

O consumo alimentar de escolares: um artigo de revisão

The food intake of schoolchildren: a review article

Maria de Fátima Alves de Oliveira

UniFOA/ UniMSB/Fiocruz
bio_alves@yahoo.com.br

Alessandra R. Guimaraens Viana

Laefib/Fiocruz
agviana@yahoo.com.br

Manoela Atalah Pinto dos Santos

Laefib/IOC/Fiocruz
manuatalah@hotmail.com

Resumo

A alimentação saudável está intimamente relacionada à promoção da saúde. Devido aos hábitos alimentares inadequados e dietas mal orientadas, do ponto de vista nutricional, é crescente o desencadeamento de doenças, principalmente a obesidade. O presente artigo tem como objetivo analisar as produções científicas nacionais, que abordam a temática do consumo alimentar de escolares. As bases de dados consultadas foram a SciELO e LILACS totalizando 25 artigos publicados no período de 2001 a 2012. Foram utilizados como descritores “consumo alimentar”, “hábitos alimentares” e “educação alimentar”. Revelou-se predominância de publicações nas regiões Sul e Sudeste. Os resultados apontaram um consumo regular de alimentos não saudáveis e consumo inferior ao recomendado de alimentos saudáveis. Observou-se positiva associação entre o consumo alimentar e fatores sociais. É necessário, portanto, investir em ações de promoção da saúde, principalmente através do Ensino de Nutrição e de intervenções políticas.

Palavras chave: revisão bibliográfica, consumo alimentar, escolares.

Abstract

Healthy eating is closely related to health promotion. Due to poor eating habits and diets misguided, the nutritional point of view, there is a growing outbreak of illness. This article aims to analyze the national scientific production, which address the issue of dietary intake of schoolchildren. The databases consulted were SciELO and LILACS totaling 25 articles published in the period 2001-2012. Descriptors were used as "food intake", "eating habits" and "food educations." Revealed a predominance of publications in the South and Southeast. The findings showed regular consumption of unhealthy foods and consumption below the recommended healthy foods. Positive association was observed between dietary intake and

socio economic and cultural. Concluded that there is need to invest in health promotion activities, mainly through nutrition education and policy interventions.

Key words: literature review, food consumption, schoolchildren

Introdução:

O Brasil tem vivenciado uma transição nutricional, ao mesmo tempo em que os crescentes casos de obesidade em crianças e adolescentes passam a chamar mais atenção do que a desnutrição no país (DE LAVOR, 2007). As mudanças são decorrentes das modificações no estilo de vida e no padrão alimentar da população urbana brasileira em relação ao volume de ingestão, a composição e qualidade dos alimentos. Há redução no consumo de cereais, leguminosas, raízes e tubérculos, à substituição da gordura animal pelos óleos vegetais, aumento no consumo de ovos, refrigerantes e açúcares (NEUTZLING *et al.*, 2010).

Os hábitos alimentares exercem grande influência sobre o crescimento, desenvolvimento e saúde em geral dos indivíduos, principalmente na adolescência (NEUTZLING *et al.*, 2007). Nessa faixa etária, o indivíduo necessita de um maior aporte energético devido ao desenvolvimento e crescimento (Gambardella, 1999), contudo admite-se um desequilíbrio no que se refere ao aumento do consumo calórico. O excesso de alimentos ricos em gorduras e açúcares, como no caso das práticas alimentares que envolvem lanches rápidos, podem levar ao sobrepeso e a obesidade. Na adolescência, os jovens são bombardeados por todos os lados por influências positivas e negativas relacionadas à alimentação, tais como o aumento do consumo de alimentos ricos em gorduras e em sódio, pobres em fibras e nutrientes essenciais (CTENAS VITOLO, 1999). A mídia atua transmitindo informações errôneas acerca dos alimentos, estimulando o consumo de alimentos industrializados e com baixo valor nutricional (TEIXEIRA *et al.*, 2012). A população infanto-juvenil merece especial atenção das políticas públicas preventivas, pois as transformações do comportamento alimentar, influenciadas pelo contexto socioeconômico e cultural, têm efeito preditor sobre a saúde desses indivíduos, tornando-os vulneráveis a inúmeras patologias.

O espaço escolar apresenta-se como importante local para o desenvolvimento de programas de educação e saúde, incluindo a educação nutricional. É dentro da escola que o estudante permanece por um período considerado, estabelecendo suas primeiras interações e relações sociais, participando de experiências que possam influenciar seus hábitos alimentares (CAVALCANTI, *et al.*, 2011). Os processos educacionais devem ser ativos, lúdicos e interativos que favoreçam mudanças de atitudes e das práticas alimentares (SANTOS, 2005). Os esforços na implementação de ações centradas nos hábitos alimentares devem ser extensivos à família e a comunidade escolar (SILVA *et al.*, 2009).

Devido a importância do consumo alimentar entre os escolares, o presente estudo se propõe a analisar os trabalhos sobre a temática publicados entre os anos 2001 e 2012, nas principais bases eletrônicas SciELO e LILACS, a fim de verificar o que as pesquisas sobre a temática apontam e suscitar questões relevantes acerca da promoção da alimentação saudável nas escolas brasileiras.

Caminho Metodológico:

O presente trabalho baseou-se no referencial da pesquisa bibliográfica, que consiste no exame da literatura científica para levantamento e análise do que já se produziu sobre determinado tema.

O período da pesquisa foi de 2001 a 2012. O recorte temporal se dá em função da transição nutricional vivida no país durante este período. Com o objetivo de buscar artigos, realizou-se uma pesquisa nas bases eletrônicas LILACS (Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde) e SCIELO (Scientific Electronic Library Online). As palavras-chaves “consumo alimentar”, “hábitos alimentares” e “educação alimentar” foram utilizadas como descritores. As referências bibliográficas dos estudos localizados foram também rastreadas para localizar outros trabalhos pertinentes ao assunto abordados nesse artigo. O levantamento bibliográfico totalizou 102 referências, das quais 25 artigos foram selecionados. Foi realizada uma análise de títulos e resumos para obtenção de artigos potencialmente relevantes para a revisão. Artigos relacionados à intervenção realizada totalmente fora do ambiente escolar e grupos específicos (academias, área rural, diabéticos) foram excluídos da análise, exceto para a obesidade. Para critério de inclusão, os artigos deveriam ter como base a análise de dados coletados no Brasil, relacionar-se ao consumo alimentar adotado pelos escolares, aos fatores associados ao consumo alimentar e as intervenções nutricionais realizadas com escolares. Teses e dissertações não foram incluídas.

Resultados e Discussão:

Caracterização do acervo revisado

Durante a revisão das publicações alguns aspectos foram identificados como relevantes no processo de análise dos conteúdos. Desta maneira os artigos foram agrupados refletindo o objetivo geral de cada publicação nos seguintes eixos temáticos: (1) Consumo alimentar entre escolares, (2) Fatores associados ao consumo alimentar, (3) Intervenções nutricionais. O primeiro eixo temático denominado consumo alimentar entre escolares refere-se aos estudos que possuem objetivo de descrever e analisar o padrão alimentar das crianças e dos adolescentes brasileiros. O segundo eixo temático denominado fatores associados ao consumo alimentar refere-se a influência exercida sobre o padrão alimentar. O terceiro eixo temático nomeado intervenções nutricionais agrupa estudos que relacionam as intervenções nutricionais desenvolvidas no âmbito educacional. O mesmo artigo pode abranger mais de um eixo temático. O Quadro 1 demonstra a caracterização do acervo estudado, segundo o autor, local do estudo, ano da publicação, eixo temático e instrumento metodológico utilizado.

Pesquisadores / autores	Local do Estudo	Ano	Eixo Temático	Instrumentos
Kazapi <i>et al</i>	Campinas/SP	2001	1	Método Recordatório
Carvalho <i>et al</i> ,	Teresina/Piauí	2001	1	Questionário de Frequência Alimentar
Andrade <i>et al</i>	RJ	2003	1	Questionário de Frequência Alimentar e IMC
Santos <i>et al</i>	Bahia	2005	1	Questionário e Intervenção Nutricional
Ochsenhofer <i>et al</i>	SP	2006	1	Questionário de Frequência Alimentar
Carmo <i>et al</i>	SP	2006	1	Questionário de Frequência Alimentar
Rosaneli <i>et al</i>	Paraná	2007	1	Questionário de Frequência Alimentar

Felice <i>et al</i>	SP	2007	1	Questionário de Frequência Alimentar
Dalla Costa <i>et al</i>	Paraná	2007	2	Questionário de Frequência Alimentar
Gabriel <i>et al</i>	Florianópolis/SC	2008	3	Questionário de Frequência Alimentar e IMC
Fiates <i>et al</i>	Florianópolis/SC	2008	2	Avaliação Antropométrica e questionário
Levy, <i>et al</i>	Populacional	2009	1 e 2	Questionário autoaplicável
Silva, <i>et al</i>	Fortaleza/CE	2009	1	Formulário estruturado
Fernandes, <i>et al</i>	Florianópolis	2009	3	Intervenções de consumo alimentar
Rossi <i>et al</i>	Revisão Bibliográfica	2010	2	Revisão Bibliográfica
Ruela, <i>et al</i>	Resende /RJ	2010	1	IMC e Questionário de Frequência Alimentar
Bertin, <i>et al</i>	Indaial/ SC	2010	2	IMC e questionário autoadministrativo
Leal, <i>et al</i>	São Paulo	2010	1 e 2	Método Recordatório
Conceição <i>et al</i>	São Luis/MA	2010	1	Método Recordatório de 24 horas
Neutzling, <i>et al</i>	Pelotas/ RS	2010	1 e 2	Questionário de Frequência Alimentar
Anzolin, <i>et al</i>	Santa Catarina	2010	3	IMC e Questionário Alimentar do Dia Anterior
Cardoso, <i>et al</i>	Rio de Janeiro	2011	2	Método Grade of Membership
Teixeira <i>et al</i>	São Paulo	2012	2	Questionário sobre Atitudes Alimentares
Costa <i>et al</i>	Santa Catarina	2012	1	Questionário Alimentar do Dia Anterior
Rodrigues, <i>et al</i>	Cuiabá/MS	2012	1	Questionário autoaplicado, IMC e Questionário de Frequência Alimentar.

Tabela 1: Coletânea de artigos analisados entre o período de 2001 a 2012.

Foi possível perceber a partir dos artigos analisados que a maioria dos estudos sobre o consumo alimentar em escolares ocorre nas regiões Sul e Sudeste. Acredita-se que este resultado se relacione ao fato da transição nutricional, pela qual o país vem passando, tenha ocorrido primeiramente nessas regiões (BATISTA-FILHO & RISSIN, 2003). Dentre as diferentes metodologias adotadas para a realização dos estudos, a principal foi o questionário de frequência alimentar (QFA). Este é destacado por possuir a capacidade de caracterizar a dieta habitual de cada indivíduo, captar suas mudanças recentes e discriminar a variação de consumo individual, características necessárias à estimativa de riscos (RIBEIRO & CARDOSO, 2002).

Consumo alimentar entre escolares

A maioria dos artigos analisados revelou um consumo regular de alimentos não saudáveis, constatando um desequilíbrio entre a ingestão dos nutrientes adequados para a adolescência. Cardoso *et al* (2011) e Ruela *et al* (2010) destacaram em seus estudos, realizados com adolescentes do Rio de Janeiro, a baixa frequência no consumo de frutas e legumes em suas dietas alimentares. O deficiente consumo de frutas *in natura*, hortaliças e legumes por

adolescentes são mostrados em pesquisas de diferentes cidades brasileiras indicando que esse hábito alimentar é comum nesse grupo etário (CARVALHO *et al.*, 2001; COSTA *et al.*, 2012; LEAL *et al.*, 2010; CARMO *et al.*, 2006; SANTOS *et al.*, 2005). Tal fato sugere a ingestão de uma alimentação inadequada, pois esses alimentos são ricos em fibras, minerais e vitaminas. A carência desses nutrientes podem desencadear avitaminoses e outras doenças, Leal *et al.*, (2010) relatam que no estudo com 228 adolescentes de São Paulo, a ingestão de cálcio e vitamina A foi inferior a recomendada pelo Food and Nutrition Board. O consumo inadequado de vitamina A pode levar à cegueira, pois essa vitamina lipossolúvel é essencial para a manutenção da saúde ocular. Carvalho *et al.*, (2001) descreveram um baixo consumo de leites e derivados, principais fontes de cálcio e outros nutrientes, entre os adolescentes. A carência de cálcio compromete o crescimento e desenvolvimento do indivíduo principalmente durante o período da adolescência, onde ocorre uma elevada aquisição de massa óssea. Além de apresentar-se como fator de risco para o desenvolvimento da osteoporose que acomete principalmente as mulheres que estão na menopausa (BEDANI & ROSSI, 2005).

Na análise dos artigos que tinham como objetivo verificar o padrão alimentar dos adolescentes foi percebido que a alta ingestão de alimentos energéticos (ricos em açúcares) e gordurosos, por adolescentes parece ser consenso entre os autores pesquisados (KAZAPI, *et al.*, 2001; CARVALHO *et al.*, 2001; ANDRADE *et al.*, 2003; OCHSENHOFER *et al.*, 2006; FELICE *et al.*, 2007; LEVY *et al.*, 2009; NEUTZLING *et al.*, 2010; CONCEIÇÃO *et al.*, 2010). Carvalho *et al.*, (2001) avaliaram 360 alunos de uma escola particular de Teresina e constataram a presença marcante de alimentos como pães, doces, balas e chocolates dentre os hábitos alimentares. Andrade *et al.*, (2003) relataram que os alimentos de alta densidade energética mais consumidos por adolescentes são: doces e batata frita. Em cantinas escolares de Piracicaba, Felice *et al.*, (2007) descreveram como principais alimentos consumidos, salgadinhos de pacote e guloseimas. Dentre as bebidas, o refrigerante apresentou-se como o de maior consumo (CARMO *et al.*, 2006; FELICE *et al.*, 2007; CARVALHO *et al.*, 2001). Esses achados são preocupantes visto que, esses alimentos, apresentam elevado índice glicêmico e são hipercalóricos, o aumento da ingestão energética aparece como consequência de mudanças qualitativas na dieta. Os principais fatores relacionados à etiologia da obesidade estão voltados ao estilo de vida, especialmente no que diz respeito ao binômio: dieta e carência de atividades físicas (WANDERLEY & FERREIRA, 2010).

Os autores destacaram que dentre os alimentos-fonte de proteínas que são consumidos habitualmente estão as leguminosas e o feijão ocupa posição de maior destaque (CARVALHO *et al.*, 2001; LEVY, *et al.*, 2009; SILVA *et al.*, 2009; ROSANELI *et al.*, 2006). É importante um consumo proteico adequado visto que esses alimentos contêm nutrientes essenciais. Carvalho *et al.* (2001) relatam o consumo de feijão, pelo menos uma vez por semana, entre 90% dos adolescentes pesquisados no Piauí. Dados semelhantes são encontrados em Fortaleza (Silva *et al.*, 2009) e no Paraná (Rosaneli *et al.*, 2006) onde a ingestão de feijão entre os adolescentes chega a 75% e 76%, respectivamente. Um estudo populacional realizado em 26 estados brasileiros e o Distrito Federal, com 60.973 adolescentes revelou que há consumo de feijão por 62% dos alunos (LEVY *et al.*, 2009). O consumo de feijão deve ser incentivado, pois além de ser característico do hábito alimentar brasileiro é também um alimento de elevado valor nutritivo pelo alto teor de fibras, proteínas, ferro e ácido fólico, constituindo fonte importante de ferro e proteína para adolescentes (LEAL *et al.*, 2010). A influência da cultura nos padrões alimentares brasileiros é confirmada por estudos que relatam a ingestão de itens tradicionais na dieta como o arroz (SILVA *et al.*, 2009; ROSANELI *et al.*, 2006). Esse dado mostra-se relevante, pois a combinação de feijão com arroz é a mais completa alimentação em termos nutricionais e atua como efeito protetor para o excesso de peso (RODRIGUES *et al.*, 2012).

Fatores associados ao consumo alimentar

Foram analisados três artigos que retrataram a relação do padrão de consumo alimentar e a influência da mídia. Rossi *et al.*, (2010) ao revisarem a bibliografia descrevem uma associação significativa entre a televisão e consumo alimentar, verificando que crianças e adolescentes que despendem maior tempo com a televisão tendem a ingerir menos frutas e verduras, e mais porções de salgadinhos, doces e bebidas com elevado teor de açúcar. Fiates *et al.*, (2008) Cardoso *et al.*, (2011) revelaram em seus estudos que a maioria dos adolescentes costumava beliscar outros alimentos enquanto assistia a televisão, ou fazia as refeições com a televisão ligada. Este fato é preocupante, Dietz & Gortmaker (1985), sustentaram que o número de horas que um adolescente passa assistindo TV é um importante fator associado à obesidade, acarretando um aumento de 2% na prevalência da obesidade para cada hora adicional de televisão em jovens de 12 a 17 anos.

Dentre os indicadores do padrão alimentar, a periodicidade das refeições apresenta-se como um fator importante, pois o fracionamento de determinadas refeições está diretamente relacionado aos bons hábitos alimentares e a manutenção do peso. A associação entre o padrão de consumo alimentar e a quantidade de refeições realizadas é descrita por quatro autores. Silva *et al.*, (2010) e Cardoso *et al.*, (2010) Leal *et al.*, (2010) revelaram um alto número de adolescentes que omitem pelo menos uma refeição ao se alimentar, o ideal é a realização de 6 refeições/dia. A não realização do desjejum e o alto consumo de alimentos não saudáveis estão associados aos altos níveis de colesterol total, maiores circunferência da cintura, IMC e obesidade (BERTIN *et al.*, 2010), essas características são importante indicadores de doenças cardiovasculares. Dalla Costa *et al.*, (2007) encontraram preferência alimentar pelo lanche da tarde em substituição as refeições principais em adolescentes do sexo feminino do Paraná. Com a omissão de uma ou mais refeições diárias, os alimentos regularmente consumidos em determinadas refeições, dificilmente serão consumidos em outros horários ao longo do dia, além de aumentar o risco de desenvolvimento de obesidade. Leal *et al.*, (2010) observaram em 30% dos adolescentes entrevistados outra característica alimentar, a substituição do almoço e/ou jantar, com alimentos tradicionais como o arroz e feijão, por lanches, sendo estes geralmente de alta densidade energética e baixo valor nutritivo, como refrigerante, biscoitos, chocolate, pães, leite e margarina. Texeira *et al.*, (2012), em um estudo transversal realizado no município de São Paulo com 106 adolescentes compararam hábitos alimentares de adolescentes obesos e não obesos e constataram maior prevalência de substituição das refeições principais como almoço e jantar por lanche entre os adolescentes obesos, sendo sanduíches e salgados, os principais substitutos das refeições.

Intervenções Nutricionais

A escola desempenha papel fundamental, na formação dos hábitos de vida dos estudantes e, é responsável pelo conteúdo educativo global, inclusive do ponto de vista nutricional (OCHSENHOFER *et al.*, 2006). Segundo Chaves e Oliveira, (2009) a educação nutricional como conteúdo escolar visa ampliar e modificar as condutas dos alunos diante de questões de saúde alimentar, na busca de propiciar-lhes conhecimentos que os conduzam a posturas críticas e hábitos saudáveis. As intervenções de educação nutricional nas escolas são ressaltadas em quatro artigos. Anzolin *et al.*, (2010) destacaram que uma intervenção didática realizada com 93 escolares do município de Itajaí-SC foi efetiva na modificação do consumo de alguns alimentos/grupos alimentares. Em um estudo do efeito da educação nutricional sobre o consumo alimentar de 135 adolescentes de Santa Catarina, Fernandes *et al.*, (2009) revelaram melhorias em relação à qualidade dos alimentos consumidos pelos escolares após a aplicação do programa de educação nutricional. Em outro estudo realizado em Santa Catarina com 162 escolares verificou-se aumento da frequência de algumas atitudes e práticas

alimentares mais saudáveis como a redução significativa nos percentuais de biscoitos recheados trazidos de casa, o aumento no consumo da merenda escolar e aceitação por frutas (GABRIEL *et al.*, 2008). Dentre os estudos analisados que abordam a temática educação nutricional, constatamos um efeito positivo com relação à mudança de hábitos alimentares, após a realização de atividades pedagógicas. Segundo Santos *et al.*, (2005) intervenções nutricionais direcionadas aos escolares têm sido reconhecidas como importantes estratégias para prevenir e tratar a obesidade. Apesar de terem sido encontrados poucos artigos sobre o tema existem o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) que fornece às escolas públicas alimentação balanceada e o Programa de Saúde na Escola (PSE) que distribui materiais educativos para que os professores possam abordar o tema na Semana da Alimentação Escolar que acontece em maio, e nas dinâmicas escolares. Com isso a escola cumpre seu papel na formação de um cidadão crítico que atua como difusor do conhecimento. Apesar de relatos positivos na melhora de hábitos alimentares por adolescente após intervenções, a quantidade de artigos que relatam a execução destas atividades ainda é escassa.

Conclusão:

O número de artigos publicados relacionados ao tema consumo alimentar na última década foi grande. Esses achados evidenciam que o consumo alimentar de escolares é de grande interesse para a saúde pública, uma vez que a presença da obesidade nessas faixas etárias é frequentemente associada ao desenvolvimento precoce de outras doenças crônicas não transmissíveis, como hipertensão arterial, dislipidemias e diabetes melito. Contudo, estudos sobre intervenções nutricionais, ainda apresentam-se escassos. Ressalta-se a importância de se investir em ações de promoção da saúde, principalmente no espaço escolar.

Referências Bibliográficas:

- ANDRADE R.G, PEREIRA R.A, SICHIERI R. Consumo alimentar de adolescentes com e sem sobrepeso do Município do Rio de Janeiro. *Cad Saúde Pública* 2003; 19: 1485-95
- ANZOLIN,C *et al.* Intervenções Nutricionais em Escolares. *Revista Brasileira em Promoção da Saúde*. 4: 297-306, 2010.
- BATISTA FILHO, M & RISSIN, A. A transição nutricional no Brasil: tendências regionais e temporais. *Cad saúde pública*, v. 19, n. Supl 1, p. 181-91, 2003.
- BEDANI, R & ROSSI, E A. O consumo de cálcio e a osteoporose. *Semina: Ciências Biológicas e da Saúde*, v. 26, n. 1, p. 3-14, 2005.
- BERTIN, RL, *et al.* Estado Nutricional e consumo alimentar de adolescentes da rede pública de ensino da cidade de São Mateus do Sul, Paraná. *Rev Bras Saude Matern Infant.*;8(4):435-43,2008.
- CARMO, M. B. *et al.* Consumo de doces, refrigerantes e bebidas com adição de açúcar entre adolescentes da rede pública de ensino de Piracicaba, São Paulo. *Rev. bras. epidemiol*, v. 9, n. 1, p. 121-130, 2006.
- CARDOSO, L. O, *et al.* Uso do método Grade of Membership na identificação de perfis de consumo e comportamento alimentar de adolescentes do Rio de Janeiro, Brasil. *Cad. saúde pública*, v. 27, n. 2, p. 335-346, 2011.
- CARVALHO, C. M. R.G. *et al.* Consumo alimentar de adolescentes matriculados em um colégio particular de Teresina, Piauí, Brasil. *Rev. nutr*, v. 14, n. 2, p. 85-93, 2001.
- CONCEIÇÃO, S. I.O *et al.* Food consumption of schoolchildren from private and public schools of São Luis, Maranhão, Brazil. *Revista de Nutrição*, v. 23, n. 6, p. 993-1004, 2010.

- COSTA, E. Q. *et al*; Programa de alimentação escolar: espaço de aprendizagem e produção de conhecimento. *Revista de Nutrição*, v. 14, n. 3, p. 225-229, 2001.
- COSTA, L. C.F, *et al*. Fatores associados ao consumo adequado de frutas e hortaliças em escolares de Santa Catarina, Brasil. *Cad. Saúde Pública*, v. 28, n. 6, p. 1133-1142, 2012
- DALLA COSTA, M. C *et al*. Hábito alimentar de escolares adolescentes de um município do oeste do Paraná. *Rev. nutr*, v. 20, n. 5, p. 461-471, 2007.
- DIETZ, W.H. & GORTMAKER, S.L. Do we fatten our children at the television set? Obesity and television viewing in children and adolescents. *Pediatrics*, 75: 807-12, 1985.
- DE LAVOR, A. Alimentação no Brasil. Um padrão bem pouco saudável. *RADIS Comunicação em Saúde. Rio de Janeiro*, n. 56, p. 18-24, 2007.
- FELICE, M. M.; SAMPAIO, I. P. Ci; FISBERG, M. Análise do lanche escolar consumido por adolescentes. *Saúde em Revista, Piracicaba*, v. 9, n. 22, p. 7-14, 2007.
- FERNANDES, P. S. *et al*. Avaliação do efeito da educação nutricional na prevalência de sobrepeso/obesidade e no consumo alimentar de escolares do ensino fundamental. *J. pediatr.*(Rio J.), v. 85, n. 4, p. 315-321, 2009.
- FIATES, G. M. R; AMBONI, R.D. M. C; TEIXEIRA, E. Comportamento consumidor, hábitos alimentares e consumo de televisão por escolares de Florianópolis. *Rev. nutr*, v. 21, n. 1, p. 105-114, 2008.
- GABRIEL, C. G; SANTOS, M. V; VASCONCELOS, F. A. G. Avaliação de um programa para promoção de hábitos alimentares saudáveis em escolares de Florianópolis, Santa Catarina, Brasil;. *Rev. bras. saúde matern. infant*, v. 8, n. 3, p. 299-308, 2008.
- GAMBARDELLA, A. M. D. ; FRUTUOSO, M. F. P.; FRANCH, C. Prática alimentar de adolescentes. *Revista de Nutrição*. São Paulo, p. 56, jan/abr. 1999.
- KAZAPI, I.M, *et al*. Consumo de energia e macronutrientes por adolescentes de escolas públicas e privadas. *Rev Nutr* 2001; 14:27-33
- LEAL, G. V. S, *et al*. Consumo alimentar e padrão de refeições de adolescentes, São Paulo, Brasil. *Rev. bras. epidemiol*, v. 13, n. 3, p. 457-467, 2010.
- LEVY, R.B *et al*. Consumo e comportamento alimentar entre adolescentes brasileiros: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar, 2009. *Ciênc Saúde Coletiva*, v. 15, n. s2, 2010.
- MENEZES. A. M. B. Frequência de consumo de dietas ricas em gorduras e pobres em fibras entre adolescentes. *Revista de Saúde Pública*. Rio Grande do Sul, p. 2, 2007.
- OCHSENHOFER, K. O papel da escola na formação da escolha alimentar: merenda escolar ou cantina? *CEP*, v. 5688, p. 060, 2006.
- RODRIGUES, P. R. M. *et al*. Fatores associados a padrões alimentares em adolescentes: Um estudo de base escolar em Cuiabá, M G. *Rev Bras Epidemiol*, v. 15, n. 3, p. 662-74, 2012.
- ROSSI, C. E. *et al*. Influência da televisão no consumo alimentar e na obesidade em crianças e adolescentes: uma revisão sistemática. *Rev. nutr*, v. 23, n. 4, p. 607-620, 2010.
- ROSANELI, C.F, *et al*. Participação da mistura arroz e feijão na dieta usual de alunos de escola pública e privada de Maringá/PR. *Ciência, Cuidado e Saúde*, v. 6, p. 384-389, 2008.
- RUELA, L.C.R. & SOUSA JUNIOR, F. A. C. Avaliação nutricional e estilo de vida de adolescentes de uma escola pública da região sul fluminense–RJ. *Nutrir Gerais*,v.4, n.6, p. 554-65, 2010.
- SANTOS, J. S.; *et al*. Perfil antropométrico e consumo alimentar de adolescentes de Teixeira de Freitas - Bahia. *Revista de Nutrição*, Campinas, v. 18, n. 5, p. 623-632, 2005.
- SILVA, A. R. V *et al*. Hábitos alimentares de adolescentes de escolas públicas de Fortaleza, CE, Brasil. *Rev. bras. enferm*, v. 62, n. 1, p. 18-24, 2009.
- TEIXEIRA, A. S. Substituições de refeições por lanches entre adolescentes. *Revista Paulista de Pediatria*, v. 30, n. 3, p. 0-0, 2012.
- VITOLO, M. R.; CTENAS, M. L. B. *Crescendo com saúde*. São Paulo: C2 Editora e Consultoria em nutrição, 1999.