

PERFIL NUTRICIONAL E COMPOSIÇÃO CORPORAL DE ADOLESCENTES DE UMA ESCOLA PÚBLICA NO BRASIL: UM ESTUDO TRANSVERSAL

Data de submissão: 05/02/2024

Data de aceite: 01/03/2024

Cíntia Helena Santuzzi

PhD
Centro de Ciências da Saúde,
Departamento de Fisioterapia,
Universidade Federal do Espírito Santo
(UFES), Vitória, ES, Brasil
<https://lattes.cnpq.br/8343725873204499>
<https://orcid.org/0000-0002-3634-8602>

Vinicius Mengal

PhD
Centro de Ciências da Saúde, Programa
de Pós-Graduação em Ciências
Fisiológicas, Universidade Federal do
Espírito Santo (UFES), Vitória, ES, Brasil
<https://lattes.cnpq.br/8343725873204499>
<https://orcid.org/0000-0002-3634-8602>

Fernanda Mayrink Gonçalves Liberato

PhD
Centro de Ciências da Saúde,
Departamento de Fisioterapia,
Universidade Federal do Espírito Santo
(UFES), Vitória, ES, Brasil
<http://lattes.cnpq.br/8108888375460677>
<https://orcid.org/0000-0001-5227-2022>

Renata Viana Tiradentes

PhD
Centro de Ciências da Saúde, Programa
de Pós-graduação em Ciências
Fisiológicas, Universidade Federal do
Espírito Santo (UFES), Vitória, ES, Brasil
<http://lattes.CNPq.br/7100806282304670>
<https://orcid.org/0000-0002-3514-1757>

Pedro Henrique Andrade Zanon

Centro de Ciências da Saúde,
Universidade Federal do Espírito Santo
(UFES), Vitória, ES, Brasil
<http://lattes.cnpq.br/0221050218250149>

Sônia Alves Gouvea

Centro de Ciências da Saúde, Programa
de Pós-graduação em Ciências
Fisiológicas, Universidade Federal do
Espírito Santo (UFES), Vitória, ES, Brasil
<http://lattes.cnpq.br/7268228122543743>
<https://orcid.org/0000-0001-5180-471X>

RESUMO: A adolescência é um período caracterizado por transformações biológicas, com mudanças físicas e emocionais. É também nessa fase que se observa uma significativa variação na composição corporal. Portanto, o objetivo deste estudo foi descrever as características socioeconômicas, perfil antropométrico e hábitos de vida de adolescentes matriculados em uma escola pública no Brasil. Foi realizado um estudo de natureza transversal e exploratória com aplicação de questionário e coleta de dados no período de setembro 2023 a novembro de 2023. Dentro da amostra estudada

(114), a maioria era do sexo feminino (55%), com média de 13 anos, sendo que a maioria se autodeclara parda (60%) e a maioria possui ente 4 e 5 pessoas na mesma residência (74%) e 95% deles relatam receber auxílio do governo. Quanto a percepção de saúde, em média, 71% dos alunos se considera uma pessoa saudável e 60% deles relatam estar satisfeitos com o próprio corpo, embora dos insatisfeitos (14%), a maioria sejam meninas (73%). Em média os alunos possuem índice de massa corpórea de 19 e adiposidade corporal de 20%. Entretanto, dos que apresentavam sobrepeso ou obesidade a grande maioria eram meninas. Quanto aos hábitos alimentares somente 56% dos estudantes tomam café da manhã frequentemente e 37% dos alunos relatam não ter ingerido, nos últimos semana, alimentos saudáveis como verduras e legumes e 15% relatam ter consumido guloseimas todos os dias na última semana. Quanto a prática de atividade física 71% realizam atividade física, com uma média de duas vezes por semana. Nossos resultados apontam que meninas apresentam maior insatisfação corporal, taxa de sobrepeso/obesidade e consomem mais alimentos não saudáveis do que os meninos. Os resultados podem orientar estratégias de conscientização sobre alimentação saudável e hábitos de vida, com ênfase nas necessidades específicas das meninas. Estudos futuros podem explorar as características regionais dos adolescentes no Brasil.

PALAVRAS-CHAVE: Adolescência, Obesidade Infantil, Composição Corporal, Hábitos Alimentares e Saúde Escolar

NUTRITIONAL PROFILE AND BODY COMPOSITION OF ADOLESCENTS FROM A PUBLIC SCHOOL IN BRAZIL: A CROSS-SECTIONAL STUDY

ABSTRACT: Adolescence is a period characterized by biological transformations, with physical and emotional changes. It is also at this stage that a significant variation in body composition is observed. Therefore, the objective of this study was to describe the socioeconomic characteristics, anthropometric profile and lifestyle habits of adolescents enrolled in a public school in Brazil. A cross-sectional and exploratory study was carried out with the application of a questionnaire and data collection from September 2023 to November 2023. Within the sample studied (114), the majority were female (55%), with an average of 13 years, with the majority declaring themselves mixed race (60%) and the majority having between 4 and 5 people in the same household (74%) and 95% of them reporting receiving government assistance. Regarding health perception, on average, 71% of students consider themselves a healthy person and 60% of them report being satisfied with their body, although of those who are dissatisfied (14%), the majority are girls (73%). On average, students have a body mass index of 19 and body adiposity of 20%. However, of those who were overweight or obese, the vast majority were girls. Regarding eating habits, only 56% of students eat breakfast frequently and 37% of students report not having eaten healthy foods such as vegetables in the last week and 15% report having eaten sweets every day in the last week. Regarding physical activity, 71% perform physical activity, on average twice a week. Our results indicate that girls have greater body dissatisfaction, overweight/obesity rates and consume more unhealthy foods than boys. The results can guide awareness strategies about healthy eating and lifestyle habits, with an emphasis on the specific needs of girls. Future studies can explore the regional characteristics of adolescents in Brazil.

KEYWORDS: Adolescence, Childhood Obesity, Body Composition, Eating Habits and School Health

INTRODUÇÃO

A Organização Mundial da Saúde (OMS) defini o período da adolescência entre os 10 e 19 anos de idade (BRASIL, 2014), esse período pode ser caracterizado por transformações biológicas, com mudanças físicas e emocionais. É também nesse período que se observa uma significativa variação na composição corporal, devido ao processo dinâmico e pela complexidade dessa fase, entretanto, esse processo é multifatorial com influências de fatores como: a hereditariedade, consumo de alimentos, atividade física, idade e sexo.

A obesidade e sobrepeso têm apresentado um crescimento substancial nas últimas décadas, sendo considerado um desfecho preocupante na assistência à saúde no Brasil e no mundo. No Brasil, um estudo realizado em uma escola de Fortaleza/CE com 1.158 adolescentes de 10 a 19 anos, mostrou a prevalência de sobrepeso/obesidade em 20% da amostra. (*Campos, et al.*).

Dessa forma, o diagnóstico da obesidade infantil envolve, principalmente, fatores relacionados ao estilo de vida, como alimentação e atividade física, além de condições socioeconômicas, culturais e demográficas (GUPTA N. et al., 2012). Devido a esse caráter heterogêneo e multifatorial, o enfrentamento da obesidade infantil deve ser pautado em políticas públicas, entre as quais aquelas voltadas ao ambiente escolar, capazes de exercer papel fundamental na promoção da saúde, da atividade física e da educação alimentar. Nesse sentido, a escola tem representado um importante local para o encontro entre saúde e educação abrigando amplas possibilidades de iniciativas tais como: ações de diagnóstico clínico e/ou social estratégias de triagem e/ou encaminhamento aos serviços de saúde especializados ou de atenção básica; atividades de educação em saúde e promoção da saúde.

Adicionalmente, medidas preventivas e de ação sobre a temática alimentação Saudável e Prevenção da Obesidade Infantil vem demonstrando resultados positivos. Um estudo de revisão sistemática sobre ações de alimentação e nutrição desenvolvidas em escolas americanas e europeias, por meio de adoção de guias alimentares nos cardápios escolares, encontrou evidências de boa qualidade na redução de gorduras totais e saturadas e aumento de frutas e verduras ofertadas nas escolas (JAIME P.C & LOCK K., 2009). No Brasil, uma revisão sistemática sobre intervenções de promoção da prática de atividade física e/ou alimentação saudável em escolares encontrou, como principais resultados, a redução do consumo de alimentos de alto valor calórico (refrigerantes, bolachas recheadas e suco artificial) e o aumento do consumo de frutas e verduras (SOUZA E.A. et al., 2011).

No Brasil, apesar de alguns estudos epidemiológicos, não existe uma base de dados nacional atualizada que contemple o perfil de composição corporal de adolescentes. Nesse sentido, pesquisas epidemiológicas regionais apresentam relevância e servem de

base para estudos mais aprofundados. Portanto, o objetivo deste estudo foi descrever as características socioeconômicas, perfil antropométrico e hábitos de vida de adolescentes matriculados em uma escola pública no Brasil. As perguntas específicas do presente estudo são

1. Qual a percepção de saúde e satisfação corporal com a aparência corporal dos alunos matriculados em uma escola pública no Brasil?
2. Qual o perfil antropométrico e composição corporal dos alunos matriculados em uma escola pública no Brasil?
3. Qual a frequência de hábitos alimentares (alimentos saudáveis e não saudáveis) e de atividade física dos alunos matriculados em uma escola pública no Brasil?

METODOLOGIA

Desenho do estudo

Trata-se de um estudo transversal e exploratório.

Participantes

Foram recrutados alunos matriculados em uma escola pública no estado do Espírito Santo/Brasil, que estavam cursando o ensino fundamental. Todos os alunos foram convidados a participar da pesquisa, não foi determinado um critério de exclusão.

Os alunos incluídos foram avaliados de setembro a novembro de 2023, quando foram obtidos resultados socioeconômicos, perfil de composição corporal e questionamentos sobre perfil alimentar, hábitos de vida e percepção de saúde e satisfação corporal.

O estudo atende aos critérios éticos de pesquisa com seres humanos e foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa Institucional (CAAE: 70496023.0.0000.5060). Todos os participantes forneceram consentimento por escrito, antes da coleta de dados.

Coleta de dados

As informações sobre características socioeconômicas, percepção de saúde e satisfação corporal, perfil alimentar e hábitos de vida foram obtidas por meio de questionário semiestruturado. O questionário foi constituído na plataforma *Google Forms* e a coleta dos dados ocorreu durante o horário escolar, a fim de garantir a participação dos alunos e a disponibilidade de recursos da escola. Antes de iniciar a coleta de dados, os alunos foram informados sobre os objetivos do estudo e a natureza confidencial de suas respostas. Eles foram incentivados a responder às questões de forma honesta e completa.

Após o aluno responder ao questionário ele foi avaliado por profissional capacitado para avaliação das medidas antropométricas (peso, altura e IMC) e composição corporal (adiposidade corporal (%)).

Os dados coletados foram organizados nas seguintes seções:

- Características Socioeconômica (idade, sexo, raça, quantidade de pessoas que moram na casa; se recebem cesta básica; se recebem algum benefício financeiro do governo).
- Percepção de saúde e Satisfação corporal (se o indivíduo se considera uma pessoa saudável e o grau de satisfação com o próprio corpo)
- Perfil alimentar e hábitos de vida (Frequência que realiza as refeições básicas do dia a dia, sobre o consumo de alimentos considerados saudáveis e não-saudáveis e se pratica atividade física e quantas vezes por semana realizam essa atividade física)
- Perfil Antropométrico (peso corporal (Kg), estatura (cm), adiposidade corporal (% gordura), índice de massa corporal (IMC) e classificação do IMC).

Para aferição do peso (em kg) utilizou-se uma balança de bioimpedância (Tanita Rd 545), na qual os adolescentes foram posicionados em pé, no centro do equipamento, descalços, usando roupas de lycra justa ao corpo, sendo “top” para as meninas e bermuda curta para ambos os sexos. A altura (cm) foi mensurada através da balança antropométrica manual (Welmy, Brasil), com os adolescentes descalços e em pé no centro do equipamento, com mãos ao longo do corpo, postura ereta e face voltada para frente.

Para avaliar a adequação do peso para a estatura foi utilizado o IMC. Este foi obtido por meio da razão entre peso corporal (kg) e estatura (m²), classificado em escore-Z, de acordo com sexo e idade. Foram utilizados os critérios: baixo peso (< Escores-Z -2); eutrofia (≥ Escores-Z -2 e < Escores-Z +1); sobrepeso (≥ Escore-Z +1 e < Escore-Z +2) e obesidade (≥ Escore-Z +2).

Para a verificação da adiposidade corporal foi utilizada a balança de bioimpedância (Tanita Rd 545). No momento do teste, os adolescentes estavam com as mesmas vestimentas utilizadas na aferição das medidas antropométricas e foi realizado orientações quanto ao procedimento para a coleta dos dados.

Análise estatística

A análise estatística dos dados foi realizada utilizando o Microsoft Office Excel 2013 e o Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versão 26.0. As características socioeconômicas, percepção e satisfação corporal e hábitos de vida foram apresentadas de forma descritiva. Variáveis categóricas foram expressas em frequências absolutas e relativas, e variáveis contínuas foram expressas em mediana (mínimo e máximo) ou média (desvio-padrão).

RESULTADOS

Características socioeconômicas

Do total de 824 alunos matriculados no ensino Fundamental, 114 aceitaram participar da pesquisa. Desses, 55% eram do sexo feminino, com média de idade de 13 anos (Dp:1), sendo que a maioria dos participantes se denominaram pardos (60%). 74% possuem 4 ou 5 pessoas morando na mesma casa. 95% não recebem cesta básica, porém, 95% recebem algum tipo de auxílio financeiro do governo (Tabela 1).

Percepção de saúde e Satisfação corporal

Em média 71% do total dos alunos se consideram uma pessoa saudável, dessas 51% eram meninas. Por outro lado, 60% do total dos alunos relatam estar satisfeitos com o próprio corpo, 26% relatam indiferença e somente 14% estão insatisfeitos com o próprio corpo, entretanto, do total que relata insatisfação e/ou muita insatisfação 73% desse total são meninas (Tabela 2).

Perfil antropométrico e composição corporal

A média geral da população apresentou IMC de 19 (Dp:5) e a maioria (68%) estão classificados como eutróficos. Quanto a adiposidade corporal a média geral dos estudantes foi de 20% de gordura corporal (Tabela 2).

Entretanto, quando observamos as diferenças entre gênero, a classificação do IMC apresenta que 80% dos meninos estão classificados como eutróficos contra 59% das meninas. Ademais, somente 8% dos meninos apresentaram classificação de sobrepeso ou obesidade e 27% das meninas estavam com sobrepeso ou obesidade. Embora, quando avaliamos a adiposidade corporal, meninas possuem percentual de gordura corporal de 21% contra 19% dos meninos (Figura 1).

Perfil alimentar e hábitos de vida

Em relação aos hábitos alimentares, somente 56% dos alunos tomam café da manhã frequentemente (mais de 4 vezes na semana), embora 90% deles almoçam e jantam frequentemente. Entretanto, quanto ao consumo de alimentos saudáveis como legumes, verduras e frutas, 37% do total de alunos relatam que não consumiram esses alimentos nos últimos sete dias, sendo que desse total 71% eram meninas.

Por outro lado, 15% dos alunos relataram ter consumido alimentos não saudáveis como doces, guloseimas e refrigerante todos os dias, nos últimos sete dias, sendo que a maioria (65%) eram meninas.

Em relação a prática de atividade física 71% dos alunos relatam realizar alguma modalidade de atividade física, com uma média de duas vezes por semana (Dp:1,6).

Por outro lado, dentre os alunos que praticam atividade física, 53% deles eram do sexo masculino. Os dados estão sumarizados na Tabela 2.

DISCUSSÃO

O estudo objetivou identificar as características socioeconômicas, perfil antropométrico e hábitos de vida de adolescentes matriculados em uma escola pública no Brasil. No geral, a amostra apresenta-se homogênea com 55% de meninas e 45% de meninos, sendo que o perfil encontrado foi uma amostra com alunos com média de 13 anos de idade, sendo que 74% deles possuem 4 ou 5 pessoas morando na mesma casa e 95% recebem algum tipo de auxílio financeiro do governo. Quanto à percepção de saúde, a maioria se considera saudável (71%) e 14% estão insatisfeitos com o próprio corpo, sendo a maioria dessas são meninas (73%). Em relação ao perfil antropométrico as meninas apresentaram maior percentual de sobrepeso e obesidade (27%), embora apresentem uma adiposidade corporal compatível com a dos meninos. Por fim, quanto ao perfil alimentar e hábitos de vida 37% dos alunos relatam não ter consumido alimentos considerados saudáveis na última semana e 15% consumiram alimentos não saudáveis todos os dias na última semana, sendo que a maioria eram meninas 71% e 65% respectivamente, além disso a maioria dos alunos que praticam atividade física são meninos (53%).

Os resultados demonstraram um cenário positivo quanto a percepção de saúde de adolescentes de 13 anos, embora a satisfação com o próprio corpo também pareça ser positiva, ao avaliarmos as diferenças entre sexo, observamos que as meninas estão mais insatisfeitas com o próprio corpo. Corroborando nossos achados, estudos anteriores apontam que adolescentes possuem uma percepção de saúde positiva, embora alguns estudos mostraram uma prevalência de percepção negativa de saúde e insatisfação corporal elevada, particularmente entre as meninas, além disso, um estudo que avaliou a imagem corporal autopercebida e a satisfação corporal de adolescentes, demonstrou importante distorção e insatisfação com a forma corporal e que meninas obesas ou com sobrepeso tendem a ser mais insatisfeitas.

Em relação ao índice de massa corporal, que é um importante instrumento para rastreamento de excesso de peso, nossa amostra apresentou que a maioria dos escolares foram classificados com eutrofia, corroborando com outros achados de estudos de prevalência em adolescentes. Adicionalmente, estudos também apontam maior índice de sobrepeso entre as meninas, o que está em consonância com nossos achados. Alguns autores sugerem que meninas apresentem maior taxa de deposição de gordura que os meninos devido a fatores hormonais e que os sexos diferem na idade de início e final do desenvolvimento puberal e, portanto, na velocidade de crescimento, o que poderia estar favorecendo o maior depósito de gordura corporal, entretanto, os fatores comportamentais como hábitos alimentares, atividade física e estilo de vida são importantes e contribuem para a ocorrência de sobrepeso e obesidade.

Dessa forma, um importante achado desse estudo está na grande diferença entre sexo em relação aos alunos com sobrepeso ou obesidade, que mostrou que 27% das meninas estão com sobrepeso ou obesidade contra 8% do total dos meninos. Ao analisarmos nossos achados alguns desfechos podem sinalizar o motivo dessa diferença, uma vez que as meninas estão mais insatisfeitas com o próprio corpo, consomem com mais frequência guloseimas, doces e refrigerantes e praticam menos atividade física. Sabemos que a prevalência de obesidade é multifatorial e não deve ser analisada somente por hábitos de vida, mas também por questões comportamentais como transtornos de saúde mental ou abuso no “tempo de tela”. Embora nosso estudo não tenha investigado essas variáveis (transtorno mental e tempo de tela), um estudo demonstra que quanto maior for o tempo de tela, maior será a prevalência no ganho de peso na adolescência, devido um comportamento mais sedentário.

Em nossa amostra, 37% do total de alunos não consumiram nos últimos sete dias alimentos como verdura, legumes e/ou frutas, demonstrando uma ingesta insuficiente de alimentos considerados saudáveis, além disso somente metade da população estudada tomam café da manhã frequentemente, esses achados estão de acordo com alguns estudos que apontam um percentual pequeno de adolescentes que consomem frequentemente alimentos saudáveis, além disso, segundo Simões *et al*, 2021, tomar café da manhã frequentemente está associado a um maior consumo de leite e derivados, e ao menor consumo de macarrão instantâneo e refrigerantes, destacando que o hábito de realizar o desjejum está associado com hábitos alimentares mais saudáveis, o que demonstra sua importância e portanto, deve ser incentivado e estimulado. Sendo assim, essa ingesta inadequada de alimentos saudáveis é um forte fator de risco para o surgimento do sobrepeso/obesidade entre os adolescentes.

Esse estudo não está livre de limitações, sendo que a principal está no fato de o trabalho ser desenvolvido em uma população específica de uma única região, os quais, observa-se uma população muito homogênea com condições socioeconômicas e hábitos de vida semelhantes. Entretanto, o objetivo do trabalho foi um estudo de caso de população específica e pesquisas desse tipo não objetiva generalizar os resultados encontrados e sim obter uma visão geral do problema e identificar possíveis fatores que o influenciam ou são por ele influenciados.

CONCLUSÃO

Dentro da amostra estudada, os adolescentes escolares matriculados em uma escola pública no Brasil têm em sua maioria 4 ou 5 pessoas morando na mesma casa e necessitam de auxílio do governo, no geral tem uma percepção positiva sobre saúde, embora as meninas relatam ser mais insatisfeitas com o próprio corpo, apresentam maior taxa de sobrepeso ou obesidade que os meninos e consomem mais alimentos não saudáveis

comparado com os meninos. Os resultados desse estudo, podem auxiliar na elaboração de estratégias a fim de aumentar a conscientização acerca da temática alimentação saudável e hábitos de vida entre adolescentes e fornecer orientação aos pais e ao público em geral, por meio de programas educacionais e campanhas de prevenção. Ademais, uma atenção especial deve ser dada às meninas, uma vez que identificou maiores índices de maus hábitos alimentares, menos prática de atividade física, insatisfação corporal e taxa de obesidade ou sobrepeso.

Neste processo, todos os atores sociais (família, escola, profissionais da saúde e governantes) devem desempenhar um papel importante na prevenção de obesidade e promoção de saúde. Sugerimos que estudos futuros explorem as características das diferentes regiões brasileiras a fim de compreender o perfil dos adolescentes escolares no Brasil.

DECLARAÇÃO DE INTERESSE

Os autores declaram não ter conflito de interesse.

SUPORTE FINANCEIRO

Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado do Espírito Santo - FAPES

REFERÊNCIAS

Barbalho E.V, Pinto F.J.M, da Silva F.R, Sampaio R.M.M, Dantas D.S.G. **Influence of food consumption and physical activity practice in the prevalence of overweight/obesity in school adolescents.** Cad. saúde colet. 28, 2020.

Bergamaschi D, Dami F.S. **Perfil Antropométrico De Crianças E Adolescentes.** Rev. Ciênc. Saúde v.17, 2015.

Brito A. K. A, Júnior F. L. S, Coelho L. S, França N. M. **Nível de atividade física e correlação com o índice de massa corporal e percentual de gordura em adolescentes escolares da cidade de Teresina-PI.** Ver. Bras. Ativ. Fis. e Saúde, Pelotas/RS, 2012.

Campos L.A, Leite A.J.M, Almeida P.C. **Prevalência de sobrepeso e obesidade em adolescentes escolares do município de Fortaleza, Brasil.** Rev. Bras. Saúde Mater. Infantil. 2007.

Gupta N, Goel K, Shah P, Misra A. **Childhood obesity in developing countries: epidemiology, determinants, and prevention.** Endocr. Rev. 2012

Jaime P.C, Lock K. **Do school based food and nutrition policies improve diet and reduce obesity.** Prev Med. 2009.

Justino M.I.C, Enes C.C, Nucci L.B. **Imagem corporal autopercebida e satisfação corporal de adolescentes.** Rev. Bras. Saude Mater. Infant. 2020.

Lemes D.C.M, Câmara S.G, Alves G.G, Aerts D, **Satisfação com a imagem corporal e bem-estar subjetivo entre adolescentes escolares do ensino fundamental da rede pública estadual de Canoas/RS**, Brasil. 2018.

Mendonça, G. Júnior, J.C.F. **self-perceived health and associated factors in adolescents**. Rev Bras Ativ Fis e Saúde. Pelotas/RS. 2012

Ministério da Saúde, **Estratégia nacional para prevenção e atenção à obesidade infantil**. Brasil, 2022.

Ministério da Saúde (BR), Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. **Orientações para a coleta e análise de dados antropométricos de saúde: Norma Técnica do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional – SISVAN**. Brasília, DF; 2011.

Nascimento C.A, Araújo P.E.S, Fonseca-Junior S.J, **Prevenção do sobrepeso e da obesidade na escola e nas aulas de educação física: uma revisão sistemática da literatura**. Revista UNIABEU, V.10, Número 24, 2017.

PEREIRA A. P. D, QUINTÃO D. F, **Análise de aspectos ergonômicos, higiênico-sanitários e do perfil antropométrico de cantineiros de escolas públicas de Muriaé (MG)**; REVISTA CIENTÍFICA DA FAMINAS v. 9. 2013.

Prado CV, Rech CR, Hino AAF, Reis RS. **Percepção de segurança no bairro e tempo despendido em frente à tela por adolescentes de Curitiba, Brasil**. Rev Bras Epidemiol. 2017.

Santos J. S.; Costa M. C. O.; Sobrinho C. L. N.; Silva M. C. M.; Souza K. E. P.; Melo B. O. **Perfil antropométrico e consumo alimentar de adolescentes de Teixeira de Freitas, Bahia** Rev. Nutr. 18, 2005.

Sigilião, T.V. Amaro A.A.F. Neves, ACM, Coelho RS, Geraldeli, K.C, daSilva, DCG. **Evaluation of daily activities, food habits and anthropometric profile in adolescents of a public school in a Minas Gerais city**. Nutrição Brasil 2018.

Silva DAS, Silva RJS. **Associação entre prática de atividade física com consumo de frutas, verduras e legumes em adolescentes do Nordeste do Brasil**. Rev Paul Pediatr. 2015.

Simões A.M, Machado C.O, Höfelmann D.A. **Association of regular consumption of breakfast and health-related behavior among adolescents**. Ciênc. saúde coletiva 26. 2021

Souza E.A. Barbosa filho V.C.B, Nogueira J.A.D.; Azevedo Júnior M.R.; **Atividade física e alimentação saudável em escolares brasileiros. Revisão de programas de intervenção**. Cad saude publica. 2011

Strelhow, M.R.W, Bueno, C.O, Câmara, S.G. **Health Perception and Satisfaction With Life in Adolescents: Difference Between the Sexes**. Revista Psicologia e Saúde, v. 2, n. 2, jul. - dez. 2010.

Teo C.R.P.A, Taglietti R.L, Baptista F, Meneghini VM. **Atitude e prática no consumo de frutas e hortaliças entre adolescentes em vulnerabilidade social**. Sci Med. 2014.

Toral N.; Slater B.; Silva M. V. **Consumo alimentar e excesso de peso de adolescentes de Piracicaba, São Paulo**. Rev. Nutr. 2007

Características	Todos (n=114)
Idade (anos), média (Dp)	13 (1)
Meninas, número (%)	63 (55%)
Meninos, número (%)	51 (45%)
Raça (%)	
Pretos	26 (23%)
Branco	10 (9%)
Pardos	68 (60%)
Indígenas	2 (2%)
Amarelos	8 (6%)
Média de pessoas que residem na mesma casa	4 (1)
Recebem cesta básica (%)	6 (5%)
Recebe, auxílio financeiro do governo (%)	108 (95%)

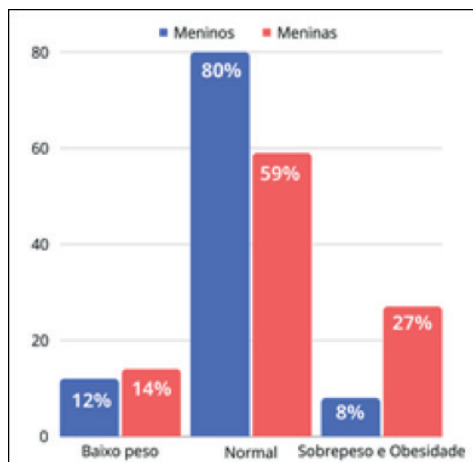
Dp = Desvio padrão

Tabela 1. Características Socioeconômicas dos participantes.

Característica	Todos (n=114)	Meninas (n=63)	Meninos (n=51)
Perfil Antropométrico			
<i>Classificação do IMC (%)</i>			
Baixo peso (%)	15 (13%)	9 (14%)	6 (12%)
Normal (%)	78 (68%)	37 (59%)	41 (80%)
Sobrepeso e Obesidade (%)	21 (18%)	17 (27%)	4 (8%)
Média do percentual de gordura (%)	20%	21%	19%
Realizam atividade física	81 (71%)	39 (62%)	42 (82%)
Se consideram uma pessoa saudável (%)	81 (71%)	41 (65%)	40 (78%)
<i>Satisfação corporal (%)</i>			
Muito insatisfeito e insatisfeito	15 (13%)	11 (73%)	4 (27%)
Indiferente	30 (26%)	19 (63%)	11 (37%)
Satisfeito ou muito satisfeito	69 (61%)	33 (48%)	36 (52%)
Hábitos Alimentares			
<i>Refeições diárias</i>			
Tomam café regularmente	64 (56%)	35 (55%)	29 (57%)
Almoçam regularmente	103 (90%)	57 (90%)	46 (90%)
Jantam regularmente	103 (90%)	56 (89%)	47 (92%)
Consumo de Alimentos nos últimos 7 dias			
Feijão, média (Dp)			
Legumes ou verduras, média (Dp)	5 (2)	5 (2)	5 (2)
Frutas, média (Dp)	2 (2)	2 (2)	3 (2)
Guloseimas ou doces, média (Dp)	2 (2)	2 (2)	3 (2)
Refrigerante, média (Dp)	3 (2)	3 (2)	2 (2)
Junck-Food, média (Dp)	2 (2)	2 (2)	2 (2)
	1 (1)	0 (1)	0 (0)

Tabela 2. Percepção de saúde, Satisfação corporal e Perfil antropométrico e alimentar dos participantes.

A



B

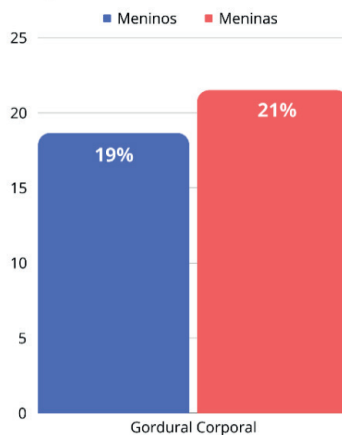


Figura 1. A): Percentual da Classificação de índice de massa corporal entre gêneros. B): Média do percentual de gordura corporal entre gêneros.