

Avanços e Desafios da Nutrição no Brasil 2

Alexandre Rodrigues Lobo
(Organizador)



Atena
Editora

Ano 2018

Alexandre Rodrigues Lobo
(Organizador)

Avanços e Desafios da Nutrição no Brasil 2

Atena Editora
2018

2018 by Atena Editora

Copyright © da Atena Editora

Editora Chefe: Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira

Diagramação e Edição de Arte: Geraldo Alves e Natália Sandrini

Revisão: Os autores

Conselho Editorial

- Prof. Dr. Alan Mario Zuffo – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
Prof. Dr. Álvaro Augusto de Borba Barreto – Universidade Federal de Pelotas
Prof. Dr. Antonio Carlos Frasson – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Prof. Dr. Antonio Isidro-Filho – Universidade de Brasília
Profª Drª Cristina Gaio – Universidade de Lisboa
Prof. Dr. Constantino Ribeiro de Oliveira Junior – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Daiane Garabeli Trojan – Universidade Norte do Paraná
Prof. Dr. Darllan Collins da Cunha e Silva – Universidade Estadual Paulista
Profª Drª Deusilene Souza Vieira Dall’Acqua – Universidade Federal de Rondônia
Prof. Dr. Eloi Rufato Junior – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Prof. Dr. Fábio Steiner – Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul
Prof. Dr. Gianfábio Pimentel Franco – Universidade Federal de Santa Maria
Prof. Dr. Gilmei Fleck – Universidade Estadual do Oeste do Paraná
Profª Drª Girlene Santos de Souza – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Profª Drª Ivone Goulart Lopes – Istituto Internazionele delle Figlie de Maria Ausiliatrice
Profª Drª Juliane Sant’Ana Bento – Universidade Federal do Rio Grande do Sul
Prof. Dr. Julio Candido de Meirelles Junior – Universidade Federal Fluminense
Prof. Dr. Jorge González Aguilera – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
Profª Drª Lina Maria Gonçalves – Universidade Federal do Tocantins
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Profª Drª Paola Andressa Scortegagna – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Raissa Rachel Salustriano da Silva Matos – Universidade Federal do Maranhão
Prof. Dr. Ronilson Freitas de Souza – Universidade do Estado do Pará
Prof. Dr. Takeshy Tachizawa – Faculdade de Campo Limpo Paulista
Prof. Dr. Urandi João Rodrigues Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará
Prof. Dr. Valdemar Antonio Paffaro Junior – Universidade Federal de Alfenas
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande
Profª Drª Vanessa Lima Gonçalves – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Prof. Dr. Willian Douglas Guilherme – Universidade Federal do Tocantins

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

A946 Avanças e desafios da nutrição no Brasil 2 [recurso eletrônico] /
Organizador Alexandre Rodrigues Lobo. – Ponta Grossa (PR):
Atena Editora, 2018. – (Avanças e Desafios da Nutrição no
Brasil; v. 2)

Formato: PDF

Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader

Modo de acesso: World Wide Web

Inclui bibliografia

ISBN 978-85-85107-94-9

DOI 10.22533/at.ed.949180212

1. Nutrição – Brasil. I. Lobo, Alexandre Rodrigues.

CDD 613.2

Elaborado por Maurício Amormino Júnior – CRB6/2422

O conteúdo dos artigos e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de
responsabilidade exclusiva dos autores.

2018

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.

www.atenaeditora.com.br

APRESENTAÇÃO

A nutrição é uma ciência relativamente nova, mas a magnitude de sua importância se traduz na amplitude de áreas com as quais dialoga. No âmbito das ciências básicas, desde longínquos tempos, atribui-se o reflexo de sintomas provocados por deficiências nutricionais à diminuição no consumo de determinados alimentos. A integração da nutrição com outras disciplinas do campo das ciências da saúde proporcionou o entendimento dos processos fisiopatológicos e a identificação de marcadores bioquímicos envolvidos no diagnóstico das diferentes doenças carenciais. Mais recentemente, os avanços tecnológicos permitiram a elucidação dos complexos mecanismos moleculares ligados às diversas doenças crônicas, condição que elevou a nutrição a um novo patamar. Esses avanços também contribuíram para a identificação cada vez mais refinada de componentes dos alimentos com potencial bioativo e impactou diretamente o desenvolvimento de produtos alimentares.

Aliado ao conhecimento dos efeitos biológicos individuais dos diversos componentes dos alimentos, cabe salientar a importância de uma visão integral do alimento, tanto do ponto de vista químico, se considerarmos, por exemplo, a influência do processamento sobre a bioacessibilidade desses componentes nas diferentes matrizes, mas também sob o aspecto humanístico do alimento, em toda a sua complexidade, considerando diferentes níveis, como o cultural, social, ideológico, religioso, etc. Merecem destaque, também, os avanços políticos traduzidos pela institucionalização das leis de segurança alimentar e nutricional e a consolidação do direito humano à alimentação adequada, que trouxeram perspectivas sociais e econômicas para o campo da saúde coletiva no país.

A presente obra *Avanços de Desafios da Nutrição no Brasil 2* publicada no formato e-book, traduz, em certa medida, este olhar multidisciplinar e intersetorial da nutrição. Foram 32 artigos submetidos de diferentes áreas de atuação, provenientes de instituições representativas das várias regiões do país: alimentação coletiva, ensino em nutrição, nutrição e atividade física, nutrição clínica, saúde coletiva, tecnologia, análise e composição de alimentos e produtos alimentares. Assim, o livro se constitui em uma interessante ferramenta para que o leitor, seja ele um profissional, estudante ou apenas um interessado pelo campo das ciências da nutrição, tenha acesso a um panorama do que tem sido construído na área em nosso país.

Alexandre Rodrigues Lobo

SUMÁRIO

SAÚDE COLETIVA

CAPÍTULO 1 1

ALEITAMENTO MATERNO: CONHECIMENTOS DE PUÉRPERAS USUÁRIAS DA MATERNIDADE DE UM HOSPITAL FILANTRÓPICO DE MACAÉ/RJ

Duanny de Sá Oliveira Pinto
Lidiani Christini dos Santos Aguiar
Thainá Lobato Calderoni
Yasmim Garcia Ribeiro
Isabella Rodrigues Braga
Juliana Silva Pontes
Maria Fernanda Larcher de Almeida
Jane de Carlos Santana Capelli

DOI 10.22533/at.ed.9491802121

CAPÍTULO 2 11

ALIMENTAÇÃO DE COLETIVIDADES NOS GRUPOS DE PESQUISA E PROGRAMAS DE PÓS-GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO NO BRASIL

Flávia Milagres Campos
Fabiana Bom Kraemer
Shirley Donizete Prado

DOI 10.22533/at.ed.9491802122

CAPÍTULO 3 27

A RELAÇÃO DE PRODUÇÃO E TIPOS DE SAFRAS DE FEIJÃO COM A DESNUTRIÇÃO DE CRIANÇAS NO MUNICÍPIO DE ITAPEVA/SP

Denize Palmito dos Santos
Kelly Pereira de Lima
Julio Cezar Souza Vasconcelos
Samuel Dantas Ribeiro
William Duarte Bailo
Letícia Benites Albano
Cassiana Cristina de Oliveira
Juliano Souza Vasconcelos

DOI 10.22533/at.ed.9491802123

CAPÍTULO 4 38

ASSOCIAÇÃO ENTRE OS MOTIVOS PARA PRÁTICA DE ESPORTE E A QUALIDADE DE VIDA RELACIONADA À SAÚDE DE ATLETAS ESCOLARES DO IFMS

Guilherme Alves Grubert
Timothy Gustavo Cavazzotto
Arnaldo Vaz Junior
Mariana Mouad
Helio Serassuelo Junior

DOI 10.22533/at.ed.9491802124

CAPÍTULO 5 46

AVANÇOS E DESAFIOS DA EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NO AMBIENTE ESCOLAR

Ana Luiza Sander Scarparo

DOI 10.22533/at.ed.9491802125

CAPÍTULO 6 65

BOAS PRÁTICAS DA AGRICULTURA FAMILIAR PARA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR: AÇÕES RECONHECIDAS E PREMIADAS PELO MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Lilian Córdova Alves

DOI 10.22533/at.ed.9491802126

CAPÍTULO 7 69

CONTRIBUIÇÕES DO PROGRAMA DE AQUISIÇÃO DE ALIMENTOS NA ALIMENTAÇÃO DE ESCOLARES NO MUNICÍPIO DE SANTA CRUZ DO CAPIBARIBE - PE

Ana Paula Pires de Melo

Catarine Santos da Silva

DOI 10.22533/at.ed.9491802127

CAPÍTULO 8 77

CONTRIBUIÇÕES DO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR PARA O DESENVOLVIMENTO DA AGRICULTURA FAMILIAR: UMA REVISÃO DA LITERATURA

Alda Maria da Cruz

Catarine Santos da Silva

DOI 10.22533/at.ed.9491802128

CAPÍTULO 9 87

CONVERSANDO COM AS MULHERES DA PASTORAL DA CRIANÇA

Juliana Santos Marques

Ramon Simonis Pequeno

Arlete Rodrigues Vieira de Paula

Ana Claudia Peres Rodrigues

DOI 10.22533/at.ed.9491802129

CAPÍTULO 10 94

CORRELAÇÃO DE INDICADORES ANTROPOMÉTRICOS EM FUNCIONÁRIOS DO SETOR HOTELEIRO

Marília Cavalcante Araújo

Anna Carolina Sampaio Leonardo

Clarice Maria Araújo Chagas Vergara

Christiane Maria Maciel de Brito Barros

Ingrid Maria Portela Sousa

Wilma Stella Giffoni Vieira Baroni

DOI 10.22533/at.ed.94918021210

CAPÍTULO 11 102

EFEITOS DA EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL SOBRE O COMPORTAMENTO ALIMENTAR E A QUALIDADE DA DIETA DE INDIVÍDUOS IDOSOS: UM ENSAIO CLÍNICO ABERTO

Cássia Regina de Aguiar Nery Luz

Ana Lúcia Ribeiro Salomón

Renata Costa Fortes

DOI 10.22533/at.ed.94918021211

CAPÍTULO 12 117

ELEVADA PREVALÊNCIA DE EXCESSO DE PESO EM TRABALHADORES DE UM HOTEL DE GRANDE PORTE EM PORTO ALEGRE, RIO GRANDE DO SUL

Christy Hannah Sanini Belin

Priscila Oliveira da Silva

Aline Petter Schneider

Fabíola Silveira Regianini

DOI 10.22533/at.ed.94918021212

CAPÍTULO 13 128

ESTADO NUTRICIONAL E LUDICIDADE NA EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL JUNTO A CRIANÇAS E ADOLESCENTES ATENDIDOS POR UMA ORGANIZAÇÃO NÃO GOVERNAMENTAL

Jaqueline Néry Vieira de Carvalho

Sabrina Daniela Lopes Viana

Márcia Dias de Oliveira Alves

Clícia Graviel Silva

Elena Yumi Gouveia Takami

Erica Yukiko Gouveia Takami

Eunice Barros Ferreira Bertoso

DOI 10.22533/at.ed.94918021213

CAPÍTULO 14 141

ESTADO NUTRICIONAL E NÍVEL DE SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL DE MORADORES DE UMA OCUPAÇÃO NA ZONA SUL DE SÃO PAULO

Ellen Helena Coelho

Kenia Máximo dos Santos

Sabrina Daniela Lopes Viana

DOI 10.22533/at.ed.94918021214

CAPÍTULO 15 153

EXCESSO DE PESO EM ADULTOS NO MUNICÍPIO DE MACEIÓ/AL EM 2016: UMA ANÁLISE DO SISTEMA DE VIGILÂNCIA ALIMENTAR E NUTRICIONAL

Adriana Toledo de Paffer

Kelly Walkyria Barros Gomes

Elisângela Rodrigues Lemos

Yana Aline de Moraes Melo

Nassib Bezerra Bueno

Amália Freire de Menezes Costa

Fernanda Geny Calheiros Silva

Amanda de Araujo Lima

DOI 10.22533/at.ed.94918021215

CAPÍTULO 16 162

FATORES QUE CONDICIONAM O CONSUMO E A QUALIDADE DO DESJEJUM E SUA ASSOCIAÇÃO COM O ÍNDICE DE MASSA CORPORAL DE ESTUDANTES DE UMA UNIVERSIDADE PÚBLICA DE SALVADOR-BA

Eliane dos Santos da Conceição

Milena Torres Ferreira

Mariana Pereira Santana Real

Wagner Moura Santiago

Mírian Rocha Vázquez

DOI 10.22533/at.ed.94918021216

CAPÍTULO 17 170

INTRODUÇÃO DA ALIMENTAÇÃO COMPLEMENTAR: RELATO DE EXPERIÊNCIAS DE UM PROJETO EXTENSIONISTA EM DOIS EVENTOS DO CAMPUS UFRJ-MACAÉ

Caroline Gomes Latorre

Hugo Demésio Maia Torquato Paredes

Patrícia da Silva Freitas

Naiara Sperandio

Luana Silva Monteiro

Alice Bouskelá
Fernanda Amorim de Moraes Nascimento Braga
Jane de Carlos Santana Capelli
DOI 10.22533/at.ed.94918021217

CAPÍTULO 18 181

MUDANÇAS DA CAPACIDADE FUNCIONAL DE IDOSOS ATIVOS E INSTITUCIONALIZADOS

Matheus Jancy Bezerra Dantas
Tháisa Lucas Filgueira Souza Dantas
Genival Caetano Ferreira Neto
Luiz Victor da Silva Costa
Mike Farias Xavier
Igor Conterato Gomes

DOI 10.22533/at.ed.94918021218

CAPÍTULO 19 196

OFICINA CULINÁRIA COMO ESTRATÉGIA NO CUIDADO EM SAÚDE MENTAL

Diene da Silva Schlickmann
Ana Carolina Lenz
Tais Giordani Pereira
Maria Assmann Wichmann

DOI 10.22533/at.ed.94918021219

CAPÍTULO 20 203

OS HÁBITOS ALIMENTARES DOS ACADÊMICOS DO CURSO DE NUTRIÇÃO DE UMA UNIVERSIDADE DO NORTE DO RIO GRANDE DO SUL

Cristiana Schenkel
Vivian Polachini Skzypek Zanardo
Cilda Piccoli Ghisleni
Roseana Baggio Spinelli
Gabriela Bassani Fahl

DOI 10.22533/at.ed.94918021220

CAPÍTULO 21 217

PERFIL DE FREQUENTADORES E PROPRIETÁRIOS DE FOOD TRUCKS NA CIDADE DE SÃO PAULO

Suellen Teodoro Santos
Cristiane Hibino
Sabrina Daniela Lopes Viana

DOI 10.22533/at.ed.94918021221

CAPÍTULO 22 231

PREVALÊNCIA DE EXCESSO DE PESO E SUA ASSOCIAÇÃO COM O CONSUMO ALIMENTAR EM CRIANÇAS DE UMA CRECHE PÚBLICA NO MUNICÍPIO DE RIO DAS OSTRAS

Aline Valéria Martins Pereira

DOI 10.22533/at.ed.94918021222

CAPÍTULO 23 249

QUALIDADE DA DIETA DE ESCOLARES DO MUNICÍPIO DE SÃO PAULO

Bárbara Grassi Prado
Patrícia de Fragas Hinnig
Maria do Rosário Dias de Oliveira Latorre

DOI 10.22533/at.ed.94918021223

TECNOLOGIA, ANÁLISE E COMPOSIÇÃO DE ALIMENTOS E PRODUTOS ALIMENTARES

CAPÍTULO 24 256

CARACTERIZAÇÃO MICROBIOLÓGICA E CENTESIMAL DE UMA BARRA DE CEREAL ISENTA DE GLUTEN ELABORADA COM APROVEITAMENTO DA CASCA DE LARANJA (*CITRUS SINENSIS*)

Silvana Camello Fróes
Kátia Eliane Santos Avelar
Maria Geralda de Miranda
Carla Junqueira Moragas
Djilaina de Almeida Souza Silva
Fabiane Toste Cardoso

DOI 10.22533/at.ed.94918021224

CAPÍTULO 25 271

DESENVOLVIMENTO E AVALIAÇÃO SENSORIAL DE BISCOITO ISENTO DE GLÚTEN E COM ADIÇÃO DE FARINHA DA CASCA DA BANANA VERDE

Leila Roseli Dierings Dellani
Karen Jaqueline Kurek
Lígia de Carli Pitz
Nathália Camila Dierings Desidério

DOI 10.22533/at.ed.94918021225

CAPÍTULO 26 279

DETERMINAÇÃO DA QUALIDADE DOS ÓLEOS DE FRITURA EM ESTABELECIMENTOS COMERCIAIS DE MACEIÓ-AL

Karoline de Souza Lima
Thaise Madeiro de Melo Magalhães
Daniela Cristina de Araújo
Jadna Cilene Pascoal
Mayra Alves Mata de oliveira
Mirelly Raylla da Silva Santos

DOI 10.22533/at.ed.94918021226

CAPÍTULO 27 287

DETERMINAÇÃO DE COMPOSTOS FENÓLICOS E AVALIAÇÃO DA CAPACIDADE ANTIOXIDANTE DA PITANGA E DA ACEROLA PÓS-PROCESSAMENTO NA FORMA DE SUCO

Patrícia Weimer
Rochele Cassanta Rossi
Aline Cattani
Chayene Hanel Lopes
Juliana De Castilhos

DOI 10.22533/at.ed.94918021227

CAPÍTULO 28 298

EFEITO DA ESTOCAGEM NO CONTEÚDO DE POLIFENÓIS E NA ATIVIDADE ANTIOXIDANTE DE SUCOS DE AMORA E DE FRAMBOESA

Aline Cattani
Rochele Cassanta Rossi
Patrícia Weimer
Natália Führ Braga
Juliana De Castilhos

DOI 10.22533/at.ed.94918021228

CAPÍTULO 29 311

FARINHA DE SEMENTE DE ABÓBORA (*Cucurbita maxima*) COMO POTENCIAL ANTIOXIDANTE NATURAL

Márcia Alves Chaves
Denise Pastore de Lima
Ilton Jose Baraldi
Letícia Kirienco Dondossola
Keila Tissiane Antonio

DOI 10.22533/at.ed.94918021229

CAPÍTULO 30 321

PERFIL DOS MEDICAMENTOS FITOTERÁPICOS MAIS COMERCIALIZADOS EM UMA FARMÁCIA MAGISTRAL EM BELÉM-PA

Michele de Freitas Melo
Rafaela Mendes Correa
Jennifer Aguiar Paiva
Valéria Marques Ferreira Normando
Nathália Cristine da Silva Teixeira

DOI 10.22533/at.ed.94918021230

CAPÍTULO 31 328

PRODUÇÃO DE CATCHUP UTILIZANDO FRUTAS VERMELHAS

Rafael Resende Maldonado
Ana Júlia da Silva Oliveira
Ana Júlia Santarosa Oliveira
Rebeca Meyhofer Ferreira
Daniele Flaviane Mendes Camargo
Daniela Soares de Oliveira
Ana Lúcia Alves Caram

DOI 10.22533/at.ed.94918021231

CAPÍTULO 32 342

QUALIDADE TECNOLÓGICA, NUTRICIONAL E FUNCIONAL DE SORVETE ARTESANAL DE LIMÃO SICILIANO ELABORADO COM AZEITE DE OLIVA EXTRA-VIRGEM COMO PRINCIPAL INGREDIENTE LIPÍDICO

Lilia Zago
Roberta Monteiro Caldeira
Camila Faria Lima
Carolyne Pimentel Rosado
Ana Claudia Campos
Nathália Moura-Nunes

DOI 10.22533/at.ed.94918021232

SOBRE O ORGANIZADOR..... 359

FATORES QUE CONDICIONAM O CONSUMO E A QUALIDADE DO DESJEJUM E SUA ASSOCIAÇÃO COM O ÍNDICE DE MASSA CORPORAL DE ESTUDANTES DE UMA UNIVERSIDADE PÚBLICA DE SALVADOR-BA

Eliane dos Santos da Conceição

Universidade Federal da Bahia, Instituto de Ciências da Saúde – Bahia

Milena Torres Ferreira

Universidade do Estado da Bahia, Departamento de Ciências da Vida- Bahia

Mariana Pereira Santana Real

Universidade Federal do Recôncavo da Bahia, Centro de Ciências Agrárias e Biológicas- Bahia

Wagner Moura Santiago

Universidade do Estado da Bahia, Departamento de Ciências da Vida- Bahia

Mírian Rocha Vázquez

Universidade do Estado da Bahia, Departamento de Ciências da Vida- Bahia

RESUMO: O desjejum é considerado uma das principais refeições, porque oferta ao organismo fonte exógena de nutrientes após o jejum noturno. Sua realização pode estar relacionada, entre outros fatores, à dieta saudável e ao Índice de Massa Corporal adequado. O objetivo deste trabalho foi identificar os fatores que estão associados a realização e a qualidade do desjejum e analisar a relação com o Índice de Massa Corporal. Trata-se de um estudo transversal, com pesquisa de campo, realizado em uma Universidade Pública de Salvador-BA. Utilizou-se um questionário semiestruturado e auto administrado e o recordatório alimentar

de 24 horas. Os fatores investigados foram: disponibilidade de alimento, disponibilidade de tempo, costume familiar e outros (entorno de convivência e apetite). O desjejum foi categorizado qualitativamente em quatro tipos: boa qualidade, qualidade satisfatória, qualidade insuficiente e de má qualidade. O Índice de Massa Corporal classificado conforme o Ministério da Saúde. Observou-se que 88% dos estudantes realizavam desjejum; 48% classificados em qualidade insuficiente. 55,9% dos universitários mencionaram a disponibilidade de tempo como o fator de maior influência para realização do desjejum. 65,8% dos graduandos estavam eutróficos. Não foi encontrada relação entre os fatores associados ao desjejum e o Índice de Massa Corporal. A maioria dos estudantes realizava desjejum, embora a qualidade desta refeição tenha sido classificada como insuficiente. O fator determinante para realização do desjejum foi à disponibilidade de tempo e não houve relação entre os fatores associados ao desjejum e o Índice de Massa Corporal.

PALAVRAS-CHAVE: Café da manhã. Desjejum. Universitários. Índice de Massa Corporal.

ABSTRACT: Breakfast is considered one of the main meals because it offers the body an exogenous source of nutrients after the overnight fast. Its accomplishment can be related, among

other factors, to the healthy diet and to the appropriate Body Mass Index. The objective of this study was to identify the factors that are associated with the achievement and quality of the breakfast and to analyze the relationship with the Body Mass Index. This is a cross-sectional study with field research conducted at a Public University of Salvador- BA. A semi-structured, self-administered questionnaire and 24-hour food recall were used. The factors investigated were: food availability, availability of time, family and other habits (living environment and appetite). Breakfast was categorized qualitatively into four types: good quality, satisfactory quality, poor quality and poor quality. The Body Mass Index was classified according to the Ministry of Health. It was observed that 88% of the students had breakfast, 48% classified as insufficient quality. 55,9% of university students mentioned the availability of time as the factor of greatest influence for the accomplishment of the 65.8% of the students were eutrophic. No relation was found between the factors associated with breakfast and the Body Mass Index. Most of the students had breakfast, although the quality of this meal was classified as insufficient. The determinant factor for the realization of the breakfast was the availability of time and there was no relation between the factors associated with breakfast and the Body Mass Index.

KEYWORDS: Breakfast. College students. Breakfast. Body mass index.

1 | INTRODUÇÃO

A alimentação saudável é considerada um dos pilares para a promoção da saúde. Pode ser entendida como um conjunto de alimentos que ofertados de forma equilibrada, fracionada e higiênica, são capazes de fornecer energia e nutrientes necessários para manutenção da saúde dos indivíduos e prevenção de doenças (VAZQUEZ et al., 2006). Além disso, esta deve ser compreendida sob o universo sócio-cultural das práticas alimentares que inclui a seleção de alimentos, a forma como o este é preparado, distribuído, além do tempo necessário para ser consumido.

Para que uma alimentação seja considerada saudável é necessário, dentre outras coisas, o aporte adequado de micro e macronutrientes, os quais são indispensáveis para o bom funcionamento do organismo. As quantidades diárias de energia e nutrientes devem ser distribuídas, preferencialmente, entre as refeições, desjejum, almoço, jantar e lanches (BRASIL, 2014).

Neste contexto, o desjejum tem sido considerado como uma das refeições mais importantes do dia, por ser a primeira oportunidade de nutrição após um período de jejum noturno, no qual as reservas de glicogênio hepático e muscular são utilizadas (AFFINITA et al., 2013; SILVA; YOUNES, 2014). Do ponto de vista qualitativo pode-se considerar como um desjejum de boa qualidade aquele que inclui pelo menos um alimento do grupo dos lácteos, dos cereais e das frutas ou suco de frutas frescas (KARLEN et al., 2011).

O hábito de realizar o desjejum pode melhorar o desempenho cognitivo a longo prazo, e alterar a composição geral da dieta de forma positiva, através da redução

de energia e lipídios consumidos e pelo aumento da ingestão de fibras, vitaminas e minerais, podendo contribuir para prevenção de doenças crônicas não transmissíveis como obesidade, diabetes tipo 2 e hipertensão arterial (AFFINITA et al., 2013; JACKA et al., 2013).

Embora a literatura demonstre a importância do desjejum na saúde e bem estar dos indivíduos, observa-se que é uma das refeições mais omitidas, ou substituídas por pequenos lanches que geralmente apresentam alto teor energético devido às concentrações elevadas de açúcar e gordura, e menor quantidade de fibras e vitaminas, o que pode favorecer o ganho de peso e o surgimento de comorbidades associadas à obesidade (HOFELMANN; MOMM, 2014).

A omissão do desjejum pode estar relacionada à diversos fatores, dentre eles, disponibilidade de tempo e/ou alimento, costume familiar, falta de apetite e até mesmo interesse em realizar esta refeição, por isso, estudos têm sido desenvolvidos buscando-se a melhor compreensão do comportamento alimentar humano, abordando questões como, por exemplo, fracionamento das refeições (ou distribuição dos alimentos) (RIVAS, et al., 2005; SZAJEWSKA; RUSZCZYNSKI, 2010; TASKAR et al., 2010).

Embora pesquisadores de diversos países tenham demonstrado que os hábitos dietéticos e estilo de vida dos universitários possam em grande parte ser inapropriados, ainda existem poucas informações sobre a omissão do desjejum entre este público (BRAVO; MARTÍN; GONZÁLEZ, 2006; TASKAR et al., 2010). Na população baiana também é observada esta escassez de dados, principalmente quanto ao padrão de consumo do desjejum, descrição dos alimentos que geralmente compõem esta refeição, assim com, dos fatores que a influenciam.

Portanto, o objetivo desse trabalho foi identificar os fatores que estão associados a realização e a qualidade do desjejum e analisar a relação com o Índice de Massa Corporal de estudantes de uma Universidade Pública de Salvador-BA.

2 | MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo transversal, com pesquisa em campo, realizado no Departamento de Ciências da Saúde (DCV) da Universidade do Estado da Bahia (UNEB) Campus I, do município de Salvador-BA. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética e Pesquisa CEP/UNEB, sob o parecer nº 1.735.664. Os acadêmicos confirmaram a participação no estudo mediante a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

A amostra foi constituída por 127 estudantes, 112 do sexo feminino e 15 do sexo masculino, dos cursos de fisioterapia, fonoaudiologia e nutrição. Não foram inclusos os estudantes que apresentaram alguma irregularidade na matrícula, e/ou quadro patológico capaz de influenciar na ingestão alimentar e aqueles que se recusaram a participar.

Para a coleta de dados foi utilizado um questionário semiestruturado e auto administrado adaptado do modelo proposto por Pinheiro (2006) para obter informações sobre idade, sexo, peso, altura e frequência de consumo do desjejum. Para apurar os dados sobre os alimentos consumidos e a frequência alimentar utilizou-se o recordatório alimentar de 24 horas (R24H) e o questionário de frequência alimentar (QFA). Os questionários foram aplicados pelos pesquisadores e por estudantes voluntários previamente treinados do curso de nutrição.

A qualidade do desjejum foi avaliada por meio de quatro categorias qualitativas: boa qualidade, qualidade satisfatória, qualidade insuficiente e má qualidade. A refeição foi considerada de boa qualidade quando composta por pelo menos um alimento do grupo dos lácteos, um do grupo dos cereais e um do grupo das frutas; qualidade satisfatória incluía dois alimentos de grupos distintos; qualidade insuficiente apenas um grupo; e o de má qualidade não apresentava nenhum alimento dos três grupos. Considerou-se como hábito do desjejum quando os estudantes o fizeram entre cinco a sete vezes na semana (ANGELERI, 2007; MAJEM, 2003).

A literatura demonstra que alguns fatores podem influenciar na realização e na qualidade do desjejum, por isso dentre eles, investigou-se a disponibilidade de alimentos, a disponibilidade de tempo, o costume familiar e outros como apetite e entorno de convivência (KARLEN et al., 2011; DUARTE; ALMEIDA; MARTINS, 2013).

A avaliação antropométrica considerou somente o Índice de Massa Corporal (IMC), obtido a partir do peso e altura autorreferidos. O IMC foi classificado conforme os critérios da Organização Mundial de Saúde (2000) em baixo peso ($<18,5 \text{ kg/m}^2$), eutrófico ($18,5\text{-}24,9 \text{ kg/m}^2$), sobrepeso ($25\text{-}29,9 \text{ kg/m}^2$), obesidade ($30\text{-}39,9 \text{ kg/m}^2$) e obesidade grave ($\geq 40 \text{ kg/m}^2$).

Os dados foram tabulados no programa Excel 2007 e analisados por meio do software *SPSS – Statistical Package of Science Society* para Windows, versão 13.0. Os resultados foram expressos por meio de média, desvio padrão (dp), frequência e aplicado o teste ANOVA. A média e o desvio padrão foram calculados para a variável IMC. A ANOVA foi usado para analisar a relação entre o IMC e os fatores associados a realização e qualidade do desjejum. O nível de significância estatística considerado foi de $p < 0.05$.

3 | RESULTADOS E DISCUSSÃO

O ingresso na universidade marca um período de transição na vida dos estudantes, pois muitos pela primeira vez se afastam do convívio familiar, passam a morar sozinhos, com amigos ou em residências estudantis, em razões disso, podem se tornar os principais responsáveis por comprar, planejar e preparar a própria alimentação (KARLEN et al., 2011). Tais mudanças associadas às atividades acadêmicas podem contribuir para o surgimento de alterações nos hábitos dietéticos como a realização de refeições incompletas, lanches rápidos e até mesmo a omissão de refeições (FEITOSA

et. al., 2010; KRETSCHMER et al., 2015; SILVA; MOREIRA, 2011).

A literatura tem demonstrado que a frequência de omissão do desjejum é crescente, entre crianças e adolescentes, por exemplo, e pode variar entorno de 5 a 32% (SZAJEWSKA; RUSZCZYNSKI, 2010). Neste estudo, no entanto, apenas 11% dos estudantes afirmaram omitir o café da manhã, enquanto que, 89% referiram realizar a refeição regularmente. Hofelmann e Momm (2014) em um estudo realizado com escolares com idade média de 8,5 anos, encontraram resultados semelhantes, 75% tinha o hábito de consumir o desjejum.

Embora a frequência de omissão encontrada não tenha sido elevada, é necessário analisar quais são os fatores que determinam essa condição. Por meio da Tabela 1 podemos observar que a disponibilidade de tempo foi o fator mais mencionado pelos estudantes, 55,9%. Karlen et al (2011) em uma pesquisa com universitários, encontraram uma frequência de omissão superior a deste estudo cerca de 71%, mas semelhante quanto ao fator relacionado a omissão, pois 57% indicaram a disponibilidade de tempo.

FATORES	N	%
Disponibilidade de tempo	71	55,9
Disponibilidade de alimento	32	25,19
Costume familiar	18	14,17
Outros	6	4,72
TOTAL	127	100

Tabela 1: Fatores relacionados a realização e qualidade do desjejum dos estudantes.

Possivelmente a disponibilidade de tempo, seja um dos fatores que mais oscilam ao longo da graduação, os hábitos alimentares podem ser alterados em função disto, e a omissão de refeições como o desjejum pode se tornar cada vez mais comum. É necessário, portanto, destacar a importância desta refeição, pois seu consumo pode estar relacionado à efetividade do desempenho cognitivo durante as atividades matinais, melhora do estado de humor, desempenho muscular, saciedade, e bem-estar social, por ofertar além de substrato energético, precursores de substâncias importantes para regulação corporal como a noradrenalina, dopamina e serotonina (AFFINITA et al., 2013; CORDER et al, 2011; O'NEIL et al., 2014).

O café da manhã não desempenha seu papel positivo na saúde humana apenas pelo fato de ser realizado (O'NEIL et al, 2014). A qualidade do desjejum é o elemento primordial para que essa refeição tenha uma contribuição positiva, tanto para o fornecimento de nutrientes quanto para a qualidade da dieta em geral, devendo ser constituído por leite e derivados, cereais e frutas. Quanto a qualidade do desjejum, 48% foi classificada como qualidade insuficiente seguidas de 13% de má qualidade e 9% de boa qualidade respectivamente (Gráfico 1), corroborando com o estudo de Karlen et al (2011), no qual apenas 15% dos entrevistados realizavam desjejum de boa qualidade, enquanto 22% apresentaram um desjejum de má qualidade. Apesar da

maior parte dos universitários consumir o café da manhã regularmente, essa refeição não apresentou boa qualidade, provavelmente, devido a disponibilidade de tempo e alimentos, fatores condicionantes citados por grande parte dos participantes.

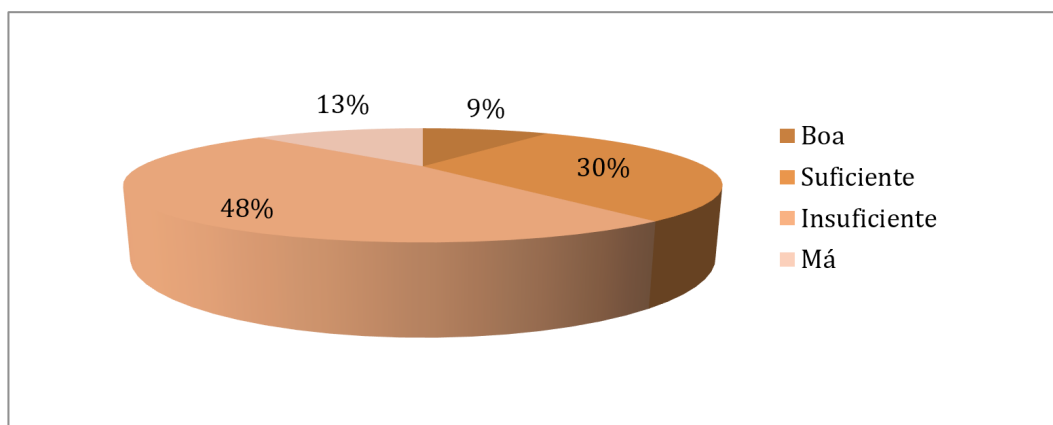


Gráfico 1: Qualidade do desjejum dos estudantes.

A realização do desjejum também tem sido associada à adequação do estado nutricional. Pois seu consumo pode promover uma redução da ingestão energética diária, tanto pela diminuição da gordura da dieta, quanto pelo aumento da saciedade. Por outro lado, a omissão do café da manhã vem sendo relacionada ao aumento do IMC (SILVA; YOUNES, 2014).

O excesso de peso tem sido abordado como um grave problema de saúde pública, o sobrepeso e a obesidade estão associados aos fatores preditores das doenças cardiovasculares. Com isso, muitos indicadores antropométricos foram desenvolvidos para quantificar a composição corporal dos indivíduos, sendo o IMC o mais utilizado nas pesquisas científicas (PELEGRINI et al., 2015). A população deste estudo apresentou IMC médio de $22,5 \text{ kg/m}^2 \pm 2,85 \text{ dp}$, conforme a Tabela 2, 66,14% encontravam-se eutróficos e 18,89% sobrepeso. Esses valores são similares aqueles encontrados por Magalhães e Motta (2012), que investigaram universitárias ingressantes e concluintes, descrevendo os grupos como eutróficos, 78% e 69%, respectivamente.

CLASSIFICAÇÃO IMC	N	%
Baixo Peso	15	11,80
Eutrofia	84	66,14
Sobrepeso	23	18,89
Obesidade	5	3,14
TOTAL	126	100

Tabela 2: Classificação IMC dos universitários

De acordo com o teste ANOVA não houve significância entre os fatores associados a realização e qualidade do desjejum e, o IMC ($p = 0,399$). Talvez, o estudo não tenha encontrado esta associação devido ao tamanho da amostra. Por isso, é necessário que mais estudos sejam realizados a fim de analisar o perfil de consumo do desjejum

e o estado nutricional destes estudantes.

4 | CONCLUSÃO

A maioria dos estudantes realizava desjejum, contudo a qualidade desta refeição foi classificada como insuficiente. O fator determinante mencionado para a realização e qualidade do desjejum foi à disponibilidade de tempo. A maioria dos estudantes encontram-se eutróficos. Não foi observada relação entre os fatores associados a realização e qualidade do desjejum com Índice de Massa Corporal.

REFERÊNCIAS

AFFINITA, Antonio et al. **Breakfast: a multidisciplinary approach.** Italian Journal Of Pediatrics, p. 39-44. 2013.

ANGELERI, M.A.; GONZÁLEZ, I.; GHIOLDI, M.M.; PETRELLI, L. **Hábito de consumo del desayuno y calidad nutricional del mismo en niños y adolescentes de la zona norte del Gran Buenos Aires.** (Online). Dieta. 2007; 25 (116): 7-13.

BERNARDO, Greyce Luci et al. **Food intake of university students.** Revista de Nutrição, v. 30, n. 6, p.847-865. 2017.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira.** 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

BRAVO, A. M.; MARTÍN, N.U.; GONZÁLEZ, A.G. **Evaluación de los hábitos alimentarios de una población de estudiantes universitarios en relación con sus conocimientos nutricionales.** Nutrición Hospitalaria, Madrid, v. 21, n. 4, p.466-473. 2006.

CORDER, K. et al. **Breakfast consumption and physical activity in British adolescents.** Br J Nutr. v. 105, n. 2, p. 316-321, jan. 2011.

DUARTE, Flávia Moreno; ALMEIDA, Suzy Darlen Soares de; MARTINS, Karine Anusca. **Alimentação fora do domicílio de universitários de alguns cursos da área da saúde de uma instituição privada.** O Mundo da Saúde, São Paulo, v. 37, n. 3, p.288-298, 2013.

FEITOSA, Eline Prado Santos et al. **Hábitos alimentares de estudantes de uma universidade pública no Nordeste, Brasil.** Alim. Nutr, v. 21, n.2, p.225-230. 2010.

HOFELMANN, Doroteia Aparecida; MOMM, Nayara. **Café da manhã: omissão e fatores associados em escolares de Itajaí, Santa Catarina, Brasil.** Rev. Soc. Bras. Alim. Nutr, São Paulo, v. 39, n. 1, p.40-55, abr. 2014.

JACKA, Felice N et al. **Diet quality and mental health problems in adolescents from East London: a prospective study.** Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol, v. 48, p.1297-1306. 2013.

KARLEN, G et al. **Consumo de desayuno en estudiantes universitarios: hábito, calidad nutricional y su relación con el índice de masa corporal.** Dieta, Buenos Aires, v. 137, n. 29, p.23-30. 2011.

KRETSCHMER, Andressa Carine et al. **Estado nutricional e hábitos alimentares de acadêmicos de uma universidade do norte do Rio Grande do Sul.** Saúde Santa Maria, v. 41, n. 2, p.121-128.

2015.

MAGALHÃES, P; MOTTA, D. G. da. **Uma abordagem psicossocial do estado nutricional e do comportamento alimentar de estudantes de nutrição.** Nutrire, [s.l.], v. 37, n. 2, p.118-132, 2012.

MAJEM L, S. RIBAS BARBA L, ARANCETA BARTRINA J, PÉREZ RODRIGO C, SAAVEDRA SANTANA P, PEÑA QUINTANA L. **Obesidad infantil y juvenil en España.** Resultados del Estudio enKid (1998-2000). Medicina Clínica. 2003; 121(19): 725- 732.

MARTINS SOBRINHO, Fernanda et al. **Fatores determinantes da insegurança alimentar e nutricional: estudo realizado em Restaurantes Populares de Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil.** Ciência & Saúde Coletiva, v. 19, n. 5, p.1601-1611. 2014.

O'NEIL, Carol et al. **Nutrient Intake, Diet Quality, and Weight/Adiposity Parameters in Breakfast Patterns Compared with Breakfast in Adults: National Health and Nutrition Examination Survey 2001-2008.** Journal Of The Academy Of Nutrition And Dietetics. v. 114, n. 12, p. 27-43, dez. 2014.

PELEGRINI, A. et al. **Indicadores antropométricos de obesidade na predição de gordura corporal elevada em adolescentes.** Revista Paulista de Pediatria, [s.l.], v. 33, n. 1, p.56-62, mar. 2015.

RIVAS, P.R, et al. **Desayuno y almuerzo de los adolescentes escolarizados de Santander.** Nutrición Hospitalaria, Madrid, v. 20, n. 3, p.217-22, set. 2005.

SILVA, Juliane Cristina da; YOUNES, Soraia. **Relação entre ingestão do café da manhã e sua influência no índice de Massa Corporal em escolares.** Pleiade, v. 15, n. 8, p.86-95, dez. 2014.

SILVA, Letícia Araújo e; MOREIRA, Elizete Maria da Silva. **Avaliação dos hábitos alimentares de estudantes do curso de Nutrição do Centro Universitário de Patos de Minas (UNIPAM).** Perquirere: Patos de Minas: UNIPAM, v. 8, n. 2, p.30-45, dez. 2011.

SZAJEWSKA, H.; RUSZCZYNSKI, M. **Systematic reviewdemonstrating that breakfast consumption influences body weight outcomes in children and adolescents in Europe.** Journal Critical Review in Food Science and Nutrition, v. 50, n. 2, p.113-119, 2010.

TASKAR Priya R Deshmuh et al. **The Relationship of Breakfast Skipping and Type of Breakfast Consumption with Nutrient Intake and Weight Status in Children and Adolescents. The National Health and Nutrition Examination Survey 1999- 2006.** Journal Of The American Dietetic Association, Usa, v. 110, n. 6, p.869-878, jun. 2010.

VÁZQUEZ, M.R.; El-Bachá, S.R.; Ordas, C.A.; Ribeiro, B.E.; Vicente, V.J.G.; Rodrigues, L.E.A. **Dieta afro-bahiana, estrés oxidativo y ejercicio físico.** Rev Nutr. 2006; 19(6):673-83.

World Health Organization - WHO. **Obesity: preventing and managing the global epidemic.** Report of a World Health Organization Consultation. Geneva: WHO, 2000.

Agência Brasileira do ISBN
ISBN 978-85-85107-94-9



9 788585 107949