

# ALIMENTOS, NUTRIÇÃO E SAÚDE

## 2

Carla Cristina Bauermann Brasil  
(Organizadora)



# ALIMENTOS, NUTRIÇÃO E SAÚDE

## 2

**Carla Cristina Bauermann Brasil**  
(Organizadora)



### **Editora chefe**

Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira

### **Assistentes editoriais**

Natalia Oliveira

Flávia Roberta Barão

### **Bibliotecária**

Janaina Ramos

### **Projeto gráfico**

Natália Sandrini de Azevedo

Camila Alves de Cremo

Luiza Alves Batista

Maria Alice Pinheiro

### **Imagens da capa**

iStock

### **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.

Open access publication by Atena Editora



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

Profª Drª Andréa Cristina Marques de Araújo – Universidade Fernando Pessoa

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. Arnaldo Oliveira Souza Júnior – Universidade Federal do Piauí  
Prof. Dr. Carlos Antonio de Souza Moraes – Universidade Federal Fluminense  
Prof. Dr. Crisóstomo Lima do Nascimento – Universidade Federal Fluminense  
Profª Drª Cristina Gaio – Universidade de Lisboa  
Prof. Dr. Daniel Richard Sant’Ana – Universidade de Brasília  
Prof. Dr. Deyvison de Lima Oliveira – Universidade Federal de Rondônia  
Profª Drª 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. Dr. Humberto Costa – Universidade Federal do Paraná  
Profª Drª Ivone Goulart Lopes – Istituto Internazionele delle Figlie de Maria Ausiliatrice  
Prof. Dr. Jadson Correia de Oliveira – Universidade Católica do Salvador  
Prof. Dr. José Luis Montesillo-Cedillo – Universidad Autónoma del Estado de México  
Prof. Dr. Julio Candido de Meirelles Junior – Universidade Federal Fluminense  
Profª Drª Lina Maria Gonçalves – Universidade Federal do Tocantins  
Prof. Dr. Luis Ricardo Fernandes da Costa – Universidade Estadual de Montes Claros  
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte  
Prof. Dr. Marcelo Pereira da Silva – Pontifícia Universidade Católica de Campinas  
Profª Drª Maria Luzia da Silva Santana – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul  
Prof. Dr. Miguel Rodrigues Netto – Universidade do Estado de Mato Grosso  
Prof. Dr. Pablo Ricardo de Lima Falcão – Universidade de Pernambuco  
Profª Drª Paola Andressa Scortegagna – Universidade Estadual de Ponta Grossa  
Profª Drª Rita de Cássia da Silva Oliveira – Universidade Estadual de Ponta Grossa  
Prof. Dr. Rui Maia Diamantino – Universidade Salvador  
Prof. Dr. Saulo Cerqueira de Aguiar Soares – Universidade Federal do Piauí  
Prof. Dr. Urandi João Rodrigues Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará  
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande  
Profª Drª Vanessa Ribeiro Simon Cavalcanti – Universidade Católica do Rio de Janeiro  
Prof. Dr. William Cleber Domingues Silva – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro  
Prof. Dr. Willian Douglas Guilherme – Universidade Federal do Tocantins

#### **Ciências Agrárias e Multidisciplinar**

Prof. Dr. Alexandre Igor Azevedo Pereira – Instituto Federal Goiano  
Prof. Dr. Arinaldo Pereira da Silva – Universidade Federal do Sul e Sudeste do Pará  
Prof. Dr. Antonio Pasqualetto – Pontifícia Universidade Católica de Goiás  
Profª Drª Carla Cristina Bauermann Brasil – Universidade Federal de Santa Maria  
Prof. Dr. Cleberton Correia Santos – Universidade Federal da Grande Dourados  
Profª Drª Diocléa Almeida Seabra Silva – Universidade Federal Rural da Amazônia  
Prof. Dr. Écio Souza Diniz – Universidade Federal de Viçosa  
Prof. Dr. Fábio Steiner – Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul  
Prof. Dr. Fágner Cavalcante Patrocínio dos Santos – Universidade Federal do Ceará  
Profª Drª Girlene Santos de Souza – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia  
Prof. Dr. Jael Soares Batista – Universidade Federal Rural do Semi-Árido  
Prof. Dr. Jayme Augusto Peres – Universidade Estadual do Centro-Oeste  
Prof. Dr. Júlio César Ribeiro – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro  
Profª Drª Lina Raquel Santos Araújo – Universidade Estadual do Ceará  
Prof. Dr. Pedro Manuel Villa – Universidade Federal de Viçosa  
Profª Drª Raissa Rachel Salustriano da Silva Matos – Universidade Federal do Maranhão  
Prof. Dr. Ronilson Freitas de Souza – Universidade do Estado do Pará  
Profª Drª Talita de Santos Matos – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro

Prof. Dr. Tiago da Silva Teófilo – Universidade Federal Rural do Semi-Árido  
Prof. Dr. Valdemar Antonio Paffaro Junior – Universidade Federal de Alfenas

### **Ciências Biológicas e da Saúde**

Prof. Dr. André Ribeiro da Silva – Universidade de Brasília  
Profª Drª Anelise Levay Murari – Universidade Federal de Pelotas  
Prof. Dr. Benedito Rodrigues da Silva Neto – Universidade Federal de Goiás  
Profª Drª Daniela Reis Joaquim de Freitas – Universidade Federal do Piauí  
Profª Drª 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  
Profª Drª Elizabeth Cordeiro Fernandes – Faculdade Integrada Medicina  
Profª Drª Eleuza Rodrigues Machado – Faculdade Anhanguera de Brasília  
Profª Drª Elane Schwinden Prudêncio – Universidade Federal de Santa Catarina  
Profª Drª Eysler Gonçalves Maia Brasil – Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira  
Prof. Dr. Ferlando Lima Santos – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia  
Profª Drª Fernanda Miguel de Andrade – Universidade Federal de Pernambuco  
Prof. Dr. Fernando Mendes – Instituto Politécnico de Coimbra – Escola Superior de Saúde de Coimbra  
Profª Drª 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  
Profª Drª 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  
Profª Drª Magnólia de Araújo Campos – Universidade Federal de Campina Grande  
Prof. Dr. Marcus Fernando da Silva Praxedes – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia  
Profª Drª Maria Tatiane Gonçalves Sá – Universidade do Estado do Pará  
Profª Drª Mylena Andréa Oliveira Torres – Universidade Ceuma  
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federac 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  
Profª Drª Regiane Luz Carvalho – Centro Universitário das Faculdades Associadas de Ensino  
Profª Drª Renata Mendes de Freitas – Universidade Federal de Juiz de Fora  
Profª Drª Vanessa da Fontoura Custódio Monteiro – Universidade do Vale do Sapucaí  
Profª Drª Vanessa Lima Gonçalves – Universidade Estadual de Ponta Grossa  
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande  
Profª Drª Welma Emidio da Silva – Universidade Federal Rural de Pernambuco

### **Ciências Exatas e da Terra e Engenharias**

Prof. Dr. Adélio Alcino Sampaio Castro Machado – Universidade do Porto  
Profª Drª Ana Grasielle Dionísio Corrêa – Universidade Presbiteriana Mackenzie  
Prof. Dr. Carlos Eduardo Sanches de Andrade – Universidade Federal de Goiás  
Profª Drª 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  
Profª Drª Érica de Melo Azevedo – Instituto Federal do Rio de Janeiro

Prof. Dr. Fabrício Menezes Ramos – Instituto Federal do Pará  
Profª Dra. Jéssica Verger Nardeli – Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho  
Prof. Dr. Juliano Carlo Rufino de Freitas – Universidade Federal de Campina Grande  
Profª Drª 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  
Profª Drª Neiva Maria de Almeida – Universidade Federal da Paraíba  
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte  
Profª Drª Priscila Tessmer Scaglioni – Universidade Federal de Pelotas  
Prof. Dr. Sidney Gonçalves de Lima – Universidade Federal do Piauí  
Prof. Dr. Takeshy Tachizawa – Faculdade de Campo Limpo Paulista

#### **Linguística, Letras e Artes**

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

**Diagramação:** Maria Alice Pinheiro  
**Correção:** Giovanna Sandrini de Azevedo  
**Indexação:** Gabriel Motomu Teshima  
**Revisão:** Os autores  
**Organizadora:** Carla Cristina Bauermann Brasil

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)**

A411 Alimentos, nutrição e saúde 2 / 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 978-65-5983-406-8

DOI: <https://doi.org/10.22533/at.ed.068212308>

1. Nutrição. 2. Saúde. 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](http://www.atenaeditora.com.br)

contato@atenaeditora.com.br

## DECLARAÇÃO DOS AUTORES

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; 6. Autorizam a edição da obra, que incluem os registros de ficha catalográfica, ISBN, DOI e demais indexadores, projeto visual e criação de capa, diagramação de miolo, assim como lançamento e divulgação da mesma conforme critérios da Atena Editora.



## DECLARAÇÃO DA EDITORA

A Atena Editora declara, para os devidos fins de direito, que: 1. A presente publicação constitui apenas transferência temporária dos direitos autorais, direito sobre a publicação, inclusive não constitui responsabilidade solidária na criação dos manuscritos publicados, nos termos previstos na Lei sobre direitos autorais (Lei 9610/98), no art. 184 do Código penal e no art. 927 do Código Civil; 2. Autoriza e incentiva os autores a assinarem contratos com repositórios institucionais, com fins exclusivos de divulgação da obra, desde que com o devido reconhecimento de autoria e edição e sem qualquer finalidade comercial; 3. Todos os e-book são *open access*, desta forma não os comercializa em seu site, sites parceiros, plataformas de *e-commerce*, ou qualquer outro meio virtual ou físico, portanto, está isenta de repasses de direitos autorais aos autores; 4. Todos os membros do conselho editorial são doutores e vinculados a instituições de ensino superior públicas, conforme recomendação da CAPES para obtenção do Qualis livro; 5. Não cede, comercializa ou autoriza a utilização dos nomes e e-mails dos autores, bem como nenhum outro dado dos mesmos, para qualquer finalidade que não o escopo da divulgação desta obra.

## APRESENTAÇÃO

A presente obra "Alimentos, Nutrição e Saúde" publicada no formato *e-book*, traduz o olhar multidisciplinar e intersetorial da Alimentação e Nutrição. Os volumes abordarão de forma categorizada e interdisciplinar trabalhos, pesquisas, relatos de casos e revisões que transitam nos diversos caminhos da Nutrição e Saúde. O principal objetivo desse *e-book* foi apresentar de forma categorizada e clara estudos desenvolvidos em diversas instituições de ensino e pesquisa do país em quatro volumes. Em todos esses trabalhos a linha condutora foi o aspecto relacionado à avaliação antropométrica da população brasileira; padrões alimentares; avaliações físico-químicas e sensoriais de alimentos e preparações, determinação e caracterização de alimentos e de compostos bioativos; desenvolvimento de novos produtos alimentícios e áreas correlatas.

Temas diversos e interessantes são, deste modo, discutidos nestes volumes com a proposta de fundamentar o conhecimento de acadêmicos, mestres e todos aqueles que de alguma forma se interessam pela área da Alimentação, 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 "Alimentos, Nutrição e Saúde" se constitui em uma interessante ferramenta para que o leitor, seja ele um profissional, acadêmico 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.

Uma ótima leitura a todos(as)!


Carla Cristina Bauermann Brasil

## SUMÁRIO

### **CAPÍTULO 1..... 1**

#### **CONSUMO ALIMENTAR E DEPRESSÃO: EVIDÊNCIAS ATUAIS**

Lara Onofre Ferriani

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.0682123081>

### **CAPÍTULO 2..... 13**

#### **PERFIL DE CONSUMO ALIMENTAR DE ESCOLARES DA ZONA RURAL DO MUNICÍPIO DE RIO DAS OSTRAS, RIO DE JANEIRO**

Larissa Spargolli Sardinha

Thainá Andrade Rocha Oliveira do Rozário

Ana Carolina Carvalho Rodrigues

Giovana Fonseca Machado

Eduarda Guimarães dos Santos de Santana

Cynthia Gonçalves Silva


Francisco Martins Teixeira

Marialda Moreira Chistoffel

Luiz Felipe da Cruz Rangel

Alessandra Alegre de Matos

Beatriz Gonçalves Ribeiro

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.0682123082>

### **CAPÍTULO 3..... 26**

#### **AVALIAÇÃO DA FREQUÊNCIA DO CONSUMO ALIMENTAR DE ATLETAS UNIVERSITÁRIAS DE UM TIME DE FUTEBOL FEMININO EM SÃO LUÍS - MA**

Thirza Rafaella Ribeiro França Melo

Luís Felipe Castro Araújo

Fabiana Viana Maciel Rodrigues

Matheus Caíck Santos Brandão

Kassiandra Lima Pinto


Ana Carolina Pimenta Santos

Jamylle Santos Rocha

Rebeca Izanna Lima da Silva

Raphael Furtado Marques

Marcos Roberto Campos de Macêdo

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.0682123083>

### **CAPÍTULO 4..... 34**

#### **FATORES ASSOCIADOS AO CONSUMO ALIMENTAR DE IDOSOS RESIDENTES NA REGIÃO SUL DO BRASIL**

Anny Caroline dos Santos Araujo

Bruna Senna Rodrigues

Valdeni Terezinha Zani


Rozana Ferreira Ortiz

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.0682123084>

**CAPÍTULO 5..... 39**

**AVALIAÇÃO DO CONSUMO DE FIBRAS ALIMENTARES EM IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS RESIDENTES E SUA PREVALÊNCIA COM OBSTIPAÇÃO INTESTINAL**


Victória Luiza Lima da Silva  
Luana Bastos dos Santos Oliveira  
Ramon Silva de Oliveira  
Sara Vitória da Silva Souza  
Victor Novais Costa  
Gabrielly Sobral Neiva  
Juçara Alvarindo Brito Soledade

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.0682123085>

**CAPÍTULO 6..... 51**

**PROJETO “MASTER CHEFINHO”: CRIANÇAS APRENDEM SOBRE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL**


Renata Silva Cavalcante  
Daniela Neves Pereira Romaro

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.0682123086>

**CAPÍTULO 7..... 55**

**CONSTRUÇÃO DE UMA CARTILHA PARA PAIS E RESPONSÁVEIS SOBRE EDUCAÇÃO NUTRICIONAL E O COMPORTAMENTO ALIMENTAR DE CRIANÇAS AUTISTAS**


Deylla Rodrigues de Oliveira  
Débora Maria Nascimento Silva  
Gabrielle Damasceno Costa dos Santos  
Camila Caetano da Silva  
Edinalva Rodrigues Alves  
Saara Emanuele da Silva Flor  
Mayara Regina Ferreira Costa  
Eryka Vaz Zagmignan  
Erika Alves da Fonseca Amorim  
Rita de Cássia Mendonça de Miranda  
Luís Cláudio Nascimento da Silva  
Adrielle Zagmignan

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.0682123087>

**CAPÍTULO 8..... 63**

**RECUSA ALIMENTAR EM CRIANÇAS COM TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA**

Anna Luiza Cardoso Oliva  
Ana Hellen Lima da Silva  
Rafaela Vilaça de Quadros  
Yasmim Fernandes Ferreira  
Anamaria de Souza Cardoso

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.0682123088>

**CAPÍTULO 9..... 74**

**NUTRIÇÃO E VISIBILIDADE NO MUNDO DIGITAL**


Luisa Fajardo Costa

Lorena Simili de Oliveira

Vanessa de Andrade Stumpf

Renato Moreira Nunes

Patrícia Cândido da Silva

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.0682123089>

**CAPÍTULO 10..... 86**

**INTERCORRÊNCIAS RELACIONADAS À NUTRIÇÃO ENTERAL EM NEONATOS PREMATUROS**

Rene Ferreira da Silva Junior

Helenice Alves Fonseca

Josiane Dionísio dos Santos

Tadeu Nunes Ferreira

Manuela Gomes Campos Borel

Thamires Dias de Carvalho

Brunna Thais Costa


Ana Luiza Montalvão Seixas

Joice Fernanda Costa Quadros

Ana Paula de Oliveira Nascimento Alves

Suelen Ferreira Rocha

Cristiano Leonardo de Oliveira Dias

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.06821230810>

**CAPÍTULO 11 ..... 98**

**REPERCUSSÃO DO ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO NO CRESCIMENTO DE CRIANÇAS COM ALERGIA A PROTEÍNA DO LEITE DE VACA**

Thalita Evangelista Bandeira

Marília Porto Oliveira Nunes

Maria Izabel Florindo Guedes

Carlos Tadeu Bandeira de Lavor

Ilana Carneiro Lisboa Magalhães

Kalil Andrade Mubarak Romcy

Carla Laíne Silva Lima

Sandra Machado Lira

Natália do Vale Canabrava

José Ytalo Gomes da Silva

Marcelo Oliveira Holanda

Rafaela Valesca Rocha Bezerra Sousa


 <https://doi.org/10.22533/at.ed.06821230811>

**CAPÍTULO 12..... 108**

**SUBSTITUTOS DO LEITE MATERNO E OS SEUS IMPACTOS NO ESTADO NUTRICIONAL INFANTIL: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

Cassiana da Silva Coutinho

Neliane Pereira do Nascimento

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.06821230812>

**CAPÍTULO 13..... 122**

**FREQUÊNCIA DA IDADE MATERNA E TEMPO DE ALEITAMENTO MATERNO POR RESIDENTES DE AGLOMERADOS SUBNORMAIS EM MACEIÓ (AL)**

Jessiane Rejane Lima Santos

Fernanda do Nascimento Lins

Geovânio Cadete da Silva

Mariana Silva de Freitas

Thyanne Mirella da Silva

Gabriela Rossiter Stux Veiga

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.06821230813>


**CAPÍTULO 14..... 131**

**TRANSTORNOS ALIMENTARES MATEMOS E DIETA INFANTIL: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA**

Caroline de Maman Oldra

Angela Khetly Lazarotto

Adriano de Maman Oldra

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.06821230814>

**CAPÍTULO 15..... 144**

**OS IMPACTOS DE TRABALHAR ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL COM OS ADOLESCENTES NAS ESCOLAS: UMA ANÁLISE DAS PESQUISAS BRASILEIRAS DE 2009 A 2019**

Maria Cristina Rocha Silva

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.06821230815>

**CAPÍTULO 16..... 156**

**AS INFLUÊNCIAS IMPOSTAS PELAS MÍDIAS SOBRE A IMAGEM CORPORAL: REVISÃO BIBLIOGRÁFICA**

Lucas Gimaque da Silva

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.06821230816>

**CAPÍTULO 17..... 168**

**ESTUDO DA DISTORÇÃO DE IMAGEM E O FEEDBACK SOCIAL VIVENCIADO PELO INDIVÍDUO COM A OPÇÃO PELA CIRURGIA BARIÁTRICA**

Márcia Daniele Soares da Silva Barbosa

Gisele dos Santos Pacheco

Ainá Innocencio da Silva Gomes

Ana Paula Menna Barreto

Celia Cristina Diogo Ferreira

Roberta Soares Casaes


Lismeia Raimundo Soares

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.06821230817>

**CAPÍTULO 18..... 178**

**CULINÁRIA AFETIVA COMO FERRAMENTA TERAPÊUTICA PARA O CUIDADO EM SAÚDE MENTAL**


Helicínia Giordana Espíndola Peixoto  
Luhana Karolyna Roque da Silva  
Larissa Oliveira da Silva  
Renata Cristina da Silva  
Yasmim Rodrigues Cabral

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.06821230818>

**CAPÍTULO 19..... 189**

**EFEITOS DA DESNUTRIÇÃO NO DESENVOLVIMENTO NEUROPSICOMOTOR DA PRIMEIRA INFÂNCIA**


Isabella Knorr Velho  
Gabriela Teixeira Gelb  
Mariana Martins Dantas Santos  
Talia Guimarães dos Santos  
Bartira Ercília Pinheiro da Costa  
Miriam Viviane Baron

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.06821230819>

**CAPÍTULO 20..... 201**

**RELATO DE EXPERIÊNCIA: CONSCIENTIZAÇÃO INFANTIL ACERCA DA PRESENÇA DE SÓDIO CONTIDO NOS ALIMENTOS**


Ana Clara Riguetto Lisboa de Domênicis  
Ana Laura da Silva Paladino  
Claudiele Maria Mariano Costa  
Conrado Busseli Filho  
Debora Aparecida Zanette  
Fabio Bonadio Gonçalves  
Karla Beatriz Croco  
Lorena Correia da Cruz  
Maria José Caetano Ferreira Damaceno  
Mariana Scarmeloto Pardo  
Paula Fernandes Chadi  
Taynara Novaes Faria




 <https://doi.org/10.22533/at.ed.06821230820>

**CAPÍTULO 21..... 211**

**HÁBITOS ALIMENTARES E FATORES RELACIONADOS À SAÚDE DE UMA AMOSTRA DE ADOLESCENTES DE CAMPO GRANDE (MATO GROSSO DO SUL)**

Thais Alievi Ponciano da Silva  
Raíssa de Oliveira Rodrigues  
Giovana Eliza Pegolo

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.06821230821>

<b>CAPÍTULO 22.....</b>	<b>225</b>
EXPERIÊNCIAS DE AÇÕES DE EDUCAÇÃO NUTRICIONAL EM UMA ESCOLA ESTADUAL NO INTERIOR DE RONDÔNIA	
Julia Souza Amaral	
Heloísa Helena Pessoa Portela de Sá	
Carolina Maria Novais Caires Tacconi	
Heliane Formagio Silva	
 <a href="https://doi.org/10.22533/at.ed.06821230822">https://doi.org/10.22533/at.ed.06821230822</a>	
<b>CAPÍTULO 23.....</b>	<b>232</b>
CRIAÇÃO DE UM ÁLBUM DE REGISTRO FOTOGRÁFICO PARA INQUÉRITOS DIETÉTICOS	
Lucineide Rodrigues Gomes	
Hanna Nicole Teixeira Lopes de Lima	
Yana Luise Falcão Lins	
Alysson dos Santos Bomfim	
Andréa Marques Sotero	
 <a href="https://doi.org/10.22533/at.ed.06821230823">https://doi.org/10.22533/at.ed.06821230823</a>	
<b>CAPÍTULO 24.....</b>	<b>240</b>
UM OLHAR SOBRE A EXPERIÊNCIA INTERCAMBISTA EM CUBA: EXISTE SAÚDE INTEGRAL QUANDO O DIREITO À ALIMENTAÇÃO SOBERANA É NEGADO?	
Rejane Viana dos Santos	
Márcio Costa de Souza	
 <a href="https://doi.org/10.22533/at.ed.06821230824">https://doi.org/10.22533/at.ed.06821230824</a>	
<b>SOBRE A ORGANIZADORA.....</b>	<b>245</b>
<b>ÍNDICE REMISSIVO.....</b>	<b>246</b>



# CAPÍTULO 3

## AVALIAÇÃO DA FREQUÊNCIA DO CONSUMO ALIMENTAR DE ATLETAS UNIVERSITÁRIAS DE UM TIME DE FUTEBOL FEMININO EM SÃO LUÍS - MA

Data de aceite: 01/08/2021

Data da submissão: 06/05/2021

**Rebeca Izanna Lima da Silva**

Faculdade Pitágoras

São Luís - MA

<http://lattes.cnpq.br/2914122313500430>

**Thirza Rafaella Ribeiro França Melo**

Centro Universitário Estácio de São Luís

São Luís - MA

<http://lattes.cnpq.br/4687422970637412>

**Raphael Furtado Marques**

Centro Universitário Estácio de São Luís

São Luís - MA

<http://lattes.cnpq.br/1218329130529941>

**Luís Felipe Castro Araújo**

Centro Universitário Estácio de São Luís

São Luís - MA

<http://lattes.cnpq.br/6230657978464863>

**Marcos Roberto Campos de Macêdo**

Centro Universitário Estácio de São Luís

São Luís - MA

<http://lattes.cnpq.br/9177830263950873>

**Fabiana Viana Maciel Rodrigues**

Universidade Federal do Maranhão – UFMA

São Luís - MA

<http://lattes.cnpq.br/2096858341295385>

**Matheus Caíck Santos Brandão**

Universidade Federal do Maranhão – UFMA

São Luís - MA

<http://lattes.cnpq.br/0645022450532280>

**Kassiandra Lima Pinto**

Universidade Federal do Maranhão – UFMA

São Luís - MA

<http://lattes.cnpq.br/6382649497103745>

**Ana Carolina Pimenta Santos**

Centro Universitário Estácio de São Luís

São Luís - MA

<http://lattes.cnpq.br/8496760694366972>

**Jamyllle Santos Rocha**

Centro Universitário Estácio de São Luís

São Luís - MA

<http://lattes.cnpq.br/4563689655580307>

**RESUMO:** Nutrição, treinamento e saúde geral são aspectos importantes para o sucesso do desempenho esportivo. Nesse contexto, as atletas de futebol são desafiadas a executar movimentos coordenados em diversas direções e intensidades durante uma partida. Diante disso, as demandas de energia no treinamento e na competição de alto nível exigem que as atletas disponham de uma alimentação balanceada que atenda suas necessidades nutricionais. Dessa forma, o objetivo do presente estudo é de avaliar o consumo alimentar de atletas universitárias de futebol feminino. Foram avaliadas 18 atletas universitárias, do gênero feminino, com idade entre 19 e 33 anos. A análise do consumo alimentar destacou o consumo frequente de banana 88,9% (n= 16) e laranja, mexerica e abacaxi 83,3% (n= 15). Da mesma forma para com o grupo das verduras, onde a amostra apresentou consumo frequente de alface e tomate 77,7% (n= 14), cenoura 66,7% (n=

12), caracterizando o consumo alimentar como satisfatório. Entretanto, a mesma também apresentou consumo frequente de alimentos com alta densidade energética e baixo valor nutricional, como salgados fritos 55,6% (n= 10), pizzas 50,0% (n= 9) e o consumo frequente de bebidas achocolatadas, além de bombons, como chocolates e brigadeiros 55,5% (n= 10). O presente estudo e os resultados encontrados na literatura, enfatizam a necessidade do público esportivo dispor de um acompanhamento nutricional, de modo orientar e intervir nas escolhas alimentares. E dessa forma, alcançar benefícios à saúde e desempenho dos atletas.

**PALAVRAS - CHAVE:** Futebol, Mulheres, Consumo de alimentos.

## EVALUATION OF THE FREQUENCY OF FOOD CONSUMPTION OF UNIVERSITY ATHLETES OF A FEMALE SOCCER TEAM IN SÃO LUÍS - MA

**ABSTRACT:** Nutrition, training and general health are important aspects for the success of sports performance. In this context, soccer athletes are challenged to perform coordinated movements in different directions and intensities during a match. Therefore, the demands of energy in training and high-level competition require that athletes have a balanced diet that meets their nutritional needs. Thus, the aim of the present study is to assess the food consumption of female college soccer athletes. Eighteen female university athletes aged between 19 and 33 years were evaluated. The analysis of food consumption highlighted the frequent consumption of bananas 88.9% (n= 16) and orange, tangerine and pineapple 83.3% (n= 15). Similarly, for the group of vegetables, where the sample had frequent consumption of lettuce and tomatoes 77.7% (n= 14), carrots 66.7% (n= 12), characterizing food consumption as satisfactory. However, it also showed frequent consumption of foods with high energy density and low nutritional value, such as fried snacks 55.6% (n= 10), pizzas 50.0% (n= 9) and the frequent consumption of chocolate drinks, in addition to of chocolates, such as chocolates and brigadiers 55.5% (n= 10). The present study and the results found in the literature, emphasize the need for the sports public to have nutritional monitoring, in order to guide and intervene in food choices. And so, achieve benefits to the health and performance of athletes.

**KEYWORDS:** Soccer, Women, Food consumption.

## INTRODUÇÃO

O futebol feminino tem crescido acentuadamente em todo País. A história do futebol feminino no Brasil vem sendo encarada por inúmeros desafios ao longo dos anos. A prática do esporte no país carrega consigo muita luta, principalmente em busca do seu merecido reconhecimento, pois até pouco tempo o futebol era visto e considerado como um esporte dominado por homens (Universidade do Futebol, 2020).

Dentre as diferentes modalidades coletivas, a busca científica em torno do futebol feminino aumenta com a mesma proporção em que ele se expande ao redor do mundo, sendo praticado por diversas nacionalidades, comunidades e pessoas com as mais diferentes características culturais e biológicas (FIFA, 2014).

Devido o crescimento das equipes femininas, torna-se fundamental compreender

às necessidades nutricionais específicas requeridas para essa população. Logo, é de extrema importância avaliar e estudar a ingestão alimentar de mulheres futebolistas para que se possa determinar às recomendações no que se refere a ingestão dietética e estratégias nutricionais de modo a contribuir para que se obtenha um melhor desempenho atlético das mesmas, além de sua saúde em geral (Silva e colaboradores, 1999; Mullinix e colaboradores, 2003).

Além disso, devido ao público feminino tratar de uma população excepcionalmente susceptível à alterações fisiológicas, outras preocupações devem ser consideradas ao traçar um planejamento dietético, como o baixo consumo energético, distúrbios de ingestão e armazenamento de nutrientes e patologias presentes como a amenorreia e a osteoporose ou mesmo a discutida síndrome da tríade da mulher atleta, fatores que podem comprometer seu bem estar e desfavorecer seu rendimento esportivo (Vilardi, Ribeiro e Soares, 2001).

Nesse sentido, faz-se necessário conhecer os hábitos alimentares, detectar as deficiências presentes e realizar os ajustes precisos às necessidades existentes, afim de melhorar a composição corporal e a performance do atleta.

Atentando para essa necessidade, o presente estudo objetivou avaliar a frequência do consumo alimentar de atletas universitárias de um time de futebol feminino em São Luís- MA.

## **MATERIAIS E MÉTODOS**

O presente estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em pesquisa da Universidade Federal do Maranhão/UFMA sob o número do parecer 3.716.752. Trata-se de um estudo descritivo, de corte transversal e de caráter quantiquantitativo. Todos os participantes da pesquisa assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e foram mantidos em anonimato em todas as etapas da pesquisa.

Foram avaliados 27 atletas universitários, do gênero feminino, com idade entre 19 e 33 anos, que integram um time de futebol de uma universidade federal do município de São Luís-MA.

Os participantes foram submetidos uma avaliação da composição corporal realizada com o auxílio de uma balança de bioimpedância de marca Tanita BC 601, e posteriormente foi realizada a aplicação do questionário de avaliação da frequência do consumo alimentar elaborado por Fisberg e colaboradores, (2008), para estimar o consumo alimentar habitual de adultos.

O questionário é dividido em três segmentos, composto pelos grupos alimentares, a frequência do consumo, que se subdivide em: dia, semana, mês e ano. E a terceira divisão composta pela medida e tamanho das porções consumidas, subdividida em: porções pequena, média, grande e extragrande. Sendo assim, foi considerado para análise o período referente ao consumo frequente “diário/semanal” e pouco frequente o consumo “mensal/

anual”. Da mesma forma, foram considerados como “não consumidos” os alimentos que não obtiveram destaque na análise dentre os períodos relatados.

Os dados obtidos foram tabulados no programa Microsoft Excel® 2019 e analisados por meio de estatística descritiva e foram expressos na forma de média e desvio padrão, valor absoluto e valor relativo.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

As 18 atletas avaliadas apresentaram média de idade de 24,3 ±4,8 anos, massa corporal de 52,2 ±7,0 quilogramas, estatura de 1,60 ±0,1 metros e índice de massa corporal de 21,4 ±2,8 kg/m<sup>2</sup>.

Quando analisada a frequência do consumo alimentar identificamos o consumo frequente de salgados fritos por 55,6% (n=10) da amostra de 50,0% (n=9) com relação ao consumo de pizzas, segundo o grupo das “sopas e massas”.

No que se refere ao consumo de “carnes e peixes”, a amostra referiu consumir frequentemente carne bovina 94,4% (n=17) e carne de frango 88,9% (n=16). Além disso, 55,5% (n=10) da amostra alegou consumir com frequência alimentos embutidos. Bem como o baixo consumo de peixes 55,5% (n=10), que poderia ser utilizado para auxiliar o processo de reparação, controle e prevenção de doenças, devido à sua concentração de nutrientes, vitaminas e proteínas, além do teor de nutrientes lipídicos, tais como a vitamina D e W-3.

Apesar do baixo consumo de peixes, a amostra manifestou consumo frequente de ovos 88,8% (n=16) e feijão 94,4% (n=17) dentre o grupo das “leguminosas e ovos”, que traz consigo pontos positivos, uma vez que a deficiência de ferro em atletas do sexo feminino induz a queda da concentração de hemoglobina, dessa forma afetando o transporte de oxigênio, além das concentrações de ferritina, causando sintomas que contribuem para a queda do rendimento, como a fadiga e a baixa tolerância ao esforço e desordens alimentares.

A respeito do consumo de “leites e derivados”, a amostra refere consumo frequente de leite (integral, desnatado, semidesnatado) 83,3% (n=15) e de queijos amarelos (muçarela, prato, parmesão e provolone) 72,2% (n=13). Além disso, 55,6% (n=10) da amostra referiu nunca consumir queijos brancos. Apesar do consumo expressivo de queijos amarelos, que pode não ser tão interessante devido as altas concentrações de gordura e sódio presente nesses tipos de queijo, o consumo de laticínios torna-se favorável uma vez que a baixa ingestão de laticínios combinadas ao esforço extenuante presente nos treinos e competições, podem contribuir para a baixa absorção de cálcio e ferro, propiciando sintomas de osteopenia e disfunção menstrual, fatores compõe a síndrome da mulher atleta, que comprometem não somente o desempenho, mas também a saúde da esportista.

No que se refere ao consumo do grupo do “arroz e tubérculos”, 100% (n=18) da amostra relatou consumir frequentemente arroz e 66,7% (n=12) das farinhas de mandioca,

aveia, cuscuz e tapioca, que pode ser explicado devido à influência dos aspectos culturais e habituais da região.

Quanto ao consumo de “verduras e legumes”, a amostra apresentou consumo frequente de alface e tomate 77,7% (n=14), cenoura 66,7% (n=12) e outros legumes como abobrinha, berinjela, chuchu e pepino por 55,5% (n=10).

Da mesma forma, o grupo das “frutas”, destacou o consumo frequente da banana 88,9% (n=16) e laranja, mexerica e abacaxi 83,3% (n=15), maçã e pêra 72,2% (n=13) e do melão e melancia 66,6 (n=12).

Com relação ao consumo de “molhos e temperos”, a amostra referiu utilizar com frequência óleos e azeites 66,7% (n=12). Além disso, 55,5% (n=10) da amostra relatou não consumir maionese, molho para salada, patê, chantilly e não utilizar condimentos e sal para temperar salada.

A respeito do consumo de “bebidas”, a amostra demonstrou preferência para o consumo de suco natural 61,1% (n=11). Além disso, 77,8% (n=14) relatou nunca consumir suco industrializado.

Com relação ao grupo dos “pães e biscoitos”, a amostra referiu consumir com frequência pães (forma, integral) e torradas 77,8% (n=14). Junto a isso, o consumo frequente de manteiga ou margarina passada no pão 83,3% (n=15). Além disso, 55,6% (n=10) da amostra relatou consumir com frequência biscoitos recheados (doces, salgados).

Segundo o consumo de “doces e sobremesas”, 72,2% (n=13) da amostra refere consumir frequentemente açúcar, presumivelmente em adição à bebidas como suco, café e chás. Ainda 55,5% (n=10) da amostra destacou o consumo frequente de bebidas achocolatadas, além de bombons, como chocolates e brigadeiros.

Grupos e Alimentos	Consumo diário/ Semanal		Consumo Mensal/Anual		Não consome	
	N	%	n	%	n	%
<b>Sopas e massas</b>						
Salgados Fritos	10	55,6%	6	33,3%	2	11,1%
Pizza e panqueca	9	50,0%	8	44,4%	1	5,6%
<b>Carnes e Peixes</b>						
Carne de boi	17	94,4%	1	5,6%	0	0,0%
Frango	16	88,9%	2	11,1%	0	0,0%
Peixe	8	44,4%	10	55,6%	0	0,0%
Embutidos	10	55,5%	5	27,8%	3	16,7%
<b>Leites e Derivados</b>						
Leite (integral, desnatado, semidesnatado)	15	83,3%	1	5,6%	2	11,1%
Queijo (muçarela, prato, parmesão, provolone)	13	72,2%	3	16,7%	2	11,1%
<b>Leguminosas e ovos</b>						
Ovo (cozido, frito)	16	88,8%	1	5,6%	1	5,6%
Feijão	17	94,4%	1	5,6%	0	0,0%
<b>Arroz e Tubérculos</b>						
Arroz (Branco, integral)	18	100%	0	0,0%	0	0,0%
Farinha de mandioca, farofa,	12	66,7%	4	22,2%	2	11,1%

cuscuz, aveia, tapioca						
<b>Verduras e Legumes</b>						
Alface	14	77,7%	1	5,6%	3	16,7%
Outros legumes (abobrinha, berinjela, chuchu, pepino)	10	55,5%	3	16,7%	5	27,8%
Tomate	14	77,7%	1	5,6%	3	16,7%
Cenoura	12	66,7%	4	22,2%	2	11,1%
<b>Molhos e Temperos</b>						
Óleo, azeite, vinagrete para tempero de salada	12	66,7%	1	5,6%	5	27,8%
Condimentos	6	33,3%	2	11,1%	10	55,6%
Maionese, molho para salada, patê, chantilly	6	33,3%	2	11,1%	10	55,6%
Sal para temperar salada	7	38,9%	1	5,6%	10	55,6%
<b>Frutas</b>						
Laranja, mexerica e abacaxi	15	83,3%	3	16,7%	0	0,0%
Banana	16	88,9%	2	11,1%	0	0,0%
Maçã, Pêra	13	72,2%	3	16,7%	2	11,1%
Melão, melancia	12	66,6%	5	27,8%	1	5,6%
<b>Bebidas</b>						
Suco natural	6	11,1%	4	22,2%	3	16,7%
Refrigerante	3	16,7%	1	5,6%	14	77,8%
<b>Pães e Biscoitos</b>						
Pães (forma, integral), torradas	14	77,8%	2	11,1%	2	11,1%
Biscoito recheado (doce, salgado)	10	55,6%	4	22,2%	4	22,2%
Manteiga e margarina	15	83,3%	1	5,6%	2	11,1%
<b>Doces e Sobremesas</b>						
Açúcar, mel e geleia	13	72,2%	0	0,0%	5	27,8%
Chocolate, bombom e brigadeiro	10	55,6%	6	33,3%	2	11,1%
Achocolatado e pó (adicionado ao leite)	10	55,6%	3	16,7%	5	27,8%

Tabela 1. Análise do consumo dos grupos e alimentos presentes no questionário de avaliação do consumo alimentar aplicado às atletas universitárias.

O futebol feminino vem alcançando grande avanço nas perspectivas científicas, o que exige por parte dos profissionais manter-se informados e atualizados a cerca do assunto. Contudo, são poucos os estudos que envolvem o futsal em comparação com as demais modalidades. Além disso, são raros os artigos que pesquisam e realizam avaliação nutricional e a avaliação do consumo alimentar desse público (Balzano e colaboradores, 2014).

Pesquisas que investigam o consumo alimentar de atletas, conferem grande contribuição, trazendo consigo subsídios essenciais para que se possa compreender e desse modo auxiliar na construção de técnicas, recomendações e estratégias nutricionais

para atletas do futebol feminino.

Particularmente quando buscamos investigar o consumo alimentar voltado para esse público encontramos dificuldades para encontrar resultados presentes na literatura, especialmente que utilizem como ferramenta de avaliação questionários de frequência alimentar.

Um estudo realizado por Boliani e colaboradores (2010) avaliou o perfil antropométrico e o consumo alimentar através do recordatório de 24 horas, de jogadoras profissionais de futebol feminino de campo em Botucatu-SP. O estudo apresentou inadequações presentes no consumo das jogadoras. Onde foi possível observar uma ingestão energética insuficiente para suprir o desgaste físico. Além disso, o estudo destacou consumo excessivo de lipídeos e a ingestão protéica superou os limites propostos, quando se leva em consideração o sexo, pois mulheres atletas não devem ultrapassar 1,4g/kg/dia, o que preconiza a Sociedade Brasileira de Medicina do Esporte.

Outro estudo realizado por Barbosa e colaboradores (2019) buscou avaliar os hábitos alimentares de uma equipe de atletas do sexo feminino, desta vez de futsal. O estudo também utilizou como ferramenta de avaliação o recordatório de 24 horas e por sua vez também destacou o baixo consumo energético. Além disso o estudo também salientou o consumo excessivo de lipídeos. Entretanto, destacou um baixo consumo de proteínas, segundo o recomendado para esta população.

Em linha, o estudo realizado por Batalha e colaboradores (2019) avaliou o estado nutricional e o perfil alimentar de uma equipe escolar de jogadoras de futsal do município de Caxias do Sul. Para o estudo dietético foi utilizado o Questionário de Frequência Alimentar e este verificou um alto consumo de carboidratos e verduras. Além disso, mais de 60% da amostra apresenta ingestão de quatro ou mais vezes por semana, respectivamente, de balas, verduras, pães e massas, as frituras são consumidas de uma a três vezes por semana. Observou-se também que alimentos à base de açúcares, produtos industrializados, embutidos e manteiga foram consumidos quatro ou mais vezes por semana, por mais de 30% das jogadoras.

As inadequações presentes nas dietas das atletas do presente estudo e dos estudos apresentados revelam hábitos alimentares provavelmente sem orientação técnico-profissional, de modo a detectar e corrigir as desconformidades presentes.

## CONCLUSÃO

Apesar dos resultados encontrados, onde a amostra revelou possuir hábitos proporcionalmente saudáveis do ponto de vista qualitativo, caracterizado pelo consumo frequente de alimentos como frutas, verduras e leguminosas, consumo satisfatório de alimentos fonte de proteína e carboidratos. A amostra também destacou consumo frequente de alimentos de alta densidade energética e baixo valor nutricional, como salgados fritos,

pizzas, doces. Além do baixo consumo de peixes. Dessa forma, faz-se necessária a intervenção e acompanhamento profissional, bem como uma equipe multidisciplinar que possa alinhar à qualidade da dieta aos treinos e competições, de modo a garantir bons resultados e desempenho das atletas.

## REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, A.B.S. **O futebol feminino brasileiro: desafios e perspectivas**. 2020. Disponível em: <https://universidadedofutebol.com.br/2020/08/22/o-futebol-feminino-brasileiro-desafios-e-perspectivas/>. Acesso em: 06 maio 2021.
- BALZANO, O.N.; LEITE, W.S.S.; SANTOS, R.R. **Determinação da eficiência coletiva ofensiva no futsal de alto rendimento**. Revista Brasileira de Futsal e Futebol. Vol. 6. Núm. 21. p. 162- 168. 2014.
- BARBOSA, A.K.S.; CALDAS, A.S.; SILVA, D.M.B.; ARAÚJO, M.L.; NAVARRO, A.C. **Avaliação de hábitos alimentares de uma equipe de futsal feminino**. Revista Brasileira de Nutrição Esportiva. São Paulo. v. 13. n. 79. p.283-288. Maio/Jun. 2019. ISSN 1981-9927.
- BATALHA, T. B.; GOTTARDO, F. M.; CONDE, S. R.; ALVES, M. K. **Estado nutricional e perfil alimentar de uma equipe escolar de Futsal feminino no município de Caxias do Sul-RS**. Revista Brasileira De Nutrição Esportiva, 13(79), 378-383, 2019.
- BOLIANI, E.; BRAGA, C.P.; BIANCHI, A.C.; GUERRERO, J.B.; AKIBA, M.; PEREIRA, T.A.; MAESTÁ. **N. Mudança na composição corporal e consumo alimentar no período pré-competição da equipe campeã paulista de futebol feminino de campo**. Revista Brasileira de Fisiologia do Exercício, [S.L.], v. 9, n. 3, p. 162, 10 set. 2010.
- FIFA. **Women's Soccer Survey 2014**. FIFA, ed.: FIFA, 2014.
- FISBERG, R.; COLUCCI, A.; MORIMOTO, J.; MARCHIONI, D. **Questionário de frequência alimentar para adultos com base em estudo populacional**. Rev. Saúde Pública, São Paulo, Vol. 42, Num. 3, p.550-554, 2008.
- MULLINIX, M. C.; JONNALAGADDA, A.S; ROSENBLOOM, C.A; THOMPSON, W.R; KICKLIGHTER, J.R. **Dietary intake of female U.S. soccer players**. *Nutrition Research*. Vol. 23. p. 585-593. 2003.
- SILVA, P. R.S.; ROMANO, A; ROXO, C.D.M.N; MACHADO, G.S; LOLLA, J.C.C.R; LÉPERA, C; PONTE, F.M; SILVA, A.A.; RIÇA, W.O; ROSA, A.F; COSTA, S.B; TAVARES, E.V; TEIXEIRA, A.A.A; VISCONTI, A.M; SEMAN, A.P; FIRMINO, M.T; COSTA, R.R; CORDEIRO, J.R. **Características fisiológicas, músculo-esqueléticas, antropométricas e oftalmológicas em jogadoras de futebol feminino consideradas de elite**. Rev Bras Med Esp. Vol. 5. 1999.
- Sociedade Brasileira de Medicina do Esporte. **Modificações dietéticas, reposição hídrica, suplementos alimentares e drogas: comprovação de ações ergogênicas e potenciais riscos para a saúde**. Revista Brasileira Medicina do Esporte. Vol. 15. Núm. 2. p. 3-12. 2009.
- VILARDI, T. C. C.; RIBEIRO, B. G.; SOARES, E. A. **Distúrbios nutricionais em atletas femininas e suas inter-relações**. Rev Nutr Campinas. Vol. 14. Num. 1. p.61-69. 2001.



## ÍNDICE REMISSIVO

### A

Adolescentes 88, 127, 129, 144, 145, 146, 147, 148, 149, 150, 151, 152, 153, 154, 160, 163, 166, 167, 210, 211, 212, 213, 214, 216, 217, 218, 219, 220, 221, 222, 223, 224, 226, 243

Aleitamento Materno 98, 104, 110, 114, 119, 120, 121

Alergia Alimentar 98, 99, 100, 105, 106

Algoritmo 74, 75, 80, 82, 83

Alimentação Saudável 43, 51, 54, 120, 144, 151, 155

Amamentação 102, 110, 111, 113, 117, 119, 122, 123, 125, 126, 127, 128, 129, 130, 138, 139, 180, 193, 196, 197

Antropometria 14, 193, 197

Autismo 55, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 70, 72

### C

Carência nutricional 63

Cirurgia Bariátrica 168, 169, 170, 171, 172, 173, 174, 175, 176, 177

Comportamento Alimentar 4, 22, 23, 55, 56, 58, 59, 60, 62, 63, 65, 66, 68, 69, 71, 131, 141, 145, 149, 156, 157, 158, 159, 161, 162, 163, 164, 165, 166, 167, 182, 183

Comportamento Materno 131

Consumo alimentar 1, 8, 13, 14, 15, 16, 23, 26, 27, 28, 29, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 49, 50, 111, 113, 114, 116, 121, 129, 133, 136, 138, 221, 223, 232, 233, 234, 237, 238, 239, 244

Consumo de alimentos 8, 13, 15, 18, 20, 22, 24, 27, 34, 36, 37, 43, 51, 52, 60, 116, 129, 159, 164, 182, 202, 208, 211, 214, 216, 218, 220, 226, 227, 230, 232, 233

Criança 56, 57, 58, 59, 60, 64, 65, 100, 104, 108, 109, 110, 111, 112, 114, 115, 116, 117, 118, 124, 125, 126, 127, 129, 136, 139, 140, 145, 154, 190, 192, 194, 195, 198, 204, 208, 223

Crianças 6, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 22, 23, 24, 25, 40, 51, 52, 53, 55, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 62, 63, 64, 65, 66, 67, 68, 69, 70, 71, 84, 88, 98, 99, 100, 101, 102, 103, 104, 105, 106, 108, 109, 110, 111, 112, 113, 114, 115, 116, 117, 118, 119, 120, 121, 122, 123, 124, 125, 126, 128, 129, 132, 133, 135, 136, 137, 138, 139, 140, 141, 145, 155, 189, 190, 192, 193, 194, 195, 196, 197, 198, 202, 204, 205, 206, 207, 208, 209, 210, 213, 218, 226, 228, 229, 230, 243

### D

Depressão 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 138, 160, 170, 174, 184

Dieta 1, 2, 3, 4, 5, 7, 8, 18, 19, 22, 33, 34, 36, 37, 38, 41, 42, 49, 56, 57, 58, 78, 88, 91,

93, 95, 96, 104, 122, 131, 133, 135, 136, 137, 138, 139, 140, 144, 145, 151, 152, 153, 160, 186, 202, 230, 233, 234, 236

Digital Influencers 75, 83

## **E**

Educação Nutricional 55, 56, 58, 60, 125, 225, 230

Engajamento 74, 75, 78, 80, 82, 83, 190, 198

Escola 16, 24, 70, 86, 96, 129, 144, 145, 146, 148, 149, 150, 152, 153, 154, 155, 189, 204, 205, 206, 207, 209, 213, 216, 217, 222, 223, 225, 226, 227, 231, 238, 241, 242

Escolares 13

Estado Nutricional 33, 38, 71, 108, 119, 120, 121, 188, 211, 217

## **F**

Fibras 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 68, 218, 227

Futebol 26, 27, 28, 31, 32, 33

## **I**

Idosos 6, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50

Imagem Corporal 156, 157, 159, 160, 162, 164, 165, 166, 167, 168, 169, 170, 171, 173, 174, 176, 177, 183

Impactos 61, 108, 109, 115, 117, 118, 144, 146, 148, 149, 152, 153, 156, 157, 160, 161, 170, 173, 174, 187

Infância 14, 15, 56, 57, 65, 104, 122, 124, 127, 135, 136, 145, 148, 155, 189, 190, 191, 192, 194, 195, 196, 197, 198, 204, 208, 223, 229, 230

Ingestão de Alimentos 131

Instagram 74, 75, 76, 78, 79, 80, 81, 82, 83, 84, 85

## **M**

Mídias Sociais 74, 75, 76, 77, 78, 79, 82, 160

Mulheres 6, 27, 28, 32, 34, 37, 46, 67, 77, 81, 88, 122, 127, 131, 132, 133, 135, 136, 137, 138, 139, 140, 141, 163, 165, 167, 170, 172, 174, 176

## **N**

Networking 75, 83, 84

Neurociências 63

Nutrição 2, 9, 1, 2, 3, 4, 13, 24, 26, 33, 37, 42, 49, 50, 54, 55, 56, 58, 61, 63, 67, 74, 76, 77, 78, 79, 80, 84, 86, 87, 88, 89, 93, 94, 95, 96, 105, 106, 110, 111, 113, 114, 117, 120, 121, 127, 130, 131, 138, 145, 152, 155, 156, 161, 162, 164, 166, 167, 168, 178, 180, 181, 183, 186, 187, 188, 190, 191, 195, 197, 220, 223, 226, 227, 230, 238, 239, 240, 242, 244, 245

Nutrição da Criança 131

Nutrição enteral 42, 86, 87, 89, 93, 94, 95, 96

Nutrição infantil 63

Nutrientes 1, 2, 3, 6, 24, 28, 29, 36, 38, 88, 108, 109, 110, 118, 139, 145, 150, 163, 179, 183, 190, 227, 228

## O

Obesidade 2, 4, 15, 49, 60, 68, 108, 117, 118, 124, 138, 145, 151, 161, 164, 167, 168, 169, 170, 171, 172, 173, 174, 175, 176, 177, 180, 187, 191, 199, 203, 214, 217, 219, 220, 221, 222, 223, 226, 227, 230

Obstipação 39, 40, 41, 44

## P

Padrões de dieta 1, 3, 135

Pobreza 122, 192, 195, 199

Propagar 156

## R

Recém-Nascido Prematuro 87, 88, 93, 96

## S

Saúde 2, 9, 1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 15, 16, 23, 24, 26, 27, 28, 29, 33, 34, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 47, 49, 50, 52, 53, 54, 55, 58, 60, 61, 62, 65, 68, 70, 71, 74, 75, 77, 78, 79, 84, 86, 88, 89, 94, 95, 96, 99, 100, 101, 107, 109, 110, 111, 113, 114, 117, 118, 119, 120, 121, 122, 123, 124, 125, 127, 128, 129, 130, 132, 133, 136, 144, 145, 146, 147, 148, 149, 150, 151, 152, 153, 154, 155, 156, 158, 160, 161, 162, 164, 166, 168, 170, 171, 174, 175, 176, 177, 178, 179, 180, 181, 182, 183, 185, 186, 187, 188, 189, 190, 192, 194, 195, 199, 201, 202, 204, 205, 206, 207, 208, 209, 210, 211, 212, 213, 214, 218, 219, 220, 221, 222, 223, 224, 225, 226, 227, 228, 229, 230, 238, 239, 240, 241, 242, 243, 244

Seletividade Alimentar 56, 58, 59, 60, 62, 66, 67, 70, 72

## T

Trabalhar 52, 53, 117, 144, 145, 146, 148, 152, 153, 154, 181, 184, 185, 227, 228

Transformação 76, 156

Transtorno do Espectro Autista 62, 63, 64, 65, 67, 71, 72

Transtornos da Alimentação 131

Transtornos mentais 1, 2, 9, 70, 180, 181, 182, 187

## U

Unidade de Terapia Intensiva Neonatal 87, 88, 89, 95, 96

## V





Vaidade 156

## Z

Zona Rural 13, 14, 15, 20, 22, 23, 50

# ALIMENTOS, NUTRIÇÃO E SAÚDE

# 2

-  [www.atenaeditora.com.br](http://www.atenaeditora.com.br)
-  [contato@atenaeditora.com.br](mailto:contato@atenaeditora.com.br)
-  [@atenaeditora](https://www.instagram.com/atenaeditora)
-  [www.facebook.com/atenaeditora.com.br](https://www.facebook.com/atenaeditora.com.br)

# ALIMENTOS, NUTRIÇÃO E SAÚDE

# 2

-  [www.atenaeditora.com.br](http://www.atenaeditora.com.br)
-  [contato@atenaeditora.com.br](mailto:contato@atenaeditora.com.br)
-  @atenaeditora
-  [www.facebook.com/atenaeditora.com.br](http://www.facebook.com/atenaeditora.com.br)