

## HÁBITOS ALIMENTARES EM ADOLESCENTES DE ESCOLAS PÚBLICAS DA CIDADE DE SALVADOR– BA, BRASIL

*Andréia de Sousa Rocha Barreto da Silveira\**  
*Evelin Keila dos Santos Bomfim\*\**  
*Erica Etelvina Viana de Jesus\**  
*Juliana Silvestre Silva\*\*\**  
*Alex José Leite Torres\*\*\*\**

\* Docentes do Centro Universitário Jorge Amado – UNIJORGE. andreaimunoufba@gmail.com; ericaviana@yahoo.com.br

\*\* Colaboradora Grupo de Pesquisa do vírus HIV - Universidade Federal da Bahia – ICS-UFBA. evelin.bomfim@gmail.com

\*\*\*Pesquisadora do Grupo de Pesquisa Ambiente, Sustentabilidade e Paisagem da Universidade do Estado da Bahia - UNEB. Campus XI. julay\_silvestre@yahoo.com.br

\*\*\*\* Professor Adjunto na Universidade Federal da Bahia – ICS-UFBA. ajltorres@gmail.com

**RESUMO:** No Brasil, a baixa ingestão de nutrientes tem reflexo direto no aumento de diversas doenças crônicas. Nessa perspectiva, surge a necessidade de criar estratégias de educação alimentar, inclusive dentro do ambiente escolar e, para isto, os hábitos alimentares de 85 alunos do ensino médio de duas escolas públicas de Salvador–BA foram analisados por meio da aplicação de um questionário. Verificou-se que mais de 70% dos respondentes utilizam medicamento para perder peso e mais da metade possuem hábitos inadequados de alimentação e desconhecem noções básicas sobre alimentação saudável. Conclui-se, assim, que os hábitos não saudáveis destes adolescentes se devem, principalmente, à falta de informação e à influência da mídia. É imprescindível investir em políticas educacionais que visem melhorar o hábito alimentar destes adolescentes.

**PALAVRAS- CHAVE:** Alimentação, estudantes, globalização, nutrição.

**ABSTRACT:** In Brazil, the low intake of nutrients has a direct impact on the increase in several chronic diseases. From this perspective, there is a need to create nutritional education strategies, including within the school environment, and for this, the eating habits of 85 high school students from two public schools in Salvador-BA were analyzed through the application of a questionnaire. It was found that more than 70% of respondents use medication to lose weight and more than half have inadequate eating habits and are unaware of basic notions about healthy eating. Therefore, it is concluded that the unhealthy habits of these adolescents are mainly due to the lack of information and the influence of the media. It is essential to invest in educational policies aimed at improving the eating habits of these adolescents.

**KEYWORDS:** Food, students, globalization, nutrition.

## INTRODUÇÃO

No Brasil tem-se detectado o aumento da transição nutricional na população, o que é caracterizado pela baixa ingestão de nutrientes e leva a constantes ocorrências de sobrepeso e obesidade tanto na população adulta, quanto em crianças e adolescentes (TRICHES & GIUGLIANI, 2005).

A alimentação é uma necessidade biológica dos seres vivos, sendo inerente à sua condição existencial, seja ele um ser vegetal ou animal, na qual está associada ao fator fundamental de sua subsistência. Os diversos fatores que determinam os hábitos alimentares de um ser humano, na maioria das vezes, são negligenciados devido à rotina e à falta de conhecimento sobre alimentação e hábitos saudáveis (SILVA et al., 2014). Este desconhecimento resulta em uma alimentação desequilibrada, que promove a manifestação de diversas doenças, tais como: hipertensão, doenças cardiovasculares, diabetes e obesidade, e torna a dieta alimentar um assunto de utilidade pública.

As práticas alimentares são destacadas como determinantes diretas destas doenças e a educação nutricional tem sido abordada como tática a ser seguida para que a população tenha uma alimentação mais saudável e, por consequência, um peso adequado, resultando em melhor qualidade de vida (COTTA, 2009). Nesse contexto, torna-se necessária a reeducação alimentar da população, assim como a desmistificação de alguns tabus sobre o tema dissipados na sociedade.

Segundo Pereira & Brasileiro (2020), nas últimas décadas a globalização vem redirecionando a alimentação no país, facilitando um maior consumo de alimentos industrializados e esta condição parece ser um forte indicativo de um possível problema de saúde pública. Os autores acrescentam que outros hábitos prejudiciais são as refeições realizadas em frente à TV e o acompanhamento das mídias sociais que tendem a interferir de forma expressiva no comportamento dos jovens.

Considerando a urgente necessidade de desenvolver estratégias que resultem na melhoria de hábitos alimentares e visando ampliar os conhecimentos nesta área da saúde, o presente trabalho objetiva avaliar as práticas alimentares a partir do conhecimento de

adolescentes estudantes de escolas públicas no município de Salvador-BA a respeito do tema “nutrição”.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de um estudo transversal descritivo, em que foi avaliado o comportamento de 85 adolescentes de faixa etária entre 13 e 18 anos, estudantes de escolas públicas do município de Salvador-BA. Adotou-se a aplicação de uma entrevista estruturada por meio de um questionário. A participação de cada indivíduo foi voluntária e sigilosa, não havendo, portanto, nenhuma recusa ao preenchimento dos dados.

Os pesquisadores realizaram a leitura e a explicação de cada questão para todos, objetivando minimizar erros relacionados à interpretação das questões que foram formuladas de modo a adaptá-las ao contexto da população investigada.

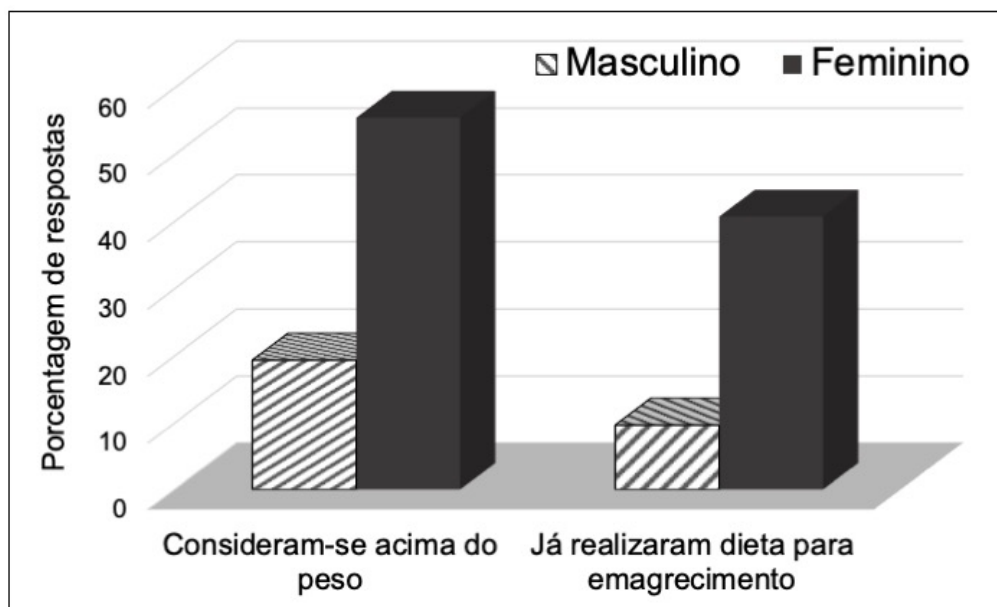
As questões presentes no questionário aplicado podem ser divididas em três grupos ou variáveis: 1) Dados pessoais do aluno: sexo e data de nascimento; 2) Dados referentes às práticas alimentares: questões aguçando a subjetividade dos próprios biótipos, questões sobre a influência do meio nos hábitos alimentares, questões sobre dietas adotadas (associadas ou não a medicamentos e prescrição médica) e eficácia oportuna; 3) Dados referentes ao nível do conhecimento básico da composição química dos alimentos.

A partir das respostas obtidas foram avaliadas as variáveis que constituíam o questionário e categorizadas de acordo aos temas problematizados.

## **RESULTADOS**

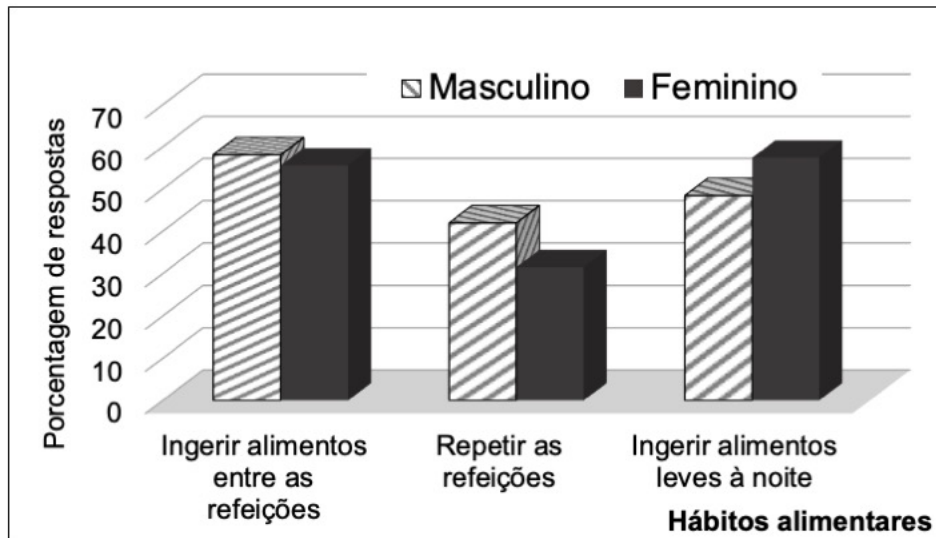
O estudo avaliou a resposta do questionário de 85 estudantes. Desses, 31 pertenciam ao sexo masculino e 54 ao sexo feminino. Questionados sobre o que pensavam sobre o próprio biótipo (independente de avaliação clínica), 55,5% dos estudantes do sexo feminino afirmaram se considerarem acima do peso enquanto apenas 19,3% dos estudantes do sexo masculino acreditaram estar na mesma condição. A prática de dietas alimentares para fins de emagrecimento também foi maior nas entrevistadas do sexo

feminino. Enquanto 22 das alunas entrevistadas (40,7%) já haviam realizado, pelo menos uma vez, dietas visando perda de peso, apenas três (9,6%) dos alunos entrevistados afirmaram já terem adotado essa prática (Figura 1).

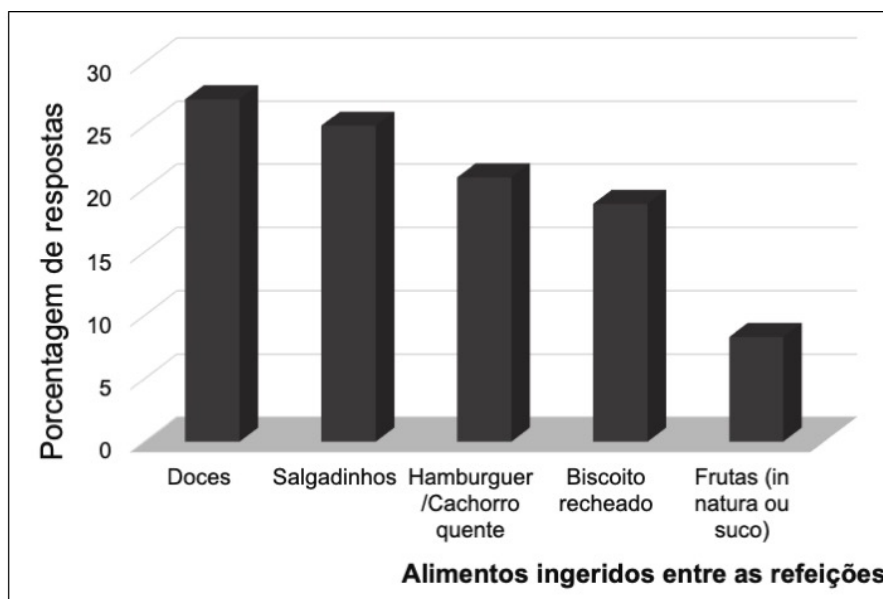


**Figura 1.** Auto-avaliação subjetiva do biotipo e informação sobre realização de dietas para fins de emagrecimento em estudantes de 13 a 18 anos do sexo masculino e feminino em duas escolas públicas de Salvador-Bahia.

Na investigação dos hábitos alimentares, mais da metade dos estudantes de ambos os sexos (58,1% dos homens e 55,4% das mulheres) relataram possuir o hábito de ingerir alimentos entre as principais refeições. Dentre os quais, a repetição do café da manhã e/ou almoço foi um hábito relatado por 31,5% e 41,9% dos estudantes do sexo feminino e masculino, respectivamente. Entretanto, a maioria dos estudantes (57,4% entre elas e 48,3% entre eles) afirmaram optar por alimentos mais leves durante a noite (Figura 2). Entre os alimentos preferencialmente escolhidos para consumo entre as refeições, foi observado que 27,1% dos alunos consomem doces (balas, pirulitos e bombons), 24,7% salgadinhos, 20,8% hambúrguer e cachorro-quente e 18,8% biscoitos recheados, enquanto somente 8,3% informaram consumir sucos e frutas (Figura 3).



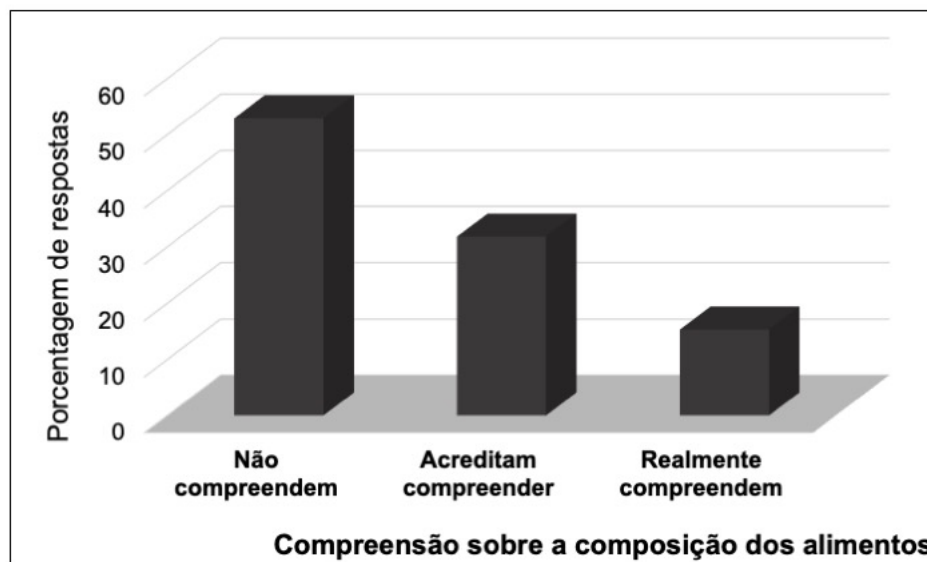
**Figura 2.** Análise dos aspectos relacionados aos hábitos alimentares associados às refeições regulares em estudantes de 13 a 18 anos de duas escolas públicas de Salvador-Bahia.



**Figura 3.** Tipo de alimentos regularmente ingeridos entre as refeições principais de estudantes de 13 a 18 anos de duas escolas públicas de Salvador-Bahia.

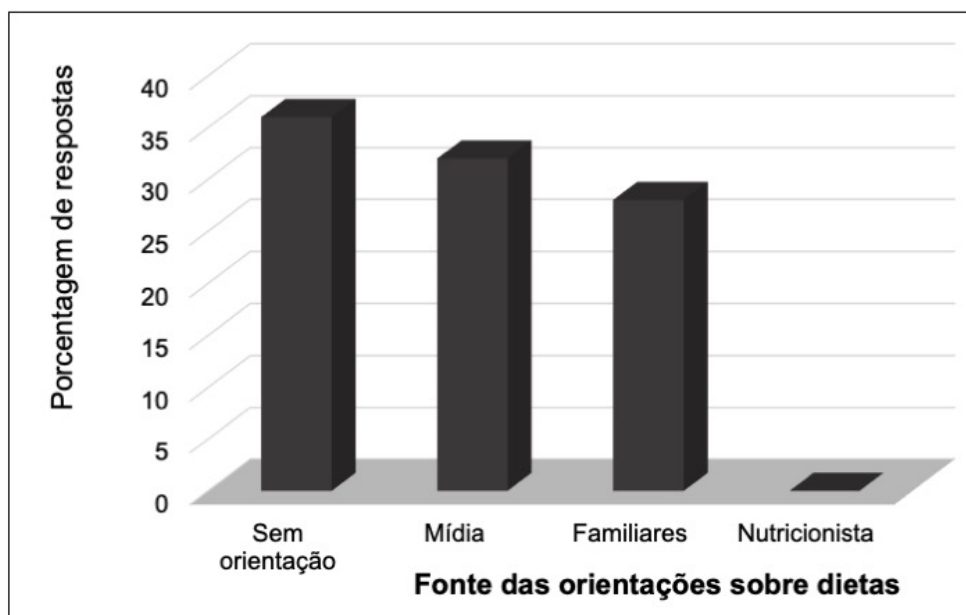
Na avaliação sobre o conhecimento acerca dos alimentos regularmente ingeridos, 52,9% assumiram não possuir nenhuma informação sobre a composição dos alimentos, 31,8% julgaram apresentar noções sobre o assunto e apenas 15,3% possuem efetivamente

tais noções. Esse último grupo sabe, por exemplo, apontar alimentos mais ou menos calóricos e detêm informações sobre a necessidade de frutas e legumes em suas dietas (Figura 4).

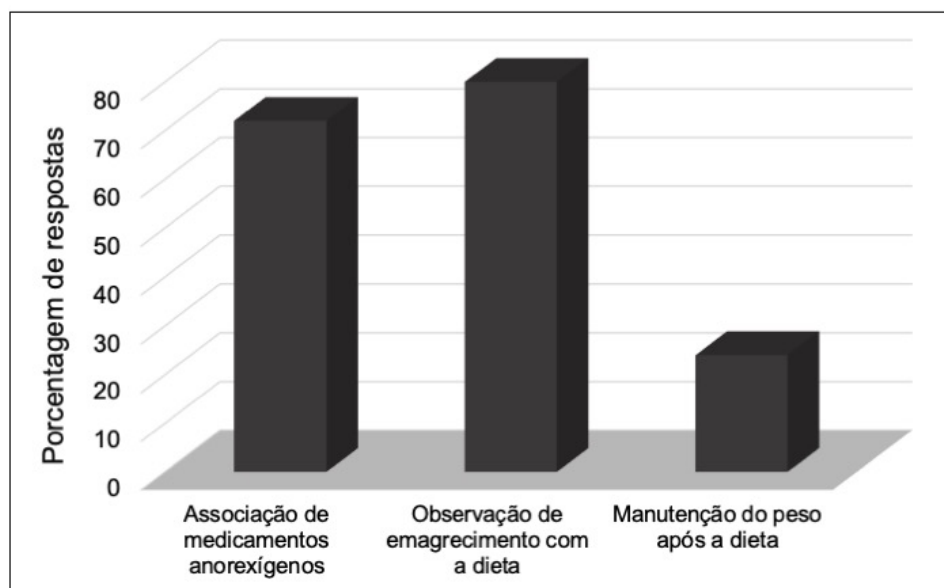


**Figura 4.** Análise do nível de compreensão sobre a composição dos alimentos regularmente ingeridos por estudantes de 13 a 18 anos de duas escolas públicas de Salvador-Bahia.

Entre os estudantes que afirmaram realizar dieta com o objetivo de redução de peso foi investigada as fontes de orientações para realização das modificações alimentares. Dentre eles, 36% (9/25) não adotam nenhum tipo de orientação para a realização das dietas, 28% (7/25) afirmaram terem seguido orientações dos familiares e 32% (9/25) seguiram dietas obtidas por meio da mídia. Nenhum dos entrevistados afirmou ter buscado informações e/ou orientações de um(a) nutricionista ou outro(a) profissional de saúde (Figura 5). Ainda sobre esse grupo de estudantes, 72% (18/25) informaram que, pelo menos uma vez, associaram medicamentos anorexígenos às práticas alimentares restritivas. A obtenção de resultado satisfatório com a dieta - redução do peso - foi relatada por 80% (20/25) dos praticantes. Entretanto, apenas 24% (6/24) conseguiram manter o peso recém adquirido após a suspensão das práticas da dieta alimentar (Figura 6).



**Figura 5.** Fonte de orientação sobre dietas para emagrecimento adotadas por estudantes de 13 a 18 anos de duas escolas públicas de Salvador-Bahia.



**Figura 6.** Análise subjetiva das dietas para emagrecimento quanto à associação com medicamentos, eficácia na perda de peso e manutenção do peso em estudantes de 13 a 18 anos de duas escolas públicas de Salvador-Bahia.

## DISCUSSÃO

A Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAS) considera que a alimentação e a nutrição se constituem em requisitos básicos para a promoção e a proteção da saúde, possibilitando a afirmação plena do potencial de crescimento e desenvolvimento humano, com qualidade de vida e cidadania (BRASIL, 2013).

No presente estudo foram investigados parâmetros associados à alimentação de adolescentes escolares de 13 a 18 anos. Os dados encontrados apontam para uma má alimentação desse público, associado a maus hábitos alimentares, desconhecimento sobre as características dos alimentos consumidos e adoção de práticas de dietas sem supervisão profissional, fatores esses que podem levar ao desencadeamento de distúrbios alimentares e desenvolvimento de doenças associadas à rotina alimentar.

Uma dieta alimentar saudável deve ser equilibrada, respeitando o consumo adequado de alimentos variados e dos diversos grupos alimentares a fim de obter fornecimento satisfatório dos nutrientes indicados para a faixa etária. Deve-se priorizar a ingestão de frutas, verduras, legumes e cereais integrais, reduzindo a menos de 10% o consumo de açúcares livres, incluindo açúcares adicionados aos alimentos, bebidas e açúcares naturais presentes no mel, xaropes e frutas (BRASIL, 2014; OPAS, 2019).

Os dados aqui apresentados mostraram um consumo frequente de alimentos ultraprocessados, aliado ao baixo número de estudantes que fazem ingestão regular de frutas (apenas 8,34%). Esses achados corroboram com outros trabalhos que identificaram consumo inadequado de frutas em 60,8% de estudantes entre 11 e 17 anos no Paraná (LEGNANI et al., 2021) e de 79,9% em adolescentes entre 14 e 19 anos em Minas Gerais (SILVA et al., 2020).

Dados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), realizada em 2015, mostraram que 42,8% dos adolescentes avaliados, além de apresentarem comportamento sedentário maior do que duas horas por dia, consumiam diariamente pelo menos um alimento industrializado, o que leva à hipótese de que o comportamento sedentário seria responsável pela maior exposição a propagandas desse tipo de alimentos que, por sua vez, estariam influenciando as preferências alimentares desse público (SANTOS et al., 2018). O consumo exagerado de alimentos com conservantes também foi observado em um



inquérito realizado em uma escola privada de Juiz de Fora - MG, no qual 74% dos adolescentes avaliados não estavam satisfeitos com sua imagem corporal e 84,6% afirmaram que até metade da lista de compras dos pais e/ou responsáveis era destinada à aquisição de alimentos ultraprocessados (ANDRADE et al., 2019).

No presente estudo, a maioria dos estudantes não demonstraram conhecimentos básicos sobre a constituição dos alimentos por eles ingeridos e, por extensão, das consequências do seu consumo para sua saúde, apesar da preocupação com a realização de dietas para fins de emagrecimento. No entanto, diferentemente dos resultados aqui apresentados, Silva et al. (2014) observaram no Rio de Janeiro que estudantes entre 10 e 19 anos apresentavam conhecimentos sobre alimentação saudável e sobre os problemas associados aos maus hábitos alimentares, entretanto a não adoção das tais práticas relacionava-se mais a questões culturais do que de acesso à informação. Corroborando com esses dados, Carvalho et al. (2020) demonstraram que os adolescentes de 10 a 19 anos de Campinas-SP foram capazes de apontar que os hábitos de não comer ou comer pouco vegetal (frutas, saladas cruas e cozidas) e tomar refrigerante são os principais motivos para identificar sua alimentação como ruim ou muito ruim.

Enquanto as práticas alimentares inadequadas se tornam cada vez mais frequentes em adolescentes, também é crescente a prática de dietas monótonas ou modismos alimentares, como, por exemplo, a exclusão de algumas refeições diárias (da VEIGA et al., 2004; SILVA et al., 2012). Os achados aqui apresentados mostraram uma grande adesão de estudantes do sexo feminino às refeições padrões (café da manhã, almoço e jantar), enquanto o mesmo não foi observado no sexo masculino, dentre os quais apenas 41,9% afirmou fazer as refeições regularmente.

Nesse estudo, um grande número de estudantes afirmou se submeter a dietas alimentares visando principalmente a perda de peso, entretanto, a maioria afirmou usar parâmetros próprios para definir sua alimentação, atitude muitas vezes incentivada na mídia. Em uma revisão sobre o papel da mídia no comportamento alimentar de adolescentes, Bittara & Soares (2020) o classificaram como um risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares. Para os autores, além da idade proporcionar maior autonomia na escolha, nem sempre acertada, dos alimentos, a exposição mais acentuada às mídias acaba por aumentar os índices de insatisfação corporal dos jovens.

Ao serem submetidos cada vez mais precocemente e intensamente às pressões pela busca de um padrão estético inalcançável, os adolescentes tendem a vivenciar sentimentos de angústia, solidão, sofrimento psicológico e comportamentos alimentares inadequados.

Santana et al. (2016) sugerem que, entre adolescentes, sobrepeso, insatisfação com a imagem corporal e adoção de dieta restritiva são fatores de risco importantes para a adoção de comportamentos extremos de controle de peso. Esses dados reforçam as observações feitas nesse estudo em que, além da adoção de dietas restritivas sem acompanhamento profissional, estudantes buscam medicamentos para auxiliar na perda de peso, muitas vezes, sem aconselhamento médico. De fato, essas práticas são preocupantes, pois têm se mostrado agentes desencadeadores de efeitos negativos para a saúde mental e, conseqüentemente, um fator de risco para o desenvolvimento da compulsão alimentar (ALVARES & SANTANA, 2020; ANDRADE et al., 2021). A ineficácia das medidas de emagrecimento adotadas, principalmente pelas estudantes do sexo feminino, fica evidente quando, apesar de 80% delas informarem obter sucesso no emagrecimento após adoção das dietas restritivas, apenas 26% afirmarem manter esse peso posteriormente.

É preciso desmistificar que os maus hábitos alimentares estão relacionados apenas ao poder aquisitivo do indivíduo. É fato que as populações pertencentes às classes sociais de menores rendas têm maior dificuldade no acesso a bons alimentos e terminam por adquirir opções mais baratas e pobres nutricionalmente, no entanto, fatores como falta de informação e inexistência de educação alimentar são os maiores responsáveis por conduzir os indivíduos, principalmente jovens, a alimentar-se inadequadamente e não suprir, por meio da alimentação, as necessidades energéticas e nutricionais do organismo.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A pesquisa realizada nas escolas sugere que existe grande influência da mídia na indução de práticas alimentares e nos hábitos não saudáveis destes adolescentes, possibilitando desenvolvimento de doenças associadas aos maus hábitos alimentares. O conjunto de dados aqui apresentados apontam para a necessidade da implementação de medidas voltadas à educação alimentar e promoção de saúde nutricional em adolescentes

no ambiente escolar, visando a adoção de hábitos de vida saudável e o abandono de comportamentos que podem favorecer o desenvolvimento de transtornos alimentares, como o sedentarismo e elevado tempo em frente a telas.

Entretanto, além da adoção de políticas públicas, a promoção de atividades de ensino que visem o debate deste tema, com a atuação mais participativa dos(as) nutricionistas da escola e parceria entre docentes de diferentes disciplinas, como Biologia e Educação Física, por exemplo, tende a contribuir com a mudança que se espera no ambiente escolar, a partir de formas diferenciadas de abordar as questões de alimentação e saúde. É importante considerar que os estudantes se tornam multiplicadores desse conhecimento no momento que levam às suas famílias as práticas saudáveis que aprendem na escola.

## REFERÊNCIAS

ALVARES, D. A.; SANTANA, A. A. Correlação entre dietas restritivas e o surgimento ou agravamento de transtornos alimentares. **Pubsaúde**, v. 1, n. 4, a065, 2020. DOI: <https://dx.doi.org/10.31533/pubsaude4.a065>. Disponível em: <https://pubsaude.com.br/revista/correlacao-entre-dietas-restritivas-e-o-surgimento-ou-agravamento-de-transtornos-alimentares/>. Acesso em: 14 out. 2021.

ANDRADE, L. M. M.; COSTA, J. A.; CARRARA, C. F.; NETTO, M. P.; CARLOS CÂNDIDO, A. P.; SILVA, R. M. S. O. e; MENDES, L. L. Estado nutricional, consumo de alimentos ultraprocessados e imagem corporal de adolescentes de uma escola privada do município de Juiz de Fora – MG. **HU Revista**, [S. l.], v. 45, n. 1, p. 40–46, 2019. DOI: 10.34019/1982-8047.2019.v45.25937. Disponível em: <https://periodicos.ufjf.br/index.php/hurevista/article/view/25937>. Acesso em: 14 out. 2021.

BITTAR, C.; SOARES, A. Mídia e comportamento alimentar na adolescência. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional** [online], v. 28, n. 1, p. 291-308, 2020. DOI: <https://doi.org/10.4322/2526-8910.ctoAR1920>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cadbto/a/mfTpzZ6F3YhywBGx5tVLkgx/?lang=en>. Acesso em: 16 out. 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Política Nacional de Alimentação e Nutrição / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Básica. – 1. ed., 1. reimpr. – Brasília : Ministério da Saúde, 2013. 84 p. : il.

HÁBITOS ALIMENTARES EM ADOLESCENTES DE ESCOLAS PÚBLICAS DA CIDADE...

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia Alimentar para a População Brasileira / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – 2. ed., 1. reimpr. – Brasília : Ministério da Saúde, 2014. 156 p. : il.

CARVALHO, S. D. L.; BARROS FILHO, A. A.; BARROS, M. B. A.; ASSUMPCÃO, D. Qualidade da dieta segundo a autoavaliação de adolescentes: resultados do ISACamp-Nutri. **Ciência & Saúde Coletiva [online]**, v. 25, n. 11, p. 4451-4461, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-812320202511.06792019>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/c3mMKd4yGk8M7VGRwPjPHwP/?lang=pt>. Acesso em: 16 out. 2021.

COSTA, C. S.; FLORES, T. R.; WENDT, A.; NEVES, R. G.; ASSUNÇÃO, M. C. F.; SANTOS, I. S. Comportamento sedentário e consumo de alimentos ultraprocessados entre adolescentes brasileiros: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), 2015. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 34, n. 3. 2018 DOI: <https://doi.org/10.1590/0102-311x00021017>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/J95TmjRqLZCLmrZnLbmFn7s/?lang=pt>. Acesso em: 20 set. 2021.

COTTA, R. M. M.; REIS, R. S.; BATISTA, K. C. S.; DIAS, G.; ALFENAS, R. C. G.; CASTRO, F. A. F. Hábitos e práticas alimentares de hipertensos e diabéticos: repensando o cuidado a partir da atenção primária. **Revista de Nutrição**, v. 22, n. 6, p. 823-835, 2009. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1415-52732009000600004> Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rn/a/QSZSDbffFV3Z9sqyDpGky7j/?lang=pt>. Acesso em: 22 set. 2021.

LEGNANI, R. F.; GUSTAVE, E. L. D.; FOSCHIERA, D. B.; RESSETTI, G.; SILVA, F. F. da; LEGNANI, E. Associação entre atividade física e hábitos alimentares em escolares entre 11 a 17 anos de idade. **Caderno de Educação Física e Esporte**, v. 19, n. 2, p. 65–70, 2021. DOI: 10.36453/cefe.2021.n2.27188. Disponível em: <https://e-revista.unioeste.br/index.php/cadernoedfísica/article/view/27188>. Acesso em: 16 out. 2021.

OPAS. Organização Pan-Americana da Saúde. Organização Mundial de Saúde. Folha informativa – Alimentação saudável, 2019. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/topicos/alimentacao-saudavel>. Acesso em: 16 out. 2021.

PEDRAZA, D. F.; SILVA, F. A.; MELO, N. L. S.; ARAUJO, E. M. N.; SOUSA, C. P. C. Estado nutricional e hábitos alimentares de escolares de Campina Grande, Paraíba, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 22, n. 2, p. 469-477, 2017. DOI: 10.1590/1413-81232017222.26252015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/WXYW3BRrcTRkOXGmGLRfcXL/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 18 set. 2021.

PEREIRA, A. N.; BRASILEIRO, A. A. Fatores associados aos comportamentos alimentares na adolescência: uma revisão de literatura, 2020. Trabalho de Conclusão de Curso. Pontifícia Universidade

HÁBITOS ALIMENTARES EM ADOLESCENTES DE ESCOLAS PÚBLICAS DA CIDADE...

Católica de Goiás. Goiânia, Goiás, Brasil. disponível em: <https://repositorio.pucgoias.edu.br/jspui/handle/123456789/2471>. Acesso em 26 de novembro 2021.

SANTANA, M. L.; ASSIS, A. M.; SILVA, R. C. R. , RAICH R. M; MACHADO, M. E. P. C.; PINTO, E. J.; DE MORAES, L. T. L. P.; RIBEIRO, H. C. Risk Factors for Adopting Extreme Weight-Control Behaviors among Public School Adolescents in Salvador, Brazil: A Case-Control Study. **J Am Coll Nutr.**, v. 35, n. 2, p. 113-7, 2016. DOI: 10.1080/07315724.2014.951903. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25866262/>. Acesso em: 11 out. 2021.

SILVA, J. G.; TEIXEIRA, M. L. O.; FERREIRA, M. A. Alimentação e saúde: sentidos atribuídos por adolescentes. **Escola Anna Nery** [online], v. 16, n. 1, p. 88-95, 2012. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1414-81452012000100012>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ean/a/t7L4RYbDdfVV6smF4y9bv7w/?lang=pt>. Acesso em: 12 out. 2021.

SILVA, J. G.; TEIXEIRA, M. L. O.; FERREIRA, M. A. Eating during adolescence and its relations with adolescent health. **Texto & Contexto - Enfermagem** [online], v. 23, n. 4, p. 1095-1103, 2014. DOI: <https://doi.org/10.1590/0104-07072014000570013>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/tce/a/4V3SxBrzWSBCXc7PVR5YVDP/?lang=en>. Acesso em: 14 out. 2021.

SILVA, N. S. S.; FIGUEIRA, A. W. S.; SILVEIRA, M. F.; SILVA, C. S. O.; VELOSO SILVA, R. R. V. Comportamentos relacionados à saúde entre adolescentes escolares: diferenças quanto aos gêneros. **Temas em Saúde**, João Pessoa, v. 20, n. 4, p. 31-48, 2020. DOI: [10.29327/213319.20.1-3](https://doi.org/10.29327/213319.20.1-3). Disponível em: [https://www.researchgate.net/publication/339836206\\_Comportamentos\\_relacionados\\_a\\_saude\\_entre\\_adolescentes\\_escolares\\_diferencas\\_quanto\\_aos\\_generos](https://www.researchgate.net/publication/339836206_Comportamentos_relacionados_a_saude_entre_adolescentes_escolares_diferencas_quanto_aos_generos). Acesso em: 10 out. 2021.

TRICHES, R. M.; GIUGLIANI, E. R. J. Obesidade, práticas alimentares e conhecimentos de nutrição em escolares. **Revista de Saúde Pública**, v. 39, p. 541-547, 2005. DOI: [10.1590/S0034-89102005000400004](https://doi.org/10.1590/S0034-89102005000400004). Disponível em: [https://www.researchgate.net/publication/250042730\\_Obesidade\\_praticas\\_alimentares\\_e\\_conhecimentos\\_de\\_nutricao\\_em\\_escolares](https://www.researchgate.net/publication/250042730_Obesidade_praticas_alimentares_e_conhecimentos_de_nutricao_em_escolares). Acesso em: 1 out. 2021.

VEIGA, G. V.; DA CUNHA, A. S.; SICHIERI, R. Trends in overweight among adolescents living in the poorest and richest regions of Brazil. **Am J Public Health**, v. 94, n. 9, p. 1544-8, 2004. DOI: [10.2105/ajph.94.9.1544](https://doi.org/10.2105/ajph.94.9.1544). Disponível em: <https://ajph.aphapublications.org/doi/10.2105/AJPH.94.9.1544>. Acesso em: 1 out. 2021.