) fora de casa (almoço e/ou jantar)?
☐ Sim. Quantos dias por semana?
☐ Não
- 14) Quem prepara suas refeições?
- 15) Você acha que tem uma alimentação saudável?
☐ Sim.
☐ Não
☐ Justifique sua resposta:
- 16) Fumante:
☐ Sim. Há quanto tempo? Quantos cigarros/dia?

- ☐ Não
- 17) Quantas pessoas moram com você?
- ☐ Sozinho
- ☐ 1 pessoa
- ☐ 2 pessoas
- ☐ 3 pessoas
- ☐ 4 ou mais pessoas
- 18) Quem paga a faculdade? Pode assinalar mais de uma alternativa.
- ☐ Próprio aluno
- ☐ Família
- ☐ Bolsa de Estudo
- ☐ Outros:
- 19) Renda?
- ☐ Não sabe
- ☐ < 2 salários mínimos (< R\$ 1.908,00)
- ☐ > 2 a 5 salários mínimos (mais de R\$ 1.908,00 a R\$ 4.770,00)
- ☐ > 5 a 10 salários mínimos (mais de R\$ 4.770,00 a R\$ 9.540,00)
- ☐ > 10 salários mínimos (> R\$ 9.540,00)

Parte II: Dados de Consumo Alimentar

Para cada pergunta listada abaixo, considerando a porção média descrita, **assinale a opção que melhor descreve a frequência do consumo médio** em relação ao tempo:

Leite e derivados

- 20) Leite desnatado ou leite semidesnatado - 1 copo (150mL)
- ☐ 1 vez por dia
- ☐ 2 ou mais vezes por dia
- ☐ 5-6 vezes por semana
- ☐ 2-4 vezes por semana
- ☐ 1 vez por semana
- ☐ 1-3 vezes por mês
- ☐ Raro/ nunca
- 21) Leite integral - 1 copo (150mL)
- ☐ 1 vez por dia
- ☐ 2 ou mais vezes por dia
- ☐ 5-6 vezes por semana
- ☐ 2-4 vezes por semana
- ☐ 1 vez por semana
- ☐ 1-3 vezes por mês
- ☐ Raro/ nunca
- 22) Iogurte - 1 copo (200mL)
- ☐ 1 vez por dia
- ☐ 2 ou mais vezes por dia
- ☐ 5-6 vezes por semana

- ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca
- 23) Queijo branco minas/ frescal - 2 fatias médias (40g)
- ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca
- 24) Queijo amarelo prato/mussarela - 2 fatias médias ou 1 colher de sopa (30g)
- ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca
- 25) Requeijão - 1 colher de sopa (25g)
- ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca

Carnes e Ovos

- 26) Ovo frito - 1 unidade média (60g)
- ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca
- 27) Ovo cozido - 1 unidade média (60g)
- ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca

- 28) Carne de boi - 3 fatias / pedaços médios ou 1 bife médio (100g)
- ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca
- 29) Carne de porco - 2-3 pedaços médios (100g)
- ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca
- 30) Frango - 2 pedaços ou 1 filé médio (90g)
- ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca
- 31) Peixe fresco - 1 filé ou 2 pedaços (80g)
- ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca
- 32) Peixe enlatado (sardinha/atum) - 2 colh sopa ou ½ lata (30g)
- ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca
- 33) Embutidos (salsicha/ linguiça/ fiambre/ salame/ presunto/ mortadela) - 2 unidades médias (80g)
- ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana

- ☐ 1-3 vezes por mês
- ☐ Raro/ nunca
- 34) Carne conservada no sal - 2 pedaços (80g)
 - ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca
- 35) Vísceras (fígado/ rim/ coração) - 3 pedaços (90g)
 - ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca

Óleos

- 36) Azeite - 2 colheres de chá ou 1 colher de sobremesa (5g)
 - ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca
- 37) Molho para salada - 1 colher de sopa (15g)
 - ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca
- 38) Bacon e toucinho – 1 colher de sopa (10g)
 - ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca
- 39) Manteiga - 2 pontas de faca (5g)
 - ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia

- ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca
- 40) Margarina - 2 pontas de faca (5g)
- ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca
- 41) Maionese - 1 colher de sopa (15g)
- ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca

Petiscos e enlatados

- 42) *Snacks* (batata frita/ sanduíches/ pizza/ esfiha/ salgadinhos/ cheetos/ amendoim) - 1 xícara de chá ou 1 pacote (100g)
- ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca
- 43) Enlatados (milho/ ervilha/ palmito/ azeitona) - 3 colheres de sopa (60g)
- ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca

Cereais/ Leguminosas

- 44) Arroz integral - 3-4 colheres de sopa (90g)
- ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana

- ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca
- 45) Arroz polido - 3-4 colheres de sopa (90g)
- ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca
- 46) Pão integral - 1 unidade ou 2 fatias (50g)
- ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca
- 47) Pão francês/ forma - 1 unidade ou 2 fatias (50g)
- ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca
- 48) Biscoito salgado - 3 a 4 unidades (20g)
- ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca
- 49) Biscoito doce - 3 a 4 unidades (20g)
- ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca
- 50) Bolos - 1 pedaço médio (100g)
- ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana

- ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca
- 51) Macarrão do tipo caseiro (6 colheres de sopa)
- ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca
- 52) Feijão - ½ concha média ou 3 colheres de sopa (60g)
- ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca

Hortaliças e Frutas

- 53) Folha crua - 3 folhas média (30g)
- ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca
- 54) Folha refogada/ cozida - 3 colheres de sopa (60g)
- ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca
- 55) Hortaliça crua - 3 colheres de sopa (60g)
- ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca
- 56) Hortaliça cozida - 3 colheres de sopa (60g)

- ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca
- 57) Tubérculos(cará/ mandioca/ batata/ inhame) - 3 colheres de sopa (90g)
- ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca
- 58) Frutas - 1 unidade média ou porção
- ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca

Sobremesas e doces

- 59) Sorvete - 2 picolés ou 1 taça (2 bolas) (120g)
- ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca
- 60) Tortas - 1 pedaço médio (100g)
- ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca
- 61) Geleia - 1 colher de sopa (12g)
- ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana

- ☐ 1-3 vezes por mês
- ☐ Raro/ nunca
- 62) Doces/balas 3 unidades (15 gramas)
 - ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca
- 63) Chocolates/ achocolatados/ bombom - 2 colheres de chá (8g) ou 2 unidades
 - ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca

Bebidas

- 64) Café com açúcar - 1 xícara de café (50mL)
 - ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca
- 65) Café sem açúcar - 1 xícara de café (50mL)
 - ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca
- 66) Suco natural com açúcar - 1 copo (200mL)
 - ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca
- 67) Suco natural sem açúcar - 1 copo (200mL)
 - ☐ 1 vez por dia

- ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca
- 68) Suco artificial com açúcar - 1 copo (200mL)
- ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca
- 69) Suco artificial sem açúcar - 1 copo (200mL)
- ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca
- 70) Refrigerante normal - 1 copo (200mL)
- ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca

Produtos *diet e light*

- 71) Adoçante - 3 a 4 gotas ou 1 envelope (0,8g)
- ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês
 - ☐ Raro/ nunca
- 72) Margarina - 2 pontas de faca (5g)
- ☐ 1 vez por dia
 - ☐ 2 ou mais vezes por dia
 - ☐ 5-6 vezes por semana
 - ☐ 2-4 vezes por semana
 - ☐ 1 vez por semana
 - ☐ 1-3 vezes por mês

- () Raro/ nunca
- 73) Requeijão/ iogurte - 1 colher de sopa (25g) ou 1 copo (200mL)
- () 1 vez por dia
- () 2 ou mais vezes por dia
- () 5-6 vezes por semana
- () 2-4 vezes por semana
- () 1 vez por semana
- () 1-3 vezes por mês
- () Raro/ nunca
- 74) Refrigerante - 1 copo (200mL)
- () 1 vez por dia
- () 2 ou mais vezes por dia
- () 5-6 vezes por semana
- () 2-4 vezes por semana
- () 1 vez por semana
- () 1-3 vezes por mês
- () Raro/ nunca

Bebidas alcoólicas

- 75) Cerveja - 1 lata (350ml) ou 2 copos americanos
- () 1 vez por dia
- () 2 ou mais vezes por dia
- () 5-6 vezes por semana
- () 2-4 vezes por semana
- () 1 vez por semana
- () 1-3 vezes por mês
- () Raro/ nunca
- 76) Bebida destilada (cachaça, saque, whisky, vodca, etc.) - 2 doses (60ml)
- () 1 vez por dia
- () 2 ou mais vezes por dia
- () 5-6 vezes por semana
- () 2-4 vezes por semana
- () 1 vez por semana
- () 1-3 vezes por mês
- () Raro/ nunca
- 77) Bebida fermentada (vinho, espumante, etc.) - 2 cálices de vinho ou 1 copo (120ml)
- () 1 vez por dia
- () 2 ou mais vezes por dia
- () 5-6 vezes por semana
- () 2-4 vezes por semana
- () 1 vez por semana
- () 1-3 vezes por mês
- () Raro/ nunca

APÊNDICE 02

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Você está sendo convidado(a) a participar, como voluntário(a), do projeto de pesquisa “Impacto da família no perfil nutricional de estudantes de universidades particulares no estado de São Paulo” de responsabilidade da pesquisadora Dra. Ana Paula de Queiroz Mello (CRN3: 13075). O objetivo deste trabalho é investigar o impacto de sair da casa dos pais e/ou familiares no perfil nutricional de universitários.

Esta pesquisa é direcionada aos estudantes de universidade particulares do Estado de São Paulo, que tenham acesso à internet, via computador ou celular.

O questionário *on line* é composto por perguntas sobre dados pessoais e clínicos, e informações de frequência de consumo de alimentos e grupos de alimentos.

Sua participação é voluntária. Você não terá nenhum custo ao participar desta pesquisa. A sua participação não está relacionada ao recebimento de algum valor econômico por isto.

Essa pesquisa não irá expor os participantes a nenhum desconforto ético e moral, bem como, nenhum risco à saúde ou procedimento invasivo.

As informações coletadas serão mantidas em sigilo e os resultados serão analisados em grupo, assim como, divulgados em eventos e publicações científicas. Não haverá a divulgação de dados de indivíduos isolados.

Você poderá recusar a participar do estudo ou interromper o preenchimento à qualquer momento, sem precisar justificar, e sem que isto lhe traga qualquer prejuízo.

Caso queira ter conhecimento dos resultados deste estudo, escreva seu endereço eletrônico quando solicitado, para encaminhamento, no término da pesquisa.

No caso de dúvida, entre em contato com a pesquisadora responsável pelo e-mail: apqmello@gmail.com e/ou com o Comitê de Ética e Pesquisa (CoEP) do Centro Universitário São Camilo, localizado na Rua Raul Pompeia, 144, Pompéia, CEP: 05024-010, São Paulo-SP, telefone: (11) 3465-2669, e-mail: coep@saocamilo-sp.br.

Leia a alternativa abaixo, e clique, somente se estiver de acordo.

() Declaro que li e entendi todas as informações apresentadas neste Termo. Todas as minhas dúvidas foram solucionadas. Tenho consciência que os dados coletados serão utilizados em trabalhos científicos. Portanto, eu manifesto meu livre consentimento em participar da pesquisa “Impacto da família no perfil nutricional de estudantes de universidades particulares no estado de São Paulo”.

APÊNDICE 3

Tabela 3: Frequência do consumo alimentar da amostra total.

Alimentos	1x/dia n(%)	2 ou mais/dia n(%)	5-6x/sem n(%)	2-4x/sem n(%)	1x/sem n(%)	1-3x/mês n(%)	Raro/nunca n(%)
Leite integral	35 (20,5)	12 (7,0)	8 (4,7)	13 (7,6)	12 (7,0)	10 (5,8)	81 (47,4)
Leite desnatado	20 (11,7)	9 (5,3)	4 (2,3)	12 (7,0)	14 (8,2)	11 (6,4)	101 (59,1)
Iogurte	12 (7,0)	6 (3,5)	4 (2,3)	21 (12,3)	29 (17,0)	30 (17,5)	69 (40,4)
Requeijão	20 (11,7)	15 (8,8)	8 (4,7)	23 (13,5)	16 (9,4)	27 (15,8)	54 (31,6)
Queijo branco	16 (9,4)	5 (2,9)	4 (2,3)	23 (13,5)	13 (7,6)	32 (18,7)	78 (45,6)
Queijo amarelo	15 (8,8)	3 (1,8)	8 (4,7)	52 (30,4)	24 (14,0)	39 (22,8)	30 (17,5)
Ovo frito	8 (4,7)	8 (4,7)	6 (3,5)	21 (12,3)	35 (20,5)	33 (19,3)	60 (35,1)
Ovo cozido	9 (5,3)	8 (4,7)	7 (4,1)	23 (13,5)	27 (15,8)	37 (21,6)	60 (35,1)
Carne de boi	21 (12,3)	13 (7,6)	18 (10,5)	59 (34,5)	24 (14,0)	9 (5,3)	27 (15,8)
Carne de porco	2 (1,2)	2 (1,2)	3 (1,8)	12 (7,0)	29 (17,0)	48 (28,1)	75 (43,9)
Frango	17 (9,9)	14 (8,2)	26 (15,2)	69 (40,4)	21 (12,3)	5 (2,9)	19 (11,1)
Peixe fresco	3 (1,8)	4 (2,3)	6 (3,5)	19 (11,1)	25 (14,6)	57 (33,3)	56 (32,7)
Peixe enlatado	1 (0,6)	0	1 (0,6)	4 (2,3)	11 (6,4)	34 (19,9)	120 (70,2)
Embutidos	8 (4,7)	1 (0,6)	4 (2,3)	22 (12,9)	30 (17,5)	36 (21,1)	70 (40,9)
Carne c/ sal	3 (1,8)	0	0	4 (2,3)	4 (2,3)	14 (8,2)	146 (85,4)
Vísceras	0	0	0	1 (0,6)	1 (0,6)	18 (10,5)	151 (88,3)
Azeite	56 (32,7)	29 (17,0)	23 (13,5)	29 (17,0)	9 (5,3)	7 (4,1)	18 (10,5)
Molho salada	12 (7,0)	4 (2,3)	3 (1,8)	11 (6,4)	6 (3,5)	14 (8,2)	121 (70,8)
Bacon	2 (1,2)	1 (0,6)	3 (1,8)	9 (5,3)	13 (7,6)	30 (17,5)	113 (66,1)
Manteiga	23 (13,5)	8 (4,7)	10 (5,8)	31 (18,1)	22 (12,9)	22 (12,9)	55 (32,2)
Margarina	19 (11,1)	6 (3,5)	4 (2,3)	21 (12,3)	17 (9,9)	17 (9,9)	87 (50,9)
Maionese	5 (2,9)	0	1 (0,6)	15 (8,8)	21 (12,3)	50 (29,2)	79 (46,2)

Snacks	4 (2,3)	2 (1,2)	3 (1,8)	40 (23,4)	48 (28,1)	50 (29,2)	24 (14,0)
Enlatados	5 (2,9)	4 (2,3)	5 (2,9)	22 (12,9)	29 (17,0)	46 (26,9)	60 (35,1)
Arroz integral	16 (9,4)	12 (7,0)	10 (5,8)	26 (15,2)	15 (8,8)	23 (13,5)	69 (40,4)
Arroz Polido	25 (14,6)	37 (21,6)	15 (8,8)	23 (13,5)	7 (4,1)	11 (6,4)	53 (31,0)
Pão integral	24 (14,0)	9 (5,3)	13 (7,6)	25 (14,6)	13 (7,6)	29 (17,0)	58 (33,9)
Pão francês	25 (14,6)	6 (3,5)	11 (6,4)	32 (18,7)	28 (16,4)	27 (15,8)	41 (24,0)
Biscoito salgado	11 (6,4)	2 (1,2)	3 (1,8)	17 (9,9)	19 (11,1)	27 (15,8)	92 (53,8)
Biscoito doce	5 (2,9)	2 (1,2)	6 (3,5)	20 (11,7)	15 (8,8)	36 (21,1)	87 (50,9)
Bolos	6 (3,5)	0	5 (2,9)	16 (9,4)	48 (28,1)	54 (31,6)	42 (24,6)
Macarrão caseiro	5 (2,9)	4 (2,3)	2 (1,2)	22 (12,9)	55 (32,2)	48 (28,1)	35 (20,5)
Feijão	34 (19,9)	38 (22,2)	22 (12,9)	44 (25,7)	14 (8,2)	10 (5,8)	9 (5,3)
Folha crua	40 (23,4)	33 (19,3)	18 (10,5)	29 (17,0)	15 (8,8)	13 (7,6)	23 (13,5)
Folha refogada	20 (11,7)	16 (9,4)	18 (10,5)	31 (18,1)	22 (12,9)	26 (15,2)	38 (22,2)
Hortaliça crua	28 (16,4)	19 (11,1)	19 (11,1)	36 (21,1)	15 (8,8)	12 (7,0)	42 (24,6)
Hortaliça cozida	24 (14,0)	12 (7,0)	21 (12,3)	32 (18,7)	17 (9,9)	18 (10,5)	47 (27,5)
Tubérculos	21 (12,3)	8 (4,7)	15 (8,8)	48 (28,1)	35 (20,5)	24 (14,0)	20 (11,7)
Frutas	30 (17,5)	60 (35,1)	20 (11,7)	36 (21,1)	11 (6,4)	7 (4,1)	7 (4,1)
Sorvete	2 (1,2)	0	0	11 (6,4)	46 (26,9)	59 (34,5)	53 (31,0)
Tortas	3 (1,8)	0	0	3 (1,8)	19 (11,1)	51 (29,8)	95 (55,6)
Geleia	3 (1,8)	3 (1,8)	0	4 (2,3)	8 (4,7)	16 (9,4)	137 (80,1)
Doces/ balas	15 (8,8)	7 (4,1)	10 (5,8)	38 (22,2)	30 (17,5)	28 (16,4)	43 (25,1)
Chocolate	30 (17,5)	8 (4,7)	11 (6,4)	50 (29,2)	34 (19,9)	18 (10,5)	20 (11,7)
Café c/ açúcar	21 (12,3)	16 (9,4)	6 (3,5)	12 (7,0)	8 (4,7)	5 (2,9)	103 (60,2)
Café s/ açúcar	18 (10,5)	22 (12,9)	6 (3,5)	13 (7,6)	1 (0,6)	6 (3,5)	105 (61,4)
Suco nat c/ açúcar	10 (5,8)	4 (2,3)	5 (2,9)	22 (12,9)	17 (9,9)	13 (7,6)	100 (58,5)
Suco nat s/ açúcar	16 (9,4)	5 (2,9)	9 (5,3)	34 (19,9)	24 (14,0)	18 (10,5)	65 (38,0)
Suco art c/ açúcar	7 (4,1)	1 (0,6)	5 (2,9)	26 (15,2)	7 (4,1)	17 (9,9)	108 (63,2)
Suco art s/ açúcar	2 (1,2)	1 (0,6)	2 (1,2)	11 (6,4)	8 (4,7)	8 (4,7)	139 (81,3)

Refrigerante	3 (1,8)	5 (2,9)	7 (4,1)	21 (12,3)	31 (18,1)	14 (8,2)	90 (52,6)
Adoçante	11 (6,4)	5 (2,9)	3 (1,8)	6 (3,5)	9 (5,3)	4 (2,3)	133 (77,8)
Margarina light	1 (0,6)	1 (0,6)	2 (1,2)	0	3 (1,8)	1 (0,6)	163 (95,3)
Requeijão light	8 (4,7)	4 (2,3)	6 (3,5)	18 (10,5)	11 (6,4)	6 (3,5)	118 (69,0)
Refrigerante diet/light	1 (0,6)	2 (1,2)	2 (1,2)	5 (2,9)	6 (3,5)	11 (6,4)	144 (84,2)
Cerveja	1 (0,6)	2 (1,2)	5 (2,9)	16 (9,4)	30 (17,5)	27 (15,8)	90 (52,6)
Bebida destilada	0	1 (0,6)	1 (0,6)	8 (4,7)	31 (18,1)	54 (31,6)	76 (44,4)
Bebida fermenta	0	0	0	1 (0,6)	21 (12,3)	38 (22,2)	111 (64,9)

APÊNDICE 4

Tabela 4: Frequência do consumo alimentar da amostra total de acordo com o sexo.

	Homens %(n)							Mulheres %(n)						
	1x/dia	2 ou + x/dia	5-6x/ sem	2-4x/ sem	1x/sem	1-3x/ mês	raro/ nunca	1x/dia	2 ou + x/dia	5-6x/ sem	2-4x/ sem	1x/sem	1-3x/ mês	raro/ nunca
Leite integral	14 (35,9)	4 (10,3)	3 (7,7)	3 (7,7)	3 (7,7)	3 (7,7)	9 (23,1)	21 (15,9)	8 (6,1)	5 (3,8)	10 (7,6)	9 (6,8)	7 (5,3)	72 (54,5)
Leite desnatado	5 (12,8)	1 (2,6)	1 (2,6)	2 (5,1)	3 (7,7)	1 (2,6)	26 (66,7)	15 (11,4)	8 (6,1)	3 (2,3)	10 (7,6)	11 (8,3)	10 (7,6)	75 (56,8)
Iogurte	2 (5,1)	0	0	5 (12,8)	7 (17,9)	6 (15,4)	19 (48,7)	10 (7,6)	6 (4,5)	4 (3,0)	16 (12,1)	22 (16,7)	24 (18,2)	50 (37,9)
Requeijão	4 (10,3)	3 (7,7)	3 (7,7)	6 (15,4)	3 (7,7)	3 (7,7)	17 (43,6)	16 (12,1)	12 (9,1)	5 (3,8)	25 (18,9)	13 (9,8)	24 (18,2)	37 (28,0)
Queijo branco	3 (7,7)	2 (5,1)	0	7 (17,9)	4 (10,3)	3 (7,7)	20 (51,3)	13 (9,8)	3 (2,3)	4 (3,0)	16 (12,1)	9 (6,8)	29 (22,0)	58 (43,9)
Queijo amarelo	4 (10,3)	1 (2,6)	3 (7,7)	17 (43,6)	4 (10,3)	5 (12,8)	5 (12,8)	11 (8,3)	2 (1,5)	5 (3,8)	35 (26,5)	20 (15,2)	34 (25,8)	25 (18,9)
Ovo frito	3 (7,7)	3 (7,7)	1 (2,6)	10 (25,6)	8 (20,5)	5 (12,8)	9 (23,1)	5 (3,8)	5 (3,8)	5 (3,8)	11 (8,3)	27 (20,5)	28 (21,2)	51 (38,6)
Ovo cozido	2 (5,1)	1 (2,6)	2 (5,1)	8 (20,5)	8 (20,5)	6 (15,4)	12 (30,8)	7 (5,3)	7 (5,3)	5 (3,8)	15 (11,4)	19 (14,4)	31 (23,5)	48 (36,4)
Carne de boi	5 (12,8)	4 (10,3)	8 (20,5)	14 (35,9)	3 (7,7)	4 (10,3)	1 (2,6)	16 (12,1)	9 (6,8)	10 (7,6)	45 (34,1)	21 (15,9)	5 (3,8)	26 (19,7)
Carne de porco	0	0	2 (5,1)	5 (12,8)	6 (15,4)	11 (28,2)	15 (38,5)	2 (1,5)	2 (1,5)	1 (0,8)	7 (5,3)	23 (17,4)	37 (28,0)	60 (45,5)
Frango	5 (12,8)	4 (10,3)	9 (23,1)	17 (43,6)	2 (5,1)	1 (2,6)	1 (2,6)	12 (9,1)	10 (7,6)	17 (12,9)	52 (39,4)	19 (14,4)	4 (3,0)	18 (13,6)
Peixe fresco	1 (2,6)	2 (5,1)	2 (5,1)	2 (5,1)	5 (12,8)	15 (38,5)	11 (28,2)	2 (1,5)	2 (1,5)	4 (3,0)	17 (12,9)	20 (15,2)	42 (31,8)	45 (34,1)
Peixe enlatado	1 (2,6)	0	0	1 (2,6)	4 (10,3)	11 (28,2)	22 (56,4)	0	0	1 (0,8)	3 (2,3)	7 (5,3)	23 (17,4)	98 (74,2)
Embutidos	3 (7,7)	0	3 (7,7)	4 (10,3)	11 (28,2)	6 (15,4)	12 (30,8)	5 (3,8)	1 (0,8)	1 (0,8)	18 (13,6)	19 (14,4)	30 (22,7)	58 (43,9)
Carne c/ sal	1 (2,6)	0	0	3 (7,7)	2 (5,1)	5 (12,8)	28 (71,8)	2 (1,5)	0	0	1 (0,8)	2 (1,5)	9 (6,8)	118 (89,4)
Vísceras	0	0	0	0	1 (2,6)	7 (17,9)	31 (79,5)	0	0	0	1 (0,8)	0	11 (8,3)	120 (90,9)
Azeite	12 (30,8)	3 (7,7)	6 (15,4)	8 (20,5)	3 (7,7)	1 (2,6)	6 (15,4)	44 (33,3)	26 (19,7)	17 (12,9)	21 (15,9)	6 (4,5)	6 (4,5)	12 (9,1)
Molho salada	3 (7,7)	1 (2,6)	2 (5,1)	3 (7,7)	2 (5,1)	4 (10,3)	24 (61,5)	9 (6,8)	3 (2,3)	1 (0,8)	8 (6,1)	4 (3,0)	10 (7,6)	97 (73,5)
Bacon	1 (2,6)	0	2 (5,1)	5 (12,8)	5 (12,8)	7 (17,9)	19 (48,7)	1 (0,8)	1 (0,8)	1 (0,8)	4 (3,0)	8 (6,1)	23 (17,4)	94 (71,2)

Manteiga	6 (15,4)	1 (2,6)	4 (10,3)	7 (17,9)	6 (15,4)	4 (10,3)	11 (28,2)	17 (12,9)	7 (5,3)	6 (4,5)	24 (18,2)	16 (12,1)	18 (13,6)	44 (33,3)
Margarina	5 (12,8)	1 (2,6)	1 (2,6)	7 (17,9)	4 (10,3)	2 (5,1)	19 (48,7)	14 (10,6)	5 (3,8)	3 (2,3)	14 (10,6)	13 (9,8)	15 (11,4)	68 (51,5)
Maionese	2 (5,1)	0	1 (2,6)	6 (15,4)	6 (15,4)	12 (30,8)	12 (30,8)	3 (2,3)	0	0	9 (6,8)	15 (11,4)	38 (28,8)	67 (50,8)
Snacks	1 (2,6)	0	1 (2,6)	15 (38,5)	9 (23,1)	10 (25,6)	3 (7,7)	3 (2,3)	2 (1,5)	2 (1,5)	25 (18,9)	39 (29,5)	40 (30,3)	21 (15,9)
Enlatados	1 (2,6)	1 (2,6)	1 (2,6)	4 (10,3)	7 (17,9)	9 (23,1)	16 (41,0)	4 (3,0)	3 (2,3)	4 (3,0)	18 (13,6)	22 (16,7)	37 (28,0)	44 (33,3)
Arroz integral	2 (5,1)	4 (10,3)	4 (10,3)	5 (12,8)	2 (5,1)	5 (12,8)	17 (43,6)	14 (10,6)	8 (6,1)	6 (4,5)	21 (15,9)	13 (9,8)	18 (13,6)	52 (39,4)
Arroz Polido	5 (12,8)	7 (17,9)	2 (5,1)	1 (2,6)	1 (2,6)	5 (12,8)	18 (46,2)	20 (15,2)	30 (22,7)	13 (9,8)	22 (16,7)	6 (4,5)	6 (4,5)	35 (26,5)
Pão integral	4 (10,3)	2 (5,1)	2 (5,1)	3 (7,7)	4 (10,3)	7 (17,9)	17 (43,6)	20 (15,2)	7 (5,3)	11 (8,3)	22 (16,7)	9 (6,8)	22 (16,7)	41 (31,1)
Pão francês	8 (20,5)	1 (2,6)	7 (17,9)	6 (15,4)	5 (12,8)	5 (12,8)	7 (17,9)	17 (12,9)	5 (3,8)	4 (3,0)	26 (19,7)	23 (17,4)	22 (16,7)	34 (25,8)
Biscoito salgado	3 (7,7)	0	0	1 (2,6)	5 (12,8)	7 (17,9)	23 (59,0)	8 (6,1)	2 (1,5)	3 (2,3)	16 (12,1)	14 (10,6)	20 (15,2)	69 (52,3)
Biscoito doce	2 (5,1)	1 (2,6)	3 (7,7)	5 (12,8)	3 (7,7)	8 (20,5)	17 (43,6)	3 (2,3)	1 (0,8)	3 (2,3)	15 (11,4)	12 (9,1)	28 (21,2)	70 (53,0)
Bolos	3 (7,7)	0	2 (5,1)	5 (12,8)	10 (25,6)	11 (28,2)	8 (20,5)	3 (2,3)	0	3 (2,3)	11 (8,3)	38 (28,8)	43 (32,6)	34 (25,8)
Macarrão caseiro	1 (2,6)	2 (5,1)	0	12 (30,8)	10 (25,6)	9 (23,1)	5 (12,8)	4 (3,0)	2 (1,5)	2 (1,5)	10 (7,6)	45 (34,1)	39 (29,5)	30 (22,7)
Feijão	9 (23,1)	9 (23,1)	6 (15,4)	10 (25,6)	3 (7,7)	1 (2,6)	1 (2,6)	25 (18,9)	29 (22,0)	16 (12,1)	34 (25,8)	11 (8,3)	9 (6,8)	8 (6,1)
Folha crua	10 (25,6)	6 (15,4)	2 (5,1)	3 (7,7)	3 (7,7)	5 (12,8)	10 (25,6)	30 (22,7)	27 (20,5)	16 (12,1)	26 (19,7)	12 (9,1)	8 (6,1)	13 (9,8)
Folha refogada	4 (10,3)	2 (5,1)	5 (12,8)	5 (12,8)	3 (7,7)	6 (15,4)	14 (35,9)	16 (12,1)	14 (10,6)	13 (9,8)	26 (19,7)	19 (14,4)	20 (15,2)	24 (18,2)
Hortaliça crua	7 (17,9)	2 (5,1)	2 (5,1)	3 (7,7)	1 (2,6)	2 (5,1)	22 (56,4)	21 (15,9)	17 (12,9)	17 (12,9)	33 (25,0)	14 (10,6)	10 (7,6)	20 (15,2)
Hortaliça cozida	4 (10,3)	1 (2,6)	4 (10,3)	4 (10,3)	2 (5,1)	4 (10,3)	20 (51,3)	20 (15,2)	11 (8,3)	17 (12,9)	28 (21,2)	15 (11,4)	14 (10,6)	27 (20,5)
Tubérculos	5 (12,8)	2 (5,1)	2 (5,1)	8 (20,5)	7 (17,9)	8 (20,5)	7 (17,9)	16 (12,1)	6 (4,5)	13 (9,8)	40 (30,3)	28 (21,2)	16 (12,1)	13 (9,8)
Frutas	8 (20,5)	11 (28,2)	6 (15,4)	7 (17,9)	2 (5,1)	2 (5,1)	3 (7,7)	22 (16,7)	49 (37,1)	14 (10,6)	29 (22,0)	9 (6,8)	5 (3,8)	4 (3,0)
Sorvete	2 (5,1)	0	0	6 (15,4)	12 (30,8)	8 (20,5)	11 (28,2)	0	0	0	5 (3,8)	34 (25,8)	51 (38,6)	42 (31,8)
Tortas	2 (5,1)	0	0	1 (2,6)	3 (7,7)	6 (15,4)	27 (69,2)	1 (0,8)	0	0	2 (1,5)	16 (12,1)	45 (34,1)	68 (51,5)
														106
Geleia	2 (5,1)	0	0	0	2 (5,1)	4 (10,3)	31 (79,5)	1 (0,8)	3 (2,3)	0	4 (3,0)	6 (4,5)	12 (9,1)	(80,3)
Doces/ balas	4 (10,3)	2 (5,1)	3 (7,7)	8 (20,5)	7 (17,9)	5 (12,8)	10 (25,6)	11 (8,3)	5 (3,8)	7 (5,3)	30 (22,7)	23 (17,4)	23 (17,4)	33 (25,0)
Chocolate	4 (10,3)	1 (2,6)	1 (2,6)	15 (38,5)	8 (20,5)	5 (12,8)	5 (12,8)	26 (19,7)	7 (5,3)	10 (7,6)	35 (26,5)	26 (19,7)	13 (9,8)	15 (11,4)
Cafê c/ açúcar	4 (10,3)	3 (7,7)	2 (5,1)	6 (15,4)	0	2 (5,1)	22 (56,4)	17 (12,9)	13 (9,8)	4 (3,0)	6 (4,5)	8 (6,1)	3 (2,3)	81 (61,4)
Cafê s/ açúcar	5 (12,8)	4 (10,3)	3 (7,7)	6 (15,4)	0	0	21 (53,8)	13 (9,8)	18 (13,6)	3 (2,3)	7 (5,3)	1 (0,8)	6 (4,5)	84 (63,6)

Suco nat c/ açúcar	3 (7,7)	1 (2,6)	0	8 (20,5)	6 (15,4)	2 (5,1)	19 (48,7)	7 (5,3)	3 (2,3)	5 (3,8)	14 (10,6)	11 (8,3)	11 (8,3)	81 (61,4)
Suco nat s/ açúcar	3 (7,7)	1 (2,6)	2 (5,1)	7 (17,9)	6 (15,4)	2 (5,1)	18 (46,2)	13 (9,8)	4 (3,0)	7 (5,3)	27 (20,5)	18 (13,6)	16 (12,1)	47 (35,6)
Suco art c/ açúcar	2 (5,1)	0	3 (7,7)	9 (23,1)	3 (7,7)	3 (7,7)	19 (48,7)	5 (3,8)	1 (0,8)	2 (1,5)	17 (12,9)	4 (3,0)	14 (10,6)	89 (67,4)
Suco art s/ açúcar	0	1 (2,6)	0	4 (10,3)	4 (10,3)	1 (2,6)	29 (74,4)	2 (1,5)	0	2 (1,5)	7 (5,3)	4 (3,0)	7 (5,3)	110 (83,3)
Refrigerante	2 (5,1)	2 (5,1)	3 (7,7)	7 (17,9)	5 (12,8)	5 (12,8)	15 (38,5)	1 (0,8)	3 (2,3)	4 (3,0)	14 (10,6)	26 (19,7)	9 (6,8)	75 (56,8)
Adoçante	1 (2,6)	1 (2,6)	1 (2,6)	1 (2,6)	0	2 (5,1)	33 (84,6)	10 (7,6)	4 (3,0)	2 (1,5)	5 (3,8)	7 (5,3)	4 (3,0)	100 (75,8)
Margarina light	0	0	1 (2,6)	0	2 (5,1)	0	36 (92,3)	1 (0,8)	1 (0,8)	1 (0,8)	0	1 (0,8)	1 (0,8)	127 (96,2)
Requeijão light	0	0	0	5 (12,8)	1 (2,6)	3 (7,7)	30 (76,9)	8 (6,1)	4 (3,0)	6 (4,5)	13 (9,8)	10 (7,6)	3 (2,3)	88 (66,7)
Refrigerante diet/light*	0	1 (2,6)	0	1 (2,6)	3 (7,7)	7 (17,9)	27 (69,2)	1 (0,8)	1 (0,8)	2 (1,5)	4 (3,0)	3 (2,3)	4 (3,0)	117 (88,6)
Cerveja*	1 (2,6)	1 (2,6)	2 (5,1)	6 (15,4)	10 (25,6)	9 (23,1)	10 (25,6)	0	1 (0,8)	3 (2,3)	10 (7,6)	20 (15,2)	18 (13,6)	80 (60,6)
Bebida destilada	0	1 (2,6)	1 (2,6)	2 (5,1)	9 (23,1)	14 (35,9)	12 (30,8)	0	0	0	6 (4,5)	22 (16,7)	40 (30,3)	64 (48,5)
Bebida fermenta	0	0	0	0	3 (7,7)	10 (25,6)	26 (66,7)	0	0	0	1 (0,8)	18 (13,6)	28 (21,2)	85 (64,4)

n= 171. Teste qui-quadrado. *p<0,05

APÊNDICE 5

Tabela 5: Frequência do consumo alimentar da amostra total de acordo com a moradia.

	Mora com os pais %(n)							Não mora com os pais %(n)						
	1x/dia	2 ou + x/dia	5-6x/ sem	2-4x/ sem	1x/sem	1-3x/ mês	raro/ nunca	1x/dia	2 ou + x/dia	5-6x/ sem	2-4x/ sem	1x/sem	1-3x/ mês	raro/ nunca
Leite integral	19,7 (24)	7,4 (9)	6,6 (8)	9,0 (11)	7,4 (9)	5,7 (7)	44,3 (54)	22,4 (11)	6,1 (3)	0 (0)	4,1 (2)	6,1 (3)	6,1 (3)	55,1 (27)
Leite desnatado	12,3 (15)	5,7 (7)	0,8 (1)	9,0 (11)	7,4 (9)	6,6 (8)	58,2 (71)	10,2 (5)	4,1 (2)	6,1 (3)	2,0 (1)	10,2 (5)	6,1 (3)	61,2 (30)
Iogurte	5,7 (7)	4,1 (5)	3,3 (4)	10,7 (13)	18,0 (22)	16,4 (20)	41,8 (51)	10,2 (5)	2,0 (1)	16,3 (8)	0 (0)	14,3 (7)	20,4 (10)	36,7 (18)
Requeijão	12,3 (15)	9,0 (11)	3,3 (4)	17,2 (21)	9,0 (11)	18,0 (22)	31,1 (38)	10,2 (5)	8,2 (4)	8,2 (4)	20,4 (10)	10,2 (5)	10,2 (5)	32,7 (16)
Queijo branco	12,3 (15)	2,5 (3)	2,5 (3)	13,1 (16)	4,9 (6)	21,3 (26)	43,4 (53)	2,0 (1)	4,1 (2)	2,0 (1)	14,3 (7)	14,3 (7)	12,2 (6)	51,0 (25)
Queijo amarelo*	9,8 (12)	0 (0)	2,5 (3)	28,7 (35)	18,0 (22)	23,8 (29)	17,2 (21)	6,1 (3)	6,1 (3)	10,2 (5)	34,7 (17)	4,1 (2)	20,4 (10)	18,4 (9)
Ovo frito	4,1 (5)	3,3 (4)	2,5 (3)	9,8 (12)	23,8 (29)	23,0 (28)	33,6 (41)	6,1 (3)	8,2 (4)	6,1 (3)	18,4 (9)	12,2 (6)	10,2 (5)	38,8 (19)
Ovo cozido	4,1 (5)	5,7 (7)	4,9 (6)	15,6 (19)	14,8 (18)	23,8 (29)	31,1 (38)	8,2 (4)	2,0 (1)	2,0 (1)	8,2 (4)	18,4 (9)	16,3 (8)	44,9 (22)
Carne de boi	12,3 (15)	8,2 (10)	9,8 (12)	36,1 (44)	16,4 (20)	4,1 (5)	13,1 (16)	12,2 (6)	6,1 (3)	12,2 (6)	30,6 (15)	8,2 (4)	8,2 (4)	22,4 (11)
Carne de porco	1,6 (2)	1,6 (2)	1,6 (2)	8,2 (10)	18,9 (23)	27,0 (33)	41,0 (50)	0 (0)	0 (0)	2,0 (1)	4,1 (2)	12,2 (6)	30,6 (15)	51,0 (25)
Frango	9,8 (12)	10,7 (13)	15,6 (19)	39,3 (48)	14,8 (18)	2,5 (3)	7,4 (9)	10,2 (5)	2,0 (1)	14,3 (7)	42,9 (21)	6,1 (3)	4,1 (2)	20,4 (10)
Peixe fresco	2,5 (3)	2,5 (3)	3,3 (4)	9,8 (12)	15,6 (19)	34,4 (42)	31,1 (38)	0 (0)	2,0 (1)	4,1 (2)	14,3 (7)	12,2 (6)	30,6 (15)	36,7 (18)
Peixe enlatado	0,8 (1)	0 (0)	0,8 (1)	2,5 (3)	4,9 (6)	19,7 (24)	71,3 (87)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	2,0 (1)	10,2 (5)	20,4 (10)	67,3 (33)
Embutidos	5,7 (7)	0,8 (1)	1,6 (2)	11,5 (14)	19,7 (24)	22,1 (27)	38,5 (47)	2,0 (1)	0 (0)	4,1 (2)	16,3 (8)	12,2 (6)	18,4 (9)	46,9 (23)
Carne c/ sal	2,5 (3)	0 (0)	0 (0)	2,5 (3)	2,5 (3)	9,0 (11)	83,6 (102) 90,2	0 (0)	0 (0)	0 (0)	2,0 (1)	2,0 (1)	6,1 (3)	89,8 (44)
Vísceras	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0,8 (1)	9,0 (11)	(110)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	2,0 (1)	0 (0)	14,3 (7)	83,7 (41)
Azeite	28,7 (35)	17,2 (21)	14,8 (18)	18,9 (23)	4,1 (5)	3,3 (4)	13,1 (16)	42,9 (21)	16,3 (8)	10,2 (5)	12,2 (6)	8,2 (4)	6,1 (3)	4,1 (2)
Molho salada	9,0 (11)	2,5 (3)	1,6 (2)	7,4 (9)	3,3 (4)	4,9 (6)	71,3 (87)	2,0 (1)	2,0 (1)	2,0 (1)	4,1 (2)	4,1 (2)	16,3 (8)	69,4 (34)
Bacon	1,6 (2)	0,8 (1)	2,5 (3)	4,1 (5)	8,2 (10)	19,7 (24)	63,1 (77)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	8,2 (4)	6,1 (3)	12,2 (6)	73,5 (36)

Manteiga	14,8 (18)	6,6 (8)	5,7 (7)	16,4 (20)	12,3 (15)	10,7 (13)	33,6 (44)	10,2 (5)	0 (0)	6,1 (3)	22,4 (11)	14,3 (7)	18,4 (9)	28,6 (14)
Margarina	12,3 (15)	4,9 (6)	1,6 (2)	13,1 (16)	9,8 (12)	9,0 (11)	49,2 (60)	8,2 (4)	0 (0)	4,1 (2)	10,2 (5)	10,2 (5)	12,2 (6)	55,1 (27)
Maionese	4,1 (5)	0 (0)	0,8 (1)	9,0 (11)	13,9 (17)	28,7 (35)	43,4 (53)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	8,2 (4)	8,2 (4)	30,6 (15)	53,1 (26)
Snacks	2,5 (3)	1,6 (2)	1,6 (2)	23,0 (28)	24,6 (30)	32,0 (39)	14,8 (18)	2,0 (1)	0 (0)	2,0 (1)	24,5 (12)	36,7 (18)	22,4 (11)	12,2 (6)
Enlatados	1,6 (2)	2,5 (3)	2,5 (3)	15,6 (19)	17,2 (21)	23,8 (29)	36,9 (45)	6,1 (3)	2,0 (1)	4,1 (2)	6,1 (3)	16,3 (8)	34,7 (17)	30,6 (15)
Arroz integral	8,2 (10)	6,6 (8)	6,6 (8)	16,4 (20)	8,2 (10)	13,9 (17)	40,2 (49)	12,2 (6)	8,2 (4)	4,1 (2)	12,2 (6)	10,2 (5)	12,2 (6)	40,8 (20)
Arroz Polido	13,9 (17)	23,8 (29)	9,0 (11)	13,9 (17)	3,3 (4)	4,9 (6)	31,1 (38)	16,3 (8)	16,3 (8)	8,2 (4)	12,2 (6)	6,1 (3)	10,2 (5)	30,6 (15)
Pão integral	13,1 (16)	4,9 (6)	6,6 (8)	15,6 (19)	7,4 (9)	15,6 (19)	36,9 (45)	16,3 (8)	6,1 (3)	10,2 (5)	12,2 (6)	8,2 (4)	20,4 (10)	26,5 (13)
Pão francês	16,4 (20)	4,9 (6)	7,4 (9)	17,2 (21)	16,4 (20)	12,3 (15)	24,6 (30)	10,2 (5)	0 (0)	4,1 (2)	22,4 (11)	16,3 (8)	24,5 (12)	22,4 (11)
Biscoito salgado	5,7 (7)	0,8 (1)	0,8 (1)	9,0 (11)	13,1 (16)	15,6 (19)	54,9 (67)	8,2 (4)	2,0 (1)	4,1 (2)	12,2 (6)	6,1 (3)	16,3 (8)	51,0 (25)
Biscoito doce*	1,6 (2)	0,8 (1)	4,1 (5)	6,6 (8)	10,7 (13)	23,8 (29)	52,5 (64)	6,1 (3)	2,0 (1)	2,0 (1)	24,5 (12)	4,1 (2)	14,3 (7)	46,9 (23)
Bolos	3,3 (4)	0 (0)	2,5 (3)	8,2 (10)	29,5 (36)	34,4 (42)	22,1 (27)	4,1 (2)	0 (0)	4,1 (2)	12,2 (6)	24,5 (12)	24,5 (12)	30,6 (15)
Macarrão caseiro	3,3 (4)	2,5 (3)	1,6 (2)	10,7 (13)	32,0 (39)	27,9 (34)	22,1 (27)	2,0 (1)	2,0 (1)	0 (0)	18,4 (9)	32,7 (16)	28,6 (14)	16,3 (8)
Feijão	19,7 (24)	24,6 (30)	13,9 (17)	23,8 (29)	7,4 (9)	4,9 (6)	5,7 (7)	20,4 (10)	16,3 (8)	10,2 (5)	30,6 (15)	10,2 (5)	8,2 (4)	4,1 (2)
Folha crua	21,3 (26)	20,5 (25)	9,8 (12)	17,2 (21)	9,0 (11)	7,4 (9)	14,8 (18)	28,6 (14)	16,3 (8)	12,2 (6)	16,3 (8)	8,2 (4)	8,2 (4)	10,2 (5)
Folha refogada	12,3 (15)	9,8 (12)	9,8 (12)	17,2 (21)	12,3 (15)	16,4 (20)	22,1 (27)	10,2 (5)	8,2 (4)	12,2 (6)	20,4 (10)	14,3 (7)	12,2 (6)	22,4 (11)
Hortaliça crua	13,9 (17)	11,5 (14)	9,8 (12)	21,3 (26)	9,8 (12)	6,6 (8)	27,0 (33)	22,4 (11)	10,2 (5)	14,3 (7)	20,4 (10)	6,1 (3)	8,2 (4)	18,4 (9)
Hortaliça cozida	13,9 (17)	8,2 (10)	9,8 (12)	18,9 (23)	10,7 (13)	10,7 (13)	27,9 (34)	14,3 (7)	4,1 (2)	18,4 (9)	18,4 (9)	8,2 (4)	10,2 (5)	26,5 (13)
Tubérculos	12,3 (15)	5,7 (7)	10,7 (13)	28,7 (35)	17,2 (21)	13,1 (16)	12,2 (15)	12,2 (6)	2,0 (1)	4,1 (2)	26,5 (13)	28,6 (14)	16,3 (8)	10,2 (5)
Frutas	16,4 (20)	37,7 (46)	10,7 (13)	21,3 (26)	6,6 (8)	4,1 (5)	3,3 (4)	20,4 (10)	28,6 (14)	14,3 (7)	20,4 (10)	6,1 (3)	4,1 (2)	6,1 (3)
Sorvete	0,8 (1)	0 (0)	0 (0)	8,2 (10)	24,6 (30)	33,6 (41)	32,8 (40)	2,0 (1)	0 (0)	0 (0)	2,0 (1)	32,7 (16)	36,7 (18)	26,5 (13)
Tortas	1,6 (2)	0 (0)	0 (0)	2,5 (3)	10,7 (13)	30,3 (37)	54,9 (67)	2,0 (1)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	12,2 (6)	28,6 (14)	57,1 (28)
Geleia	0,8 (1)	1,6 (2)	0 (0)	2,5 (3)	4,9 (6)	9,8 (12)	80,3 (98)	4,1 (2)	2,0 (1)	0 (0)	2,0 (1)	4,1 (2)	8,2 (4)	79,6 (39)
Doces/ balas	9,0 (11)	4,9 (6)	4,1 (5)	23,0 (28)	15,6 (19)	14,8 (18)	28,7 (35)	8,2 (4)	2,0 (1)	10,2 (5)	20,4 (10)	22,4 (11)	20,4 (10)	16,3 (8)
Chocolate	16,4 (20)	4,9 (6)	7,4 (9)	27,9 (34)	18,0 (22)	11,5 (14)	13,9 (17)	20,4 (10)	4,1 (2)	4,1 (2)	32,7 (16)	24,5 (12)	8,2 (4)	6,1 (3)
Cafê c/ açúcar	12,3 (15)	8,2 (10)	3,3 (4)	5,7 (7)	4,9 (6)	1,6 (2)	63,9 (78)	6,6 (12)	6,6 (12)	4,1 (2)	10,2 (5)	4,1 (2)	6,1 (3)	51,0 (25)
Cafê s/ açúcar	9,8 (12)	11,5 (14)	4,1 (5)	8,2 (10)	0 (0)	2,5 (3)	63,9 (78)	12,2 (6)	16,3 (8)	2,0 (1)	6,1 (3)	2,0 (1)	6,1 (3)	55,1 (27)
Suco nat c/ açúcar	6,6 (8)	1,6 (2)	4,1 (5)	12,3 (15)	9,0 (11)	8,2 (10)	58,2 (71)	4,1 (2)	4,1 (2)	0 (0)	14,3 (7)	12,2 (6)	6,1 (3)	59,2 (29)

Suco nat s/ açúcar	9,8 (12)	4,1 (5)	4,9 (6)	16,4 (20)	12,3 (15)	10,7 (13)	41,8 (51)	8,2 (4)	0 (0)	6,1 (3)	28,6 (14)	18,4 (9)	10,2 (5)	28,6 (14)
Suco art c/ açúcar	4,1 (5)	0,8 (1)	3,3 (4)	16,4 (20)	3,3 (4)	9,0 (11)	63,1 (77)	4,1 (2)	0 (0)	2,0 (1)	12,2 (6)	6,1 (3)	12,2 (6)	63,3 (31)
							82,0							
Suco art s/ açúcar	0,8 (1)	0 (0)	1,6 (2)	6,6 (8)	4,1 (5)	4,9 (6)	(100)	2,0 (1)	2,0 (1)	0 (0)	6,1 (3)	6,1 (3)	4,1 (2)	79,6 (39)
Refrigerante	0,8 (1)	2,5 (3)	4,9 (6)	11,5 (14)	18,9 (23)	7,4 (9)	54,1 (66)	4,1 (2)	4,1 (2)	2,0 (1)	14,3 (7)	16,3 (8)	10,2 (5)	49,0 (24)
Adoçante	5,7 (7)	4,1 (5)	0,8 (1)	2,5 (3)	6,6 (8)	0,8 (1)	79,5 (97)	8,2 (4)	0 (0)	4,1 (2)	6,1 (3)	2,0 (1)	6,1 (3)	73,5 (36)
							94,3							
Margarina light	0,8 (1)	0,8 (1)	1,6 (2)	0 (0)	1,6 (2)	0,8 (1)	(115)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	2,0 (1)	0 (0)	98,0 (48)
Requeijão light	3,3 (4)	3,3 (4)	4,1 (5)	9,8 (12)	4,9 (6)	4,9 (6)	69,7 (85)	8,2 (4)	0 (0)	2,0 (1)	12,2 (6)	10,2 (5)	0 (0)	67,3 (33)
Refrigerante diet/light	0,8 (1)	1,6 (2)	1,6 (2)	2,5 (3)	4,9 (6)	7,4 (9)	81,1 (99)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	4,1 (2)	0 (0)	4,1 (2)	91,8 (45)
Cerveja	0,8 (1)	0,8 (1)	2,5 (3)	9,0 (11)	17,2 (21)	13,9 (17)	55,7 (68)	0 (0)	2,0 (1)	4,1 (2)	10,2 (5)	18,4 (9)	20,4 (10)	44,9 (22)
Bebida destilada	0 (0)	0,8 (1)	0,8 (1)	4,9 (6)	15,6 (19)	27,0 (33)	50,8 (62)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	4,1 (2)	24,5 (12)	42,9 (21)	28,6 (14)
Bebida fermenta*	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0,8 (1)	10,7 (13)	17,2 (21)	71,3 (87)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	16,3 (8)	34,7 (17)	49,0 (24)

n= 171. Teste qui-quadrado. *p<0,05

PRÊMIO – IV CONGRESSO MULTIPROFISSIONAL 2019



**IV CONGRESSO
MULTIPROFISSIONAL**
DO CENTRO UNIVERSITÁRIO SÃO CAMILO

**ABORDAGEM MULTIPROFISSIONAL EM
POLÍTICAS PÚBLICAS, SAÚDE E TECNOLOGIA**

MELHOR TRABALHO EM SESSÃO PÔSTER
CATEGORIA ESTUDANTE DE GRADUAÇÃO
TRABALHO DE CAMPO
3º lugar

O Centro Universitário São Camilo confere este prêmio a **Henrique Tancini Pimentel Buena, Leonardo Pintinha Paravela e Ana Paula de Queiroz Mello**, pelo trabalho **PERFIL NUTRICIONAL DE ESTUDANTES DE UNIVERSIDADES PARTICULARES NO ESTADO DE SÃO PAULO** apresentado no IV Congresso Multiprofissional do Centro Universitário São Camilo, realizado nos dias 08 e 09 de novembro de 2019, no Centro Universitário São Camilo, São Paulo - SP.



Prof. Dr. Carlos Ferrar Júnior
Pró-Reitor Acadêmico do Centro
Universitário São Camilo



Profa. Dra. Adriana Garcia Peloggia de Castro
Coordenadora do IV Congresso Multiprofissional
do Centro Universitário São Camilo



**CENTRO UNIVERSITÁRIO
SÃO CAMILO**