



Nutrição sob a Ótica Teórica e Prática

Carla Cristina Bauermann Brasil
(Organizadora)

Atena
Editora
Ano 2021



Nutrição sob a Ótica Teórica e Prática

Carla Cristina Bauermann Brasil
(Organizadora)

Atena
Editora
Ano 2021

Editora Chefe

Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira

Assistentes Editoriais

Natalia Oliveira

Bruno Oliveira

Flávia Roberta Barão

Bibliotecária

Janaina Ramos

Projeto Gráfico e Diagramação

Natália Sandrini de Azevedo

Camila Alves de Cremo

Luiza Alves Batista

Maria Alice Pinheiro

Imagens da Capa

Shutterstock

Edição de Arte

Luiza Alves Batista

Revisão

Os Autores

2021 by Atena Editora

Copyright © Atena Editora

Copyright do Texto © 2021 Os autores

Copyright da Edição © 2021 Atena Editora

Direitos para esta edição cedidos à Atena Editora pelos autores.



Todo o conteúdo deste livro está licenciado sob uma Licença de Atribuição *Creative Commons*. Atribuição-Não-Comercial-NãoDerivativos 4.0 Internacional (CC BY-NC-ND 4.0).

O conteúdo dos artigos e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores, inclusive não representam necessariamente a posição oficial da Atena Editora. 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.

Todos os manuscritos foram previamente submetidos à avaliação cega pelos pares, membros do Conselho Editorial desta Editora, tendo sido aprovados para a publicação com base em critérios de neutralidade e imparcialidade acadêmica.

A Atena Editora é comprometida em garantir a integridade editorial em todas as etapas do processo de publicação, evitando plágio, dados ou resultados fraudulentos e impedindo que interesses financeiros comprometam os padrões éticos da publicação. Situações suspeitas de má conduta científica serão investigadas sob o mais alto padrão de rigor acadêmico e ético.

Conselho Editorial

Ciências Humanas e Sociais Aplicadas

Prof. Dr. Alexandre Jose Schumacher – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Paraná

Prof. Dr. Américo Junior Nunes da Silva – Universidade do Estado da Bahia

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. Crisóstomo Lima do Nascimento – Universidade Federal Fluminense
Prof^ª Dr^ª Cristina Gaio – Universidade de Lisboa
Prof. Dr. Daniel Richard Sant’Ana – Universidade de Brasília
Prof. Dr. Deyvison de Lima Oliveira – Universidade Federal de Rondônia
Prof^ª Dr^ª Dilma Antunes Silva – Universidade Federal de São Paulo
Prof. Dr. Edvaldo Antunes de Farias – Universidade Estácio de Sá
Prof. Dr. Elson Ferreira Costa – Universidade do Estado do Pará
Prof. Dr. Eloi Martins Senhora – Universidade Federal de Roraima
Prof. Dr. Gustavo Henrique Cepolini Ferreira – Universidade Estadual de Montes Claros
Prof^ª Dr^ª Ivone Goulart Lopes – Instituto Internazionele delle Figlie de Maria Ausiliatrice
Prof. Dr. Jadson Correia de Oliveira – Universidade Católica do Salvador
Prof. Dr. Julio Candido de Meirelles Junior – Universidade Federal Fluminense
Prof^ª Dr^ª Lina Maria Gonçalves – Universidade Federal do Tocantins
Prof. Dr. Luis Ricardo Fernandes da Costa – Universidade Estadual de Montes Claros
Prof^ª Dr^ª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Marcelo Pereira da Silva – Pontifícia Universidade Católica de Campinas
Prof^ª Dr^ª Maria Luzia da Silva Santana – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
Prof^ª Dr^ª Paola Andressa Scortegagna – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Prof^ª Dr^ª Rita de Cássia da Silva Oliveira – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Prof. Dr. Rui Maia Diamantino – Universidade Salvador
Prof. Dr. Urandi João Rodrigues Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará
Prof^ª Dr^ª 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^ª Dr^ª Carla Cristina Bauermann Brasil – Universidade Federal de Santa Maria
Prof. Dr. Antonio Pasqualetto – Pontifícia Universidade Católica de Goiás
Prof. Dr. Cleberton Correia Santos – Universidade Federal da Grande Dourados
Prof^ª Dr^ª Daiane Garabeli Trojan – Universidade Norte do Paraná
Prof^ª Dr^ª 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
Prof^ª Dr^ª Girlene Santos de Souza – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Prof. Dr. Jael Soares Batista – Universidade Federal Rural do Semi-Árido
Prof. Dr. Júlio César Ribeiro – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof^ª Dr^ª Lina Raquel Santos Araújo – Universidade Estadual do Ceará
Prof. Dr. Pedro Manuel Villa – Universidade Federal de Viçosa
Prof^ª Dr^ª Raissa Rachel Salustriano da Silva Matos – Universidade Federal do Maranhão
Prof. Dr. Ronilson Freitas de Souza – Universidade do Estado do Pará
Prof^ª Dr^ª 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

Prof^ª Dr^ª Anelise Levay Murari – Universidade Federal de Pelotas

Prof. Dr. Benedito Rodrigues da Silva Neto – Universidade Federal de Goiás

Prof^ª Dr^ª Débora Luana Ribeiro Pessoa – Universidade Federal do Maranhão

Prof. Dr. Douglas Siqueira de Almeida Chaves – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro

Prof. Dr. Edson da Silva – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri

Prof^ª Dr^ª Elizabeth Cordeiro Fernandes – Faculdade Integrada Medicina

Prof^ª Dr^ª Eleuza Rodrigues Machado – Faculdade Anhanguera de Brasília

Prof^ª Dr^ª Elane Schwinden Prudêncio – Universidade Federal de Santa Catarina

Prof^ª Dr^ª Eysler Gonçalves Maia Brasil – Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira

Prof. Dr. Ferlando Lima Santos – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia

Prof. Dr. Fernando Mendes – Instituto Politécnico de Coimbra – Escola Superior de Saúde de Coimbra

Prof^ª Dr^ª Gabriela Vieira do Amaral – Universidade de Vassouras

Prof. Dr. Gianfábio Pimentel Franco – Universidade Federal de Santa Maria

Prof. Dr. Helio Franklin Rodrigues de Almeida – Universidade Federal de Rondônia

Prof^ª Dr^ª Iara Lúcia Tescarollo – Universidade São Francisco

Prof. Dr. Igor Luiz Vieira de Lima Santos – Universidade Federal de Campina Grande

Prof. Dr. Jefferson Thiago Souza – Universidade Estadual do Ceará

Prof. Dr. Jesus Rodrigues Lemos – Universidade Federal do Piauí

Prof. Dr. Jônatas de França Barros – Universidade Federal do Rio Grande do Norte

Prof. Dr. José Max Barbosa de Oliveira Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará

Prof. Dr. Luís Paulo Souza e Souza – Universidade Federal do Amazonas

Prof^ª Dr^ª Magnólia de Araújo Campos – Universidade Federal de Campina Grande

Prof. Dr. Marcus Fernando da Silva Praxedes – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia

Prof^ª Dr^ª Maria Tatiane Gonçalves Sá – Universidade do Estado do Pará

Prof^ª Dr^ª Mylena Andréa Oliveira Torres – Universidade Ceuma

Prof^ª Dr^ª Natiéli Piovesan – Instituto Federaci do Rio Grande do Norte

Prof. Dr. Paulo Inada – Universidade Estadual de Maringá

Prof. Dr. Rafael Henrique Silva – Hospital Universitário da Universidade Federal da Grande Dourados

Prof^ª Dr^ª Regiane Luz Carvalho – Centro Universitário das Faculdades Associadas de Ensino

Prof^ª Dr^ª Renata Mendes de Freitas – Universidade Federal de Juiz de Fora

Prof^ª Dr^ª Vanessa Lima Gonçalves – Universidade Estadual de Ponta Grossa

Prof^ª Dr^ª 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. Carlos Eduardo Sanches de Andrade – Universidade Federal de Goiás

Prof^ª Dr^ª Carmen Lúcia Voigt – Universidade Norte do Paraná

Prof. Dr. Cleiseano Emanuel da Silva Paniagua – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Goiás

Prof. Dr. Douglas Gonçalves da Silva – Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia

Prof. Dr. Eloi Rufato Junior – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Prof^ª Dr^ª Érica de Melo Azevedo – Instituto Federal do Rio de Janeiro
Prof. Dr. Fabrício Menezes Ramos – Instituto Federal do Pará
Prof^ª Dra. Jéssica Verger Nardeli – Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho
Prof. Dr. Juliano Carlo Rufino de Freitas – Universidade Federal de Campina Grande
Prof^ª Dr^ª Luciana do Nascimento Mendes – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Marcelo Marques – Universidade Estadual de Maringá
Prof. Dr. Marco Aurélio Kistemann Junior – Universidade Federal de Juiz de Fora
Prof^ª Dr^ª Neiva Maria de Almeida – Universidade Federal da Paraíba
Prof^ª Dr^ª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Prof^ª Dr^ª Priscila Tessmer Scaglioni – Universidade Federal de Pelotas
Prof. Dr. Takeshy Tachizawa – Faculdade de Campo Limpo Paulista

Linguística, Letras e Artes

Prof^ª Dr^ª Adriana Demite Stephani – Universidade Federal do Tocantins
Prof^ª Dr^ª Angeli Rose do Nascimento – Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro
Prof^ª Dr^ª Carolina Fernandes da Silva Mandaji – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Prof^ª Dr^ª Denise Rocha – Universidade Federal do Ceará
Prof. Dr. Fabiano Tadeu Grazioli – Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões
Prof. Dr. Gilmei Fleck – Universidade Estadual do Oeste do Paraná
Prof^ª Dr^ª Keyla Christina Almeida Portela – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Paraná
Prof^ª Dr^ª Miranilde Oliveira Neves – Instituto de Educação, Ciência e Tecnologia do Pará
Prof^ª Dr^ª Sandra Regina Gardacho Pietrobon – Universidade Estadual do Centro-Oeste
Prof^ª Dr^ª Sheila Marta Carregosa Rocha – Universidade do Estado da Bahia

Conselho Técnico Científico

Prof. Me. Abrãao Carvalho Nogueira – Universidade Federal do Espírito Santo
Prof. Me. Adalberto Zorzo – Centro Estadual de Educação Tecnológica Paula Souza
Prof. Dr. Adaylson Wagner Sousa de Vasconcelos – Ordem dos Advogados do Brasil/Seccional Paraíba
Prof. Dr. Adilson Tadeu Basquerote Silva – Universidade para o Desenvolvimento do Alto Vale do Itajaí
Prof. Dr. Alex Luis dos Santos – Universidade Federal de Minas Gerais
Prof. Me. Aleksandro Teixeira Ribeiro – Centro Universitário Internacional
Prof^ª Ma. Aline Ferreira Antunes – Universidade Federal de Goiás
Prof. Me. André Flávio Gonçalves Silva – Universidade Federal do Maranhão
Prof^ª Ma. Andréa Cristina Marques de Araújo – Universidade Fernando Pessoa
Prof^ª Dr^ª Andreza Lopes – Instituto de Pesquisa e Desenvolvimento Acadêmico
Prof^ª Dr^ª Andrezza Miguel da Silva – Faculdade da Amazônia
Prof^ª Ma. Anelisa Mota Gregoleti – Universidade Estadual de Maringá
Prof^ª Ma. Anne Karynne da Silva Barbosa – Universidade Federal do Maranhão
Prof. Dr. Antonio Hot Pereira de Faria – Polícia Militar de Minas Gerais
Prof. Me. Armando Dias Duarte – Universidade Federal de Pernambuco
Prof^ª Ma. Bianca Camargo Martins – UniCesumar

Profª Ma. Carolina Shimomura Nanya – Universidade Federal de São Carlos
Prof. Me. Carlos Antônio dos Santos – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Me. Christopher Smith Bignardi Neves – Universidade Federal do Paraná
Prof. Ma. Cláudia de Araújo Marques – Faculdade de Música do Espírito Santo
Profª Drª Cláudia Taís Siqueira Cagliari – Centro Universitário Dinâmica das Cataratas
Prof. Me. Clécio Danilo Dias da Silva – Universidade Federal do Rio Grande do Norte
Prof. Me. Daniel da Silva Miranda – Universidade Federal do Pará
Profª Ma. Daniela da Silva Rodrigues – Universidade de Brasília
Profª Ma. Daniela Remião de Macedo – Universidade de Lisboa
Profª Ma. Dayane de Melo Barros – Universidade Federal de Pernambuco
Prof. Me. Douglas Santos Mezacas – Universidade Estadual de Goiás
Prof. Me. Edevaldo de Castro Monteiro – Embrapa Agrobiologia
Prof. Me. Eduardo Gomes de Oliveira – Faculdades Unificadas Doctum de Cataguases
Prof. Me. Eduardo Henrique Ferreira – Faculdade Pitágoras de Londrina
Prof. Dr. Edwaldo Costa – Marinha do Brasil
Prof. Me. Eliel Constantino da Silva – Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita
Prof. Me. Ernane Rosa Martins – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Goiás
Prof. Me. Euvaldo de Sousa Costa Junior – Prefeitura Municipal de São João do Piauí
Prof. Dr. Everaldo dos Santos Mendes – Instituto Edith Theresa Hedwing Stein
Prof. Me. Ezequiel Martins Ferreira – Universidade Federal de Goiás
Profª Ma. Fabiana Coelho Couto Rocha Corrêa – Centro Universitário Estácio Juiz de Fora
Prof. Me. Fabiano Eloy Atilio Batista – Universidade Federal de Viçosa
Prof. Me. Felipe da Costa Negrão – Universidade Federal do Amazonas
Prof. Me. Francisco Odécio Sales – Instituto Federal do Ceará
Profª Drª Germana Ponce de Leon Ramírez – Centro Universitário Adventista de São Paulo
Prof. Me. Gevair Campos – Instituto Mineiro de Agropecuária
Prof. Me. Givanildo de Oliveira Santos – Secretaria da Educação de Goiás
Prof. Dr. Guilherme Renato Gomes – Universidade Norte do Paraná
Prof. Me. Gustavo Krahl – Universidade do Oeste de Santa Catarina
Prof. Me. Helton Rangel Coutinho Junior – Tribunal de Justiça do Estado do Rio de Janeiro
Profª Ma. Isabelle Cerqueira Sousa – Universidade de Fortaleza
Profª Ma. Jaqueline Oliveira Rezende – Universidade Federal de Uberlândia
Prof. Me. Javier Antonio Albornoz – University of Miami and Miami Dade College
Prof. Me. Jhonatan da Silva Lima – Universidade Federal do Pará
Prof. Dr. José Carlos da Silva Mendes – Instituto de Psicologia Cognitiva, Desenvolvimento Humano e Social
Prof. Me. Jose Elyton Batista dos Santos – Universidade Federal de Sergipe
Prof. Me. José Luiz Leonardo de Araujo Pimenta – Instituto Nacional de Investigación Agropecuaria Uruguay
Prof. Me. José Messias Ribeiro Júnior – Instituto Federal de Educação Tecnológica de Pernambuco
Profª Drª Juliana Santana de Curcio – Universidade Federal de Goiás
Profª Ma. Juliana Thaisa Rodrigues Pacheco – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Kamilly Souza do Vale – Núcleo de Pesquisas Fenomenológicas/UFPA
Prof. Dr. Kárpio Márcio de Siqueira – Universidade do Estado da Bahia
Profª Drª Karina de Araújo Dias – Prefeitura Municipal de Florianópolis
Prof. Dr. Lázaro Castro Silva Nascimento – Laboratório de Fenomenologia & Subjetividade/UFPR

Prof. Me. Leonardo Tullio – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Prof^ª Ma. Lillian Coelho de Freitas – Instituto Federal do Pará
Prof^ª Ma. Liliani Aparecida Sereno Fontes de Medeiros – Consórcio CEDERJ
Prof^ª Dr^ª Lívia do Carmo Silva – Universidade Federal de Goiás
Prof. Dr. Lucio Marques Vieira Souza – Secretaria de Estado da Educação, do Esporte e da Cultura de Sergipe
Prof. Dr. Luan Vinicius Bernardelli – Universidade Estadual do Paraná
Prof^ª Ma. Luana Ferreira dos Santos – Universidade Estadual de Santa Cruz
Prof^ª Ma. Luana Vieira Toledo – Universidade Federal de Viçosa
Prof. Me. Luis Henrique Almeida Castro – Universidade Federal da Grande Dourados
Prof^ª Ma. Luma Sarai de Oliveira – Universidade Estadual de Campinas
Prof. Dr. Michel da Costa – Universidade Metropolitana de Santos
Prof. Me. Marcelo da Fonseca Ferreira da Silva – Governo do Estado do Espírito Santo
Prof. Dr. Marcelo Máximo Purificação – Fundação Integrada Municipal de Ensino Superior
Prof. Me. Marcos Aurelio Alves e Silva – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de São Paulo
Prof^ª Ma. Maria Elanny Damasceno Silva – Universidade Federal do Ceará
Prof^ª Ma. Marileila Marques Toledo – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri
Prof. Me. Pedro Panhoca da Silva – Universidade Presbiteriana Mackenzie
Prof^ª Dr^ª Poliana Arruda Fajardo – Universidade Federal de São Carlos
Prof. Me. Ricardo Sérgio da Silva – Universidade Federal de Pernambuco
Prof. Me. Renato Faria da Gama – Instituto Gama – Medicina Personalizada e Integrativa
Prof^ª Ma. Renata Luciane Polsaque Young Blood – UniSecal
Prof. Me. Robson Lucas Soares da Silva – Universidade Federal da Paraíba
Prof. Me. Sebastião André Barbosa Junior – Universidade Federal Rural de Pernambuco
Prof^ª Ma. Silene Ribeiro Miranda Barbosa – Consultoria Brasileira de Ensino, Pesquisa e Extensão
Prof^ª Ma. Solange Aparecida de Souza Monteiro – Instituto Federal de São Paulo
Prof^ª Ma. Taiane Aparecida Ribeiro Nepomoceno – Universidade Estadual do Oeste do Paraná
Prof. Me. Tallys Newton Fernandes de Matos – Faculdade Regional Jaguaribana
Prof^ª Ma. Thatianny Jasmine Castro Martins de Carvalho – Universidade Federal do Piauí
Prof. Me. Tiago Silvio Dedoné – Colégio ECEL Positivo
Prof. Dr. Welleson Feitosa Gazel – Universidade Paulista

Nutrição sob a ótica teórica e prática

Editora Chefe: Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira
Bibliotecária: Janaina Ramos
Diagramação: Maria Alice Pinheiro
Correção: Kimberlly Elisandra Gonçalves Carneiro
Edição de Arte: Luiza Alves Batista
Revisão: Os Autores
Organizadora: Carla Cristina Bauermann Brasil

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

N976 Nutrição sob a ótica teórica e prática / Organizadora Carla Cristina Bauermann Brasil. – Ponta Grossa - PR: Atena, 2021.

Formato: PDF

Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader

Modo de acesso: World Wide Web

Inclui bibliografia

ISBN 978-65-5706-792-5

DOI 10.22533/at.ed.925211202

1. Nutrição. I. Brasil, Carla Cristina Bauermann (Organizadora). II. Título.

CDD 613

Elaborado por Bibliotecária Janaina Ramos – CRB-8/9166

Atena Editora

Ponta Grossa – Paraná – Brasil

Telefone: +55 (42) 3323-5493

www.atenaeditora.com.br

contato@atenaeditora.com.br

DECLARAÇÃO DOS AUTORES


Ano 2021

Os autores desta obra: 1. Atestam não possuir qualquer interesse comercial que constitua um conflito de interesses em relação ao artigo científico publicado; 2. Declaram que participaram ativamente da construção dos respectivos manuscritos, preferencialmente na: a) Concepção do estudo, e/ou aquisição de dados, e/ou análise e interpretação de dados; b) Elaboração do artigo ou revisão com vistas a tornar o material intelectualmente relevante; c) Aprovação final do manuscrito para submissão.; 3. Certificam que os artigos científicos publicados estão completamente isentos de dados e/ou resultados fraudulentos; 4. Confirmam a citação e a referência correta de todos os dados e de interpretações de dados de outras pesquisas; 5. Reconhecem terem informado todas as fontes de financiamento recebidas para a consecução da pesquisa.

APRESENTAÇÃO

A presente obra “Nutrição sob a Ótica Teórica e Prática” publicada no formato e-book, explana o olhar multidisciplinar da nutrição e contemplará de forma categorizada e interdisciplinar evidências científicas desenvolvidas em diversas instituições de ensino e pesquisa do país. Em todos esses trabalhos a linha condutora foi o aspecto relacionado à avaliação antropométrica da população brasileira; educação alimentar e nutricional; comportamento e padrões alimentares; vivências e percepções da gestação; avaliações físico-químicas e sensoriais de alimentos, determinação e caracterização de compostos bioativos nos alimentos; desenvolvimento de produtos alimentícios e áreas correlatas.

Temas diversos e interessantes são, deste modo, discutidos neste e-book com a proposta de fundamentar o conhecimento de acadêmicos, mestres e todos aqueles que de alguma forma se interessam pela nutrição, saúde e seus aspectos. A nutrição é uma ciência relativamente nova, mas a dimensão de sua importância se traduz na amplitude de áreas com as quais dialoga. Portanto, possuir um material científico que demonstre com dados substanciais de regiões específicas do país é muito relevante, assim como abordar temas atuais e de interesse direto da sociedade. Deste modo a obra “Nutrição sob a Ótica Teórica e Prática” se constitui em uma interessante ferramenta para que o leitor tenha acesso a um panorama geral do que tem sido construído na área de saúde e nutrição em nosso país.

Uma ótima leitura a todos(as)!

Carla Cristina Bauermann Brasil

SUMÁRIO

CAPÍTULO 1..... 1

ESTRUTURAÇÃO DE CARDÁPIO E VIABILIDADE DE IMPLEMENTAÇÃO DE SERVIÇO DE *DELIVERY* DE LANCHES INFANTIS SAUDÁVEIS COM OPÇÕES PARA ALÉRGICOS E INTOLERANTES

Priscila Dinah Lima Oliveira Pereira de Araújo

Arlley Pereira de Araújo

Rochele de Quadros Rodrigues

DOI 10.22533/at.ed.9252112021

CAPÍTULO 2..... 11

PERCEÇÃO EMOCIONAL DOS ALIMENTOS POR ESTUDANTES DE NUTRIÇÃO E GASTRONOMIA

Júlia Lima Maia

Simone Freitas Fuso

DOI 10.22533/at.ed.9252112022

CAPÍTULO 3..... 28

CONSUMO DE BEBIDAS NÃO ALCOÓLICAS E PERCEÇÃO DE SAUDABILIDADE REPORTADO POR UNIVERSITÁRIOS DE UMA INSTITUIÇÃO PRIVADA DE ENSINO

Izabela Pinheiro Krey

Andrea Carvalheiro Guerra Matias

Juliana Masami Morimoto

Marina Mendes Costa

DOI 10.22533/at.ed.9252112023

CAPÍTULO 4..... 44

RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO: UMA AVALIAÇÃO DO GRAU DE SATISFAÇÃO DOS COMENSAIS

Catia da Silva Silveira

Viviane Bonzan

Daniele dos Anjos

Pamela Salerno

Elizabete Helbig

DOI 10.22533/at.ed.9252112024

CAPÍTULO 5..... 51

AQUISIÇÃO DE DIETAS ENTERAIS ARTESANAIS COM ELEVAÇÃO DO APORTE CALÓRICO E NUTRICIONAL A PARTIR DE ALIMENTOS *IN NATURA*

Maria Tatiana Ferreira dos Santos

Talita Silveira Queiroga

Sandy Ferreira Martins

Andrei Felipe Loureiro do Monte Guedes

Cinthia Karla Rodrigues do Monte Guedes

DOI 10.22533/at.ed.9252112025

CAPÍTULO 6..... 61

OTIMIZAÇÃO DO PROCESSO DE OBTENÇÃO DE DIETAS ENTERAIS ARTESANAIS COM USO DE ALIMENTOS *IN NATURA*

Talita Silveira Queiroga
Maria Tatiana Ferreira dos Santos
Sandy Ferreira Martins
Andrei Felipe Loureiro do Monte Guedes
Cinthia Karla Rodrigues do Monte Guedes

DOI 10.22533/at.ed.9252112026

CAPÍTULO 7..... 72

PÓ DE AIPO: UM PROMISSOR INGREDIENTE FUNCIONAL NA APLICAÇÃO DE CURA NATURAL DE ALIMENTOS CÂRNEOS

Morgana Aline Weber
Rochele Cassanta Rossi

DOI 10.22533/at.ed.9252112027

CAPÍTULO 8..... 80

DESENVOLVIMENTO DE UMA *NUTS* BAR FUNCIONAL: A PIMENTA COMO INGREDIENTE AUXILIAR NA REDUÇÃO DA GORDURA CORPORAL E NA PREVENÇÃO DE DOENÇAS CARDIOVASCULARES

Karen Casagrande
Vandelise de Oliveira Alós
Rochele Cassanta Rossi

DOI 10.22533/at.ed.9252112028

CAPÍTULO 9..... 89

POTENCIALIDADE DA APLICAÇÃO DE LEITE DE CABRA E BÚFALA PARA PRODUÇÃO DE FROZEN *YOGURTS* PROBIÓTICOS

Ana Cristina Oliveira Silva
Dayanne Consuelo da Silva
Cristiane Martins Dias Fernandes
Luciana Leite de Andrade Lima Arruda
Ana Carolina dos Santos Costa
Leonardo Pereira de Siqueira
Amanda de Moraes Oliveira Siqueira

DOI 10.22533/at.ed.9252112029

CAPÍTULO 10..... 99

DESENVOLVIMENTO TECNOLÓGICO DE TRUFAS COM ÓLEO ESSENCIAL EXTRAÍDO DA CASCA DA LARANJA

Andrieli Castro Ávila
Marina Costenaro Serpa
Rochele Cassanta Rossi

DOI 10.22533/at.ed.92521120210

CAPÍTULO 11	109
USE OF NATURAL DYE AND BIOMASS OF GREEN BANANA IN THE DEVELOPMENT OF A FUNCTIONAL KETCHUP	
Paula Brasileiro Mazziero	
Amanda Cristina Andrade	
Jéssica Ferreira Rodrigues	
Mariana Mirelle Pereira Natividade	
Sabrina Carvalho Bastos	
DOI 10.22533/at.ed.92521120211	
CAPÍTULO 12	121
CONTROLE DE RESÍDUOS DE AGROTÓXICOS EM POLPA DE GOIABA	
João Vitor de Melo Freitas	
Fátima Rafaela da Silva Costa	
Maria Larisse Pinheiro Uchôa	
Vitor Paulo Andrade da Silva	
Crisiana de Andrade Nobre	
Maria Aparecida Liberato Milhome	
DOI 10.22533/at.ed.92521120212	
CAPÍTULO 13	133
VIOLÊNCIA INSTITUCIONAL: A FALTA DE ACESSO A INFORMAÇÃO	
Amanda Carolina Gomes	
Marcela Komechen Brecailo	
DOI 10.22533/at.ed.92521120213	
CAPÍTULO 14	138
ESTADO NUTRICIONAL EM RECÉM-NASCIDOS DE UMA UTI NEONATAL	
Camila Maria de Arruda	
Cynthia de Paula Costa Borba	
Bruna Rifan Ambrozio	
Paula Cristina Cola	
DOI 10.22533/at.ed.92521120214	
CAPÍTULO 15	150
GASTRONOMIA, NUTRIÇÃO E ALIMENTAÇÃO ESCOLAR: ARTICULANDO SABORES E SABERES ATRAVÉS DE UM FESTIVAL GASTRONÔMICO	
Manuela Alves da Cunha	
Anna Cecília Queiroz de Medeiros	
DOI 10.22533/at.ed.92521120215	
CAPÍTULO 16	163
DESAFIOS PARA A INCLUSÃO DA EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NO AMBIENTE ESCOLAR	
Élison Ruan da Silva Almeida	
Rosalva Raimundo da Silva	
Graziele Édila da Silva	

Laís Amorim Queiroga Carneiro da Cunha
Mirlene Giovanna Aragão Baía das Neves
Carla Maria Bezerra de Menezes

DOI 10.22533/at.ed.92521120216

CAPÍTULO 17..... 177

PERSPECTIVA DA MÃE NA VIVÊNCIA DE INTRODUÇÃO ALIMENTAR EM CRIANÇAS COM TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA

Emanuelle de Souza Correa
Marcela Komechen Brecailo

DOI 10.22533/at.ed.92521120217

CAPÍTULO 18..... 183

ESTRATEGIAS NUTRICIONAIS E TREINAMENTO FÍSICO APLICADOS AO TRATAMENTO DE DISBIOSE INTESTINAL: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Suanam Altair Tavares de Menezes
Ana Clara Lacerda Cervantes de Carvalho
Victor Pinheiro Gomes e Albuquerque
Ana Clara de Andrade Barreto
Herisson Gonçalves Pereira
Hidlyza Gonçalves Silva
Warley Lee Pinheiro Costa
Ana Emanuelly Matos de Assis
Francisco Jacinto Silva
Christian Enzo Alves de Brito
Janaine Alves de Araújo
Pedro Luciano Martins Cidade

DOI 10.22533/at.ed.92521120218

CAPÍTULO 19..... 196

PERFIL NUTRICIONAL DE PORTADORES DE DOR CRÔNICA ATENDIDOS NO AMBULATÓRIO DE DOR DE UMA UNIVERSIDADE PÚBLICA DE SALVADOR

Ludmila Madalena de Jesus Silva
Márcia Cristina Almeida Magalhães Oliveira
Joselita Moura Sacramento
Renata Lima Nascimento
Érica Santos da Silva
Vera Ferreira Andrade de Almeida
Túlio César Azevedo Alves

DOI 10.22533/at.ed.92521120219

CAPÍTULO 20..... 208

VALORES DE LDL-C E CONSUMO HABITUAL DE ÁCIDO GRAXO SATURADO ESTEÁRICO EM ADULTOS DO MUNICÍPIO DE JOÃO PESSOA/PB: UM OLHAR PARA HIPERCOLESTEROLEMIA

Gabrielli Almeida dos Santos
Karla Tamyris Elias Cosmo
Matheus Farias Raposo

Débora Danuse de Lima Silva
Maria Eduarda Licarião Meira
Keylha Querino de Farias Gomes
Flávia Emília Leite de Lima Ferreira
Jéssica Vicky Bernardo de Oliveira
Maria José de Carvalho Costa

DOI 10.22533/at.ed.92521120220

CAPÍTULO 21.....217

CONDIÇÕES DE SAÚDE, CONSUMO DE MICRONUTRIENTES E QUALIDADE DE VIDA DE PACIENTES EM QUIMIOTERAPIA

Michele Fagundes de Souza Lopes
Roberta Melquiades Silva de Andrade
Célia Cristina Diogo Ferreira

DOI 10.22533/at.ed.92521120221

CAPÍTULO 22.....229

INGESTÃO DE ANTIOXIDANTES EM MULHERES COM CÂNCER DE MAMA EM CENTRO DE REFERÊNCIA

Natália Souza Dantas
Rikeciane Brandão Pereira
Sarah Pinheiro de Araújo Leite
Lorena Taúsz Tavares Ramos
Brenda da Silva Bernardino
Kamila Silva Camelo Rebouças

DOI 10.22533/at.ed.92521120222

CAPÍTULO 23.....240

SUPLEMENTAÇÃO DE VITAMINA D COMO ALTERNATIVA PARA PREVENÇÃO E TRATAMENTO DA ESCLEROSE MÚLTIPLA

Thiago de Melo Monteiro
Cindy Siqueira Britto Aguilera
Aline Silva Ferreira
Alessandra Cristina Silva Barros
Natália Millena da Silva
Paulo César Dantas da Silva
Marcos Víctor Gregório de Oliveira
Rosali Maria Ferreira da Silva
Pedro José Rolim Neto
Taysa Renata Ribeiro Timóteo

DOI 10.22533/at.ed.92521120223

CAPÍTULO 24.....253

METABOLISMO, ABSORÇÃO E REGULAÇÃO DO FERRO

Mário César de Oliveira
Marina de Cássia Cezar Oliveira

DOI 10.22533/at.ed.92521120224

CAPÍTULO 25.....262

MAGNÉSIO, SELÊNIO E ZINCO E A NEUROQUÍMICA DEPRESSÃO: NOVAS EVIDÊNCIAS

Ismael Paula de Souza

Joana Darc Almeida Rego

Vitória Virgínia Araújo Oliveira

Ana Caroline de Barros Sena

Elisa de Castro Pereira

Nayara Luana Guillen Pumar

Kelly Christine de Assis Ferreira

Ydinara Luttianna Paz de Oliveira

Wilma Félix Campêlo

Lidiane Andrade Fernandes

Iramaia Bruno Silva

Ana Angélica Queiroz Assunção Santos

DOI 10.22533/at.ed.92521120225

SOBRE O ORGANIZADORA272

ÍNDICE REMISSIVO.....273

CAPÍTULO 3

CONSUMO DE BEBIDAS NÃO ALCOÓLICAS E PERCEPÇÃO DE SAUDABILIDADE REPORTADO POR UNIVERSITÁRIOS DE UMA INSTITUIÇÃO PRIVADA DE ENSINO

Data de aceite: 04/02/2021

Data de submissão: 02/12/2020

Izabela Pinheiro Krey

Universidade Presbiteriana Mackenzie - UPM
São Paulo- SP
<http://lattes.cnpq.br/4754936439217066>

Andrea Carvalheiro Guerra Matias

Universidade de São Paulo – USP
São Paulo – SP
<http://lattes.cnpq.br/9123737158149253>

Juliana Masami Morimoto

Universidade de São Paulo – USP
São Paulo – SP
<http://lattes.cnpq.br/5921911630589621>

Marina Mendes Costa

Universidade Presbiteriana Mackenzie – UPM
São Paulo – SP
<http://lattes.cnpq.br/3603881962881201>

RESUMO: A tendência de aumento de consumo de alimentos altamente energéticos, dentre eles o consumo de alimentos ricos em açúcares simples, é motivo de preocupação. Mundialmente observa-se aumento na obtenção de energia proveniente de refrigerantes e bebidas à base de frutas. Este cenário remete à necessidade de diagnóstico e monitoramento do padrão de consumo desta população. Objetivos: investigar o padrão de consumo de bebidas não alcoólicas por jovens universitários. Resultados: Foram entrevistados 300 alunos dos quais 77,7% faz

pelo menos uma refeição fora de casa, 43,3% consomem mais de 7 copos de água ao dia, 56% não consomem café. A maior frequência de consumo diário foi de leite (42,3%) e a segunda o suco de fruta. A bebida preferida e considerada mais saudável foi a água, seguido do suco, néctar e refrigerante, com avaliações estatisticamente distintas. Quanto a informação nutricional 64,3% relatam ler, e 56% disseram que as informações contidas influenciam na intenção de compra. Conclusões: O consumo de água foi adequado, mas atenção é necessária frente ao consumo de sucos, uma vez que não há distinção por parte da população das diferenças entre suco e néctar. Neste cenário, ações de educação nutricional que sensibilizem o jovem são importantes estratégias para promoção da alimentação saudável.

PALAVRAS-CHAVE: néctar; hidratação; suco; consumo alimentar.

THE CONSUMPTION OF NON-ALCOHOLIC DRINKS AND THE PERCEPTION OF THE HEALTHINESS REPORTED BY UNIVERSITY STUDENTS OF A PRIVATE UNIVERSITY

ABSTRACT : The consumption increasing trend of energy-dense foods, including the consumption of foods high in simple sugars and it is a concern. Worldwide there is an increase in obtaining energy from soft drinks and fruit beverages. This scenario leads to the need for diagnosis and standard monitoring consumption of this population. Objectives: To investigate the pattern of consumption of non-alcoholic beverages by college students. Results: There were interviewed 300 students of which 77.7%

is at least one meal were home, 43.3% consume more than 7 glasses of water a day, 56% do not consume coffee. The higher frequency of daily consumption was milk (42.3%) and the second fruit juice. The preferred drink and the considered healthiest was the water was followed by juice, nectar and soda, with statistically different ratings. The majority, 64% of colleges read the nutritional information 64%, and 56% said that the information influence purchase intent. Conclusions: The water intake was adequate, but attention is required for juices, since there is no distinction among the population of the difference between juice and nectar. In this scenario, nutrition education to sensitize the young are important strategies for promoting healthy eating.

KEYWORDS: nectar; hydration; juice; food consumption

1 | INTRODUÇÃO

A tendência de aumento de consumo de alimentos altamente energéticos, dentre eles o consumo de alimentos ricos em açúcares simples, é motivo de preocupação tendo em vista os efeitos deletérios quando consumidos de forma desarmoniosa em relação ao conjunto da alimentação. Este panorama pode repercutir sobre o aumento da prevalência de excesso de peso e outras doenças não transmissíveis (MARTINS, 2013).

Mundialmente e também no Brasil observa-se aumento na obtenção de energia proveniente de refrigerantes e bebidas à base de frutas (NIELSEN; POPKIN, 2004; FISBERG et al 2000).

No que diz respeito ao período de adolescência e juventude pode-se considerar que são fases distintas que por vezes se sobrepõem etariamente, e representam um período marcado por mudanças biológicas, psicológicas e sociais que interferem no consumo alimentar (OMS, 1995). Segundo o Estatuto da Juventude, são considerados jovens pessoas com idade entre 15 e 29 anos (PRESIDÊNCIA DA REPÚBLICA, 2013).

Este cenário remete à necessidade de diagnóstico e monitoramento do padrão de consumo desta população, uma vez que os resultados podem ser preditores da situação de nutrição e saúde com vistas a ações de intervenção.

Para tanto a proposta deste trabalho foi investigar o padrão de consumo de bebidas não alcoólicas por jovens universitários.

2 | REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

As mudanças de estilo de vida da sociedade nas últimas décadas no que concerne à alimentação e prática de exercícios físicos são responsáveis por inadequados índices de saúde, caracterizando a transição epidemiológica, demográfica e nutricional (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2006).

Particularmente no Brasil as modificações sociais, econômicas e culturais das últimas décadas, levaram a alterações nos hábitos e comportamentos alimentares; por exemplo, o incremento da participação do consumo alimentar fora de casa (BEZERRA;

SICHERI, 2009), o aumento do consumo de alimentos processados, e a substituição das refeições e preparações tradicionais por lanches com elevada concentração de energia, gorduras, açúcar de adição e sódio (DISHCHEKENIAN et al, 2011).

A obesidade é definida pelo acúmulo excessivo de gordura no organismo, associado a riscos para a saúde e desenvolvimento de complicações cardíacas, hipertensão, diabetes e algumas neoplasias (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2006a). O aumento do índice de obesidade nas últimas décadas define a doença como uma epidemia e sua prevalência em crianças e adolescentes aumentam de forma considerável (HOEHR et al., 2014).

Bebidas açucaradas, por exemplo, refrigerantes e sucos artificiais contribuem de maneira significativa para o aumento energético total das dietas. E a ingestão excessiva, em idades cada vez menores propicia o ganho de peso e o aparecimento de marcadores inflamatórios, sendo também fator determinante para obesidade no mundo (VEGA; POBLACION; TADDEI, 2015).

A Organização Mundial da Saúde recomenda a redução do consumo de açúcar por adultos e crianças de 10% para 5% das calorias consumidas (aproximadamente 25 gramas de açúcar por dia). Deve ser contabilizado nessa quantidade de açúcar diário, o açúcar adicionado nas preparações e alimentos, em refrigerantes e bebidas prontas para o consumo (WHO, 2015).

A Estratégia Global em Alimentação Saudável, Atividade Física e Saúde da Organização Mundial da Saúde possuem recomendações com o objetivo de diminuir o número de morbidade e mortalidade relacionadas à alimentação não saudável e ao sedentarismo. Dentre os objetivos está incluso a redução do consumo de bebidas açucaradas (BARRETO et al, 2005).

Outra bebida de destaque é o café, sendo atribuído como motivo principal para o seu consumo o efeito estimulante. Seu principal constituinte psicoativo é a cafeína (1, 3, 7-trimetilxantina), a qual é atribuído melhoria do estado de alerta, capacidade de concentração, vigilância auditiva, diminuição do sono e cansaço (ALVES; CASAL; OLIVEIRA, 2009). Estas propriedades são interessantes aos estudantes. Segundo a Associação Brasileira da Indústria de Café (ABIC) (2015), o brasileiro consome 81 litros ao ano.

O leite tem um importante papel na qualidade da alimentação em todas as fases da vida, uma vez que além de proteínas de alto valor biológico, se destaca pelo teor de cálcio. A ingestão de leite e derivados se associa à melhora da densidade óssea, já que seus nutrientes influenciam na produção e manutenção desse tecido (FAO, 2013). O nível de ingestão dietético recomendado (RDA) de cálcio a partir dos 19 anos é de 800 a 1000mg/dia (INSTITUTE OF MEDICINE, 2011).

Não obstante temos como bebida de excelência a água. A água é fundamental à vida e desempenha diversas funções no organismo, sendo fundamental sua ingestão diária. Pode ser consumida como líquido ou presente em outras bebidas e alimentos. O seu consumo por indivíduos saudáveis pode variar em função do clima, atividade física

e dieta. Uma vez que o organismo não armazena água a quantidade perdida deve ser reposta a cada 24 horas (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014). A Ingestão diária de referência (DRI) para consumo de água por adultos entre 19 e 50 anos é de 2,3L, o que equivale a aproximadamente a 8 copos (INSTITUTE OF MEDICINE, 2004).

Neste cenário, com vistas a conhecer o padrão de consumo de jovens particularmente estudantes, o objetivo desse trabalho foi avaliar o consumo em qualidade e quantidade de bebidas não alcoólicas, bem como a percepção de saudabilidade perante a escolha destes produtos, por universitários de uma Instituição universitária particular de ensino.

3 | METODOLOGIA

Trata-se de um estudo observacional de corte transversal, descritivo, analítico, realizado em uma instituição privada de ensino superior, localizada da região central da cidade de São Paulo.

Os alunos da presente instituição, de ambos os sexos, foram convidados a participar da pesquisa através de divulgação interna, e-mail e redes sociais. O procedimento de amostragem foi do tipo aleatório simples, estratificado pelas áreas de concentração dos cursos universitários (biológicas, exatas e humanas).

Como instrumento de coleta de dados foi desenvolvido um questionário estruturado com perguntas fechadas e abertas, de preenchimento individual, por meio de entrevista no campus nos períodos da manhã, tarde e noite. Este questionário abordou dados sócio demográficos (sexo e idade), características acadêmicas (área do curso, prática de tabagismo, esporte e ocupação, bem como aspectos relacionados ao consumo e frequência de bebidas não alcoólicas: água, suco, néctar, refrigerante e bebidas à base de soja com açúcar de adição. Também foram abordadas questões que permitiram a distinção da preferência dos estudantes pelas bebidas, bem como interpretação do valor nutricional e saudabilidade dos mesmos.

Os dados foram tabulados e analisados no programa Microsoft SPSS 2013 e os resultados expressos através de medidas de tendência central e dispersão, em gráficos e tabelas. As variáveis foram estatisticamente analisadas através da aplicação de teste de associação, qui-quadrado, e teste de Friedman, que quando indicaram diferença significativa foi seguido do Teste de Wilcoxon dois a dois, com significância ao $p < 0,05$.

4 | CONSIDERAÇÕES ÉTICAS

A condução do trabalho seguiu as diretrizes da Resolução CNS n° 466/12, sobre ética em pesquisa com seres humanos e foi aprovado em 26 de maio de 2016, com número de CAAE 50539715.8.0000.0084 .

5 I RESULTADOS E DISCUSSÃO

O estudo contou com a participação de 300 universitários, com predomínio do gênero feminino (74%). A maioria dos entrevistados estão matriculados em cursos das áreas de Biológicas (66,7%). A caracterização sócio demográfica é apresentada na Tabela 1.

Variável	n	%
Gênero		
Feminino	222	74
Masculino	78	26
Idade		
<17	0	0
17-20	194	64,66
21-25	92	30,67
>25	14	4,67
Áreas de concentração no curso		
Biológicas	200	66,7
Exatas	27	9
Humanas	73	24,3
Trabalha		
Sim	80	26,7
Custeio dos estudos		
Bolsa	55	18,3
Família	245	81,7
Pratica atividade física		
Sim	185	61,7
Refeições fora de casa		
1	179	59,7
2	41	13,7
3	13	4,3

Tabela 1- Caracterização sócio demográfica, divisão das áreas de concentração do curso universitário, prática de atividade física e consumo de refeições fora do lar. São Paulo- SP, 2016 (n=300).

Quando questionados sobre onde realizavam as refeições (desjejum, almoço e jantar) 77,66% (233 indivíduos) declaram realizar pelo menos uma delas “fora da residência”. De acordo com a POF 2008-2009 em uma análise regional apontou a região Sudeste com o maior percentual de alimentação fora do domicílio (37,2%) enquanto as menores porcentagens foram Região Norte (21,4%) e Região Nordeste (23,5%) (INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA, 2010).

Sobre a ingestão de líquidos, a Tabela 2 apresenta os resultados sobre o consumo de água pelos universitários.

A água é indispensável para a manutenção da vida, segundo as Dietary Recommended intake (DRIs) (INSTITUTE OF MEDICINE, 2004) a quantidade adequada de consumo de água para homens a partir de 19 anos é 3,7 L/d e para as mulheres também a partir de 19 anos é 2,7 L/d, o que corresponde de 8 a 12 copos de água por dia, para manter a homeostase no corpo, permitir o transporte de nutrientes para as células e fazer a excreção de resíduos do metabolismo.

De acordo com o Ministério da Saúde (2014) é muito importante se atentar sobre os primeiros sinais da sede, que são sinalizado por sensores, para atender as necessidades do organismo logo de imediato.

Em uma pesquisa feita na Argentina sobre crenças e mitos relacionados ao consumo de água, na afirmativa “Se deve beber água apenas quando sentir sede”, 31% dos entrevistados concordaram com a frase. Porém essa frase é falsa, já que quando a sede aparece já está ocorrendo a desidratação. A sede ocorre por perda de fluidos, que corresponde a diminuição de 3% ou mais do peso corporal (IGLESIAS et al., 2013).

Variável	n	%
Consumo diário em copos		
1-2	12	4,0
3-4	59	19,7
5-6	93	31,0
7-8 ou mais	136	45,3
Considera o consumo de água adequado		
Sim	168	56,0
Não	132	44,0
Opinião de quanto seria o consumo adequado		
<2	1	0,3
3-4	10	3,4
5-6	27	12,5
7-8	221	73,7
9-10	32	10,7
11-12	4	1,3
>15	2	0,6

Tabela 2 – Distribuição dos universitários segundo consumo diário de água e opinião sobre consumo adequado. São Paulo- SP, 2016 (n=300).

Aproximadamente metade dos entrevistados (45,3%) declarou consumir mais de 7 copos de água diariamente, que apresentou correspondência com a resposta ao questionamento “considera o consumo de água adequado” de 56%. Um ponto positivo observado nos dados é o conhecimento sobre o consumo adequado de água, onde 73% reconhecem que o ideal seria consumir mais de 7 a 8 copos diários.

Em contrapartida, um estudo feito no Rio Grande do Sul avaliou o consumo de água e outros líquidos em adultos e idosos da cidade de Erechim, constatou uma média de 5,8 copos de água entre os adultos e 5,7 entre os idosos, que relataram como benefício somente a hidratação (CARVALHO; ZANARDO, 2010).

Outra bebida considerada importante para o trabalho foi o café, em que a maioria dos participantes do estudo (56%) declarou não consumir café. Resultado diferente foi observado por Arruda et al (2009), que em pesquisa realizada com 250 pessoas na cidade de Belo Horizonte, Minas Gerais, observou que 83% eram consumidores de café. Segundo a ABIC (2006) 93% da população brasileira consome café diariamente. Já em 2015 o café demonstrou um leve acréscimo, o consumo per capita chegou a 4,9 kg/ habitante.ano, o que equivale 81 litros/ habitante. ano (ABIC, 2015)

No estudo de Arruda et al (2009), ao serem questionados sobre os motivos para o não consumo de café foram levantados o fato de não apreciarem o sabor, falta de hábito e restrições médicas. O mesmo estudo, levantou informações que a ocupação profissional que declarou mais consumir café foram os estudantes com 28,6%.

O que concorda com o presente estudo, em que 132 dos universitários consomem café e 48% declararam consumir uma xícara por dia, 34,1% 2 xícaras, e 17,4% 3 ou mais (Tabela 3).

Segundo Lima (2007) o consumo médio de café, de até quatro xícaras permite que o cérebro fique mais atento e capaz de suas atividades intelectuais, diminui a incidência de apatia e depressão, estimula a memória, atenção e concentração, sendo adequado para todas as idades, inclusive para crianças e adolescentes.

Consumo diário em xícaras	n	%
1	64	48,49
2	45	34,1
3	10	7,57
4	3	2,27
5	8	6,06
6	2	1,51
TOTAL	132	100

Tabela 3 – Distribuição dos universitários segundo consumo diário em xícaras de café. São Paulo, SP, 2016.

O leite foi a bebida que apresentou maior frequência de consumo diário pelos universitários (42,3%) (Tabela 4). Em função do caráter nutritivo deste alimento, em especial para jovens era desejável um consumo ainda mais expressivo. O leite é a principal fonte de cálcio, no entanto, não é possível afirmar para o grupo estudado se há inadequação no aporte de cálcio pois não foi investigada nem a quantidade nem o consumo de produtos derivados de leite, como iogurte e queijos, por exemplo.

Frequência	Bebida (%)				
	Leite	Achocolatado	Suco	Refrigerante	Energético
Todos os dias	42,3	21,7	39,0	10,0	0,3
Mais de 2 vezes por semana	17,7	13,3	33,0	19,3	2,7
Uma vez por semana	8,3	6,3	5,7	10,0	6,0
Esporadicamente	18,0	29,3	19,3	30,0	43,0
Nunca	13,7	29,3	3,0	30,7	48,0
Total	100	100	100	100	100

Tabela 4 – Frequência de consumo de bebidas. São Paulo – SP, 2016.

Não obstante, os dados do presente estudo estão acima dos observados por Maciel et al. (2012) realizado também em uma comunidade universitária, em que os participantes em sua maioria eram alunos de graduação e de pós-graduação. Neste caso foi observado um percentual 23% para consumo de leite e derivados, demonstrando uma inadequação alimentar pela maioria dos estudantes.

O leite e seus derivados pertencem ao grupo de grande valor nutricional, já que são fontes de proteínas de alto valor biológico, além de vitaminas e minerais. Sua recomendação diária é para alcançar principalmente a quantidade de cálcio diário, pois é um nutriente essencial para a formação e manutenção da estrutura óssea, entre outras funções (MUNIZ; MADRUGA; ARAUJO, 2013). De acordo com a DRI partir dos 19 anos de idade a recomendação de cálcio é 1000 a 1200 mg/ dia (INSTITUTO OF MEDICINE, 2011).

A segunda bebida mais consumida diariamente (39%) e mais de duas vezes por semana (33%) foi o suco de fruta.

No comércio varejista o consumidor se depara com diferentes bebidas à base de frutas: suco, suco tropical, néctar, refresco e refrigerante. Essas categorias de produtos são classificadas pelo Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento (MAPA) de acordo com a concentração de suco usada na fórmula.

Observou-se baixo consumo de refrigerante, sendo declarada a ingestão diária por 10%, e consumo esporádico e nunca de 30,0% e 30,7%.

A tabela 5 apresenta a ordenação das bebidas água, suco, néctar e refrigerante

segundo preferência e saudabilidade.

Ordenação segundo preferência				
Ordenação	água	suco	néctar	refrigerante
Médias	1,71 ^a	1,93 ^b	3,17 ^c	3,04 ^d

Ordenação segundo saudabilidade				
	água	suco	néctar	refrigerante
	1,07 ^a	2,20 ^b	2,89 ^c	3,85 ^c

Tabela 5- Distribuição da posição das bebidas e respectivas médias dos valores do teste de ordenação segundo preferência e saudabilidade. São Paulo – SP, 2016.

Letras diferentes na mesma linha indicam diferença estatisticamente significativa, segundo teste de Fridman, seguido de Teste de Wilcoxon, ao $p < 0,05$.

A bebida preferida foi a água, seguido do suco, refrigerante e néctar, com avaliações estatisticamente distintas. Sobre a saudabilidade a ordenação ficou: água, suco, néctar e refrigerante. Já Particularmente o suco, apresentou boa intenção de preferência e saudabilidade, o que pode levar a erros de escolhas alimentares.

Observa-se que não há total discernimento por parte dos consumidores das diferenças entre os termos suco e néctar. Sucos e néctares e relatou que as pessoas relacionaram o termo “néctar” com um produto “puro” ou o que contem “a melhor parte da fruta”, sendo o contrário da legislação. A confirmação disso pode ser vista em outro estudo realizado por Santos e Egashira (2006) feito nos supermercados de São Paulo, que observou que 71,2% dos entrevistados afirmaram não saber o que significado do termo “néctar” e 70% não sabiam a diferença entre suco e néctar.

No Brasil, segundo a Lei nº 8.918, de 14 de julho de 1994, capítulo VII, referente à padronização de bebidas, o suco de fruta é classificado como uma bebida não concentrada, não diluída, destinada ao consumo, obtida de fruta ou por parte do vegetal de origem, por processamento tecnológico adequado, submetido a tratamento que garanta a sua apresentação e conservação até o consumo. Quando se adicionada de açúcar, existe uma quantidade máxima para cada tipo de suco, alcançando um percentual máximo de 10% em peso, calculado em gramas de açúcar por 100 gramas de suco, mudando a sua classificação para adocicado. Já a bebida denominada néctar, de acordo com a mesma lei acima é definida como bebida não fermentada, obtida da diluição em água potável da parte comestível do vegetal ou de seu extrato, adicionado de açúcares, destinada ao consumo direto (BRASIL, 2009).

No entanto, os sucos estão entre os produtos que mais exercem apelo de saudabilidade e bem estar no varejo de alimentos, como foi apresentado no relatório *Brazil Food Trends 2020*, elaborado pela Federação das Indústrias do estado de São Paulo.

Os sucos prontos para beber, recebem 27% do interesse dos consumidores dentre os lançamentos do mercado (Federação das Indústrias do Estado de São Paulo- FIESP, 2010).

Bebidas açucaradas possuem alta densidade energética, já que contêm grande quantidade de açúcar. E os produtos sob forma líquida não ativam os centros da saciedade, o que leva a uma maior ingestão energética, o que pode levar ao excesso de peso, obesidade e doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) (ESTIMA et al., 2011)

Em um estudo de Carmo et al. (2006) demonstrou que o consumo médio diário aproximadamente entre os jovens foi 230 ml e 550 ml de refrigerante e de bebidas com adição de açúcar, respectivamente, entre os adolescentes.

Entre as crianças o consumo de bebidas adoçadas com açúcar foi detectado o aparecimento precoce de hiperinsulinemia, dislipidemias, hipertensão, alteração dos marcadores inflamatórios e aumento da circunferência da cintura (VEGA; POBLACION; TADDEI, 2015).

O Departamento de Agricultura Americano propôs em 1996 o termo açúcar de adição para monossacarídeos, dissacarídeos e alguns oligossacarídeos que são adicionados em preparações e alimentos processados com a finalidade de melhorar o sabor, textura, cor e durabilidade (MURPHY; JOHNSON, 2003). Para o estado de São Paulo, dados de 2003, mostraram que os sucos industrializados estavam entre os quatro produtos que contribuíram para o consumo de açúcar de adição em adultos (BUENO, 2009).

O Ministério da Saúde (2014) através do Guia alimentar para a população brasileira recomenda a diminuição de bebidas prontas para o consumo, com alta concentração de açúcares, com a alegação que são nutricionalmente desequilibradas.

No entanto, foi considerado positivo tanto na avaliação de consumo como na ordenação de preferência e saudabilidade o demérito do refrigerante, que apresentou baixo consumo e ficou em penúltimo na ordenação de preferência e na última colocação no teste de ordenação para saudabilidade. Demonstrando preocupação com a saúde ao reconhecer que o refrigerante não é um produto recomendado por ponto de vista nutricional e de saúde. O consumo contínuo de refrigerantes está associado ao excesso de peso, pois a ingestão de calorias acima da saciedade é diferente para líquidos e para sólidos. Assim, quando ingerido de forma líquida o balanço energético positivo é maior (BARRETO, 2005).

O Ministério da Agricultura Pecuária e Abastecimento (MAPA), através da Portaria 544 (1998), define que refrigerante é uma bebida gaseificada resultante de uma dissolução em água potável, de suco ou extrato vegetal e com adição de açúcar ou edulcorantes, que deve ser obrigatoriamente saturada com dióxido de carbono (CO₂) industrialmente puro.

Sobre a leitura da informação nutricional de rótulos, 64,3% dos entrevistados relataram ler a informação nutricional, e 56% disseram que as informações contidas influenciam sua intenção da compra (Figura 1).

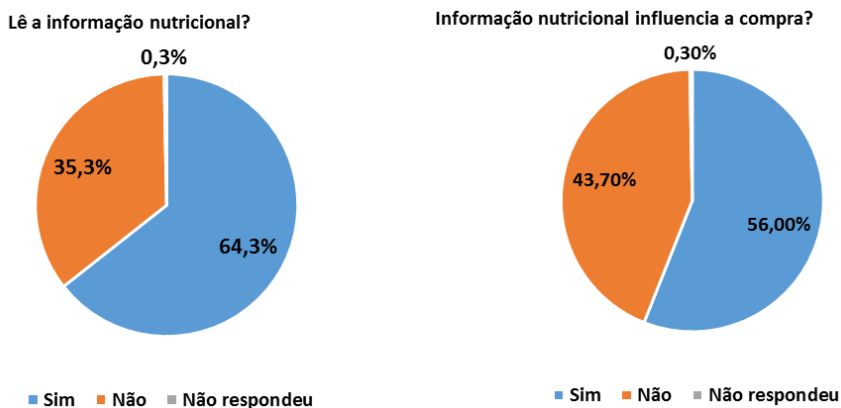


Figura 1 - Distribuição dos universitários segundo leitura da informação nutricional de rótulos de alimentos e influência desta informação na intenção de compra. São Paulo, SP, 2016. (n=300)

Silva (2015), em estudo com adolescente observou que 41% liam as informações dos rótulos. Em estudo feito na Índia por Saha et al. (2013) o percentual de leitura de rótulos por adolescentes é ainda maior, chegando a 88%. O rótulo é uma importante ferramenta para a contribuição da adoção de hábitos alimentares saudáveis, pois ajudar a corrigir erros alimentares e diminuir efeitos deletérios (SILVA, 2015).

O rótulo é indispensável na comunicação entre os produtos e consumidores. Alguns dados recentes sobre a população que usa o serviço Disque-Saúde do Ministério da Saúde mostraram que 70% das pessoas analisam rótulos no momento da compra, porém mais da metade não entende os significados das informações (ANVISA, 2008)

A maioria dos entrevistados (63%) não tem preferência por produtos diet, light ou zero (35,7%) mostrados na Figura 2.

Preferência por produtos *diet*, *light* ou zero

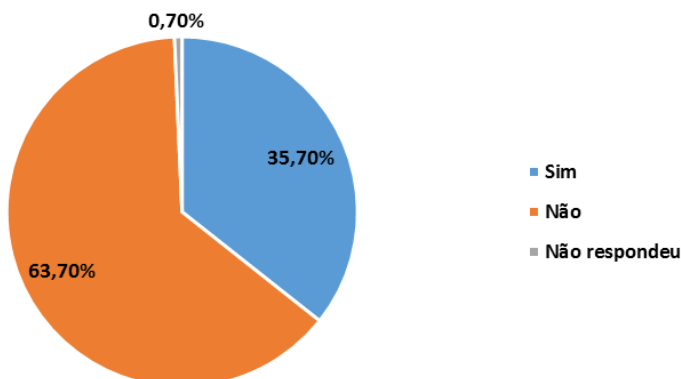


Figura 2 – Distribuição dos universitários segundo a preferência por produtos diet, light ou zero. São Paulo, SP, 2016. (n=300)

Na maioria das vezes os consumidores escolhem produtos *light*, *diet* ou zero sem saberem o que significa essa denominação. De acordo com a Resolução RDC n. 54/2012 sobre o uso da Informação Nutricional Complementar (INC), rótulos com a denominação *light* não significa apenas que o produto tem redução em gordura, mas também pode ser reduzido em valor energético, açúcares, gorduras totais, gorduras saturadas, colesterol e sódio. É necessário que essa redução seja no mínimo 25% no valor energético ou de algum nutriente em relação ao convencional (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2012).

A denominação *diet* não significa necessariamente que o produto não contém açúcar, produtos *diet* são para fins especiais, que ocorrem modificações no conteúdo de nutriente para atender as necessidades nutricionais de pessoas com condições metabólicas e fisiológicas específicas, por exemplo, diabéticos e hipertensos (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2012). Já o produto zero, possui restrição ou isenção de algum nutriente em relação ao tradicional (ANAD, 2015).

Segundo Santos (2010), certos produtos específicos são procurados por pessoas que fazem dietas. Nesses casos a procura por produtos com termos *light*, remete a um estilo de vida leve e saudável, que está vinculado a um corpo magro e limpo.

Na presente pesquisa, sugere-se que a preferência por esta classe de produtos, particularmente de alegação *light* e zero, reflete preocupação com peso e aparência, mas também por interpretar que é uma escolha saudável. Segundo Neves (2013) este comportamento justifica-se pela “cultura da alimentação saudável” que estamos vivendo, onde observa-se o crescimento de produtos *light*, *diet*, zero, orgânicos, naturais e integrais.

6 | CONCLUSÕES

A maioria dos entrevistados fazem pelo menos uma refeição fora de casa. As observações foram positivas quanto ao consumo adequado de água, bem como sobre o conhecimento dos universitários a esse respeito.

Metade do grupo declarou não ter o hábito de consumir café. Já o leite foi a bebida com maior frequência de consumo, dado favorável visto que ser a principal fonte de cálcio da dieta. Na sequência como bebida mais consumida vem o suco de fruta, dado preocupante pois há confusão entre o consumo de suco de frutas e néctares, este último com expressivo valor nutricional desequilibrado. No entanto, foi observado um baixo consumo declarado de refrigerante.

Quando os universitários foram solicitados a ordenarem as bebidas segundo preferência e saudabilidade foi observada a sequência água, suco, néctar e refrigerante, nas duas situações.

A maior parte dos entrevistados leem os rótulos de alimentos e consideram que a informação contida nos rótulos influencia sua decisão de compra. No entanto, apesar do apelo de saúde não há preferência de consumo por produtos com informações nutricionais complementares (Light, Zero).

No contexto do exposto, ações de educação nutricional que sensibilizem o jovem são importantes estratégias para promoção da alimentação saudável.

REFERÊNCIAS

AGÊNCIA NACIONAL DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA- ANVISA. **Manual de orientação aos consumidores. Educação para o consumo saudável 2008** Disponível em: < http://portal.anvisa.gov.br/documents/33916/396679/manual_consumidor.pdf/e31144d3-0207-4a37-9b3b-e4638d48934b > Acesso em: 29 jun 2016

ALVES, R. C.; CASAL, B., OLIVEIRA, B. **Benefícios do café na saúde, mito ou realidade?**.Quim. Nova, Porto, v.32, n.8, p. 2169-2180, 2009

ARRUDA, A. C.; MINIM, V.P.R.; FERREIRA, M. A. M; MINIM, L. A.; SILVA, N. M.; SOARES, C. F. **Justificativas e motivações do consumo e não consumo do café**. Ciênc. Tecnol. Aliment., Campinas, n.29, v.4, p. 754- 763, 2009

ASSOCIAÇÃO NACIONAL DE ATENÇÃO AO DIABETES- ANAD. **Você sabe a diferença de light, diet e zero?- 2015** Disponível em: < <http://www.anad.org.br/voce-sabe-a-diferenca-entre-light-diet-e-zero/>> Acesso em: 29 jun 2016

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DA INDÚSTRIA DO CAFÉ – ABIC. **Indicadores da indústria de café no Brasil- 2015** . Disponível em: <<http://www.abic.com.br/publique/cgi/cgilua.exe/sys/start.htm?sid=61#consint2015.2>> Acesso: 24 jul. 2016

BARRETO et al. **Análise da Estratégia Global para Alimentação, Atividade física e Saúde, da Organização Mundial da Saúde.** Rev. Epidemiol. e Serviços de Saúde. Belo Horizonte, v. 14, n. 1, p. 41-68, 2005

BEZERRA, I.N.; SICHIERI, R. **Eating out of home and obesity: a Brazilian Nationwide survey.** Public Health Nutr., v.12, n. 11, p. 2037- 2043, 2009.

BRASIL. **DECRETO Nº 6.871, DE 4 DE JUNHO DE 2009.**Disponível em:<http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_Ato2007-2010/2009/Decreto/D6871.htm> Acesso em: 10 mar. 2015

BUENO, M. B. **Consumo de açúcares de adição entre adultos e idosos: inquérito populacional do município de São Paulo.** 2003. 141 f. Tese (Doutorado) - Universidade de São Paulo, São Paulo, 2009.

CARMO, M. B.; TORAL, N.; SILVA, M. V.; SLATER, B. **Consumo de doces, refrigerantes e bebidas com adição de açúcar entre adolescentes da rede pública de ensino de Piracicaba, São Paulo.** Rev Bras Epidemiol, São Paulo, v. 9, n.1, p.121-130, 2006

CARVALHO, A. P. L.; ZANARDO, V. P. S. **Consumo de água e outros líquidos em adultos e idosos residentes no município de Erechim- Rio Grande do Sul.** PERSPECTIVA, Erechim, v. 34, n. 125, p. 117-126, 2010.

DISHCHEKENIAN, V. R. M.; ESCRIVÃO, M. A. M. S; PALMA, D.; ANCONA-LOPES, F.; ARAÚJO, E. A. C.; TADDEI, J. A. A. C. **Padrões alimentares de adolescentes obesos e diferentes repercussões metabólicas.** Rev Nutr.,Campinas, v. 24, n.1, p. 17-29, 2011.

ESTIMA, C. C. P.; PHILIPPI, S. T.; ARAKI, E. L.; LEAL, G. V. S.; MARTINEZ, M. F.; ALVARENGA, M. S. **Consumo de bebidas e refrigerantes por adolescentes de uma escola pública.** Rev Paul Pediatr, São Paulo, v.29, n.1, p.41-45, 2011.

FAO. Food and Agriculture Organization. **Milk and dairy products in human nutrition.** Rome; 2013.

FUNDAÇÃO DAS INDÚSTRIAS DO ESTADO DE SÃO PAULO- FIESP. **Brasil Food Trends 2020,** São Paulo, 2010, 176p.

HOEHR, C.F.; REUTER, C.P.; TORNQUIST, L.; NUNES, H.M.B.; BURGOS, M.B. **Prevalência de obesidade e hipertensão arterial em escolares: estudo comparativo entre escolas rurais do município de Santa Cruz do Sul/RS,** Rev. Epidemiol. Control. Infect., Santa Cruz, v.4, n.2, p.122-126, 2014.

IBGE - INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009: Despesas, Rendimentos e Condições de Vida.** IBGE: Rio de Janeiro, 2010.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar – PENSE 2012.** Rio de Janeiro: IBGE; 2012. Disponível em: <<http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/pense/2012/>> Acesso em: 11 out 2016.

IGLESIAS, R., CARMUEGA, E., SPENA, L., CASÁVOLA, C. **Creencias, mitos y realidades relacionadas al consumo de agua.** Insuficiencia Cardiaca, v.8, n.2, p.52-58, 2013.

INSTITUTE OF MEDICINE, Food and Nutrition Board. **Reference Intakes for Water, Potassium, Sodium, Chloride, and Sulfate**, The National Academies, 2004. Disponível em: www.nap.edu. Acesso em 20 de março de 2016.

INSTITUTE OF MEDICINE, Food and Nutrition Board. Dietary. **Reference Intakes for Calcium and Vitamin D**, The National Academies, 2011. Disponível em: www.nap.edu. Acesso em 20 de março de 2016.

LIMA, D. R. **Café e composição química**. Disponível em: <<http://www.abic.com.br/publique/cgi/cgilua.exe/sys/start.htm?infoid=161&sid=81>> Acesso em: 29 jun 2016

MACIEL, E. S.; SONTI, J.G.; MODENEZE, D.M.; VASCONCELOS, J.S.; VILARTA, R. **Consumo alimentar, estado nutricional e nível de atividade física em comunidade universitária brasileira**. Rev. Nutr., Campinas, v.25, n.6, p.707-718, 2012.

MARTINS, A. P. B. **Participação crescente de produtos ultraprocessados na dieta brasileira (1987-2009)**. Rev. Saúde Pública. São Paulo, v.47, n. 4, p.656-665, 2013.

MINISTÉRIO DA AGRICULTURA, PECUÁRIA E ABASTECIMENTO- MAPA. **Portaria nº. 544, de 16 de novembro de 1998**. Secretaria de Defesa Agropecuária, 1998.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Cadernos de atenção básica: Obesidade**. Brasília: Secretaria de Atenção À Saúde, 2006. 110 p.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Guia alimentar para a população brasileira**, Brasília: Secretaria de Atenção À Saúde, Coordenação-geral da Política de Alimentação e Nutrição, 2014, 87p.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Resolução- RDC nº 54, de 12 de novembro de 2012**. Agência Nacional de Vigilância Sanitária, 2012b.

MUNIZ, L. C.; MADRUGA, S. W.; ARAÚJO, C. L. **Consumo de leite e derivados entre adultos e idosos no Sul do Brasil: um estudo de base populacional**. Ciênc. saúde coletiva, Rio de Janeiro, v.18, n.12, p.3515- 3522, 2013.

MURPHY, S.P.; JOHNSON, R.K. **The scientific basis of recent US guidance on sugar intake**. Am J ClinNutr, v.78, n.4, p.827-833, 2003.

NEVES, G. N. **Os impasses da alimentação saudável e o mal estar na atualidade**.2013. 14f. Dissertação (Curso de Especialização em Teoria Psicanalítica) - Universidade de Brasília, Brasília, 2013.

NIELSEN, S. J.; POPKIN, B. M. **Changes in Beverage Intake Between 1977 and 2001**. Am J Prev Med, v.27, n. 3, p.205-210, 2004.

SAHA, S.; VEMULA, S. R.; MENDU, V. V. R., GAVARAVARAPU, S. M. **Knowledge and Practices of Using Food Label Information Among Adolescents Attending Schools in Koltaka, India**. Journal of Nutrition Education and Behavior, v. 45, n.6, p.773-779, 2013.

SANTOS, L. A. S. **Da dieta à reeducação alimentar: algumas notas sobre o comer contemporâneo a partir dos programas de emagrecimento na Internet.** Physis Revista de Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v.20, n. 2, p. 459-474, 2010.

SILVA, M. C. F. **Avaliação da compreensão da representação gráfica das informações nutricionais de rótulos de alimentos em adolescentes.** 2015. 25f. Dissertação (Mestrado em Nutrição e Alimento) – Universidade do Vale do Rio dos Sinos, São Leopoldo, 2015.

PRESIDÊNCIA DA REPUBLICA. **Lei Nº 12.852, De 5 de Agosto de 2013.** Casa Civil. Subchefia para assuntos jurídicos. Disponível em: < http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_Ato2011-2014/2013/Lei/L12852.htm > Acesso em: 25 jul. 2016.

SANTOS K. M. O.; EGASHIRA E. M. **Rotulagem de néctares e sucos prontos para beber: uso e compreensão pelo consumidor.** In: Congresso Latinoamericano de Nutrição, SLAN, 14., 2006, Florianópolis. [Apresentação em forma de pôster]. Florianópolis: Sociedade Latinoamericano de Nutrição, 2006.

VEGA, J. B.; POBLACION, A. P.; TADDEI, J. A. A. C. **Fatores associados ao consumo de bebida açucaradas entre pré-escolares brasileiros: inquérito nacional de 2006.** Ciência & Saúde Coletiva. São Paulo, v. 20, n.8, p.2371-2380, 2015.

WHO - WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Sugars intake for adults and children.** WHO: Geneva, 2015

ÍNDICE REMISSIVO

A

Alimentação Escolar 8, 150, 153, 157, 160, 161, 162, 163, 164, 173, 175

Alimento funcional 80, 81, 86

Amido 4, 5, 65, 107, 110, 119

Antioxidantes 10, 73, 74, 75, 99, 100, 104, 106, 107, 121, 122, 192, 193, 229, 230, 231, 233, 235, 236, 237, 258, 267

Apium graveolens 72, 73, 78

Apoio nutricional 61

Assistência Médica 133

C

Comportamento Alimentar 11, 12, 13, 14, 15, 16, 22, 23, 24, 25, 26

Consumo de Alimentos 28, 29, 30, 80, 81, 217, 236, 239

Cromatografia 121, 123, 124, 130, 131, 132, 246

D

Depressão 11, 14, 21, 24, 34, 189, 197, 241, 262, 263, 264, 265, 266, 267, 268, 270

Dietoterapia 59, 60, 184, 186, 193, 215, 260, 265

Dioscorea 53, 59, 61, 62, 63, 69, 70

Disbiose 9, 183, 184, 185, 186, 188, 189, 191, 192, 193, 194, 195

Doenças Autoimunes 240, 242, 245, 249

Doenças Cardiovasculares 7, 75, 80, 81, 82, 86, 208, 209, 210, 233, 251

Dor crônica 9, 194, 196, 197, 198, 199, 200, 201, 205, 207

E

Educação Alimentar e Nutricional 5, 8, 153, 163, 164, 165, 166, 168, 169, 170, 171, 174, 175, 176

Esclerose Múltipla 10, 240, 241, 242, 243, 244, 249, 250, 251, 252

Espectrometria de massas 121, 123, 124, 131

Estado Nutricional 8, 10, 26, 42, 51, 52, 59, 138, 140, 141, 142, 146, 148, 153, 196, 197, 205, 217, 219, 222, 224, 225, 226, 227, 228, 230, 239, 248, 265

Exercício Físico 184, 186, 193, 227

H

Hidratação 28, 34

I

Inflamação 190, 193, 204, 247, 249, 255, 263, 264, 265, 267, 268

logurte 4, 35, 89, 91, 96, 97

L

Lactobacillus acidophilus 89, 90, 93

M

Magnésio 11, 63, 84, 90, 91, 124, 157, 202, 205, 262, 263, 264, 265, 266, 267, 269, 270

N

Neoplasias 30, 217, 224, 225, 226, 230

Nutrição Enteral 52, 59, 61, 62, 69, 71

O

Obesidade 2, 3, 30, 37, 41, 42, 80, 81, 175, 190, 192, 196, 197, 198, 199, 201, 204, 205, 221, 225, 235, 238, 267

P

Percepção 6, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 23, 25, 26, 28, 31, 44, 46, 47, 48, 49, 136, 161, 165, 166, 170, 174, 175, 179, 199, 203, 205, 219, 224, 251

Pimenta 7, 80, 81, 82, 83, 85, 86, 186, 194

Política Pública 170, 171

Q

Qualidade de vida 10, 62, 177, 204, 205, 217, 219, 220, 223, 224, 226, 227, 228, 230, 240, 241, 252, 266

R

Recém-Nascido 140, 147, 148, 149

Refeições 1, 6, 30, 32, 44, 45, 46, 47, 50, 83, 153, 161

S

Selênio 11, 103, 217, 223, 236, 262, 263, 264, 265, 267, 268, 269

Seletividade alimentar 179

Serviços de alimentação 272

Sobrepeso 190, 196, 198, 201, 221, 225, 229, 235, 267

T

Terapia Nutricional 51, 52, 57, 58, 59, 60, 69, 70, 184, 186

Tubérculos 51

V

Violência contra a mulher 133

Vitamina D 10, 240, 241, 245, 246, 247, 249, 251

Z

Zinco 11, 103, 157, 177, 178, 223, 229, 231, 232, 236, 262, 263, 264, 265, 266, 267, 269

Nutrição sob a Ótica Teórica e Prática

www.atenaeditora.com.br 

contato@atenaeditora.com.br 

[@atenaeditora](https://www.instagram.com/atenaeditora) 

www.facebook.com/atenaeditora.com.br 

 **Atena**
Editora

Ano 2021

Nutrição sob a Ótica Teórica e Prática

www.atenaeditora.com.br 

contato@atenaeditora.com.br 

[@atenaeditora](https://www.instagram.com/atenaeditora) 

www.facebook.com/atenaeditora.com.br 

 **Atena**
Editora

Ano 2021