



Anne Karynne da Silva Barbosa  
(Organizadora)

---

# ALIMENTAÇÃO, NUTRIÇÃO E CULTURA

---

Atena  
Editora  
Ano 2021



Anne Karynne da Silva Barbosa  
(Organizadora)

---

# ALIMENTAÇÃO, NUTRIÇÃO E CULTURA

---

Atena  
Editora  
Ano 2021

**Editora chefe**

Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira

**Editora executiva**

Natalia Oliveira

**Assistente editorial**

Flávia Roberta Barão

**Bibliotecária**

Janaina Ramos

**Projeto gráfico**

Camila Alves de Cremo

Daphynny Pamplona

Luiza Alves Batista

Maria Alice Pinheiro

Natália Sandrini de Azevedo

**Imagens da capa**

iStock

**Edição de arte**

Luiza Alves Batista

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 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 Federacão 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

**Diagramação:** Daphynny Pamplona  
**Correção:** Gabriel Motomu Teshima  
**Indexação:** Amanda Kelly da Costa Veiga  
**Revisão:** Os autores  
**Organizadora:** Anne Karynne da Silva Barbosa

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

A411 Alimentação, nutrição e cultura / Organizadora Anne Karynne da Silva Barbosa. – Ponta Grossa - PR: Atena, 2021.

Formato: PDF

Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader

Modo de acesso: World Wide Web

Inclui bibliografia

ISBN 978-65-5983-611-6

DOI: <https://doi.org/10.22533/at.ed.116211811>

1. Alimentação. 2. Nutrição. I. Barbosa, Anne Karynne da Silva (Organizadora). II. Título.

CDD 613.2

**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](mailto: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

O livro coleção “Alimentação, Nutrição e Cultura” possui como objetivo principal reunir pesquisas resultantes de trabalhos em todas as áreas que compõem a Alimentação e Nutrição. Esse volume abordará em caráter multidisciplinar artigos, pesquisas, relatos de experiência e/ou revisões da literatura, inclusive revisões sistemáticas que trilharam nas diversas facetas da Nutrição e da alimentação em geral.

O objetivo principal desse volume, foi apresentar de forma clara pesquisas relevantes desenvolvidas em diversas instituições de ensino e pesquisa de graduação e pós-graduação do Brasil. Em todos esses artigos devidamente selecionados a partir de revisão, a linha de base foi o aspecto relacionado com as diversas áreas da alimentação e nutrição, sendo a nutrição funcional, alimentação infantil, alimentação juvenil, saúde básica, fabricação de alimentos enriquecidos, manejo clínico e hospitalar e áreas correlacionadas com alimentos e nutrição em geral.

Temas relevantes da área de nutrição e alimentação são, deste modo, discutidos aqui nesta obra com o papel de contribuir para o aumento da prática de alimentação e nutrição de discentes, troca de experiências entre os docentes de várias instituições, as quais são artigos relevantes nos capítulos dispostos nesse volume.

É sabida a importância da divulgação da literatura científica, por isso torna-se claro a escolha da Atena Editora, visto que é uma editora com uma plataforma didática e relevante para todos os pesquisadores que queiram divulgar os resultados de seus estudos.

Boa leitura!

Anne Karynne da Silva Barbosa




## SUMÁRIO

### **CAPÍTULO 1..... 1**

#### **ALIMENTOS IMUNOMODELADORES NO TRATAMENTO DE NEOPLASIAS**


Luan José Figueiredo Batista  
Adiene Silva Araújo  
Dayane Lemos Lopes  
Jacqueline Maria Oliveira do Ó  
Josué Araújo Dantas  
Paulo Fernandes Moura da Silva Júnior  
Sabrina Bezerra da Silva

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.1162118111>

### **CAPÍTULO 2..... 6**

#### **OBESIDADE INFANTIL: INTERVENÇÃO DO ENFERMEIRO ESPECIALISTA EM ENFERMAGEM DE SAÚDE INFANTIL E PEDIÁTRICA**


Maria Antónia Fernandes Caeiro Chora  
Cristina Arosa

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.1162118112>

### **CAPÍTULO 3..... 17**

#### **CARACTERIZAÇÃO FÍSICO QUÍMICA E SENSORIAL DE BOLO ISENTO DE GLUTÉN ELABORADO COM LEGUMINOSA GERMINADA**


Clícia Maria de Jesus Benevides  
Mariângela Vieira Lopes  
Ádila de Jesus Silva Santos  
Luciene Silva dos Santos  
Bruna Almeida Trindade  
Sarita Brito e Silva

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.1162118113>

### **CAPÍTULO 4..... 29**

#### **A INTRODUÇÃO DE ALIMENTOS FUNCIONAIS NA DIETA DE ALUNOS NÃO VOCACIONADOS PARA A PRÁTICA DA DIETÉTICA E NUTRIÇÃO**


Filomena Sousa Calixto

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.1162118114>

### **CAPÍTULO 5..... 44**

#### **ASSOCIAÇÃO ENTRE O CONSUMO DE ADOÇANTES DIETÉTICOS, COMPORTAMENTO ALIMENTAR E PESO CORPORAL DE ADULTOS**

Maria Beatriz dos Santos André  
Pérola de Andrade Leão  
Maria Angélica Martins Lourenço Rezende


 <https://doi.org/10.22533/at.ed.1162118115>

### **CAPÍTULO 6..... 57**

Bianca Lopes Batista

Valmor Ziegler

DESENVOLVIMENTO DE BISCOITO TIPO COOKIE FORMULADO COM FARINHA DE BROTO DE FEIJÃO MUNGO (*VIGNA RADIATA L.*)

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.1162118116>

**CAPÍTULO 7..... 69**

EFEITO DA ALIMENTAÇÃO NO DESEMPENHO DO ENEM (EXAME NACIONAL DO ENSINO MÉDIO): UM ESTUDO DE CASO

Luan José Figueiredo Batista

Adiene Silva Araújo

Beatriz Araújo Medeiros

Jacqueline Maria Oliveira do Ó


Josué Araújo Dantas

Maria Clara Dantas Araújo

Mariana Genuino Alves

Paulo Fernandes Moura da Silva Júnior

Sabrina Bezerra da Silva


 <https://doi.org/10.22533/at.ed.1162118117>

**CAPÍTULO 8..... 72**

FATORES DE RISCO NUTRICIONAIS PARA O DESENVOLVIMENTO DE LESÕES HPV INDUZIDAS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA DE LITERATURA

Ana Claudia Lunelli Moro


Daniela Kist Busnardo

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.1162118118>

**CAPÍTULO 9..... 81**

GRAU DE CONHECIMENTO DOS ALUNOS DA CARREIRA DE OBSTETRÍCIA DA FACULDADE DE CIÊNCIAS MÉDICAS DA UNIVERSIDADE CENTRAL DO EQUADOR SOBRE OS BENEFÍCIOS E DANOS DAS PLANTAS MEDICINAIS NATIVOS DO EQUADOR TRADICIONALMENTE UTILIZADOS NA GRAVIDEZ E PUERPÉRIO E AMENTAÇÃO EM MARÇO 2019

Tatiana de Lourdes González Sampedro

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.1162118119>

**CAPÍTULO 10..... 85**

MÉTODO BABY-LED WEANING: UMA ANÁLISE SOBRE A APLICAÇÃO DO MÉTODO BLW COMO TÉCNICA DE INTRODUÇÃO ALIMENTAR SAUDÁVEL INFANTIL

Gleyka Raissa Arruda de Medeiros

Francisca Marta Nascimento de Oliveira Freitas

Rebeca Sakamoto Figueiredo

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.11621181110>

**CAPÍTULO 11 ..... 97**

NÍVEL DE ADESÃO ÀS BOAS PRÁTICAS NA MANIPULAÇÃO DE CARNES NAS FEIRAS

## LIVRES


Bruna Eduarda Gomes dos Santos  
Geralda Aldina Dias Rodrigues  
Paulo Henrique Marinho dos Santos

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.11621181111>

## **CAPÍTULO 12..... 109**

### DESENVOLVIMENTO DE CONSERVA E CAPONATA A BASE DE PSEUDOCAULE DE BANANEIRA


Débora Machado dos Santos  
Valmor Ziegler

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.11621181112>

## **CAPÍTULO 13..... 121**

### NUTRIÇÃO VOLTADA A DIETA EQUILIBRADA PARA GESTANTES


Adrya Priscilla da Cruz Silva  
Catarina Maria de Oliveira Brito  
Iara Guimarães dos Santos Cunha  
Francisca Marta Nascimento de Oliveira Freitas

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.11621181113>

## **CAPÍTULO 14..... 132**

### O USO DA COENZIMA Q10 NA INSUFICIÊNCIA CARDÍACA


Júlia Gabrielle Ferreira de Melo  
Letícia Cavalcante de Santana  
Monique Maria Lucena Suruagy do Amaral Aguiar

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.11621181114>

## **CAPÍTULO 15..... 144**

### SAÚDE HUMANA E NUTRIÇÃO: O PERIGO DE ADERIR ÀS “DIETAS DE REVISTA”


George Lacerda de Souza  
Ana Beatriz Souza Prieto

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.11621181115>

## **CAPÍTULO 16..... 153**

### TÍTULO: TRIAGEM NUTRICIONAL NO PRÉ-OPERATÓRIO DO PACIENTE ONCOLÓGICO

Marília Procópio de Carvalho  
Ida Cristina Mannarino  
Célia Lopes da Costa


 <https://doi.org/10.22533/at.ed.11621181116>

## **CAPÍTULO 17..... 162**

### PROGRAMA NACIONAL DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (PNAE): ANÁLISE DA QUALIDADE DOS CARDÁPIOS

Genyvana Criscya Garcia Carvalho  
Oduvaldo Vendrametto


Ivonalda Brito de Almeida Morais

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.11621181117>

**CAPÍTULO 18..... 172**

**PRINCIPAIS FATORES DE DESMAME EM ADOLESCENTES: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**


Margarete Ferreira da Silva Novais  
Tatiane Pina Santos Linhares  
Arilsângela de Jesus Conceição  
Larissa Oliveira Guimarães  
Tacila Nogueira Azevedo Rocha  
Ceciliana Negreiros Fernandes de Azevedo  
Ana Paula Regis Sena Gomes

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.11621181118>

**CAPÍTULO 19..... 184**

**PROGRAMAS DE DISTRIBUIÇÃO DE ALIMENTOS EM PORTUGAL: MODELO ATUAL E PERSPECTIVAS FUTURAS**


Karolina Silva Brandão  
Ana Tavares  
Beatriz Henriques  
Julie Pais

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.11621181119>

**CAPÍTULO 20..... 197**

**QUALIDADE MICROBIOLÓGICA E FATORES DE CULTURA DA ALFACE (*LACTUCA SATIVA L.*) COMERCIALIZADA NA CIDADE DE ARAGUAÍNA, TO**

Maria Natália Soares Maranhão  
Claudia Scareli dos Santos  
Tatiane Marinho Vieira Tavares

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.11621181120>

**SOBRE A ORGANIZADORA..... 209**

**ÍNDICE REMISSIVO..... 210**

## SAÚDE HUMANA E NUTRIÇÃO: O PERIGO DE ADERIR ÀS “DIETAS DE REVISTA”

Data de aceite: 01/11/2021

Data de submissão: 16/08/2021.

### George Lacerda de Souza

Universidade Estadual do Ceará (UECE)  
Fortaleza - Ceará  
<http://lattes.cnpq.br/0547354413329743>.

### Ana Beatriz Souza Prieto

Universidade de Fortaleza (UNIFOR)  
Fortaleza - Ceará  
<http://lattes.cnpq.br/3544046991322509>

**RESUMO:** As revistas não científicas de apelo estético, destinadas ao público feminino, apresentam reportagens e matérias acerca de dietas e outros assuntos referentes à alimentação e nutrição, e, também, divulgam as chamadas “dietas da moda”. Estas dietas prometem, constantemente, um rápido emagrecimento sem sacrifícios, induzindo as leitoras a ilusões e, assim, podendo apresentar um sério risco à saúde das adeptas. O objetivo do atual estudo é descrever os perigos de aderir à prática de dietas inusitadas, através da análise de algumas características envolvidas na publicação de dietas divulgadas em revistas não científicas de apelo estético (disponibilizadas e/ou comercializadas em bancas de revistas e/ou na internet), veiculadas em artigos, trabalhos acadêmicos e livros relevantes sobre o assunto. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, na qual a busca foi realizada nas seguintes bases de dados eletrônicas: *Scientific Electronic*

*Library Online* (SciELO); Google Acadêmico (*Scholar Google*); e Literatura Latino-Americana em Ciências da Saúde (LILACS). Foram eleitos, como critério de inclusão, artigos relacionados ao tema e publicados, em língua portuguesa, entre os anos de 2000 e 2015. Observa-se que estas dietas podem promover práticas alimentares monótonas, não saudáveis, insustentáveis, e pouco variáveis e, também, gerar desequilíbrios alimentares extremos, trazendo, assim, prejuízos à saúde. Espera-se que este estudo contribua para uma reflexão sobre os perigos da aderência a estas dietas inusitadas, esclarecendo as leitoras e a população em geral, sobre a importância de um planejamento alimentar saudável, individualizado, balanceado e adequado, o que somente é possível sob a orientação profissional de um(a) Nutricionista.

**PALAVRAS-CHAVE:** Saúde. Mídia. Dietas. Revistas não científicas.

### HUMAN HEALTH AND NUTRITION: THE DANGER OF JOINING THE “MAGAZINE DIETS”

**ABSTRACT:** Non-scientific magazines with aesthetic appeal, aimed at the female audience, present reports and articles about diets and other subjects related to food and nutrition, and also publicize the so-called “fad diets”. These diets constantly promise a quick weight loss without sacrifices, inducing the readers to illusions and, therefore, presenting a serious risk to the health of the followers. The objective of the current study is to describe the dangers of adhering to the practice of unusual diets, through the analysis of some characteristics involved in the publication of

diets published in non-scientific magazines of aesthetic appeal (available and/or marketed on newsstands and/or in the internet), published in articles, academic papers and relevant books on the subject. This is an integrative literature review, in which the search was performed in the following electronic databases: Scientific Electronic Library Online (SciELO); Google Scholar (Scholar Google); and Latin American Literature in Health Sciences (LILACS). Articles related to the topic were chosen as inclusion criteria and were published in Portuguese between 2000 and 2015. It is observed that these diets can promote monotonous, unhealthy, unsustainable, and little variable eating practices, and also, generate extreme food imbalances, thus causing damage to health. It is hoped that this study will contribute to a reflection on the dangers of adhering to these unusual diets, clarifying readers and the general population about the importance of healthy, individualized, balanced and adequate food planning, which is only possible under the professional guidance of a Nutritionist.

**KEYWORDS:** Health. Media. Diets. Non-scientific journals.

## 1 | INTRODUÇÃO

Atual e constantemente, a mídia (escrita, falada e eletrônica) apresenta reportagens, artigos e matérias acerca de dietas e outros assuntos referentes à alimentação e nutrição, e, também, divulgam as chamadas “dietas da moda” (SOUZA, 2005).

As revistas não científicas de apelo estético, impressas (conhecidas como “revista de banca”) e virtuais, são um tipo de mídia que ajudam a (re)produzir os padrões estéticos corporais e, conseqüentemente, as práticas alimentares que os acompanham, construindo, reconstruindo e/ou desconstruindo hábitos e modelos alimentares (FREIRE, 2011).

Desde o século XIX, as revistas destinadas ao público feminino publicam dietas inusitadas (PEREIRA, 2013) com promessas de um rápido emagrecimento e sem sacrifícios, induzindo, assim, as leitoras a ilusões (FARIAS; FORTES; FAZZIO, 2014), já que a grande maioria delas é abandonada após algumas semanas (LÜDORF, 2009; LYSEN; ISRAEL, 2012).

Sabe-se que nem todas as dietas restritivas são capazes de melhorar a saúde e que, inclusive, um dos erros dessas “dietas de revistas” é justamente representar, em longo prazo, um sério risco à saúde dos adeptos (DI GIULIO, 2005), devido à deficiência de nutrientes.

O objetivo do atual estudo é descrever os perigos de aderir à prática de dietas inusitadas, através da análise de algumas características envolvidas na publicação de dietas divulgadas em revistas não científicas de apelo estético (disponibilizadas e/ou comercializadas em bancas de revistas e/ou na internet), veiculadas em artigos, trabalhos acadêmicos e livros relevantes sobre o assunto.

Considerando o grande número de publicações de “dietas da moda”, em revistas não-científicas destinadas ao público feminino, e a escassez de pesquisas que analisam suas características gerais, dentro do contexto da alerta sobre os perigos relacionados a estas dietas, surge a necessidade de estudos que tratam sobre essa temática.

Sendo assim, essa pesquisa se faz relevante por ampliar o conhecimento de profissionais da área de Nutrição e alertar a população em geral sobre o perigo à saúde em aderir a tais planos alimentares.

## 2 | METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, a fim de identificar estudos que relatam os perigos e outras informações referentes a características de dietas disponíveis em revistas não científicas.

A busca foi realizada nas seguintes bases de dados eletrônicas: *Scientific Electronic Library Online* (SciELO); Google Acadêmico (*Scholar Google*); e Literatura Latino-Americana em Ciências da Saúde (LILACS). Foram utilizados os seguintes descritores: dieta; revista; revista não científica; análise de dietas; dieta de revista; e revistas femininas.

Foram eleitos, como critério de inclusão, artigos relacionados ao tema e publicados, em língua portuguesa, entre os anos de 2000 e 2015.

Inicialmente, foram lidos os artigos e selecionados trechos e análises importantes. Algumas referências desses artigos também foram pesquisadas, lidas na íntegra e analisadas, e, quando pertinentes, foram incluídas na pesquisa (como, por exemplo, monografias, teses e dissertações). Alguns livros que abordam essa temática também foram incluídos.

## 3 | RESULTADOS E DISCUSSÃO

A busca, de alguns indivíduos, pelo padrão de beleza associado a um corpo magro (CUNHA; SICCHIERI; CALIL, 2012), dito como ideal, faz com que o “mercado do corpo” ofereça inúmeros produtos e serviços, tais como o amplo leque de opções de dietas inusitadas (PALMA, 2001).

É notável a publicação e disseminação constante, pela mídia (jornais, rádio, televisão e/ou revistas), de reportagens e matérias acerca de dietas (principalmente as chamadas “dietas da moda”) (FREIRE, 2011; SOUZA, 2005; TOLONI *et al.*, 2011). Na internet, por exemplo, são vários os programas de dietas comerciais populares de perda de peso (LYSEN; ISRAEL, 2012).

Atualmente, há muitas revistas impressas no mercado (vendidas, de forma corriqueira, em “bancas de revistas”), de todos os tipos e preços, principalmente aquelas destinadas ao público feminino, que veiculam dietas e discursos sobre os cuidados corporais (SOUZA, 2005), expondo um ideal feminino de beleza através de fotos de mulheres extremamente magras (DAMASCENO *et al.*, 2006).

Como existe público que compra tais revistas (até pelo valor bastante acessível), estas se multiplicam, tentando atender aos interesses das leitoras (como, por exemplo, promessas de um rápido emagrecimento e sem sacrifícios) e atrair novas, sempre trazendo e formando opiniões, padrões de consumo e condutas (FARIAS; FORTES; FAZZIO, 2014;

SOUZA, 2005).

Dessa maneira, as revistas (e a mídia) sempre lançam e ditam uma dieta, na qual a sua prática é vendida como a solução ou caminho para alcançar o modelo corporal magro, propagando mensagens de saúde, mas que, na realidade, pode ter efeito contrário, adquirindo efeito nocivo (FOXCROFT, 2013; SOUTO; FERRO-BUCHER, 2006).

Sem dúvidas, neste contexto, o campo da nutrição (e a indústria das dietas e do emagrecimento) é bastante promissor e lucrativo, mesmo que ignore os danos à saúde, ou seja, em detrimento desta (SOUTO, 2002; TOLONI *et al.*, 2011), já que muitas dessas revistas promovem práticas alimentares inseguras e não sustentáveis na busca de um corpo ideal (FOXCROFT, 2013). Somado a isso, ainda existe o fato de que algumas pessoas universalizam as informações, ignorando as condições e necessidades individuais (KATZ, 2010).

No século XVIII, a discussão sobre dietas partia não apenas de médicos, mas também de políticos, filósofos e até costureiros. Sendo assim, pode-se constatar que os chamados “gurus das dietas” não apareceram recentemente (FOXCROFT, 2013).

Dessa forma, considera-se que, desde que a mídia (revistas não científicas) começou a enfatizar o discurso da estética, a prática de dietas inusitadas surgiu (LÜDORF, 2009) e, já na década de 80, havia o desenvolvimento da indústria dos suplementos nutricionais e a publicação de revistas especializadas sobre a estética, saúde e regimes alimentares (BOSSLE, 2009).

As revistas conquistam seu público, (re)lançando, a cada edição, dietas novas, “como se a do mês passado publicada não valesse de mais nada” (SOUZA, 2005, p. 92), ou seja, as publicações sobre práticas alimentares fazem parte de uma lógica mercadológica (SERRA, 2001). Algumas dietas populares (algumas racionais e outras irracionais) são, na verdade, reformulações de antigas, como se fossem uma nova versão. Novas ou antigas, estas dietas podem gerar desequilíbrios alimentares extremos, trazendo, assim, prejuízos à saúde (GAGNÉ, 2011).

Conforme Di Giulio (2005), nem todas as dietas restritivas são capazes de melhorar a saúde, e representam, em longo prazo, um sério risco aos adeptos devido à deficiência de alguns nutrientes. Inclusive, segundo Lysen e Israel (2012), na década de 1970, dietas populares de muito baixas calorias foram responsáveis por várias mortes.

Nota-se que a história das dietas conta com uma mistura de conselhos, desesperos, psicologia, ciência, insanidade, inovação (FOXCROFT, 2013), promessas e ilusões (FARIAS; FORTES; FAZZIO, 2014). As dietas-sensação existem há anos (GAGNÉ, 2011), e, ao longo desse tempo, meios desesperados, abomináveis e extraordinários de emagrecimento foram características da indústria das dietas (FOXCROFT, 2013), nas quais muitas (dietas) são difíceis de seguir, enfadonhas e pouco variadas, fazendo parte de um “jogo tolo, fadado ao fracasso” (MOSLEY; SPENCER, 2013, p. 16).

Baseado na premissa de que “todo mundo faz dieta de vez em quando” (FOXCROFT,



2013, p. 18), na era das dietas fabricadas (GAGNÉ, 2011), é que a indústria das dietas cresceu bastante (mesmo com práticas alimentares monótonas e não saudáveis), apesar de saber que boa parte desta é fraudulenta e as dietas divulgadas são pouco mais que inúteis (FOXCROFT, 2013), já que a grande maioria dessas práticas (enfadonhas e pouco variadas, como já citado anteriormente (MOSLEY; SPENCER, 2013) é abandonada após algumas semanas (LYSEN; ISRAEL, 2012) ou dias.

Como as dietas são associadas ao aspecto estético (padrão de beleza corporal perfeito, bem-sucedido e atualmente imposto), estas, por sua vez, se relacionam, também, com diversas qualidades positivas, tais como: sucesso; aceitação, *status* e interação social; atração de parceiros; valorização de si; e felicidade (BERGER, 2010; PEREIRA, 2013; SERRA; SANTOS, 2003; SOUTO; FERRO-BUCHER, 2006). Portanto, o abandono destas dietas pode desencadear, nas adeptas, o surgimento de sentimentos de fracasso, culpa, desamparo (LYSEN; ISRAEL, 2012), incapacidade e frustração (SOUTO; FERRO-BUCHER, 2006) e até desenvolver distúrbios ou transtornos alimentares (CUNHA; SICCHIERI; CALIL, 2012).

O discurso científico respalda os interesses comerciais das editoras/revistas (matérias e dietas divulgadas) (GOMES; MONETA, 2004; PEREIRA, 2013). Este discurso de especialistas (médicos, psicólogos, nutricionistas, esteticistas, professores de educação física, entre outros) é usado como se fosse um crédito ou carimbo de que “isto funciona” (FOXCROFT, 2013), capaz de produzir certezas e verdades (SERRA; SANTOS, 2003), mesmo sendo um “ilusório caráter de verdade absoluta” (TEO, 2010, p. 339).

Deste modo, as leitoras tendem a assumir e a repetir determinado comportamento dito legítimo e verdadeiro pelo discurso científico (TEO, 2010), mesmo que pronunciado por leigos no assunto (ZUCON, 2006). Inclusive, Gagné (2011, p. 103) cita a existência dos consultores da saúde (pessoas certificadas ou não com diplomas e experiências na área de alimentos) que podem oferecer desde sugestões simples e práticas até “conselhos ultrajantes e completamente absurdos”. Estas “dietas de revistas”, como citado anteriormente, podem representar, em longo prazo, um sério risco à saúde dos adeptos (DI GIULIO, 2005), devido à deficiência de determinados nutrientes.

De acordo com diversos estudos que realizaram uma avaliação nutricional detalhada de dietas da moda, publicadas pelos meios de comunicação não científicos (SANTANA; MAYER; CAMARGO, 2003; AMANCIO; CHAUD, 2004; SOUZA *et al.*, 2006; SANTOS, 2007; YUNSHENG *et al.*, 2007; PERINAZZO; ALMEIDA, 2008; ALMEIDA *et al.*, 2009; PACHECO; OLIVEIRA; STRACIERI, 2009; LIMA *et al.*, 2010; BETONI; ZANARDO; CENI, 2010; ARAÚJO; FORTES; FAZZIO, 2013; SILVA; KIRSTEN, 2014; WILLHELM; OLIVEIRA; COUTINHO, 2014), é bastante comum a apresentação de inadequações de macro e micronutrientes nestes planos alimentares. Nesse contexto, observa-se, de acordo com Amancio e Chaud (2004), que deveria ser proibida a divulgação de dietas que apresentassem uma composição química inadequada.

Ao analisar discursos sobre dieta e alimentação em determinada revista impressa, na qual as receitas para emagrecer são tidas como verdadeiros milagres concebidos pela ciência e de efeito divulgado e comprovado em personalidades famosas, Serra e Santos (2003, p. 699) concluem que muitos destes “não traduzem nem expressam uma lógica ou procedimento teórico-metodológico admitido como válido no campo da nutrição, e muito menos promovem uma mudança qualitativa no comportamento alimentar.”.

Em resumo, como exposto no título do artigo de Di Giulio (2005), a combinação de dietas e revistas não-especializadas é bastante perigosa.

À vista disso, sem dúvidas, é necessário criar estratégias de esclarecimento sobre a importância de um plano alimentar individualizado, correto e adequado (WILLHELM; OLIVEIRA; COUTINHO, 2014), o que somente é possível sob a orientação profissional de um(a) Nutricionista (FARIAS; FORTES; FAZZIO, 2014).

## 4 | CONCLUSÃO

Sabendo que as dietas divulgadas por revistas não científicas não são planejadas individualmente e não consideram o equilíbrio, a adequação dos nutrientes e os hábitos alimentares das leitoras, é provável que um número considerável de dietas, principalmente as mais restritivas, apresentem valores inadequados em relação ao valor calórico, carboidratos, fibras alimentares, lipídios, proteínas, vitaminas e minerais. Provavelmente, os planos alimentares, também, não são prescritos por nutricionistas.

Dessa forma, espera-se que este estudo contribua para uma reflexão sobre os perigos da aderência a estas dietas inusitadas, além de ampliar o conhecimento científico de profissionais Nutricionistas e demonstrar a importância de uma educação nutricional, destinada ao esclarecimento de leitoras e da população em geral, sobre estratégias envolvidas em uma alimentação saudável, individualizada, balanceada e adequada.

## REFERÊNCIAS

ALMEIDA, J. C.; RODRIGUES, T. C.; SILVA, F. M.; AZEVEDO, M. J. Revisão sistemática de dietas de emagrecimento: papel dos componentes dietéticos. **Arq Bras Endocrinol Metab**, São Paulo, v. 53, n. 5, p. 673-687, jul. 2009.

AMANCIO, O. M. S.; CHAUD, D. M. A. Weight loss diets advertised in non-scientific publications. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 20, n. 5, p. 1219-1222, out. 2004.

ARAÚJO, L. M. P.; FORTES, R. C.; FAZZIO, D. M. G. Análise do uso de dietas da moda por indivíduos com excesso de peso. **J Health Sci Inst.**, v. 31, n. 4, p.388-391, 2013.

BERGER, M. “Felicidade é entrar num vestido P”: o culto ao corpo na sociedade urbana contemporânea. **Cadernos de campo**, São Paulo, n. 19, p. 1-384, 2010.

BETONI, F.; ZANARDO, V. P. S.; CENI, G. C. Avaliação de utilização de dietas da moda por pacientes de um ambulatório de especialidades em nutrição e suas implicações no metabolismo. **ConScientiae Saúde**, v.9, n.3, p. 430-440, 2010.

BOSSLE, C. B. **“Personal Trainer & Cia”: noções de marketing na literatura sobre treinamento personalizado**. 2009. 92 f. Dissertação (Mestrado Acadêmico em Educação Física) - Escola de Educação Física, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, UFRGS, Porto Alegre, 2009.

CUNHA, S. F. C.; SICCHIERI, J. M. F.; CALIL, L. C. Transtornos Alimentares. In: VANNUCCHI, H.; MARCHINI, J. S. **Nutrição Clínica**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2012. cap. 14.

DAMASCENO, V. O.; VIANNA, V. R. A.; VIANNA, J. M.; LACIO, M.; LIMA, J. R. P.; NOVAES, J. S. Imagem corporal e corpo ideal. **R. bras. Ci e Mov.**, v. 14, n. 1, p. 87-96, 2006.

DI GIULIO, G. Dietas e revistas não-especializadas: uma combinação perigosa. **Cienc. Cult.**, São Paulo, v. 57, n. 1, p. 17-17, mar. 2005.

FARIAS, S. J. S. S.; FORTES, R. C.; FAZZIO, D. M. G. Análise da composição nutricional de dietas da moda divulgadas por revistas não científicas. **Nutrire.**, v. 39, n. 2, p. 196-202, ago. 2014.

FOXCROFT, L. **A tirania das dietas: dois mil anos de luta contra o peso**. São Paulo: Três Estrelas, 2013. 279 p.

FREIRE, C. **Alimentação na mídia impressa: Uma análise de conteúdo da revista Boa Forma**. 2011. 43 f. Monografia (Especialização em Saúde Pública) - Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Faculdade de Medicina, Departamento de Medicina Social. Porto Alegre, 2011. Disponível em: <<https://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/34061/000789953.pdf?sequence=1>>. Acesso em: 20 fev. 2015.

GAGNÉ, S. **A Energética dos Alimentos: a força espiritual, emocional e nutricional do que comemos**. São Paulo: Lafonte Ltda, 2011.

GOMES, I. M. A. M.; MONETA, M. A. V. Boa Forma, Corpo a Corpo, e Plástica & Beleza: opressão contra a mulher e fetichismo da mercadoria no capitalismo contemporâneo. **Estudos de Sociologia**, Rcv. do Progr. de Pós-Graduação em Sociologia da UFPE, v. 12, n. 2, p. 45-67, 2004.

KATZ, H. O papel do corpo na transformação da política em biopolítica. **Trama Interdisciplinar**, v. 2, n. 1, p. 17-27, 2010.

LIMA, K. V. G.; BION, F. M.; LIMA, C. R.; NASCIMENTO, E.; ALBUQUERQUE, C. G.; CHAGAS, M. H. C. Valor Nutricional de Dietas Veiculadas em Revistas não Científicas. **RBPS**, Fortaleza, v. 23, n.4, p. 349-357, out./dez., 2010.

LÜDORF, S.M.A. The body and training for physical education teachers. **Interface - Comunic., Saúde, Educ.**, Botucatu, v. 13, n. 28, p. 99-110, jan./mar. 2009.

LYSEN, L. K. ISRAEL, D. A. Nutrição no Controle de Peso. In: MAHAN, L. K.; ESCOTT-STUMP, S. E.; RAYMOND, J. L. **Krause: Alimentos, Nutrição e Dietoterapia**. Rio de Janeiro: Elsevier, 2012.1227p. cap. 22. p.462-488.

MOSLEY, M.; SPENCER, M. **A Dieta dos 2 dias**. Rio de Janeiro: Sextante, 2013.

PACHECO, C. Q.; OLIVEIRA, M. A. M.; STRACIERI, A. P. M. Análise Nutricional de Dietas Publicadas em Revistas Não Científicas Destinadas ao Público Feminino. **Nutrir Gerais**, Revista Digital de Nutrição, Ipatinga, v. 3, n. 4, p. 346-361, fev./jul. 2009.

PALMA, A. Educação Física, Corpo e Saúde: uma reflexão sobre outros “modos de olhar”. **Rev. Bras. Cienc. Esporte**, v. 22, n. 2, p. 23-39, jan. 2001.

PEREIRA, T. A. O Corpo Gordo na Revista Veja: uma análise discursiva. **Signum: Estud. Ling.**, Londrina, n. 16/1, p. 99-119, jun. 2013.

PERINAZZO, C.; ALMEIDA, J. C. Composição nutricional e biodisponibilidade de ferro de dietas para emagrecimento divulgadas em revistas não científicas. **Rev HCPA**, v. 30, n. 3, p. 233-240, 2008.

SANTANA, H. M. M.; MAYER, M. D. B.; CAMARGO, K. G. Avaliação da adequação nutricional das dietas para emagrecimento veiculadas pela internet. **ConScientiae Saúde**, São Paulo, n. 2, p. 99-104, 2003.

SANTOS, L. A. S. Os programas de emagrecimento na internet: um estudo exploratório. *Rev Saúde Coletiva*. **Physis: Rev Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 17, n. 2, p. 353-372, 2007.

SERRA, G. M. A.; SANTOS, E. M. Saúde e mídia na construção da obesidade e do corpo perfeito. **Ciênc. saúde coletiva**, São Paulo, v. 8, n. 3, p. 691-701, 2003.

SERRA, G. M. A. **Saúde e nutrição na adolescência: o discurso sobre dietas na Revista Capricho**. 2001. 136 f. Dissertação (Mestrado Acadêmico em Saúde Pública) - Fundação Oswaldo Cruz, Escola Nacional de Saúde Pública, Rio de Janeiro, 2001. Disponível em: <[http://portaldesicict.fiocruz.br/transf.php?script=thes\\_cover&id=000027&lng=pt&nrm=iso](http://portaldesicict.fiocruz.br/transf.php?script=thes_cover&id=000027&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em: 20 jan. 2015.

SILVA, C. S. M.; KIRSTEN, V. R. Avaliação da adequação de dietas publicadas por revistas não científicas. **Disciplinarum Scientia**. Série: Ciências da Saúde, Santa Maria, v. 15, n. 1, p. 101-112, 2014.

SOUTO, S. G. **Vivências e significados dos transtornos alimentares através da narrativa de mulheres**. 2002. Dissertação (Mestrado em Saúde Coletiva) - Universidade Federal do Ceará, Fortaleza, 2002.

SOUTO, S.; FERRO-BUCHER, J. S. N. Práticas Indiscriminadas de Dietas de Emagrecimento e o Desenvolvimento de Transtornos Alimentares. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 19, n. 6, p. 693-704, 2006.

SOUZA, D. M. **Revistas Femininas: História, Comunicação e Nutrição. Uma Análise Quantitativa e Qualitativa**. 2005. 238 f. Dissertação (Mestrado em Nutrição Humana Aplicada) - Programa de Pós Graduação Interunidades em Nutrição Humana Aplicada, PRONUT, USP, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2005.

SOUZA, E. L.; PINTO, I. C. S.; LIMA, M. A.; TARGINO, D. M. G. Parâmetros nutricionais de dietas de emagrecimento, disponíveis em revistas não científicas impressas. **Higien Alim**, v. 20, n. 139, p. 27-33, 2006.

TEO, C. R. P. A. Discursos e a construção do senso comum sobre alimentação a partir de uma revista feminina. **Saude soc.**, São Paulo, v. 19, n. 2, p. 333-346, jun 2010.

TOLONI, M. H. A.; LONGO-SILVA, G.; PONTES, T. E.; TADDEI, J. A. A. C. Rotulagem e Publicidade de Alimentos. In: TADDEI, J. A.; LANG, R. M. F.; LONGO-SILVA, G.; TOLONI, M. H. A. **Nutrição em Saúde Pública**. Rio de Janeiro: Rubio, 2011. cap 33. p. 517-540.

WILLHELM, F. F.; OLIVEIRA, R. B.; COUTINHO, V. F. Composição nutricional de dietas para emagrecimento publicadas em revistas não científicas: comparação com as recomendações dietéticas atuais de macronutrientes. **Rev Nutrire.**, v. 39, n.2, p.179-186, 2014.

YUNSHENG, M. A.; PAGOTO, S. L.; GRIFFITH, J. A.; MERRIAM, P. A.; OCKENE, I. S.; HAFNER, A. R.; OLENDZKI, B. C. A Dietary Quality Comparison of Popular Weight-Loss Plans. **J Am Diet Assoc**, v. 107, n. 10, p. 1786-1791, 2007.

ZUCON, O. **Da corporalidade, concepções médicas sobre a forma corporal**. 2006. 158 f. Dissertação (Mestrado em História) - Programa de Pós-Graduação em História da Universidade Federal de Santa Catarina, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2006.

## ÍNDICE REMISSIVO

### A

Aceitabilidade 18, 23, 24, 26, 57, 62, 65, 66, 111, 113, 117, 119, 173

Aceitação 17, 22, 23, 24, 45, 57, 64, 65, 67, 111, 113, 117, 118, 119, 150, 160, 170, 173

Adoçantes dietéticos 5, 44, 46, 47, 51, 53, 55, 56

Alimentação 2, 4, 6, 7, 1, 2, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 29, 30, 31, 33, 37, 41, 42, 44, 45, 46, 47, 48, 50, 51, 52, 53, 54, 58, 59, 67, 68, 69, 70, 71, 72, 78, 80, 87, 88, 89, 90, 91, 92, 93, 94, 95, 96, 97, 100, 103, 109, 113, 115, 118, 120, 124, 125, 126, 127, 129, 130, 131, 132, 133, 146, 147, 151, 152, 154, 164, 165, 166, 167, 168, 170, 172, 173, 179, 183, 185, 189, 190, 191, 192, 194, 195, 196, 197, 199, 207, 208

Alimentação complementar 87, 88, 89, 90, 92, 93, 94, 96, 97, 183

Alimentos 4, 5, 8, 1, 2, 4, 17, 18, 19, 23, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 52, 53, 56, 57, 58, 59, 67, 68, 71, 84, 87, 88, 89, 90, 91, 92, 93, 94, 95, 96, 99, 100, 101, 102, 103, 106, 107, 108, 109, 110, 111, 112, 114, 120, 122, 125, 126, 127, 128, 150, 152, 154, 160, 164, 165, 166, 167, 169, 170, 171, 172, 178, 179, 185, 186, 187, 188, 189, 190, 191, 193, 194, 195, 197, 198, 199, 200, 205, 206, 207, 208

Alimentos funcionais 5, 28, 29, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 39, 41, 42

Alimentos imunomoduladores 5, 1, 2

Análise sensorial 18, 19, 21, 22, 23, 26, 28, 57, 61, 62, 64, 65, 67, 113, 116, 118, 120, 121

Aprendizado 69, 70, 71, 91, 130

### B

Baby-led weaning 6, 87, 88, 89, 92, 93, 95, 96, 97, 98

Benefícios 85

Boas práticas 6, 99, 100, 101, 102, 103, 106, 107, 108, 109, 110, 115, 120, 200

Bolo 5, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27

Broto 6, 57, 59, 60, 61, 64, 65, 66, 67, 68

### C

Câncer 1, 2, 3, 4, 5, 73, 74, 75, 77, 78, 79, 80, 156, 157, 158, 160, 161, 162, 163, 175

Câncer do colo de útero 73, 75

Coenzima Q10 7, 134, 136, 144

Comportamento alimentar 5, 42, 44, 45, 46, 47, 49, 50, 51, 52, 53, 55, 56, 91, 97, 151

Conserva 7, 111, 114, 115, 116, 117, 118, 119, 120, 121

Cookie 6, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 63, 64, 65, 66, 67

## D

Danos 6, 70, 78, 82, 83, 113, 142, 149

Desmame precoce 174, 175, 176, 177, 178, 179, 180, 181, 182, 183, 184

Dieta 5, 7, 1, 2, 4, 5, 8, 18, 19, 25, 29, 30, 33, 39, 40, 42, 44, 45, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 73, 75, 77, 78, 79, 90, 91, 123, 125, 126, 127, 131, 148, 149, 151, 153, 171, 179, 199, 200

Dieta equilibrada 7, 123, 125, 131, 199

Dieta oncológica 1, 2

Dietética desportiva 29

## E

ENEM 6, 69, 70, 72

Enfermagem 5, 6, 12, 13, 14, 15, 54, 102, 131, 174, 175, 176, 177, 178, 181, 183, 184, 193

Estado nutricional 1, 2, 4, 44, 45, 47, 55, 125, 126, 127, 128, 129, 131, 157, 158, 159, 161, 162, 186, 194

## F

Feijão caupi 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 27

Feijão-mungo 57, 68

Feira livre 99, 102, 103, 104, 105, 106, 107, 109, 202

## G

Germinação 18, 20, 27, 57, 58, 59, 60, 64

Gestação 45, 83, 123, 124, 125, 126, 127, 128, 129, 130, 131, 132, 133, 176

Gravidez 6, 82, 83, 123, 124, 125, 126, 127, 128, 129, 130, 131, 132, 133, 176, 183

## H

Hortaliças 93, 120, 164, 165, 167, 170, 171, 172, 190, 199, 200, 202, 205, 206, 207, 208

HPV 6, 73, 74, 75, 77, 78, 79

## I

Insuficiência cardíaca 7, 134, 135, 136, 138, 139, 140, 141, 142

## M

Memória 69, 70, 71

Merenda escolar 19, 25, 26, 164, 165, 166, 167, 168, 169, 170, 173

Métodos de alimentação 87, 89

Mídia 45, 51, 52, 54, 55, 146, 147, 148, 149, 152, 153

Musa SSP 111, 112, 114

## N

Nutrição 2, 4, 5, 7, 2, 8, 17, 29, 30, 31, 32, 33, 36, 41, 42, 45, 53, 54, 55, 56, 57, 68, 70, 72, 73, 74, 75, 78, 87, 89, 90, 96, 97, 100, 111, 123, 124, 125, 126, 129, 131, 133, 134, 146, 147, 148, 149, 151, 152, 153, 154, 155, 159, 161, 162, 167, 174, 175, 183, 185, 189, 191, 192, 193, 197, 208, 210

Nutrição desportiva 29, 31

Nutrição infantil 72, 87, 89, 183

## O

Obesidade pediátrica 6

## P

Pais 8, 6, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 51, 87, 89, 91, 92, 93, 94, 185, 191, 192, 196, 197

Papiloma vírus 73, 74

Plantas medicinais 6, 82, 83, 202

Políticas nutricionais 185

Prática pedagógica 29, 31, 32, 33, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42

Pré-operatório 7, 155, 156, 162

Pseudocaule 7, 111, 113, 114, 115, 116, 117, 118, 119, 120

## R

Revistas não científicas 146, 147, 148, 152, 153, 154

## S

Saúde 4, 5, 7, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 17, 20, 25, 27, 29, 31, 33, 39, 40, 41, 44, 45, 46, 47, 48, 51, 52, 54, 55, 56, 57, 59, 62, 67, 68, 70, 73, 74, 75, 78, 80, 82, 83, 87, 88, 90, 91, 92, 93, 94, 95, 96, 97, 99, 100, 101, 102, 103, 104, 107, 108, 109, 110, 112, 124, 125, 126, 128, 129, 130, 131, 132, 133, 135, 136, 139, 140, 141, 143, 146, 147, 148, 149, 150, 151, 152, 153, 154, 159, 161, 162, 163, 171, 173, 174, 175, 176, 177, 178, 179, 181, 182, 183, 184, 185, 187, 189, 191, 192, 193, 194, 195, 207, 208, 210

Suplementação 133, 134, 138, 139, 140, 141, 142

Sustentabilidade 111, 192

## T

Triagem nutricional 7, 155, 156, 158, 159, 161, 162

## V

Vigna radiata 6, 57, 58, 59, 68





[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](https://www.facebook.com/atenaeditora.com.br) 

---

# ALIMENTAÇÃO, NUTRIÇÃO E CULTURA


---


  
Atena  
Editora  
Ano 2021



[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) 

---

# ALIMENTAÇÃO, NUTRIÇÃO E CULTURA

---

  
Atena  
Editora  
Ano 2021