



Nutrição e Promoção da Saúde 2

**Flávio Ferreira Silva
(Organizador)**



Nutrição e Promoção da Saúde 2

**Flávio Ferreira Silva
(Organizador)**

2020 by Atena Editora

Copyright © Atena Editora

Copyright do Texto © 2020 Os autores

Copyright da Edição © 2020 Atena Editora

Editora Chefe: Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira

Diagramação: Geraldo Alves

Edição de Arte: Lorena Prestes

Revisão: Os Autores



Todo o conteúdo deste livro está licenciado sob uma Licença de Atribuição *Creative Commons*. Atribuição 4.0 Internacional (CC BY 4.0).

O conteúdo dos artigos e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores. Permitido o download da obra e o compartilhamento desde que sejam atribuídos créditos aos autores, mas sem a possibilidade de alterá-la de nenhuma forma ou utilizá-la para fins comerciais.

Conselho Editorial

Ciências Humanas e Sociais Aplicadas

Profª Drª Adriana Demite Stephani – Universidade Federal do Tocantins
Prof. Dr. Álvaro Augusto de Borba Barreto – Universidade Federal de Pelotas
Prof. Dr. Alexandre Jose Schumacher – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Mato Grosso
Prof. Dr. Antonio Carlos Frasson – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Prof. Dr. Antonio Gasparetto Júnior – Instituto Federal do Sudeste de Minas Gerais
Prof. Dr. Antonio Isidro-Filho – Universidade de Brasília
Prof. Dr. Carlos Antonio de Souza Moraes – Universidade Federal Fluminense
Prof. Dr. Constantino Ribeiro de Oliveira Junior – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Cristina Gaio – Universidade de Lisboa
Profª Drª Denise Rocha – Universidade Federal do Ceará
Prof. Dr. Deyvison de Lima Oliveira – Universidade Federal de Rondônia
Prof. Dr. Edvaldo Antunes de Farias – Universidade Estácio de Sá
Prof. Dr. Eloi Martins Senhora – Universidade Federal de Roraima
Prof. Dr. Fabiano Tadeu Grazioli – Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões
Prof. Dr. Gilmei Fleck – Universidade Estadual do Oeste do Paraná
Profª Drª Ivone Goulart Lopes – Istituto Internazionale delle Figlie di Maria Ausiliatrice
Prof. Dr. Julio Candido de Meirelles Junior – Universidade Federal Fluminense
Profª Drª Keyla Christina Almeida Portela – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Mato Grosso
Profª Drª Lina Maria Gonçalves – Universidade Federal do Tocantins
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Marcelo Pereira da Silva – Universidade Federal do Maranhão
Profª Drª Miranilde Oliveira Neves – Instituto de Educação, Ciência e Tecnologia do Pará
Profª Drª Paola Andressa Scortegagna – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Rita de Cássia da Silva Oliveira – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Sandra Regina Gardacho Pietrobon – Universidade Estadual do Centro-Oeste
Profª Drª Sheila Marta Carregosa Rocha – Universidade do Estado da Bahia
Prof. Dr. Rui Maia Diamantino – Universidade Salvador
Prof. Dr. Urandi João Rodrigues Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande
Prof. Dr. William Cleber Domingues Silva – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Dr. Willian Douglas Guilherme – Universidade Federal do Tocantins

Ciências Agrárias e Multidisciplinar

Prof. Dr. Alexandre Igor Azevedo Pereira – Instituto Federal Goiano
Prof. Dr. Antonio Pasqualetto – Pontifícia Universidade Católica de Goiás
Profª Drª Daiane Garabeli Trojan – Universidade Norte do Paraná

Profª Drª Diocléa Almeida Seabra Silva – Universidade Federal Rural da Amazônia
Prof. Dr. Écio Souza Diniz – Universidade Federal de Viçosa
Prof. Dr. Fábio Steiner – Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul
Prof. Dr. Fágner Cavalcante Patrocínio dos Santos – Universidade Federal do Ceará
Profª Drª Girlene Santos de Souza – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Prof. Dr. Júlio César Ribeiro – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Profª Drª Lina Raquel Santos Araújo – Universidade Estadual do Ceará
Prof. Dr. Pedro Manuel Villa – Universidade Federal de Viçosa
Profª Drª Raissa Rachel Salustriano da Silva Matos – Universidade Federal do Maranhão
Prof. Dr. Ronilson Freitas de Souza – Universidade do Estado do Pará
Profª Drª Talita de Santos Matos – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Dr. Tiago da Silva Teófilo – Universidade Federal Rural do Semi-Árido
Prof. Dr. Valdemar Antonio Paffaro Junior – Universidade Federal de Alfenas

Ciências Biológicas e da Saúde

Prof. Dr. André Ribeiro da Silva – Universidade de Brasília
Profª Drª Anelise Levay Murari – Universidade Federal de Pelotas
Prof. Dr. Benedito Rodrigues da Silva Neto – Universidade Federal de Goiás
Prof. Dr. Edson da Silva – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri
Profª Drª Eleuza Rodrigues Machado – Faculdade Anhanguera de Brasília
Profª Drª Elane Schwinden Prudêncio – Universidade Federal de Santa Catarina
Prof. Dr. Ferlando Lima Santos – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Prof. Dr. Gianfábio Pimentel Franco – Universidade Federal de Santa Maria
Prof. Dr. Igor Luiz Vieira de Lima Santos – Universidade Federal de Campina Grande
Prof. Dr. José Max Barbosa de Oliveira Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará
Profª Drª Magnólia de Araújo Campos – Universidade Federal de Campina Grande
Profª Drª Mylena Andréa Oliveira Torres – Universidade Ceuma
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federaci do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Paulo Inada – Universidade Estadual de Maringá
Profª Drª Vanessa Lima Gonçalves – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande

Ciências Exatas e da Terra e Engenharias

Prof. Dr. Adélio Alcino Sampaio Castro Machado – Universidade do Porto
Prof. Dr. Alexandre Leite dos Santos Silva – Universidade Federal do Piauí
Prof. Dr. Carlos Eduardo Sanches de Andrade – Universidade Federal de Goiás
Profª Drª Carmen Lúcia Voigt – Universidade Norte do Paraná
Prof. Dr. Eloi Rufato Junior – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Prof. Dr. Fabrício Menezes Ramos – Instituto Federal do Pará
Prof. Dr. Juliano Carlo Rufino de Freitas – Universidade Federal de Campina Grande
Prof. Dr. Marcelo Marques – Universidade Estadual de Maringá
Profª Drª Neiva Maria de Almeida – Universidade Federal da Paraíba
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Takeshy Tachizawa – Faculdade de Campo Limpo Paulista

Conselho Técnico Científico

Prof. Msc. Abrãao Carvalho Nogueira – Universidade Federal do Espírito Santo
Prof. Msc. Adalberto Zorzo – Centro Estadual de Educação Tecnológica Paula Souza
Prof. Dr. Adailson Wagner Sousa de Vasconcelos – Ordem dos Advogados do Brasil/Seccional Paraíba
Prof. Msc. André Flávio Gonçalves Silva – Universidade Federal do Maranhão
Profª Drª Andreza Lopes – Instituto de Pesquisa e Desenvolvimento Acadêmico
Profª Msc. Bianca Camargo Martins – UniCesumar
Prof. Msc. Carlos Antônio dos Santos – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Msc. Cláudia de Araújo Marques – Faculdade de Música do Espírito Santo
Prof. Msc. Daniel da Silva Miranda – Universidade Federal do Pará
Profª Msc. Dayane de Melo Barros – Universidade Federal de Pernambuco

Prof. Dr. Edwaldo Costa – Marinha do Brasil
 Prof. Msc. Eliel Constantino da Silva – Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita
 Prof. Msc. Gevair Campos – Instituto Mineiro de Agropecuária
 Prof. Msc. Guilherme Renato Gomes – Universidade Norte do Paraná
 Prof^a Msc. Jaqueline Oliveira Rezende – Universidade Federal de Uberlândia
 Prof. Msc. José Messias Ribeiro Júnior – Instituto Federal de Educação Tecnológica de Pernambuco
 Prof. Msc. Leonardo Tullio – Universidade Estadual de Ponta Grossa
 Prof^a Msc. Lilian Coelho de Freitas – Instituto Federal do Pará
 Prof^a Msc. Liliani Aparecida Sereno Fontes de Medeiros – Consórcio CEDERJ
 Prof^a Dr^a Lívia do Carmo Silva – Universidade Federal de Goiás
 Prof. Msc. Luis Henrique Almeida Castro – Universidade Federal da Grande Dourados
 Prof. Msc. Luan Vinicius Bernardelli – Universidade Estadual de Maringá
 Prof. Msc. Rafael Henrique Silva – Hospital Universitário da Universidade Federal da Grande Dourados
 Prof^a Msc. Renata Luciane Polsaque Young Blood – UniSecal
 Prof^a Msc. Solange Aparecida de Souza Monteiro – Instituto Federal de São Paulo
 Prof. Dr. Welleson Feitosa Gazel – Universidade Paulista

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(eDOC BRASIL, Belo Horizonte/MG)**

N976 Nutrição e promoção da saúde 2 [recurso eletrônico] / Organizador Flávio Ferreira Silva. – Ponta Grossa, PR: Atena Editora, 2020. – (Nutrição e Promoção da Saúde; v. 2)

Formato: PDF
 Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader
 Modo de acesso: World Wide Web
 Inclui bibliografia
 ISBN 978-85-7247-909-7
 DOI 10.22533/at.ed.097201301

1. Nutrição. 2. Saúde – Brasil. I. Silva, Flávio Ferreira. II. Série.

CDD 613.2

Elaborado por Maurício Amormino Júnior – CRB6/2422

Atena Editora
 Ponta Grossa – Paraná - Brasil
www.atenaeditora.com.br
contato@atenaeditora.com.br

APRESENTAÇÃO

Neste segundo volume apresentado em 19 capítulos, a obra “Nutrição e Promoção da saúde” é composta por abordagens científicas nos mais diversos temas de nutrição e saúde.

Da saúde até o trabalho da imagem corporal, aspectos relevantes são sem dúvidas abordados de diferentes formas na nutrição e eles influenciam diretamente o comportamento alimentar com impacto direto na vida. Por isso, sempre serão necessários estudos que possam avaliar com precisão as necessidades humanas correlatadas a estes temas, bem como, a análise alimentar de produtos já conhecidos e de novos produtos de mercado de efeito direto ou indireto na saúde humana. Dessa forma apresentamos aqui trabalhos capazes de oferecer ao leitor uma visão ampla dos novos conhecimentos científicos.

Esta obra só foi possível graças aos esforços assíduos dos autores destes prestigiosos trabalhos junto aos esforços da Atena Editora, que reconhece a importância da divulgação científica e oferece uma plataforma consolidada e confiável para estes pesquisadores divulgarem seus resultados.

Esperamos que a leitura desta obra seja capaz de sanar suas dúvidas a luz de novos conhecimentos e propiciar a base intelectual ideal para que se desenvolva novas soluções para os inúmeros gargalos encontrados na área da nutrição.

Flávio Ferreira Silva

SUMÁRIO

CAPÍTULO 1	1
ANÁLISE DOS FATORES RELACIONADOS AO ABANDONO DO TRATAMENTO DE TUBERCULOSE NO MUNICÍPIO DE CARUARU NO PERÍODO DE 2014 A 2019	
José Renato Maciel Gomes Filho Marcos César Inojosa do Rêgo Barros João Paulo de Melo Guedes	
DOI 10.22533/at.ed.0972013011	
CAPÍTULO 2	9
AVALIAÇÃO DO ESTADO NUTRICIONAL E O CONSUMO ALIMENTAR DE CRIANÇAS COM TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA EM SÃO LUÍS, MA	
Thailane de Jesus Martins das Dores Yasmim Costa Mendes Gabrielle Damasceno Evangelista Costa Mari Silma Maia da Silva Gustavo Henrique Rodrigues Vale de Macedo Laís Ferreira de Sousa Luciana Pereira Pinto Dias Luís Cláudio Nascimento da Silva Eliziane Gomes da Costa Moura da Silva Adrielle Zagnignan	
DOI 10.22533/at.ed.0972013012	
CAPÍTULO 3	23
OSTEOPENIA E NUTRIÇÃO	
Andressa Alves Rodrigues Minoru German Higa Júnior	
DOI 10.22533/at.ed.0972013013	
CAPÍTULO 4	32
PREVALÊNCIA DE RISCO NUTRICIONAL EM PACIENTES PEDIÁTRICOS HOSPITALIZADOS EM HOSPITAL PÚBLICO DE DOURADOS/MS	
Veruska Sandim Vilela Aline Janaina Giunco Sarah de Souza Araújo Priscila de Souza Araújo Karine Akemi Tomigawa Okama Mirele Aparecida Schwengber Josiane Ribeiro dos Santos Santana Cristhiane Rossi Gemelli Ravena Vaz Feitosa Castelo Branco Suellem Luzia Costa Borges Emília Alonso Balthazar	
DOI 10.22533/at.ed.0972013014	
CAPÍTULO 5	40
ANÁLISE SENSORIAL DE CUPCAKE DE BANANA	
Priscila de Souza Araújo Ana Paula Alves Diniz Veruska Sandim Vilela	

Sarah de Souza Araújo
Luma Ravena Soares Monte
Martinho Alves da Cunha Neto
Nailton Cordeiro da Silva
Thiego Ramon Soares
Mirele Aparecida Schwengber
Josiane Ribeiro dos Santos Santana
Cristhiane Rossi Gemelli
Aline Janaina Giunco

DOI 10.22533/at.ed.0972013015

CAPÍTULO 6 47

APROVEITAMENTO INTEGRAL DOS ALIMENTOS: QUALIDADE NUTRICIONAL E ACEITABILIDADE DA PREPARAÇÃO EM INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA PRA IDOSOS (IPLI) DE MACEIÓ-AL

Déborah Maria Tenório Braga Cavalcante Pinto
Géssica Barros de Oliveira
Jade Gomes Marinho de Omena

DOI 10.22533/at.ed.0972013016

CAPÍTULO 7 56

BARRA DE CEREAIS PROTEICA COM MORINGA OLEÍFERA PARA VEGETARIANOS

Kelly Ribeiro Amichi
Renan Ferber Pereira Coelho
Fabiany Aparecida dos Santos
Lorrane Scarpat Mozer
Mayara Gomes Inocência
Gabriela Friber Pereira

DOI 10.22533/at.ed.0972013017

CAPÍTULO 8 69

COMPOSIÇÃO EM ÁCIDOS GRAXOS DAS FAMÍLIAS ÔMEGA- 3 E ÔMEGA-6 EM DIFERENTES FASES DO LEITE HUMANO

Adriela Albino Rydlewski Ito
Luciana Pelissari Manin
Christyna Beatriz Genovez Tavares
Lorena Visentainer
Jeane Eliete Laguila Visentainer
Oscar de Oliveira Santos
Jesuí Vergílio Visentainer

DOI 10.22533/at.ed.0972013018

CAPÍTULO 9 77

CARACTERIZAÇÃO DO PESO CORPORAL E CONSUMO ALIMENTAR DE HOMENS UNIVERSITÁRIOS DE UMA INSTITUIÇÃO PÚBLICA DE MINAS GERAIS, BRASIL

Izabella Vitor Lopes
Michelle Venâncio dos Santos
Paulla Machado D'Athayde
Jade Chartone Eustáquio
Aline Laís de Souza Silva
Sara de Lacerda Caldas Silva
Maurício Santana de Melo

Tamara Figueiredo
Luís Paulo Souza e Souza
DOI 10.22533/at.ed.0972013019

CAPÍTULO 10 91

INSATISFAÇÃO DA IMAGEM CORPORAL EM ADOLESCENTES: REVISÃO SISTEMÁTICA

Maria dos Milagres Farias da Silva
Maria Ivone Almeida Borges

DOI 10.22533/at.ed.09720130110

CAPÍTULO 11 101

PREVALÊNCIA DE SOBREPESO E OBESIDADE EM ADULTOS ACOMPANHADOS PELO SISTEMA DE VIGILÂNCIA ALIMENTAR E NUTRICIONAL (SISVAN) EM DOURADOS-MS

Aline Janaina Giunco
Priscila de Souza Araújo
Sarah de Souza Araújo
Veruska Sandim Vilela
Nailton Cordeiro da Silva
Ravena Vaz Feitosa Castelo Branco
Cássia Barbosa Reis

DOI 10.22533/at.ed.09720130111

CAPÍTULO 12 113

AValiação DA INGESTÃO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS EM ACADÊMICOS DO CURSO DE NUTRIÇÃO EM FORTALEZA - CEARÁ

Yonnaha Nobre Alves Silva
Catherine de Lima Araújo
Lia Fonteles Jereissati
Lianna Cavalcante Pereira
Lorena Almeida Brito
Mateus Cardoso Vale
Sabrina Pinheiro Lima
Thaís Bastos Romero
Walyson Moreira Bernardino
Juliana Magalhães da Cunha Rego

DOI 10.22533/at.ed.09720130112

CAPÍTULO 13 116

AValiação DA IMPLANTAÇÃO DA POLÍTICA DE SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL NO ESTADO DE SÃO PAULO

Monique Riquele Linhares Gomes Lourenço
Luana Aparecida Alvim Lopes
Vânia Thais Silva Gomes
Karoline Honorato Brunacio
Karoline Victória Vieira

DOI 10.22533/at.ed.09720130113

CAPÍTULO 14	121
AVALIAÇÃO DAS BOAS PRÁTICAS DE MANIPULAÇÃO (BPM) DOS ALIMENTOS NO PREPARO DE REFEIÇÕES EM UM RESTAURANTE DO TIPO SELF-SERVICE EM UMA FACULDADE PÚBLICA DE MACEIÓ-AL	
Déborah Maria Tenório Braga Cavalcante Pinto Amanda Ribeiro da Silva Arielly Moreira Lima Glicia Nayara da Silva Santos	
DOI 10.22533/at.ed.09720130114	
CAPÍTULO 15	132
EVIDÊNCIAS DE MUDANÇAS NO PROCESSO DE FORMAÇÃO EM UM CURSO DE NUTRIÇÃO – UMA ANÁLISE DOCUMENTAL	
Nádia Kunkel Szinwelski Elenice Segala Andréia Morschel Carla Rosane Paz Arruda Teo Bianca Joana Mattia	
DOI 10.22533/at.ed.09720130115	
CAPÍTULO 16	149
INCENTIVO A INTRODUÇÃO DA ALIMENTAÇÃO COMPLEMENTAR SAUDÁVEL E OPORTUNA NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE	
Isabella da Silva Oliveira Yasmim Garcia Ribeiro Thainá Calderoni Lobato Eduarda Vasconcelos de Souza Beatriz Thomaz Ingrid Nascimento Hilário de Jesus Jaína Schumacker Frez Thacia Coutinho Maria Fernanda Larcher de Almeida Lilian Bittencourt da Costa Scherrer Carolina da Costa Pires Jane de Carlos Santana Capelli	
DOI 10.22533/at.ed.09720130116	
CAPÍTULO 17	160
MUDANÇA DE HÁBITO ALIMENTAR NO REFEITÓRIO DE UMA INDÚSTRIA ALIMENTÍCIA EM MACEIÓ/AL	
Eliane Costa Souza Merielly Ferreira Pessoa Paula Myllena Lemos da Silva Santos Ismaell Avelino de Sousa Sobrinho Giane Meyre de Assis Aquilino Fabiana Palmeira Melo Costa	
DOI 10.22533/at.ed.09720130117	
CAPÍTULO 18	169
DOENÇAS TRANSMITIDAS POR ÁGUA E ALIMENTOS (DTA): ATITUDES DE RISCO E PERFIL DE PARTURIENTES DE MATERNIDADE MUNICIPAL	
Gabriela da Silva Novo	

Nathalia Amorim Iglezias
Patricia Riddell Millar
Ana Beatriz Monteiro Fonseca
Daniela Leles

DOI 10.22533/at.ed.09720130118

CAPÍTULO 19 180

**ESTADO NUTRICIONAL DE PACIENTES ONCOLÓGICOS EM TRATAMENTO DE
RADIOTERAPIA E QUIMIOTERAPIA**

Lucimara de Oliveira Ramos
Taíne Paula Cibulski
Nair Luft
Daiana Argenta Kumpel

DOI 10.22533/at.ed.09720130119

SOBRE O ORGANIZADOR..... 191

ÍNDICE REMISSIVO 192

MUDANÇA DE HÁBITO ALIMENTAR NO REFEITÓRIO DE UMA INDÚSTRIA ALIMENTÍCIA EM MACEIÓ/AL

Data de aceite: 13/12/2019

Eliane Costa Souza

Centro Universitário Cesmac
Maceió – Alagoas

Link para o currículo Lattes: <http://lattes.cnpq.br/8850337692948178>

Merielly Ferreira Pessoa Paula

Centro Universitário Cesmac
Maceió – Alagoas

Link para o currículo Lattes: <http://lattes.cnpq.br/1039841912162986>

Myllena Lemos da Silva Santos

Centro Universitário Cesmac
Maceió – Alagoas

Link para o currículo Lattes: <http://lattes.cnpq.br/6442105159331365>

Ismaell Avelino de Sousa Sobrinho

Centro Universitário Cesmac
Maceió – Alagoas

Link para o currículo Lattes: <http://lattes.cnpq.br/0759687825327599>

Giane Meyre de Assis Aquilino

Centro Universitário Cesmac
Maceió – Alagoas

Link para o currículo Lattes: <http://lattes.cnpq.br/8160998127471698>

Fabiana Palmeira Melo Costa

Centro Universitário Cesmac
Maceió – Alagoas

Link para o currículo Lattes: <http://lattes.cnpq.br/4435744985298617>

RESUMO: A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) tem por finalidade contribuir para a promoção da alimentação adequada e saudável. O presente estudo teve como objetivo avaliar o comportamento alimentar dos funcionários de um refeitório de uma indústria de alimentação para realização de ação de educação alimentar e nutricional visando orientações para uma alimentação mais saudável e equilibrada. Foi realizado um estudo transversal, observacional sobre os hábitos alimentares dos comensais em uma unidade de alimentação e nutrição institucional de uma fábrica no município de Maceió-AL antes e depois das ações educativas fornecidas como estratégia. Para a observação direta do porcionamento, as pesquisadoras se posicionaram junto ao balcão de distribuição e utilizaram o teste para avaliação da qualidade da alimentação, para pessoas entre 20 e 60 anos, adaptado do Guia Alimentar da População Brasileira (versão bolso). Mediante análise dos dados do teste, foi planejada a ação de educação alimentar e nutricional. Observou-se uma importante melhora de comportamento dentre os comensais, 9% (36 pessoas) deixaram de acrescentar o macarrão ao arroz e feijão, 18% (72 pessoas) passaram a optar por suco natural ou frutas e 10% (40 pessoas) deixaram de porcionar deliberadamente a farinha de mandioca. O estudo atingiu seu objetivo, uma vez que foi dado início ao estímulo dos

participantes em escolhas mais saudáveis para a sua saúde.

PALAVRAS-CHAVE: Educação Alimentar e Nutricional. Comportamento Alimentar. Guia Alimentar.

CHANGE OF FOOD HABIT IN THE REFINERY OF AN ALIMENTARY INDUSTRY IN MACEIÓ/AL

ABSTRACT: Food and Nutrition Education (FNE) aims to contribute to the Promotion of adequate and healthy eating. The present study aimed to evaluate the food behavior of employees of a cafeteria in a food industry to perform food and nutrition education action aimed at guidelines for healthier eating. A cross-sectional, observational study about the eating habits of diners was conducted in a unit of institutional nutrition and food of a factory in the municipality of Maceió-AL before and after the educational actions provided as a strategy. For direct observation of the portioning, the researchers positioned themselves at the distribution counter and used the test to evaluate the quality of food, for people between 20 and 60 years of age adapted from the Brazilian Population Food Guide (pocket version). Through analysis of the test data, the action of food and nutritional education was planned. There was an important improvement in behavior among diners, 9% (36 people) stopped adding pasta to rice and beans, 18% (72 people) began to opt for natural juice or fruits and 10% (40 people) stopped deliberately portioning the cassava flour. The study reached its objective, since it was initiated to stimulate participants in healthier choices for their health.

KEYWORDS: Food and Nutrition Education. Food Behavior. Food Guide.

1 | INTRODUÇÃO

Unidade de Alimentação e Nutrição é uma unidade de trabalho singular que desempenha atividades relacionadas à alimentação e nutrição, devendo garantir uma alimentação segura e adequada, seguindo as recomendações de parâmetros alimentares para população brasileira e da vigilância sanitária (TEIXEIRA, 2007).

Embora os temas de nutrição e alimentação estejam cada vez mais em pauta, as informações estejam mais acessíveis e a ciência em constante evolução, persiste uma visão restrita e dicotômica do que é saudável e não saudável, dos alimentos bons e ruins. Esse contexto não promove a mudança de comportamento e não torna as pessoas mais saudáveis. Pelo contrário os índices de doenças crônicas, transtornos alimentares e obesidade não param de aumentar e a qualidade de alimentação do brasileiro tem piorado (ALVARENGA, 2016).

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) tornaram-se um dos principais problemas de saúde pública no Brasil, sendo responsáveis por 16 milhões de mortes todos os anos. (WHO, 2015). Essas doenças, que geralmente são relacionadas com a fome e a pobreza, ou com

distúrbios mais comuns na sociedade atual, como obesidade e outras doenças degenerativas, têm desencadeado discussão e estabelecimento de políticas e metas, visando ações que possam combatê-las (VIEIRA et. al., 2013)

Nesse contexto, a Política Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional apresenta dentre o elenco de estratégias apontadas para saúde, a educação alimentar e nutricional (EAN) que tem por finalidade contribuir para a Promoção da Alimentação Adequada e Saudável (PAAS), através de ação contínua e permanente, que visa promover a prática autônoma e voluntária de hábitos alimentares saudáveis (BRASIL, 2010).

Corroborando para prevenção das DCNT e promoção de saúde, o Guia Alimentar para a População Brasileira, ressalta a ingestão de nutrientes, propiciados pela alimentação saudável, ser essencial para a boa saúde. Igualmente importantes para a saúde são, as possíveis combinações entre eles e suas formas de preparo, as características do modo de comer e as dimensões sociais e culturais das práticas alimentares (BRASIL, 2014).

Porém, mesmo diante dos referenciais existentes à boa alimentação e nutrição, os hábitos alimentares dependem muito do que sabemos ou acreditamos saber sobre alimentação. Isso é denominado estímulo cognitivo (crenças e conhecimentos) e é moldado por experiências socioculturais e afetivas, integrado em nossos processos de aprendizado e condicionamento (ALVARENGA, 2016).

Ratificando o mencionado pelo autor supracitado, mediante observação direta da distribuição de almoço em um refeitório de uma indústria, verificou-se a necessidade de potencializar a educação alimentar e nutricional no contexto da informação direta sobre alimentação adequada, resguardando o direito dos comensais à garantia da Segurança Alimentar e Nutricional. Diante disso, o presente estudo teve como objetivo avaliar o comportamento alimentar dos funcionários de um refeitório de uma indústria de alimentação para realização de ação de educação alimentar e nutricional visando orientações para uma alimentação mais saudável e equilibrada como incentivo a mudanças de hábitos alimentares.

2 | MATERIAL E MÉTODO

Foi realizado um estudo transversal, observacional sobre o porcionamento dos comensais em uma unidade de alimentação e nutrição institucional de uma fábrica no município de Maceió-AL antes e depois das ações educativas fornecidas como estratégia de educação alimentar e nutricional.

Para a observação direta do comportamento alimentar, as pesquisadoras se posicionaram junto ao balcão de distribuição e, baseando-se no teste para avaliação da qualidade da alimentação, para pessoas entre 20 e 60 anos, adaptado do guia

alimentar da população brasileira (versão bolso) (Apêndice A), elaborado conforme a disposição das preparações no balcão, foi observado o porcionamento das preparações para registro das combinações dos comensais, para interpretação dos hábitos desses, durante uma semana.

Mediante análise dos dados do teste, foi planejada a ação de educação alimentar e nutricional, que consistiu na elaboração de cartazes ilustrativos que foram fixados abaixo do cardápio da empresa. Os cartazes foram divididos durante 10 dias, contendo dia a dia os dez passos para uma alimentação saudável direcionados aos comensais, para reflexão, visando a prática autônoma e voluntária de hábitos alimentares saudáveis.

Após duas semanas da exposição diária de orientações, o teste para avaliação foi reaplicado, durante uma semana, comparando-se percentualmente a ocorrência ou não de mudança na alimentação dos comensais.

3 | RESULTADO E DISCUSSÃO

O refeitório da empresa em tela atende 400 funcionários e distribui um cardápio de almoço do tipo médio, contendo entrada com um tipo de salada crua; três pratos principais com preparações variadas de carne; guarnições, a exemplo de purês, farofa, batata doce ou macaxeira gratinada; acompanhamento composto por feijão caseiro (carioca) com legumes e o feijão (fradinho) tropeiro, arroz branco polido, arroz parboilizado com alguma hortaliça, macarrão; bebida com dois tipos de suco industrializado em pó ou artificial (com porcionamento livre) ou polpa de frutas; sobremesa com opção entre um fruta ou um doce; farinha de mandioca e, opcionalmente (sobre as mesas), há saleiro e farinheira.

O gráfico 1, Análise de Combinação de Porcionamentos, refere-se à análise das escolhas realizadas pelos comensais antes da ação de educação alimentar e nutricional efetivada.

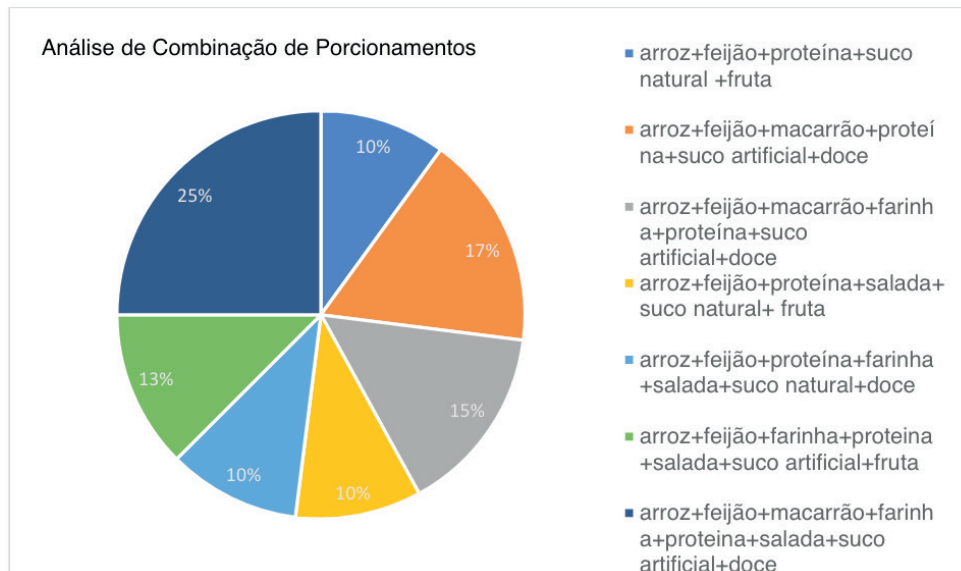


Gráfico 1 – Análise de combinações de porcionamentos.

Fonte: dados da pesquisa

Foi observado um inadequado consumo alimentar, principalmente de carboidratos simples. O prato base arroz com feijão com uma proteína é porcionado por todos os 400 comensais (100%), a adição do macarrão e o consumo de suco artificial e doce (aumentando os carboidratos simples) foi feito por 228 pessoas (57%); o porcionamento de salada foi registrado em 192 pratos (48%) dos pratos e a adição (a gosto) da farinha de mandioca foi registrado em 252 pratos (63%).

Esse padrão alimentar e o estilo de vida imprimem um aumento significativo na prevalência de excesso de peso e obesidade, considerada como um dos principais fatores de risco para as DCNT. Esses achados são confirmados pela Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF), que constatou uma prevalência de 50% de excesso de peso na população adulta brasileira, baixo consumo de alimentos ricos em fibras, como frutas, verduras e leguminosas e alto consumo de alimentos ricos em gordura saturada, açúcar e sal. Dados recentes mostram que menos de 1/4 da população possui consumo recomendado de frutas e hortaliças, o que reflete a baixa qualidade da dieta do brasileiro (Azevedo, 2014).

Observa-se no local em estudo que menos da metade dos comensais (48%) porcionam saladas e que há uma escolha por suco artificial e doce (57% dos comensais), enquanto apenas 80 comensais (20%) optam por suco natural e fruta. Os sucos e bebidas industrializados, em geral são feitos de extratos de frutas e adicionados de açúcar refinado, ou de adoçantes artificiais, com frequência, são também adicionados de preservantes, aromatizantes e outros aditivos. Tendem, portanto, a ser alimentos ultraprocessados e, como tal, devem ser evitados (BRASIL, 2014).

Em pesquisa realizada por Canella et al (2018) sobre a caracterização da

aquisição domiciliar e o consumo alimentar individual de hortaliças no Brasil e análise de sua relação com o consumo de alimentos ultraprocessados, sua conclusão corrobora com o porcionamento observado no refeitório em tela, que o consumo de hortaliças no Brasil é insuficiente e pior entre indivíduos com maior consumo de alimentos industrializados.

Outro fator preocupante é o porcionamento livre de farinha de mandioca. Produto de um tubérculo proclamado como importante alimento da cultura brasileira, principalmente do Nordeste, a farinha de mandioca geralmente é substituída ou adicionada com o arroz na mistura com o feijão. Trata-se de um alimento com baixo teor de fibras, portanto, não gera saciedade, mas que aumenta o valor calórica da refeição (SHINOHARA et al, 2014).

Mediante análise dos resultados apresentados no gráfico 1, foi iniciado as orientações diárias focadas nos dez passos de uma alimentação saudável do Guia da População Brasileira, através de cartazes exibidos, abaixo do cardápio no refeitório, durante dez dias, ilustrados com os temas: 1. “Não pule as refeições.”; 2. “Dê preferência aos grãos integrais e aos alimentos na sua forma mais natural.”; 3. “Coma diariamente pelo menos três porções de legumes e verduras como parte das refeições e três porções ou mais de frutas nas sobremesas e lanches.”; 4. “Coma feijão com arroz todos os dias ou, pelo menos, cinco vezes por semana. Esse prato brasileiro é uma boa combinação de proteínas.”; 5. “Diminua a quantidade de sal na comida e retire o saleiro da mesa.”; 6. “Beba pelo menos dois litros (seis a oito copos) de água por dia. Dê preferência ao consumo de água nos intervalos das refeições.”; 7. “Fique atento aos rótulos dos alimentos e escolha aqueles com menores quantidades de gorduras trans.”; 8. “Evite refrigerantes e sucos industrializados, bolos, biscoitos doces e recheados, sobremesas doces e outras guloseimas”; 9. “Torne sua vida mais saudável. Pratique atividade física todos os dias” e 10. “Retirar a gordura aparente das carnes e a pele das aves antes da preparação torna esses alimentos mais saudáveis!”.

O gráfico 2, Análise de Combinação de Porcionamentos, refere-se à análise das escolhas realizadas pelos comensais depois da ação de educação alimentar e nutricional concluída.

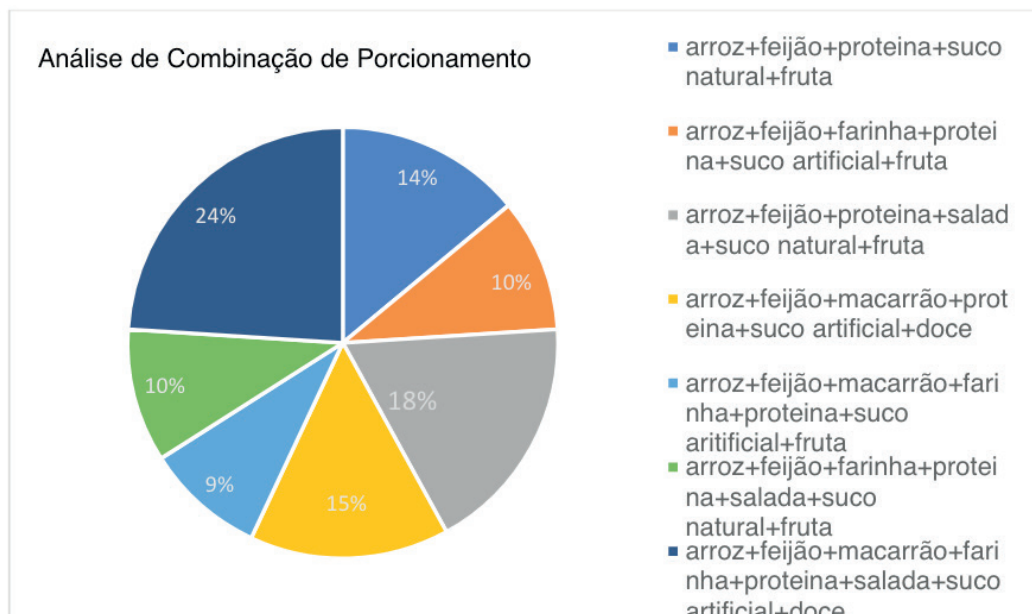


Gráfico 2 – Análise de combinações de porcionamentos.

Fonte: dados da pesquisa.

Após a exposição dos cartazes, o teste para avaliação da análise de combinação de porcionamento foi reaplicado durante uma semana. Observamos que alguns dos trabalhadores, começaram a modificar suas escolhas.

O prato base arroz com feijão permaneceu sendo porcionado por todos os 400 comensais (100%), a adição do macarrão reduziu para 48% dos pratos (192 pessoas); a escolha por suco artificial e doce reduziu para 39% (156 pessoas), o porcionamento de salada aumentou para 52% dos pratos (208 pessoas) e a opção pelo porcionamento a gosto da farinha de mandioca foi registrado uma redução para 53% (212 pessoas).

Os resultados analisados antes e depois da ação de educação alimentar e nutricional apontaram melhora na mudança dos hábitos alimentares, mostrando importante diferença positiva entre os trabalhadores. Sabe-se que, para uma mudança de hábitos é indispensável a característica do aprendizado contínuo e permanente, objetivando a promoção da prática autônoma e voluntária de hábitos alimentares saudáveis (BRASIL, 2012).

Para Hubert et al (2005), mudanças no estilo de vida entre adultos tendem a ocorrer com maior dificuldade, pois nessa fase da vida os indivíduos encontram-se com seus hábitos fortemente arraigados. Além disso, os padrões alimentares e o consumo de alimentos do adulto trazem consigo diversas representações simbólicas e culturais, difíceis de serem transformadas com intervenções pontuais em curto prazo, como ocorreram neste estudo.

Os desafios da educação alimentar e nutricional perpassam pelo estímulo constante para que esses comensais aperfeiçoem mais suas escolhas alimentares,

respeitando e valorizando suas diferentes expressões culturais alimentares e seus próprios hábitos regionais, corroborando com sua percepção sobre sua segurança alimentar e nutricional (BRASIL, 2010).

4 | CONCLUSÃO

O estudo atingiu seu objetivo, uma vez que foi dado início ao estímulo dos participantes em escolhas mais saudáveis para a sua saúde, conseqüentemente, ocasionando uma melhora dos hábitos dos trabalhadores. Ressalta-se a importância de uma ação continuada de educação alimentar para a promoção de saúde na área de nutrição, pois sabe-se que a maioria das pessoas tem receio da mudança, mas quando incentivada continuamente ficaria disposta a uma mudança no estilo de vida juntamente com a mudança no hábito alimentar.

REFERÊNCIAS

- ALVARENGA, M. et al. Nutrição comportamental: **Editora manoele LTDA**. Barueri, São Paulo, 2015.
- AZEVEDO, E.C.C. et al Padrão alimentar de risco para as doenças crônicas não transmissíveis e sua associação com a gordura corporal, **Artigo Ciênc. saúde coletiva**, 2014.
- BRASIL. Decreto nº 7.272, de 25 de agosto de 2010. Sistema nacional de segurança alimentar e nutricional – SISAN. **Diário Oficial da União**.
- BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas. – Brasília, DF: MDS; **Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional**, 2012.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira**: 2ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014
- HUBERT. H. B.; SNIDER. J.; WINKLEBY. M. A. Estado de saúde, comportamentos de saúde, e fatores de aculturação associados com sobrepeso e obesidade em latinos de uma pesquisa de campo de trabalho comunitário e agrícola, 2005.
- TEIXEIRA, S. et al. Administração aplicada unidades de alimentação e nutrição, São Paulo, **Editora Atheneu**, 2007.
- VIEIRA, V. L. et al. Ações de alimentação e nutrição e sua interface com segurança alimentar e nutricional: uma comparação entre Brasil e Portugal. **Saúde e Sociedade**, v. 22, n. 2, p. 603-607, 2013.
- World Health Organization. Doenças crônicas não transmissíveis causam 16 milhões de mortes prematuras todos os anos. Rio de Janeiro: WHO; 2015.
- CANELLA. D.S. et al. Consumo de hortaliças e sua relação com os alimentos ultraprocessados no Brasil. **Revista Saúde Pública**, 2018.
- SHINOHARA, N.K.S. Macaxeira na cultura alimentar pernambucana. **Revista Eletrônica** v. 07, nº 2, p. 86-102, JUL-DEZ, 2014.

APÊNDICE A

ANÁLISE DE COMBINAÇÃO DE PORCIONAMENTOS

Nº de Pessoas	Arroz	Feijão	Macarrão	Proteína	Suco		Salada	Sobremesa	Fruta	Doce
					Industrializado	Natural				
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										
N										

Fonte: TESTE: COMO ESTÁ A SUA ALIMENTAÇÃO?

Guia Alimentar da População Brasileira, 2014 (Guia de bolso – adaptado).

ÍNDICE REMISSIVO

A

Abandono 1, 2, 3, 4, 8

Aceitabilidade 40, 41, 42, 44, 46, 47, 50, 51, 52

Análise 1, 2, 4, 8, 35, 40, 41, 42, 43, 46, 55, 60, 63, 64, 65, 67, 70, 72, 73, 81, 85, 87, 89, 94, 101, 114, 123, 125, 129, 132, 135, 136, 137, 138, 139, 144, 145, 146, 147, 148, 160, 163, 164, 165, 166, 168, 172, 179, 189

Aproveitamento 47, 49, 53, 54, 55

Atenção primária 103, 149, 150, 151, 152, 156, 159

Autista 9, 10, 11, 21, 22

B

Banana 25, 28, 30, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 49, 50, 52, 54, 56, 57, 63, 155

Boas práticas 50, 121, 123, 124, 125, 127, 128, 129, 130, 131, 177, 179

C

Cupcake 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46

Curso 9, 22, 47, 65, 67, 68, 77, 83, 84, 89, 113, 114, 121, 128, 132, 135, 136, 137, 138, 139, 140, 142, 143, 145, 146, 147, 148, 149, 150, 151, 152, 156, 157, 180, 187, 191

F

Fases 69, 73, 74, 75, 151, 157

Formação 79, 97, 129, 132, 133, 134, 135, 137, 139, 140, 141, 142, 143, 144, 145, 146, 147, 148, 155, 157, 171

H

Hábito 17, 85, 104, 106, 160, 167, 175

I

Imagem corporal 79, 84, 88, 89, 91, 92, 93, 95, 96, 97, 98, 99, 100

Implantação 20, 116, 123, 127, 132, 135

Indústria 160, 162

Ingestão 33, 35, 40, 41, 49, 50, 52, 53, 58, 59, 86, 113, 114, 122, 156, 162, 171, 180, 185, 186, 187, 188

Instituição pública 77

Integral 20, 28, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 83, 110, 114, 137, 142, 156

Introdução 1, 2, 10, 24, 33, 41, 48, 57, 68, 70, 79, 91, 102, 113, 117, 122, 133, 149, 150, 151, 153, 161, 170, 176, 181

L

Leite humano 69, 70, 72, 73

M

Moringa oleífera 56, 57, 58, 63, 67

Mudança 53, 79, 134, 160, 161, 163, 166, 167

N

Nutrição 9, 21, 22, 23, 31, 36, 38, 39, 46, 47, 50, 52, 53, 54, 55, 58, 63, 65, 67, 68, 69, 70, 71, 75, 89, 91, 102, 103, 110, 111, 113, 114, 116, 118, 119, 121, 123, 129, 130, 132, 133, 134, 135, 136, 137, 138, 139, 140, 141, 145, 146, 148, 149, 150, 151, 152, 158, 159, 160, 161, 162, 167, 169, 180, 182, 183, 185, 186, 189, 190, 191

O

Obesidade 9, 10, 11, 13, 14, 15, 19, 20, 21, 49, 77, 81, 82, 83, 84, 85, 87, 88, 95, 98, 101, 102, 103, 104, 105, 106, 107, 108, 109, 111, 112, 113, 114, 119, 151, 161, 162, 164, 167, 184, 185, 187

Ômega 61, 69, 71, 73, 75

Osteopenia 23, 24, 25

P

Pacientes 3, 4, 5, 6, 7, 21, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 110, 171, 172, 180, 182, 183, 184, 185, 186, 187, 188, 189, 190

Pediátricos 32, 33, 35, 36, 37

Peso 9, 10, 12, 13, 14, 15, 35, 36, 77, 78, 79, 80, 81, 82, 84, 85, 86, 87, 89, 92, 95, 96, 98, 99, 105, 106, 107, 108, 109, 111, 112, 113, 114, 151, 159, 164, 175, 180, 182, 183, 184, 185, 187, 188

Política 3, 90, 102, 110, 116, 117, 118, 119, 120, 134, 140, 141, 147, 151, 158, 162

R

Refeitório 160, 162, 163, 165

Revisão 21, 54, 56, 91, 93, 94, 96, 99, 129, 141, 142, 148, 178

Risco 11, 13, 18, 19, 20, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 52, 57, 62, 78, 79, 80, 84, 87, 88, 89, 91, 95, 96, 97, 99, 103, 109, 110, 123, 164, 167, 169, 171, 172, 173, 174, 175, 176, 177, 182, 187, 188

S

Saúde 1, 2, 3, 4, 5, 7, 8, 9, 11, 12, 13, 15, 18, 19, 20, 21, 22, 30, 32, 33, 34, 40, 41, 42, 46, 47, 48, 49, 52, 54, 55, 57, 59, 60, 61, 62, 66, 69, 70, 71, 77, 78, 79, 80, 81, 83, 84, 86, 87, 88, 89, 90, 91, 92, 93, 95, 96, 97, 99, 100, 101, 102, 103, 104, 105, 110, 111, 112, 113, 114, 115, 116, 118, 119, 120, 121, 123, 124, 127, 128, 129, 130, 132, 133, 134, 135, 136, 137, 138, 139, 140, 141, 142, 143, 144, 145, 146, 147, 148, 149, 150, 151, 152, 153, 155, 156, 157, 158, 159, 161, 162, 167, 169, 170, 171, 172, 174, 175, 176, 177, 178, 179, 189, 190, 191

Self-service 121, 129

Sensorial 11, 40, 41, 42, 43, 46, 55, 56, 60, 63, 64, 65, 66, 67

Sobrepeso 9, 10, 13, 14, 15, 20, 21, 77, 81, 82, 84, 87, 88, 98, 101, 102, 103, 105, 106, 107, 108, 109, 112, 151, 167, 185, 187

T

Transtorno 9, 10, 11, 20, 21, 22

Tratamento 1, 2, 3, 4, 5, 7, 8, 23, 24, 58, 175, 180, 181, 182, 183, 184, 185, 186, 187, 188, 189, 190

Tuberculose 1, 2, 3, 4, 7, 8

U

Ultraprocessados 20, 113, 114, 115, 156, 164, 165, 167

Universitários 64, 77, 79, 80, 81, 82, 83, 84, 85, 86, 87, 88, 89, 114, 147

V

Vegetarianos 56, 57, 58, 59, 60, 65, 66, 67

Vigilância 54, 55, 79, 88, 101, 102, 104, 110, 111, 128, 129, 158, 161, 189

