

**HÁBITOS ALIMENTARES ENTRE ADOLESCENTES DE UMA ESCOLA PRIVADA**

Mauro Célio Ribeiro Silva<sup>1</sup>  
 Géssica Aparecida Queiroz dos Santos<sup>1</sup>  
 Kátia Pina Sepúlveda Hott<sup>1</sup>

**RESUMO**

**Introdução:** A adolescência é caracterizada por um período de intenso desenvolvimento ligado às manifestações da sexualidade, transformações físicas, emocionais, e de aumento na demanda nutricional. Os adolescentes são mais vulneráveis a desenvolverem hábitos alimentares inadequados, contribuindo para o ganho excessivo de peso, aumentando os fatores de risco de doenças associadas. A escola é um espaço privilegiado, tem a missão de educar e desenvolver valores ao ser humano, ao mesmo tempo deve atuar como intermediadora do conhecimento e conscientizar seus alunos a optarem pela prática de estilo de vida saudável. **Objetivo:** Avaliou-se o perfil e consumo alimentar entre adolescentes através das escolhas de lanches durante o intervalo das aulas. **Materiais e Métodos:** A análise foi realizada de forma descritiva de caráter quantitativo, com delineamento transversal. Realizado com alunos de uma instituição de ensino privado da cidade de Montes Claros-MG. A amostra foi constituída por 52 estudantes de ambos os gêneros, com idades de 13 a 16 anos, do ensino básico. **Resultado:** Através das respostas obtidas do questionário de frequência alimentar (QFA), ações educativas como orientações e intervenções sobre alimentação adequada poderão ser desenvolvidas dentro do espaço escolar. **Discussão:** A pesquisa revelou dados preocupantes quanto ao perfil alimentar dos adolescentes. A qualidade nutricional, devido as escolhas dos alunos, pode resultar em graves problemas de saúde na vida adulta, como as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT's). **Conclusão:** Verifica-se a necessidade urgente de desenvolver estratégias que promovam mudanças nos hábitos alimentares dos adolescentes voltadas para manutenção da saúde e prevenção de doenças futuras.

**Palavras-chave:** Adolescentes. Comportamento alimentar. Alimentação escolar.

**ABSTRACT**

Habits consumption among teenagers of a private school

**Introduction:** adolescence is characterized by a period of intense development linked to manifestations of sexuality, physical, emotional changes, and increased nutritional demands. Teenagers are more vulnerable to develop inappropriate eating habits, contributing to excessive weight gain, increasing the risk factors associated with diseases. The school is a privileged space, has the mission to educate and develop human values, at the same time must act as mediator of knowledge and educate their students to opt for the practice of healthy lifestyle. **Objective:** to evaluate the profile and food consumption among teenagers through the choices of snacks during the school break. **Materials and methods:** the analysis was performed in descriptive form of quantitative character with cross-sectional delineation. Held with students of a private educational institution in the city of Montes Claros-MG. The sample consisted of 52 students of both genders, aged 13 to 16 years of basic education. **Result:** through the responses obtained from food frequency questionnaire (QFA), educational activities as guidance and assistance about proper nutrition can be developed within the school space. **Discussion:** the research revealed disturbing data about adolescents ' food profile. The nutritional quality, given the choices of students, can result in serious health problems in later life, such as the chronic non-communicable diseases (CNCDS's). **Conclusion:** there is an urgent need to develop strategies that promote changes in eating habits of adolescents towards health maintenance and prevention of future diseases.

**Key words:** Teens. Feeding behavior. School feeding.

1-Faculdade de Saúde Ibituruna-FASI, Montes Claros, Minas Gerais.

## INTRODUÇÃO

A adolescência é caracterizada por um período do desenvolvimento humano ligado às transformações biológicas e psíquicas inerentes às manifestações da sexualidade e da identidade própria de cada indivíduo.

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS) esta fase é caracterizada pelo período dos 10 aos 19 anos de idade (Silva, Teixeira e Ferreira, 2014).

Ocorrem, ainda, diversas transformações físicas, emocionais, intelectuais, sociais e de aumento nas necessidades nutricionais. Nesta etapa da vida, as influências impostas pela sociedade ligadas ao aspecto físico, a autoimagem e a interação grupal são consideradas mais relevantes do que as próprias escolhas alimentares destes adolescentes (Vieira, Del Ciampo e Del Ciampo, 2014).

Para o estudo Veiga e colaboradores, (2013), neste período considerado de maior demanda nutricional devido ao crescimento intenso é que os adolecentes ficam mais susceptíveis a carências nutricionais, em especial do ferro, cálcio, zinco, vitamina A, C, D, E e complexo B.

Por isso, a formação e consolidação de hábitos alimentares saudáveis e atitudes é essencial para garantir o crescimento e desenvolvimento adequado e na prevenção de doenças futuras.

Os adolescentes são vulneráveis ao serem expostos a um padrão alimentar, as influências exercidas pelos amigos e familiares, mídia e a sociedade. Com isso, a tendência é que eles adotem um estilo de vida próprio, seja pelo padrão estético atual ou pelo consumo excessivo de alimentos pobres em nutrientes (Leal, 2013).

É comum entre adolescentes a ingestão constante de lanches de fácil acesso como os do tipo *fast food*, alimentos ricos em gorduras, açúcares e sódio (biscoitos recheados, refrigerantes, salgadinhos, entre outros) associados a uma carência na ingestão de vitaminas, minerais e fibras.

Este comportamento alimentar inadequado ligado a falta de atividade física contribuem para o ganho excessivo de peso e elevam os fatores de risco de doenças associadas, aumentando ainda, o risco de comorbidades na vida adulta (Carvalho e colaboradores, 2014).

A escolha dos alimentos durante a fase escolar possui grande relevância na

saúde atual e futura das pessoas. No entanto, a alimentação de escolares sofre transformações constantes, devido ao fácil acesso a comidas rápidas de alto teor calórico e ricas em sódio, e uma preocupante redução na ingestão de frutas, legumes e verduras.

A escola, espaço privilegiado por ter a missão de educar e desenvolver valores ao ser humano, deve assumir também o papel na formação e na promoção de saúde dos alunos (Correia e colaboradores, 2014).

É o espaço apropriado para se desenvolver projetos junto as crianças e adolescentes, para que construam o senso crítico e desperte o interesse em saber o valor de se investir em alimentos com qualidade nutricional (Pinto e colaboradores, 2014).

A alimentação escolar deve ser composta de alimentos nutritivos e boa aceitabilidade para fornecer sustento e promoção da saúde.

O Brasil apresenta intensas mudanças no padrão alimentar de sua população devido à transição nutricional acompanhando uma tendência global no aumento de consumo de ultra processados (Alves, Silva e Spinelli, 2018).

O interesse em se estudar a alimentação e nutrição de adolescentes se justifica devido às crescentes evidências que associam dietas inadequadas como fator de risco para as carências nutricionais, o excesso de peso, a obesidade e doenças associadas entre os adolescentes que vêm aumentando significativamente nas últimas décadas, no Brasil.

Durante a infância e adolescência, quando o aluno já participa da vida escolar é de suma importância o planejamento de ações educativas voltadas para a manutenção e promoção da saúde. É um público que requer atenção especial devido esta fase de modulação de escolhas, atitudes e comportamentos (Veiga e colaboradores, 2013).

Neste contexto, o objetivo do presente estudo foi avaliar características do consumo de alimentos realizado por adolescentes durante o intervalo das aulas, do período matutino, em uma escola privada do município de Montes Claros, Minas Gerais.

## MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo de caráter descritivo e de análise quantitativa, com delineamento transversal, realizado com

alunos de uma instituição de ensino privado da cidade de Montes Claros-MG.

A amostra foi constituída por 52 estudantes de ambos os gêneros, com idades de 13 a 16 anos do nono ano do ensino fundamental e do primeiro ano do ensino médio, devidamente matriculados e frequentes na instituição de ensino.

Somente após autorização dos pais ou responsáveis que assinaram o TCLE (Termo de Consentimento Livre e Esclarecido). Os alunos foram incluídos na pesquisa, de forma voluntária.

Foi projetada uma amostra de 70 alunos sugeridos pela instituição (considerando o erro amostral de 5% e nível de confiança de 95%), porém apenas 52 (74,28%) dos estudantes corresponderam ao critério de inclusão, devido a não devolução do TCLE devidamente assinado.

Para realização desta pesquisa foram utilizados como técnicas para coleta de dados os procedimentos: A avaliação antropométrica constituída pela aferição de peso e estatura para posterior cálculo do IMC e determinação do estado nutricional.

Para avaliar o perfil e consumo alimentar dos adolescentes através das escolhas de lanches durante o intervalo das aulas, aplicou-se o questionário QFA (Questionário de Frequência Alimentar) adaptado pelos autores da pesquisa.

Como parâmetro para a avaliação de micronutrientes, utilizou-se a rotulagem de um salgadinho de pacote, disponível em embalagem de 150g (ultra processado), mais consumido pelos estudantes no intervalo das aulas.

Após os dados coletados, foi calculado o Índice de Massa Corporal (IMC), segundo os

parâmetros do Ministério da Saúde (MS) - SISVAN (Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional) sob a fórmula: peso atual (kg) / estatura (m)<sup>2</sup>. O peso foi aferido em balança digital eletrônica (*Plenna Hidra*) com capacidade de até 150kg e precisão de 100g e, para estatura usou o estadiômetro vertical (BRASIL, 2011).

Os resultados foram lançados no *Software Microsoft Office Excel 2016* e tratados através da estatística descritiva, no qual estão apresentados em formato de tabelas e gráficos, contendo percentuais (em percentis).

Após tabulação das respostas obtidas no QFA, foram elaborados tabelas e gráficos que possuem legenda própria para cada variável, como apresentado nos resultados.

O presente estudo foi submetido e aprovado em 22 de agosto de 2018, pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Associação Educativa do Brasil - SOEBRAS, com parecer nº 2.836.700. A pesquisa cumpriu os preceitos éticos da Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde (CNS).

## RESULTADOS

Participaram do presente estudo 52 alunos do ensino básico. Destes, 32 eram do sexo feminino (62%) e 20 do sexo masculino (38%), com idades prevalentes de 14 e 15 anos (75%).

A avaliação antropométrica pelo IMC identificou 78,84% dos estudantes com peso adequado para a idade e um total de 19,24% acima do peso para a idade (Tabela 1).

**Tabela 1-** Identificação e caracterização da população pesquisada (n = 52).

	Variáveis	n	%
Sexo	Feminino	32	62
	Masculino	20	38
Idade (anos)	13 - 14	20	38
	15 - 16	32	62
Antropometria	Magreza	1	1,92
	Eutrofia	41	78,84
	Sobrepeso	5	9,62
	Obesidade	5	9,62

Para determinar o estado nutricional, optou-se pelo uso do percentil por ser prático e proporcionar o diagnóstico da condição nutricional de adolescentes de uma

determinada amostra populacional em relação às medidas antropométricas. As curvas de percentis são do *National Center for Health Statistics (NCHS)* (Raphael e Rigbi, 2016).

A seguir, os dados referentes aos valores em percentis da distribuição dos pontos de corte de IMC para idade de adolescentes de 10 até 19 anos de idade e o diagnóstico nutricional:

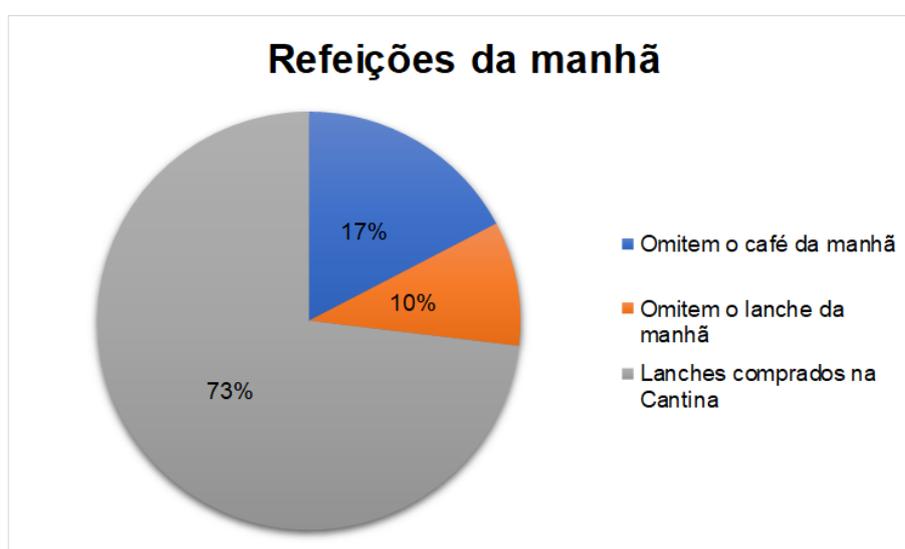
Se < que Percentil 0,1 = Magreza acentuada;  
 Se  $\geq$  que Percentil 0,1 e < que Percentil 3 = Magreza;  
 Se  $\geq$  que Percentil 3 e  $\leq$  que Percentil 85 = Eutrofia;  
 Se > que Percentil 85 e  $\leq$  que Percentil 97 = Sobrepeso;  
 Se > que Percentil 97 e  $\leq$  que Percentil 99,9 = Obesidade;

Se > que Percentil 99,9 = Obesidade grave.

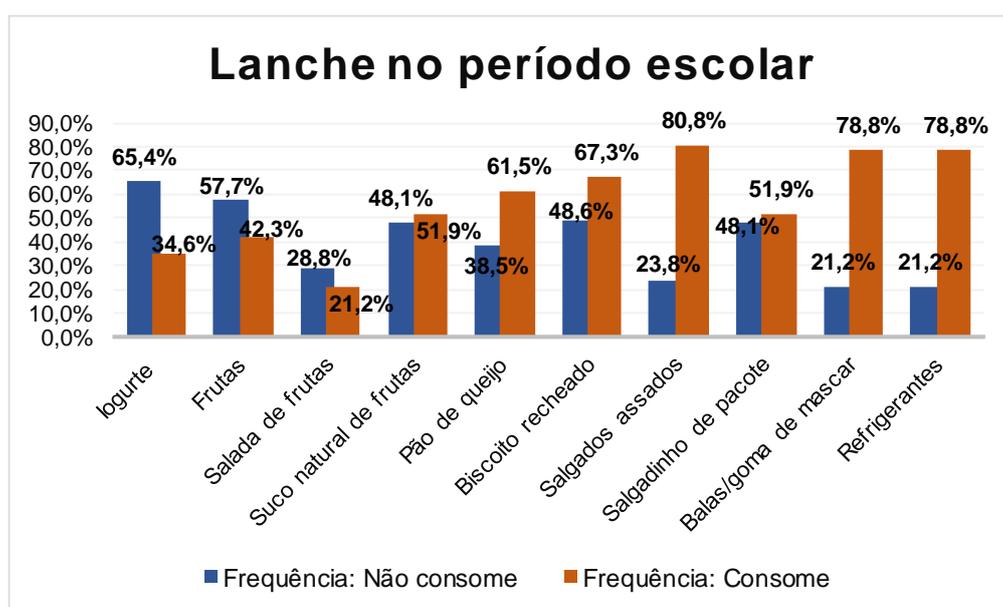
O Gráfico 1 apresenta as variáveis relevantes da frequência das refeições da manhã dos alunos e destaca o alto consumo de alimentos (73%) adquiridos na cantina da escola.

O Gráfico 2 expressa com maiores detalhes o perfil e hábitos alimentares dos alunos e indica um alto consumo de produtos com baixa qualidade nutricional.

As variáveis mostradas traçam um perfil alimentar dos alunos no período de aula e aponta a importância de ações de orientação e reeducação alimentar na escola.



**Gráfico 1** - Frequência da ingestão das refeições da manhã.



**Gráfico 2** - Consumo de alimentos no período escolar.

**Tabela 2 - hábitos característicos da adolescência.**

Variáveis	n	%
<b>Como é a sua ingestão de água durante o período em que você está escola?</b>		
nenhuma	2	3,8
De 1 a 2 copos	19	36,5
De 3 a 4 copos	18	34,6
Mais de 4 copos	13	25
<b>Com relação a ingestão destes alimentos, como você os classifica?</b>		
Saudáveis	4	7,7
Pouco saudáveis	30	57,7
Não saudáveis	14	26,9
Não sabe classificar	4	7,7
<b>Quanto ao seu processo de mastigação, como considera?</b>		
Mastigo poucas vezes	12	23,1
Adequado	18	34,6
Precisa melhorar	19	36,5
Não sabe classificar	3	5,8

**Tabela 3 - Informação Nutricional: Salgadinho disponível em embalagem de 150g.**

Quantidade/porção	Porção de 25g (4 xícaras)	% VD (*)
Valor Energético	102 kcal = 431 kJ	5
Carboidratos	18 g	6
Proteínas	1,3 g	2
Gorduras Totais	2,8 g	5
Gorduras Saturadas	0,7 g	3
Gordura Trans	0 g	**
Fibra Alimentar	1,1 g	4
Sódio	192 mg	8

**Legenda:** Fonte: próprio fabricante; (\*) % Valores Diários com base em uma dieta de 2.000 Kcal; (\*\*) VD não estabelecido.

A Tabela 2 descreve alguns hábitos característicos da adolescência, com destaque aos resultados mais relevantes da pesquisa.

Em relação ao salgadinho de pacote mais consumidos pelos adolescentes na cantina estão os de sabores cebola, presunto e queijo.

Contém como ingredientes: gordura vegetal hidrogenada, sal refinado iodado, realçador de sabor glutamato monossódico, corante natural de urucum/cúrcuma e aroma (cebola, presunto ou milho), Tabela 3.

## DISCUSSÃO

Tomando como base prática para iniciar a discussão desta pesquisa, tem-se como aliado o *Guia Alimentar para a População Brasileira*, publicado pelo Ministério da Saúde, que dispõe de informações e recomendações sobre hábitos alimentares saudáveis para todo povo brasileiro.

O principal objetivo do guia é promover a saúde atual e futura da população brasileira através de mudanças importantes no consumo alimentar.

Espera-se que este guia seja utilizado em todos os lugares incluindo as casas, unidades de saúde, instituições de ensino e em todos espaços nos quais desenvolvam atividades de promoção da saúde (Brasil, 2014).

Apesar de que, nesta pesquisa, a maioria dos estudantes se classificaram como eutróficos, é expressivo os percentuais de excesso de peso (19,24% - Tabela 1), sendo necessária projetos de intervenção e orientação nutricional sobre a qualidade dos alimentos consumidos pelos alunos.

Segundo os autores Ferreira e colaboradores (2014), o perfil e hábitos alimentares em escolas são preocupantes, uma vez que, doenças crônicas estão atingindo índices cada vez mais elevados e alarmantes para a saúde pública.

Doenças como a obesidade, diabetes tipo 2 e a hipertensão arterial atingem cada vez mais crianças e adolescentes de forma semelhante à população adulta.

O consumo adequado de micronutrientes é indispensável para o

crescimento e às transformações corporais próprios da adolescência.

O cálcio e fósforo são essenciais para a formação da massa óssea e manutenção do esqueleto. A falta de ferro está ligada a maior incidência de anemia ferropriva e o zinco na manutenção do sistema imunológico.

O consumo excessivo de alimentos pobre em nutrientes é um dos obstáculos para as políticas públicas de promoção da saúde do adolescente, sendo necessário desenvolver ações que reduzam carências de micronutrientes, pois a deficiência destes e de outros minerais podem trazer prejuízos à saúde (Veiga e colaboradores, 2013). A Tabela 3 exemplifica um tipo destes alimentos.

A OMS tem como um dos principais itens na “Estratégia Global para a Prevenção de Doenças Crônicas” promover o consumo de vegetais. O público adolescente tem passado por intensas modificações em seus hábitos alimentares, que tem diminuído o consumo de cereais, frutas e verduras.

Por outro lado, têm aumentado consideravelmente o consumo de alimentos ricos em gorduras e açúcares, com elevado teor energético. Esta “transição nutricional” tornam os adolescentes vulneráveis ao se considerar o aumento das suas necessidades nutricionais e sua suscetibilidade às influências ambientais.

Os adolescentes têm suas próprias prioridades e optam a viver o momento pouco se importando com as consequências de seus hábitos alimentares em longo prazo (Santana, Furtado e Pinho, 2014).

Este exemplo de escolha alimentar pode ser notado no Gráfico 2.

A cantina da escola na qual o trabalho foi realizado mostra que o estabelecimento funciona como um estabelecimento comercial comum, de acordo com as demandas da clientela, ou seja, vendem produtos para adolescentes que são influenciados pela propaganda, amigos, meio social e tendem ingerir apenas aquilo que gostam, sem se preocuparem com valores nutricionais dos alimentos. É importante levar em conta que as cantinas escolares são locais adequados para orientação e educação alimentar e não apenas como estabelecimentos comerciais comuns, sem função educativa neste espaço.

As escolas, sobretudo as privadas, devem oferecer uma alimentação equilibrada e orientar seus alunos para a prática de bons hábitos de vida. O aluno bem nutrido apresenta maior aproveitamento e rendimento

escolar, tem o aporte nutricional adequado para crescimento e desenvolvimento do corpo e fortalece o sistema imunológico (Zancul, 2004).

Outro dado relevante desta pesquisa, quando solicitados a fazer autoavaliação sobre a qualidade da escolha destes alimentos 30 (57,7%) como “pouco saudáveis” e 14 (26,9%) “não saudáveis”, mostrando que estes adolescentes são capazes de desenvolver uma condição de autocritica sobre seus próprios hábitos alimentares (Tabela 2).

Para os autores (Silva, Teixeira e Ferreira, 2014), os adolescentes são capazes de modificar seus hábitos alimentares a partir do momento que os reconhece e promove a autoanálise e avaliação crítica sobre seus próprios atos. É característico do adolescente o consumo excessivo de alimentos gordurosos, açucarados e de fácil preparação, considerados típicos nesta faixa etária.

Quanto ao processo de mastigação (Tabela 3), o estudo (Araujo, 2014) ressalta que a mastigação pode influenciar no estado nutricional, pois além de quebrar os alimentos em fragmentos menores para a ingestão, tem a função de promover a ação da saliva sobre os alimentos triturados para formar o bolo alimentar.

Estudos ressaltam a importância em mastigar adequadamente os alimentos, saboreando devagar durante as refeições está associado a um menor ganho de peso, uma vez que, podem contribuir no controle do apetite. É na boca que começa o processo digestório, sendo necessário triturar bem os alimentos para melhor absorção de nutrientes e diminuição do risco de distúrbios gastrointestinais e de doenças ligadas a carência de nutrientes.

Embora tenha avaliado um pequeno número de participantes, este estudo tem como pontos fortes a exploração de informações relativas ao perfil e hábitos alimentares de uma faixa etária importante na população pesquisada, que é a dos adolescentes.

O conhecimento do comportamento alimentar propicia a discussão e estimula o desenvolvimento de novos estudos que possam subsidiar ações individuais e coletivas que contribuam para prevenção e promoção da saúde do adolescente (Vieira, Del Ciampo e Del Ciampo, 2014).

Observou-se que, na cantina, o consumo de produtos com alto teor de açúcares simples, gorduras, sódio e

conservantes, como os doces (balas), refrigerantes, salgados e salgadinhos de pacote é intenso.

Por outro lado, nos dias das coletas de dados não foram notados alimentos "saudáveis" e de fácil manipulação como os sanduíches naturais, frutas, suco e salada de frutas, e mesmo o pão de queijo, anunciado no cardápio, não havia na cantina. E, ainda, os alunos consomem alimentos que eles mesmos julgam não serem saudáveis; conforme dados coletados do QFA.

## CONCLUSÃO

Ao considerar a necessidade de mudanças no perfil comportamental alimentar de adolescentes, percebe-se a importância da realização de práticas educativas alimentares, de forma contínua, na escola.

Nesta fase considerada de maior demanda nutricional devido ao crescimento intenso os adolescentes ficam mais susceptíveis a carências nutricionais de vitaminas e minerais importante para o desenvolvimento adequado.

Portanto, sugere-se a inclusão da disciplina de educação alimentar na grade curricular.

Por desenvolverem atividades diárias neste espaço, os profissionais da educação em parceria com donos de cantina, direção da escola e os pais dos alunos necessitam ser capacitados e orientados para tornarem-se aptos a atuar junto aos profissionais de saúde, de forma a agregar o profissional nutricionista na realização de ações de promoção à alimentação saudável.

A ambiente escolar é o espaço apropriado para se desenvolver projetos junto as crianças e adolescentes, para que construam o senso crítico e desperte o interesse em saber o valor de se investir em alimentos de boa qualidade nutricional.

## REFERÊNCIAS

1-Alves, Y.F.; Silva, C.R.; Spinelli, M.G.N. Teor de sódio e contribuição calórica de alimentos ultraprocesados no cardápio de uma unidade de alimentação e nutrição escolar em São Paulo-SP. *Revista da Universidade Vale do Rio Verde. Três Corações*. Vol. 15. Num. 1. p. 428-436. 2018.

2-Araujo, D.S. Avaliação nutricional, mastigatória e da qualidade de vida de

crianças com sobrepeso e obesas. Universidade Estadual de Campinas-Unicamp. Piracicaba-SP. p. 2-3. 2014.

3-Brasil. Orientações para a coleta e análise de dados antropométricos em serviços de saúde: Norma Técnica do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional - SISVAN / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Brasília. Ministério da Saúde. 2011.

4-Brasil. Guia alimentar para a população brasileira / ministério da saúde, secretaria de atenção à saúde, departamento de atenção Básica. 2ª Edição. Brasília-DF. Ministério da Saúde. 2014.

5-Carvalho, C.A.; Fonseca, P.C.A.; Oliveira, F.P.; Coelho, A.A.; Arruda, S.P.M. Consumo de energia e macronutrientes no lanche escolar de adolescentes de São Luís, Maranhão, Brasil. *Cad. saúde colet*. Vol. 22. Num. 2. p. 212-217. 2014.

6-Correia, A.M.; Carvalho, F.E.; Martins, R.C.B.; Bassoli, A.C.S. Consumo alimentar de escolares em cantinas da rede privada de municípios do oeste paulista. *Omnia Saúde*. Vol. 11. Num. 1. p. 15-28. 2014.

7-Ferreira, J.T.; Lemos, J.; Dal Bosco, S.M.; Adami, F.S. Alimentação na escola e estado nutricional de estudantes do ensino fundamental. *Revista Brasileira em Promoção da Saúde, Fortaleza-CE*. Vol. 27. Num. 3. p. 349-356. 2014.

8-Leal, G.V.S. Fatores associados ao comportamento de risco para transtornos alimentares em adolescentes na cidade de São Paulo. Tese Doutorado em Nutrição em Saúde Pública. Faculdade de Saúde Pública. Universidade de São Paulo. São Paulo. p. 15-16. 2013.

9-Pinto, V.L.X.; Lima, L.; Inda, R.T.; Medeiros, M.; Bezerra, I.W.R. Educação permanente de professores: a reflexão-ação na promoção da alimentação saudável nas escolas. *Extensão em Foco, Curitiba-PR*. Editora da UFPR. Num. 10. p.37-58. 2014.

10-Raphael, L.B.M.; Righi, C.G.B. Avaliação antropométrica de crianças e adolescentes nas curvas de crescimento: Uma revisão da

---

literatura. Revista UNILUS Ensino e Pesquisa.  
Vol. 13. Num. 32. 2016.

11-Santana, J.T.; Furtado, M.B.; Pinho, L.  
Promoção do consumo de frutas e verduras  
em adolescentes: Relato de experiência. Rev  
enferm UFPE online. Recife. Vol. 8. Num. 1.  
2014.

12-Silva, J.G.; Teixeira, M.L.O.; Ferreira,  
M.A. Alimentação na adolescência e as  
relações com a saúde do adolescente. Texto  
contexto - enferm. Vol. 23. Num. 4. p. 1095-  
1103. 2014.

13-Veiga, G.V.; Costa, R.S.; Araújo, M.C.;  
Souza, A.M.; Bezerra, I.N.; Barbosa, F.S.;  
Sichieri, R.; Pereira, R.A. Inadequação do  
consumo de nutrientes entre adolescentes  
brasileiros. Rev. Saúde Pública, São Paulo.  
Vol. 47. Num. 1. p. 212-221. 2013.

14-Vieira, M.V.; Del Ciampo, I.R.L.; Del  
Ciampo, L.A. Hábitos e consumo alimentar  
entre adolescentes eutróficos e com excesso  
de peso. Rev. bras. crescimento desenvolv.  
hum. Vol. 24. Num. 2. p. 157-162. 2014.

15-Zancul, M.S. Consumo alimentar de alunos  
nas escolas de ensino fundamental em  
Ribeirão Preto-SP. Faculdade de Medicina de  
Ribeirão Preto. Ribeirão Preto-SP. p. 60-68.  
2004.

E-mail dos autores:

maurocelio.r@hotmail.com

queirozgessica79@gmail.com

katia.sepulveda@yahoo.com.br

Endereço para correspondência:

Kátia Pina Sepúlveda Hott.

Av. Profa. Aida Mainartina Paraíso, 99.

Ibituruna. Montes Claros-MG.

CEP: 39408-007.

Recebido para publicação em 17/04/2019

Aceito em