



UNIVERSIDADE
ESTADUAL DE LONDRINA

LUCIEVELYN MARRONE

**HÁBITOS ALIMENTARES DE ESTUDANTES
CONCLUINTEs DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO
SUPERIOR PRIVADA DE LONDRINA/PR**

Londrina
2014

LUCIEVELYN MARRONE

**HÁBITOS ALIMENTARES DE ESTUDANTES
CONCLUINTES DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO
SUPERIOR PRIVADA DE LONDRINA/PR**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós Graduação *Stricto Sensu* em Saúde Coletiva da Universidade Estadual de Londrina, como requisito parcial para obtenção do título de Mestre em Saúde Coletiva.

Orientadora: Profa. Dra. Ana Maria Rigo Silva.

Londrina
2014

**Catálogo elaborado pela Divisão de Processos Técnicos da Biblioteca Central da
Universidade Estadual de Londrina**

Dados Internacionais de Catalogação-na-Publicação (CIP)

M361h Marrone, Lucievelyn.

Hábitos alimentares de estudantes concluintes de uma instituição de ensino superior privada de Londrina/PR / Lucievelyn Marrone. – Londrina, 2014. 138 f. : il.

Orientador: Ana Maria Rigo Silva.

Mestrado (Dissertação em Saúde Coletiva) – Universidade Estadual de Londrina, Centro de Ciências da Saúde, Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva, 2014.

Inclui bibliografia.

1. Hábitos alimentares – Teses. 2. Estudantes universitários – Teses. 3. Estudos transversais – Teses. 4. Saúde pública – Teses. I. Silva, Ana Maria Rigo. II. Universidade Estadual de Londrina. Centro de Ciências da Saúde. Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva. II. Título.

CDU 614.2:612.39

LUCIEVELYN MARRONE

**HÁBITOS ALIMENTARES DE ESTUDANTES
CONCLUINTES DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR
PRIVADA DE LONDRINA/PR**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós Graduação *Stricto Sensu* em Saúde Coletiva da Universidade Estadual de Londrina, como requisito parcial para obtenção do título de Mestre em Saúde Coletiva.

BANCA EXAMINADORA

Orientadora: Profa. Dra. Ana Maria Rigo Silva
Universidade Estadual de Londrina – UEL

Profa. Dra. Mara Solange Gomes Dellaroza
Universidade Estadual de Londrina – UEL

Prof. Dr. Alberto Durán González
Universidade Estadual de Londrina – UEL

Londrina, 30 de maio de 2014.

Dedico esse trabalho aos meus pais, Maria e Valter, aos meus irmãos, Luis Marcelo e Leander, às minhas sobrinhas Mariana e Maria Luisa, e ao meu marido Miguel, pessoas que tanto amo e que sempre estiveram ao meu lado.

AGRADECIMENTOS

A Deus, nosso pai e a Nossa Senhora, nossa mãe, por me proporcionar a oportunidade da vida e de viver tudo que pude até o momento.

Aos meus pais, Maria e Valter, a quem amo muito e que, com muito esforço, me ajudaram a alcançar esse momento especial na minha vida, principalmente a minha mãe que nunca poupou esforços para ficar ao meu lado em todos os momentos da minha vida. Aos meus irmãos, Luis Marcelo e Leander, que também amo muito, irmãos como estes não existem em nenhum outro lugar, às minhas sobrinhas, alegria de viver. Muito obrigado por tudo que vocês fizeram por mim, sei do esforço de cada um para que eu pudesse chegar até aqui.

Ao meu marido Miguel, que me apoiou, meu amigo e companheiro. Muito obrigado por estar ao meu lado, por me esperar sempre com palavras e gestos carinhosos.

À minha orientadora, Professora Dr^a Ana Maria Rigo Silva, que me acolheu, me ensinou muito, foi um período sofrido, mas cresci imensamente no campo profissional. Gostaria de agradecer o carinho para comigo e todos os ensinamentos. À professora Mariana pelo auxílio, por estar sempre pronta a ajudar, com toda a minha admiração, o meu muito obrigado.

A todos aqueles que me incentivaram, de alguma forma, a chegar até aqui.

MARRONE, Lucievelyn. **Hábitos alimentares de estudantes concluintes de uma instituição de ensino superior privada de Londrina/PR**. 2014. 138 f. Dissertação (Mestrado em Saúde Coletiva) – Universidade Estadual de Londrina, Londrina, 2014.

RESUMO

Introdução: O número de estudantes universitários aumentou nos últimos anos, tanto nas instituições públicas como privadas. Mas o setor privado é o que concentra o maior número destes estudantes. Portanto, conhecer os hábitos alimentares e os fatores associados nesta população é importante para o desenvolvimento de políticas, programas e intervenções relevantes que ajudem na promoção, prevenção e controle das doenças crônicas. **Objetivo:** Analisar os hábitos alimentares de estudantes concluintes de uma instituição de ensino superior privada do município de Londrina – PR. **Material e método:** Estudo transversal com 666 estudantes universitários concluintes. Foi aplicado um questionário do tipo autorrespondido sobre características demográficas e socioeconômicas, do curso e trabalho, saúde, hábitos de vida e alimentares. O consumo inadequado de verdura/legume; frutas; feijão; substituição de refeições por lanches; refrigerante/suco artificial e frituras foram consideradas variáveis dependentes. Foram feitos ajustes do modelo de Poisson para análise estatística das associações, considerando como variável dependente de cada modelo as variáveis do consumo inadequado, e como variáveis independentes as características: demográficas e socioeconômicas; do curso e trabalho; saúde; hábitos de vida e alimentares. Permaneceram no modelo final as variáveis com p-valor <0,05. **Resultados:** Os estudantes, em sua maioria, eram do sexo feminino, com 20 a 24 anos de idade, solteiros, pertencentes à classe econômica B, 40,9% cursavam a área da saúde, 67,1% estudam no período noturno e 66,3% trabalhavam ou faziam estágio. Quanto aos hábitos de vida 3/4 não faziam atividade física regular, 83,5% foram considerados inativos e 62,8% utilizavam o computador e a televisão mais de 3 horas/dia. Das refeições, a maioria realizava as três principais <5 dias/semana e no próprio domicílio. Quanto aos fatores associados ao consumo inadequado, após regressão de Poisson, a substituição de refeições por lanches foi associada ao hábito de realizar as três principais refeições <5 dias/semana, ao consumo de frituras ≥3 dias/semana e ao consumo de feijão <5 dias/semana. O consumo de frituras ≥3 dias/semana foi associado ao hábito de substituir refeições por lanches e ao consumo de refrigerante/suco artificial ≥3 dias/semana e também ao consumo inadequado de verdura/legume. A ingestão de refrigerante/suco artificial ≥3 dias/semana associou-se à idade de 20 a 29 anos, ao sobrepeso/obesidade, a não fazer atividade física e ao consumo de frutas <5 dias/semana. O consumo de frutas <5 dias/semana foi associado aos homens, aos inativos, ao fato de destinar ≥3 horas ou mais/dia para televisão ou computador, ao hábito de fazer as três principais refeições e o consumo de verduras/legumes <5 dias/semana, ao consumo de refrigerante/suco artificial ≥3 dias/semana e ao consumo de bebida alcoólica. Os fatores associados ao consumo inadequado de verdura/legume foram a idade de 20 a 29 anos, classe econômica B e C/D e o consumo inadequado de frituras, feijão e frutas. O consumo inadequado de feijão foi associado negativamente ao fato de fazer as três principais refeições <5

dias/semana, substituir refeições por lanches ≥ 3 dias/semana, consumo inadequado de verdura/legume, sobrepeso/obesidade e o tabagismo. As associações positivas do consumo inadequado de feijão foram a idade de 20 a 29 anos, a classe econômica C/D e ainda o horário noturno de estudo. **Conclusão:** O hábito de substituir refeições por lanches e o consumo inadequado de frituras não foi associado a nenhuma característica demográfica ou sócio econômica, apenas a outros hábitos alimentares inadequados. Já quanto ao refrigerante o estudo indica que os mais jovens possuem este hábito, assim como os classificados em sobrepeso e obesidade. Quanto às frutas o estudo mostra que os homens consomem menos este alimento, assim como quem é considerado inativo. Os mais jovens e os de classe econômica mais baixa consomem menos verdura ou legume. No caso do feijão, os estudantes mais jovens, do sexo masculino, de classe econômica mais baixa, e os que estudam no período noturno tem uma ingestão mais frequente deste alimento.

Palavras-chave: Hábitos alimentares. Estudantes universitários. Alimentação.

MARRONE, Lucievelyn. **Feeding habits of students of a private college degree students in Londrina/PR.** 2014. 138 f. Dissertation (Master's on Collective Health) – Universidade Estadual de Londrina, Londrina, 2014.

ABSTRACT

Introduction: The number of undergraduates has increased a lot over the last few years, not only at the Public but also at the Private Universities. The private sector is the one which concentrates the majority of those students. Therefore, knowing their feeding habits and the factors associated at this population is important for the development of policies, programs and relevant interventions which help to promote, to prevent and to control chronic diseases. **Goal:** To analyze the feeding habits of students of a Private College Degree Institution of Londrina City-PR. **Material and Methods:** Transversal study with under graduating 666 College students. It was applied a self-answering questionnaire about demographic and social- economical characteristics, on the course and work, health, living and feeding habits. The inadequate consumption of vegetables; fruits; beans; replacement of meals by snacks; soft drink/artificial juice and frying food were considered dependent variables. Adjustments of Poisson Model were done in order to examine the statistical behavior of the associations, considering as variable answer of each model the variables of inadequate consumption and as independent variables the demographic and socio economical characteristics; of the course and work; health; living and feeding habits. It remained at the final model the variables with p-value <0.05. **Results:** The students in their majority, were female ones, 20 to 24 years old, single, belonging to B social economical class, 40,9% were coursing health area, 67,1% studying at night and e 66,3% worked or were trainees. About the living habits, 3/4 did not practice regular exercises, 83.5% were considered inactive and 62.8% used the computer and the television more than 3 hours/day. About the meals, the majority had the three main meals fewer than 5 days/week and at their own home. Concerning the factors associated to the inadequate consumption, after Poisson regression, the replacement of meals by snacks was associated to the habit of having lunch and dinner out, having the three main meals a day <5 days/week, consumption of frying food and soft drinks /artificial juice ≥ 3 days/week, consumption of alcoholic beverages and consumption of beans <5 days/week. The consumption of frying food ≥ 3 days/week was associated with the habit of replacing meals by snacks and to the consumption of soft drink/artificial juice ≥ 3 days/week and also to the inadequate consumption of vegetables. The ingestion of soft drink /artificial juice ≥ 3 days/week was associated to the age 20 to 29 years old, to the overweight/obesity, not doing exercises, replacing meals by snacks and consumption of meals by snacks and consumption of frying food ≥ 3 days/week and to the consumption of fruits <5 days/week. The consumption of fruits <5 Days /week was associated to men, not white, inactive, the habit of having the three main meals and the consumption of vegetables <5 days/week, to the consumption of soft drinks/artificial juice ≥ 3 days/week and to the consumption of alcoholic beverage. The factors associated with the inadequate of vegetables were the age 20 to 29 years old, economical class B, C/D and the inadequate consumption of frying food, beans and fruits. The inadequate consumption of beans was associated negatively to the

fact of living alone, having the three meals <5 days/week, replacing meals by snack ≥ 3 days/week, inadequate consumption of vegetables and tabagism. The positive associations of inadequate consumption of beans were the ages 20 to 29 years old, the economical class B and C/D and still the night period of studies. **Conclusion:** The habit of replacing meals by snacks and the inadequate discoveries of the current study show that inadequate consumption of fried food was not associated to no demographic or socio economic characteristics, only to other inadequate habits. Concerning soft drinks, on the other hand the study points out that the younger people who have this habit, as well as advertisement on obesity and overweight. Concerning fruits, the study shows that men consume less of this kind of food, as well as those people who are considered inactive. The youngest people and those of low economic class consume less vegetable. In the case of beans, the youngest students, male gender, belonging to a lower economic class and those who study at night have a more frequent ingestion of this food.

Keywords: Feeding habits. College students. Feed.

LISTAS DE QUADROS

Quadro 1 – Distribuição de estudantes concluintes de uma IES privada segundo Curso de Graduação e Situação de Matrículas, Londrina-PR, 2013	30
Quadro 2 – Distribuição de estudantes concluintes de uma IES privada segundo perdas e recusas, Londrina-PR, 2013	40

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 – Distribuição (n e %) de estudantes concluintes de uma IES privada segundo características demográficas e socioeconômicas, Londrina-PR, 2013.....	41
Tabela 2 – Distribuição (n e %) de estudantes concluintes de uma IES privada segundo características do curso de graduação, Londrina-PR, 2013.....	43
Tabela 3 – Distribuição (n e %) de estudantes concluintes de uma IES privada segundo características do trabalho ou estágio, Londrina-PR, 2013.....	44
Tabela 4 – Distribuição (n e %) de estudantes concluintes de uma IES privada segundo características de saúde, Londrina-PR, 2013.....	44
Tabela 5 – Distribuição (n e %) de estudantes concluintes de uma IES privada segundo hábitos de vida e alimentares, Londrina-PR, 2013.....	45
Tabela 6 – Distribuição (n e %) de estudantes concluintes de uma IES privada segundo frequência de consumo alimentar, Londrina-PR, 2013.....	46
Tabela 7 – Distribuição da frequência inadequada de substituir refeições por lanches segundo características demográficas e socioeconômicas de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.....	47
Tabela 8 – Distribuição da frequência inadequada de substituir refeições por lanches segundo características do curso de graduação, trabalho ou estágio de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.....	48
Tabela 9 – Distribuição da frequência inadequada de substituir refeições por lanches segundo características de saúde de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.....	49
Tabela 10 – Distribuição da frequência inadequada de substituir refeições por lanches segundo hábitos de vida de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.....	50

Tabela 11 – Distribuição da frequência inadequada de substituir refeições por lanches segundo hábitos alimentares de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.....	51
Tabela 12 – Fatores associados à frequência inadequada de substituir refeições por lanches, segundo modelo ajustado pela regressão de Poisson, de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013	52
Tabela 13 – Distribuição da frequência inadequada de consumo de frituras segundo características demográficas e socioeconômicas de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013	53
Tabela 14 – Distribuição da frequência inadequada de consumo de frituras segundo características do curso de graduação, trabalho ou estágio de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013	54
Tabela 15 – Distribuição da frequência inadequada de consumo de frituras segundo características de saúde de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.....	55
Tabela 16 – Distribuição da frequência inadequada de consumo de frituras segundo hábitos de vida de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013	56
Tabela 17 – Distribuição da frequência inadequada de consumo de frituras segundo hábitos alimentares de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.....	57
Tabela 18 – Fatores associados à frequência inadequada de consumo de frituras, segundo modelo ajustado pela regressão de Poisson, de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013	58
Tabela 19 – Distribuição da frequência inadequada de consumo de refrigerante ou suco artificial segundo características demográficas e socioeconômicas de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.....	59
Tabela 20 – Distribuição da frequência inadequada de consumo de refrigerante ou suco artificial segundo características do curso	

	de graduação, trabalho ou estágio de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.....	60
Tabela 21	– Distribuição da frequência inadequada de consumo de refrigerante ou suco artificial segundo características de saúde de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.....	61
Tabela 22	– Distribuição da frequência inadequada de consumo de refrigerante ou suco artificial segundo hábitos de vida de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013	62
Tabela 23	– Distribuição da frequência inadequada de consumo de refrigerante ou suco artificial segundo hábitos alimentares de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013	63
Tabela 24	– Fatores associados à frequência inadequada de consumo de refrigerante ou suco artificial, segundo modelo ajustado pela regressão de Poisson, de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013	64
Tabela 25	– Distribuição da frequência inadequada de consumo de frutas segundo características demográficas e socioeconômicas de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013	65
Tabela 26	– Distribuição da frequência inadequada de consumo de frutas segundo características do curso de graduação, trabalho ou estágio de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013	66
Tabela 27	– Distribuição da frequência inadequada de consumo de frutas segundo características de saúde de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.....	67
Tabela 28	– Distribuição da frequência inadequada de consumo de frutas segundo hábitos de vida de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013	68
Tabela 29	– Distribuição da frequência inadequada de consumo de frutas segundo hábitos alimentares de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.....	69

Tabela 30 – Fatores associados à frequência inadequada de consumo de frutas, segundo modelo ajustado pela regressão de Poisson, de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013	70
Tabela 31 – Distribuição da frequência inadequada de consumo de verdura ou legume segundo características demográficas e socioeconômicas de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013	71
Tabela 32 – Distribuição da frequência inadequada de consumo de verdura ou legume segundo características do curso de graduação, trabalho ou estágio de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013	72
Tabela 33 – Distribuição da frequência inadequada de consumo de verdura ou legume segundo características de saúde de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013	73
Tabela 34 – Distribuição da frequência inadequada de consumo de verdura ou legume segundo hábitos de vida de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.....	74
Tabela 35 – Distribuição da frequência inadequada de consumo de verdura ou legume segundo hábitos alimentares de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013	75
Tabela 36 – Fatores associados à frequência inadequada de consumo de verdura ou legume, segundo modelo ajustado pela regressão de Poisson, de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013	76
Tabela 37 – Distribuição da frequência inadequada de consumo de feijão segundo características demográficas e socioeconômicas de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013	77
Tabela 38 – Distribuição da frequência inadequada de consumo de feijão segundo características do curso de graduação, trabalho ou estágio de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013	78

Tabela 39 – Distribuição da frequência inadequada de consumo de feijão segundo características de saúde de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.....	79
Tabela 40 – Distribuição da frequência inadequada de consumo de feijão segundo hábitos de vida de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013	80
Tabela 41 – Distribuição da frequência inadequada de consumo de feijão segundo hábitos alimentares de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.....	81
Tabela 42 – Fatores associados à frequência inadequada de consumo de feijão, segundo modelo ajustado pela regressão de Poisson, de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013	82

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

ABEP	Associação Brasileira de Empresas e de Pesquisa
CM	Centímetros
CNS	Conselho Nacional de Saúde
DCNT	Doenças Crônicas não Transmissíveis
FAO	Food and Agricultural Organization
IC	Intervalo de Confiança
IES	Instituição de Ensino Superior
IMC	Índice de Massa Corporal
IPAQ	International Physical Activity Questionnaire
KG	Quilograma
NPJ	Núcleo de Prática Jurídica
POF	Pesquisa de orçamentos familiares
PROGRAD	Pró Reitoria de Graduação
RP	Razão de prevalência
TCLE	Termo de Consentimento Livre e Esclarecido
UNU	United Nations University
WHO	World Health Organization

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	19
1.1	HÁBITOS ALIMENTARES	19
1.2	PERFIL NUTRICIONAL.....	20
1.3	HÁBITOS ALIMENTARES EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS.....	23
1.4	JUSTIFICATIVA	26
2	OBJETIVOS	28
2.1	OBJETIVO GERAL.....	28
2.2	OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	28
3	MATERIAL E MÉTODOS	29
3.1	TIPO DE ESTUDO/PERÍODO DE COLETA.....	29
3.2	LOCAL E POPULAÇÃO DO ESTUDO	29
3.3	COLETA DE DADOS	30
3.3.1	Estudo Piloto	30
3.4	FONTES DE DADOS.....	31
3.5	ASPECTOS ÉTICOS.....	31
3.6	VARIÁVEIS DE ESTUDO	32
3.6.1	Variáveis Dependentes	32
3.6.2	Variáveis Independentes	32
3.6.2.1	Variáveis demográficas e socioeconômicas	33
3.6.2.2	Variáveis relacionadas ao curso de graduação, trabalho ou estágio.....	34
3.6.2.3	Variáveis relacionadas às características de saúde	36
3.6.2.4	Variáveis relacionadas aos hábitos de vida.....	36
3.6.2.5	Variáveis relacionadas aos hábitos alimentares	38
3.7	ANÁLISE E PROCESSAMENTO DOS DADOS.....	39
4	RESULTADOS	40
4.1	CARACTERIZAÇÃO DA POPULAÇÃO ESTUDADA.....	41
4.2	ANÁLISE DE FATORES ASSOCIADOS.....	46
4.2.1	Fatores Associados ao Hábito de Substituir Refeições por Lanches	46

4.2.2	Fatores Associados ao Hábito de Consumir Frituras	52
4.2.3	Fatores Associados ao Hábito de Consumir Refrigerante ou Suco Artificial	58
4.2.4	Fatores Associados ao Hábito de Consumir Frutas	64
4.2.5	Fatores Associados ao Hábito de Consumir Verdura ou Legume	70
4.2.6	Fatores Associados ao Hábito de Consumir Feijão	76
5	DISCUSSÃO	83
5.1	CONSIDERAÇÕES METODOLÓGICAS	83
5.2	CARACTERIZAÇÃO	84
5.3	ASSOCIAÇÃO	89
5.3.1	Substituição de Refeições por Lanches	90
5.3.2	Frituras	91
5.3.3	Refrigerante ou Suco Artificial	92
5.3.4	Frutas	92
5.3.5	Verdura ou Legume	94
5.3.6	Feijão	95
	CONCLUSÃO E CONSIDERAÇÕES FINAIS	97
	REFERÊNCIAS	100
	APÊNDICES	112
	APÊNDICE A – Instrumento de Coleta	113
	APÊNDICE B – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido	122
	ANEXOS	124
	ANEXO A – Aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa Envolvendo Seres Humanos	125
	ANEXO B – Declaração de Concordância Co-participante	126
	ANEXO C – Modelo Regressão de Poisson para Frequência Inadequada de Substituir de Refeições por lanches	127

ANEXO D – Modelo Regressão de Poisson para Frequência Inadequada de Consumo de Frituras.....	129
ANEXO E – Modelo Regressão de Poisson para Frequência Inadequada de Consumo de Refrigerante ou Suco Artificial.....	131
ANEXO F – Modelo Regressão de Poisson para Frequência Inadequada de Consumo de Frutas.....	133
ANEXO G – Modelo Regressão de Poisson para Frequência Inadequada de Consumo de Verdura ou Legume	135
ANEXO H – Modelo Regressão de Poisson para Frequência Inadequada de Consumo de Feijão	137

1 INTRODUÇÃO

1.1 HÁBITOS ALIMENTARES

Alimentar-se é uma condição vital, um fenômeno de ingestão inerente à esfera biológica. Os animais não comem mediados por hábitos, mas por comportamentos instintivos que orientam a percepção e a escolha dos alimentos. O ser humano, em comparação com os outros animais, se diferencia por sua singularidade da cultura, da técnica, da linguagem, dos valores e das crenças. Compreender o ato de comer dos humanos significa desvelar esse fenômeno para além do campo biológico (FREITAS et al., 2012).

Deve-se levar em consideração na formação de hábitos a interrelação de vários fatores que influenciam de maneira direta ou indireta (VITOLLO, 2008). Os hábitos alimentares, como outros aspectos do comportamento humano, não se desenvolvem em um vácuo (NIX, 2010). São formados por meio de uma complexa rede de influências genéticas, que se molda pelas experiências ao longo da vida, e influências ambientais (VITOLLO, 2008), além de diversas influências pessoais, culturais, sociais, econômicas e psicológicas, se desenvolvem como parte da herança social e cultural de uma pessoa, assim como o estilo de vida (NIX, 2010).

Portanto, o ser humano aprende a selecionar experiências sensoriais, e a preparar o alimento disponibilizado pelas condições históricas e sociais (FREITAS et al., 2012). O ato alimentar inclui além do preparo e do consumo dos alimentos, a busca e a escolha, estando associado a fatores econômicos e sociais que são ditados por algumas regras repletas de significados, lendas e mitos típicos da cultura de cada país (FERNANDES, 2008). E é assim que o ser humano se habitua a alimentar-se no cotidiano da cultura que pertence (FREITAS et al., 2012).

Hábito, no dicionário, é definido como uma inclinação por alguma ação, ou disposição de agir constantemente de certo modo, adquirida pela frequente repetição de um ato, é um comportamento particular, um costume (WEISZFLOG, 2004).

Como prática alimentar, o hábito é adquirido da experiência no mundo social (FREITAS et al., 2012), e começa a se formar na infância ou antes

dela, na vida intrauterina (MOREIRA; COSTA, 2013). É formado da experiência do cotidiano, que se mostra a partir de práticas alimentares e do comportamento alimentar (FREITAS et al., 2012).

O hábito é também um simbolismo. E, no contexto cultural, o hábito alimentar revela identidade e valores referenciais do cotidiano próprios da estrutura social (FREITAS et al., 2012). Estrutura essa que no âmbito dos padrões alimentares tem sofrido constantes mudanças e a adoção de hábitos alimentares desequilibrados vem se consolidando (GUIMARÃES, 2011).

Na história as refeições eram sinônimo de reunião familiar, com sentimento de união e respeito ao redor da mesa. Atualmente, esses hábitos não vêm sendo seguidos pelas famílias da sociedade contemporânea, principalmente famílias ocidentais, devido a um crescente processo de industrialização que vem proporcionando avanços à economia mundial, mas que traz com ele ao mesmo tempo prejuízos à saúde da população (FERNANDES, 2008).

1.2 PERFIL NUTRICIONAL

A partir da década de 1960, modificações nos padrões de morbimortalidade da população vêm sendo objetivamente estudadas e analisadas sob o enfoque dos processos de transição demográfica, epidemiológica e nutricional (PINHEIRO; FREITAS; CORSO, 2004).

A transição epidemiológica representa uma abordagem específica de mudanças mais abrangentes no perfil de morbi-mortalidade que expressa modificações gerais nos ecossistemas de vida coletiva, como habitação e saneamento, hábitos alimentares, níveis de ocupação e renda, dinâmica demográfica, acesso e uso social das informações, escolaridade, utilização dos serviços de saúde, novos estilos de vida e outros desdobramentos (BATISTA FILHO; RISSIN, 2003).

As elevadas prevalências de doenças infecciosas e desnutrição foram substituídas pela menor mortalidade, baixa taxa de natalidade e supernutrição manifestada por maiores prevalências de sobrepeso e obesidade (BANWELL et al., 2009).

É incontestável que o Brasil e diversos países da América Latina experimentaram uma rápida transição demográfica, epidemiológica e nutricional

(KAC; VELÁSQUEZ-MELÉNDEZ, 2003). O processo de transição nutricional ocorre de modo simultâneo ou posterior aos processos de transição demográfica e epidemiológica (TADDEI et al., 2011).

A transição nutricional é um processo de modificações sequenciais no padrão de nutrição e consumo, que acompanha mudanças econômicas, sociais e demográficas, e mudanças do perfil de saúde das populações. Neste novo perfil, a urbanização determinou uma mudança nos padrões de comportamento alimentar que, juntamente com a redução da atividade física nas populações, vem desempenhando importante papel neste novo cenário (PINHEIRO; FREITAS; CORSO, 2004).

De fato a industrialização e a urbanização trouxeram aumento da ingestão de calorias e diminuição da atividade física, implicando no sobrepeso, por meio da maior ingestão calórica e menor gasto energético, com acúmulo de gordura (TARDIDO; FALCÃO, 2006).

Na população como um todo o padrão de alimentação mudou, é o que mostrou a pesquisa nacional sobre orçamentos familiares (POF) realizada nas áreas urbanas e rurais do país em 2008-2009, comparada à mesma pesquisa realizada em 2002-2003. A evolução do consumo de alimentos no domicílio no período indicou queda na participação relativa de itens tradicionais na composição do total médio diário de calorias adquirido pelo brasileiro, como arroz (de 17,4% para 16,2%), feijão (de 6,6% para 5,4%) e farinha de mandioca (de 4,9% para 3,9%), enquanto cresceu a proporção de comidas industrializadas, como pães (de 5,7% para 6,4%), embutidos (de 1,78% para 2,2%), biscoitos (de 3,1% para 3,4%), refrigerantes (de 1,5% para 1,8%) e refeições prontas (de 3,3% para 4,6%). O estudo identificou ainda algumas características negativas dos padrões de consumo alimentar em todo país e em todas as classes de renda, como o teor excessivo de açúcar (16,36%) e a participação insuficiente de frutas (2,04%), verduras e legumes (0,80%) na alimentação (IBGE, 2014a) da população acima de 10 anos (IBGE, 2014b).

Um fato que tem sido observado no Brasil é o aumento do consumo de alimentos fora do domicílio, acompanhado da elevação do gasto com estes alimentos, de 24,1% em 2002-2003 para 31,1% em 2008-2009 (IBGE, 2014a). Este hábito foi revelado por 40% dos entrevistados pela POF 2008-2009, cujo percentual diminuiu com a idade e aumentou com a renda em todas as regiões brasileiras

(BEZERRA et al., 2013). Claro, Garcia e Martins (2011) também pesquisaram a alimentação fora do domicílio e encontraram, na população adulta do Brasil, que aproximadamente metade (46,3%) referiu se alimentar fora de casa ao menos um dia por semana. Os grupos de alimentos com maior percentual de consumo fora de casa foram as bebidas alcoólicas, salgadinhos fritos e assados, pizza, refrigerantes e sanduíches.

O consumo de refrigerantes está associado à frequência de consumo de alimentos fora do lar, 24,7% entre aqueles que nunca comem fora de casa, 27,9% para os que comem de 1 a 4 vezes fora de casa e 38,7% para os que comem 5 ou mais vezes fora de casa (CLARO; GARCIA; MARTINS, 2011).

Hoffmann (2013) mostra que o perfil dos que eventualmente comem fora é maior renda per capita (45% maior) e escolaridade (8,8 versus 6,4 anos), são mais jovens (32,1 versus 40,5 anos) e têm maior ingestão calórica diária (2.063 kcal versus 1.801 kcal).

A mudança de comportamento e os novos hábitos alimentares são tidos como causas do forte aumento de casos de obesidade (COUTINHO, 2012). O número de obesos quase dobrou no mundo desde 1980. Mais de 1,4 bilhão de adultos apresentam sobrepeso, desses mais de 200 milhões são homens e quase 300 milhões são mulheres obesas, no geral são mais de 10% da população adulta do mundo com obesidade (WHO, 2013).

A última pesquisa de orçamentos familiares no Brasil apontou que, em 2008-09, 20,5% dos adolescentes encontravam-se acima do peso, e destes, 4,9% estavam obesos. Entre os adultos 49,0% estavam acima do peso, e destes, 14,6% eram obesos (IBGE, 2012). O excesso de peso em homens adultos saltou para 50,1% e ultrapassou, em 2008-09, o das mulheres, que foi para 48,0% (TEIXEIRA; DIAZ, 2011). Em um período de 35 anos houve aumento de 4,4 e 2,2 vezes na prevalência de obesidade em homens e mulheres, respectivamente (LINHARES et al., 2012).

Estes números não mostram, contudo, a dimensão do problema (COUTINHO, 2012), de modo que os países desenvolvidos e em desenvolvimento têm concentrado esforços para identificar e controlar a obesidade e sobrepeso uma vez que se associa a outras doenças (FALCÃO; MIRANDA; SILVA, 2007).

A presença de sobrepeso/obesidade amplia a probabilidade de o indivíduo desenvolver, no futuro, doenças crônicas (TADDEI et al., 2011), como

dislipidemia, hipertensão arterial e intolerância à glicose, portanto sobrepeso e a obesidade são considerados fatores determinantes para o desenvolvimento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) (FALCÃO; MIRANDA; SILVA, 2007).

O sobrepeso e a obesidade aparecem em quinto lugar como fatores de risco para mortalidade. Pelo menos 2,8 milhões de adultos morrem em decorrência do excesso de peso ou obesidade. Além disso, 44% da carga de diabetes, 23% da carga de doenças isquêmicas do coração e entre 7% e 41% de determinados encargos de câncer são atribuídos ao excesso de peso e obesidade (WHO, 2013).

Como fatores de risco para Doenças Crônicas não Transmissíveis a WHO inclui baixo consumo de frutas e vegetais, excesso de peso, sedentarismo e uso de tabaco (WHO, 2013). Portanto, hábitos alimentares inadequados estão entre as principais causas de doenças não transmissíveis, contribuindo substancialmente para a carga global de doenças, morte e invalidez.

1.3 HÁBITOS ALIMENTARES EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

Num período de 10 anos, de 2002 a 2012, o número de alunos na educação superior dobrou, passando de 3,5 para 7 milhões. Já o total de concluintes deu um salto de 119%, passando de 479.275 para 1.050.413 (ABRES, 2014). No período de 1 ano apenas 2011-2012 o Censo da Educação Superior mostrou que neste período houve aumento de 4,4%. Enquanto o número de matrículas nas instituições públicas cresceu 7%, o aumento na rede particular, responsável por 73% do total, foi de 3,5%. Na graduação brasileira, a proporção de ingressantes para cada dez mil habitantes, na maioria das áreas do conhecimento, é superior à média dos países da Organização para a Cooperação e o Desenvolvimento Econômico (OCDE) (MEC, 2014).

Comportamentos específicos da vida universitária e da rotina estudantil podem tornar os universitários um grupo vulnerável (VIEIRA et al., 2002).

Segundo Nelson et al. (2008) o ambiente universitário é um momento arriscado para o ganho excessivo de peso. Segundo Ibáñez et al. (2008), devido a toda atividade e rotina cotidiana do ambiente da universidade.

O estilo de vida e os hábitos alimentares de estudantes universitários geralmente se modificam, devido à mudança do tipo social,

econômica, cultural e psicológica (VARGAS-ZÁRATE; BECERRA-BULLA; PRIETO-SUÁREZ, 2010).

A vida universitária pode ser um momento crítico para o aumento do risco de doenças crônicas, não apenas pela presença do excesso de peso, mas também pelo estilo de vida pouco saudável nesta fase em que os jovens estabelecem a independência e adotam padrões de comportamento duradouros (NELSON et al., 2008; ANSARI et al., 2011).

Para muitos alunos o período universitário pode ser bastante difícil, onde ele tem responsabilidades inerentes ao ambiente. Esse ambiente diferente, muitas vezes estressante, em combinação com experiências de "liberdade" de restrições parentais (ANSARI et al., 2011; VIEIRA et al., 2002), onde os estudantes encontram indivíduos com grande diversificação de hábitos, costumes e expectativas (VIEIRA et al., 2002) que podem apoiar o desenvolvimento de estilos de vida de risco de consumo, como, alta ingestão de álcool e drogas, e uma preocupação baixa com a alimentação saudável. Embora algumas destas práticas possam ser transitórias, outras podem causar riscos à saúde posteriormente (ANSARI et al., 2011).

Franca e Colares (2008) estudaram algumas percepções de estudantes universitários, como por exemplo, a preocupação pessoal com o peso onde mostrou que os alunos concluintes estavam mais interessados na manutenção ou perda de peso e a resposta mais comum relatada por eles para lidar com isso foi o exercício físico. Em outro estudo, realizado por Ansari et al. (2011) apenas uma minoria de estudantes apresentaram aspectos positivos das práticas de saúde recomendadas, incluindo consumo de frutas, legumes e atividade física. Nos dois estudos citados é possível que o ambiente universitário e o conhecimento da boa saúde tenham incentivado os estudantes, mas, os mesmos concluíram que, em geral, as condutas de saúde não mostraram diferenças significativas entre os estudantes ingressantes e concluintes. Moreira e Costa (2013) colocam que a informação por si só tem pouco ou nenhum reflexo na modificação do comportamento.

De acordo com Nelson et al. (2008) o ambiente universitário é causador de ganho de peso substancial. Apesar de esse aumento poder estar atribuído a outros fatores, muitos jovens universitários podem estar progredindo em uma trajetória de ganho de peso excessivo pela influência ambiental. Portanto, é um

período importante e vulnerável para a mudança adversa relacionada com o peso e o comportamento.

No estudo realizado por Nelson e Story (2009) os resultados indicaram que os alunos mantêm uma grande variedade de alimentos e bebidas em seus dormitórios e que grande parte desses alimentos, comprada pelos pais, eram menos saudáveis que aqueles comprados pelos estudantes.

Por outro lado Schnettler et al. (2013) encontraram que o fato de os jovens universitários morarem com os pais durante o período da faculdade se associa com melhores hábitos alimentares, melhor saúde emocional e auto percepção de saúde, menor prevalência de sobrepeso e obesidade, com uma maior satisfação com a vida e alimentação.

Feitosa et al. (2010) encontraram que grande parte dos estudantes universitários apresentou baixo consumo diário de frutas (67,7%) e verduras e legumes (84,4%). Comparando os hábitos alimentares entre os gêneros, verificou-se que as mulheres demonstraram inadequação para o consumo de frituras, embutidos e doces e na troca de principais refeições por lanches ($p < 0,05$). Entre os homens observou-se menor preocupação com a retirada de gordura aparente das carnes e maior frequência de consumo de bebidas alcoólicas ($p < 0,05$). O consumo de frutas, verduras e legumes foi insuficiente para ambos os sexos, considerando as recomendações estabelecidas para população brasileira.

No estudo de Silva (2011), sobre comportamentos relacionados à saúde como consumo excessivo de álcool, estresse, autopercepção de saúde e hábitos alimentares, universitários do sexo feminino com alimentação inadequada apresentaram baixos níveis de atividade física.

O estudo realizado em uma universidade de Brasília com estudantes do 3º ao 5º semestre da área da saúde a alimentação foi considerada inadequada, de acordo com as porções da pirâmide de alimentos, para a maioria dos entrevistados (79,7%). Os menores percentuais relativos a uma alimentação adequada foram observados para o grupo de leite e derivados (23,0%), frutas e vegetais (24,9%) e carboidratos complexos (25,9%). Verificaram-se percentuais de consumo inadequados de refrigerantes e doces (74,0%). O sexo masculino foi associado significativamente ao elevado índice de massa corporal ($p < 0,001$) (MARCONDELLI; COSTA; SCHMITZ, 2008).

Os alimentos encontrados nos espaços universitários, como salgadinhos, barra de cereais, doces, bebidas açucaradas, vegetais, frutas, chá, café e produtos lácteos também podem ter um importante impacto sobre os hábitos alimentares (NELSON; STORY, 2009).

Tendo em conta que uma grande proporção de jovens ingressa anualmente em instituições de nível superior, o campus representa um cenário privilegiado para os esforços de intervenção de promoção da saúde voltados para esta população (NELSON et al., 2008).

1.4 JUSTIFICATIVA

Ao mesmo tempo em que dobrou o número de ingressantes nas universidades, o número de estudantes concluintes cresceu 119%. De acordo com o Censo da Educação Superior no Brasil, do total de ingressantes, 20% vão para uma instituição de ensino pública, enquanto 80% se dirigem a uma particular. Dos mais de 7 milhões de jovens universitários cerca de 73% estão na universidade particular e 27% na pública (ABRES, 2014).

Atualmente existe uma preocupação com os hábitos alimentares, devido à grande influência que estes exercem sobre a saúde do ser humano. Conhecer os hábitos alimentares e algumas associações pode ajudar a viabilizar a construção de intervenções.

O ambiente e a alimentação dentro do cotidiano de espaços universitários é uma área interessante para investigação, dada toda a mudança social implantada. Portanto, o conhecimento do perfil dos hábitos alimentares e dos fatores associados na população pode permitir identificar precocemente o risco de adoecer por doenças crônicas não transmissíveis em associação à nutrição.

O espaço nas instituições é fértil para iniciativas, pela simples razão de que é seu papel fomentar os debates transformadores da sociedade e formar cidadãos capazes de levar os conhecimentos, habilidades e valores absorvidos ao longo da vida acadêmica para as diversas áreas de atuação, contribuindo para a melhoria das comunidades onde estarão inseridos (SALGADO; CANTARINO, 2006).

Devido ao aumento do número de estudantes universitários nos últimos anos, e sendo o setor privado o que concentra o maior número destes estudantes é importante conhecer os hábitos alimentares e os fatores associados

para o desenvolvimento de políticas, programas e intervenções relevantes que ajudem na promoção, prevenção e controle das doenças crônicas.

2 OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GERAL

Analisar os hábitos alimentares de estudantes concluintes de uma instituição de ensino superior privada de Londrina/PR.

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Caracterizar a população segundo variáveis demográficas e socioeconômicas, relativas ao curso de graduação, ao trabalho ou estágio, saúde, hábitos de vida e alimentares.
- Verificar a associação entre o consumo inadequado de refrigerante ou suco artificial, frituras, substituição de refeições por lanches, verdura e legume, frutas, feijão e características demográficas e socioeconômicas, relativas ao curso de graduação, trabalho ou estágio, saúde, hábitos de vida e alimentares.

3 MATERIAL E MÉTODOS

3.1 TIPO DE ESTUDO/PERÍODO DE COLETA

Estudo transversal, realizado nos meses de abril, maio e junho do ano de 2013.

3.2 LOCAL E POPULAÇÃO DO ESTUDO

A pesquisa foi desenvolvida no Centro Universitário Filadélfia (UniFil) localizado na cidade de Londrina, situada no Norte do Estado do Paraná, Região Sul do Brasil, com uma população de 506.701 habitantes (IBGE, 2010). A instituição foi criada em 2001 como Unifil, porém como Centro de Estudos Superiores de Londrina atua desde 1969. No ano de 2013, o UniFil contava com 24 Cursos de Graduação, incluindo os Cursos Superiores Tecnológicos.

A população de estudo foram os alunos matriculados no último ano de cada Curso de Graduação dos 24 cursos oferecidos pela instituição, distribuídos nas áreas agrárias, saúde, humanas, biológicas, exatas, sociais aplicadas, engenharias e cursos superiores de tecnologia.

Os critérios de exclusão foram ser gestante devido às mudanças dos hábitos alimentares e do Índice de Massa Corporal (IMC) modificado nesse período e alunos desistentes, que não cursaram ou abandonaram o último semestre do curso. Foram consideradas perdas os estudantes que responderam o questionário de maneira incompleta e os não presentes em nenhuma das três visitas ocorridas nas salas de aula, nas clínicas-escola e no núcleo de prática jurídica. Estes locais dependeram do agendamento prévio com os respectivos coordenadores e professores de disciplinas. Algumas turmas do curso de administração e do curso de direito não foram liberadas por seus coordenadores, os primeiros por já estarem participando de outras pesquisas simultâneas e os seguintes por estarem em sala de aula e não terem atividades no Núcleo de Prática Jurídica (NPJ), durante a coleta, onde teriam disponibilidade, segundo a coordenação. Foram consideradas recusas os alunos que se negaram a assinar o termo de consentimento livre e esclarecido e responder ao questionário, assim como os que entregaram o questionário totalmente em branco. Os concluintes matriculados no ano letivo de

2013 totalizaram 1019 alunos (Quadro 1) distribuídos nos 21 cursos de graduação que possuíam formandos neste ano letivo. Deste total, 54 alunos eram desistentes, seja com matrículas efetivamente trancadas ou por abandono, totalizando 965.

Quadro 1 – Distribuição de estudantes concluintes de uma IES privada segundo Curso de Graduação e Situação de Matrículas, Londrina-PR, 2013.

Cursos	Alunos Matriculados	Alunos Desistentes
Administração	105	-
Agronomia	32	-
Arquitetura e Urbanismo	67	8
Biomedicina	60	2
Ciências da Computação	27	3
Ciências Contábeis	48	-
Direito	131	6
Educação Física	46	2
Enfermagem	71	3
Engenharia Civil	21	1
Estética e Cosmética	44	1
Farmácia	38	-
Fisioterapia	21	4
Gastronomia	39	1
Gestão Ambiental	25	2
Logística	39	-
Medicina Veterinária	8	-
Nutrição	62	11
Pedagogia	37	3
Psicologia	75	5
Sistemas de Informação	23	2
Total	1019	54

3.3 COLETA DE DADOS

3.3.1 Estudo Piloto

O estudo piloto foi realizado no mês de novembro do ano de 2012 com alunos matriculados nos últimos anos dos cursos. Para determinação dos cursos participantes do estudo piloto, foi realizado um sorteio de três áreas do conhecimento ofertadas pela Instituição e posteriormente um curso de cada área. Foram sorteadas as áreas de exatas, humanas e saúde e os respectivos cursos de Sistemas de Informação (18 alunos), Pedagogia (27 alunos) e Biomedicina (37 alunos), totalizando 82 alunos. Após avaliação e mediante dúvidas no momento da

aplicação do questionário piloto este sofreu modificações no formato das perguntas e alternativas.

3.4 FONTES DE DADOS

A coleta de dados se deu nos meses de abril, maio e junho do ano de 2013, por meio de um questionário, aplicado em salas de aula, no Núcleo de Prática Jurídica para os alunos do Curso de Direito e na clínica-escola de fisioterapia para o respectivo curso. O agendamento do dia da coleta deu-se previamente. Inicialmente foram solicitados aos coordenadores de cursos os horários de aula das turmas do último ano de graduação, e em posse destes horários foi realizado o planejamento dos dias de coleta dos dados, juntamente com os responsáveis pelas disciplinas. Foram marcados dia e hora adequados para aplicar o questionário e ainda foram agendadas mais duas tentativas para possibilitar a captação de alunos não presentes no primeiro dia.

Os dados foram obtidos a partir de um questionário (Apêndice A) do tipo autorrespondido composto por 59 perguntas autoexplicativas (44 objetivas, 11 subjetivas e quatro mistas) divididas em quatro blocos, incluindo dados sobre características demográficas e socioeconômicas, do estudo e trabalho/estágio, hábitos de vida e alimentares.

3.5 ASPECTOS ÉTICOS

O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade Estadual de Londrina-PR (Anexo A) sob o parecer 174/2012 e seguiu as diretrizes da Resolução 196/96 que normatizou a pesquisa com seres humanos do Conselho Nacional de Saúde (CNS).

Houve prévia solicitação à Pró Reitoria de Graduação (PROGRAD) da instituição pesquisada para realização da pesquisa (Anexo B).

Os indivíduos envolvidos foram informados sobre todos os objetivos da pesquisa, para dar ciência e autorizar a utilização dos dados fornecidos no questionário autorrespondido. Todos os participantes da pesquisa assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) (Apêndice B).

3.6 VARIÁVEIS DE ESTUDO

3.6.1 Variáveis Dependentes

Tendo em vista a importância de uma alimentação saudável e balanceada, grupos alimentares e/ou alimentos podem ser considerados protetores ou fatores de risco para o desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis, optou-se por estudar as seguintes variáveis dependentes listadas abaixo devido ao fato de as três primeiras variáveis serem consideradas fatores de risco para diversos problemas nutricionais por apresentarem alta densidade energética, serem ricas em gordura, sódio e açúcar. As três últimas variáveis foram escolhidas por serem consideradas protetoras a diversas patologias nutricionais pelo alto teor de vitaminas, minerais e fibras alimentares (BRASIL, 2006).

- Hábito de substituir refeições por lanches;
- Consumo inadequado de frituras;
- Consumo inadequado de refrigerante ou suco artificial;
- Consumo inadequado de frutas;
- Consumo inadequado de verdura ou legume; e,
- Consumo inadequado de feijão.

As variáveis “substituição de refeições por lanches”, “consumo de frituras” e “consumo de refrigerante ou suco artificial” foram categorizadas em: consumo de 3 ou mais dias por semana (consumo inadequado) e menos de 3 dias por semana.

As variáveis “consumo de frutas”, “consumo de verdura ou legume” e “consumo de feijão” foram categorizadas em: consumo em 5 ou mais dias por semana e menos de 5 dias por semana (consumo inadequado).

3.6.2 Variáveis Independentes

As variáveis independentes envolveram características demográficas e socioeconômicas, relacionadas ao curso de graduação, trabalho ou estágio, saúde, hábitos de vida e alimentares.

3.6.2.1 Variáveis demográficas e socioeconômicas

- **Sexo**

Feminino e masculino.

- **Idade**

A idade dos estudantes foi categorizada nas faixas etárias: 20 a 24, 25 a 29, 30 a 34, 35 a 39 e 40 anos ou mais. Posteriormente, para análise de associação essa variável foi agrupada em apenas duas categorias: 20 a 29 e 30 anos e mais.

- **Cor ou raça**

Esta variável foi categorizada em branca, parda, amarela, preta e indígena e para análise de associação foi agrupada em branca e não branca.

- **Situação conjugal**

Para caracterização foi dividida em solteiro(a), casado(a) legalmente, união estável e separado(a) ou divorciado(a) e para análise de associação as categorias foram agrupadas da seguinte forma: solteiro; casado (casado legalmente e união estável) e demais (separado e divorciado).

- **Situação residencial**

Consiste em demonstrar se o estudante reside com a família, sozinho, em república ou com amigos, parentes, ou outras. Para análise de associação as categorias foram agrupadas em: família ou parentes; república, sozinho e outros.

- **Mantenedor**

A variável procurou caracterizar se o estudante era o mantenedor da família, definido como o principal responsável pelo sustento da casa, foi categorizada como sim ou não.

- **Classe econômica**

Para a definição da classe econômica das famílias foram empregados os “Critérios de Classificação Econômica do Brasil” da Associação Brasileira de Empresas e de Pesquisa (ABEP, 2011) que estima o poder de compra das pessoas e famílias urbanas e estabelece a seguinte classificação para a condição econômica: A1, A2, B1, B2, C1, C2, D e E. Após a classificação dos sujeitos por meio do instrumento de medida da classe econômica, a população estudada foi subdividida em: classe A, composta pelas categorias A1 e A2, classe B, composta pelas classes B1 e B2, classe C, englobando as categorias C1 e C2 e classe D, composta pela categoria D e E. Para fins de associação as categorias foram reagrupadas em: classe A, B, C/D.

3.6.2.2 Variáveis relacionadas ao curso de graduação, trabalho ou estágio

- **Curso de graduação**

Foram ao todo 21 Cursos de Graduação participantes deste estudo, incluindo os cursos de Administração, Agronomia, Arquitetura e Urbanismo, Biomedicina, Ciências Contábeis, Ciência da Computação, Direito, Educação Física, Enfermagem, Engenharia Civil, Estética e Cosmética, Farmácia, Fisioterapia, Gastronomia, Gestão Ambiental, Logística, Medicina Veterinária, Nutrição, Pedagogia, Psicologia, Sistemas de Informação.

- **Área de conhecimento**

Para caracterização os cursos foram subdivididos por área de conhecimento, seguindo divisão da própria IES em: agrárias (Agronomia, Medicina Veterinária e Zootecnia), saúde (Biomedicina, Educação Física, Enfermagem, Farmácia, Fisioterapia e Nutrição), humanas (Pedagogia, Psicologia e Teologia), exatas (Ciência da Computação e Sistemas de Informação), sociais aplicadas (Administração, Arquitetura e Urbanismo, Ciências Contábeis e Direito), engenharias (Engenharia Civil) e cursos superiores de tecnologia (Estética e Cosmética, Gastronomia, Gestão Ambiental e Logística). Para análise de associação as áreas de conhecimento foram reagrupadas pela pesquisadora em saúde e demais áreas. Foram incluídos na categoria área da saúde os cursos que abrangem, em sua grade curricular, disciplinas voltadas para a saúde, inclusive a disciplina de nutrição. Os

cursos que atenderam ao requisito estabelecido e compuseram a categoria saúde foram: Biomedicina, Educação Física, Enfermagem, Farmácia, Fisioterapia, Nutrição e ainda o Curso Superior de Tecnologia Estética e Cosmética.

- **Turno do curso**

O turno de cada curso foi categorizado conforme é oferecido pela instituição em matutino, integral e noturno.

- **Trabalho ou estágio não obrigatório**

O fato de trabalhar ou estagiar foi estudado para conhecer a rotina e estimar a disponibilidade diária do estudante no que se refere ao tempo para alimentação. As categorias foram divididas em: trabalha, não trabalha e não faz estágio, faz estágio, trabalha e faz estágio ou se tem mais de um trabalho. Essa variável foi categorizada novamente para análise de associação em: sim (quando a resposta foi: somente um trabalho; mais de um trabalho; somente faz estágio; trabalho e faço estágio) e não quando o aluno (a) não trabalhava e nem fazia estágio.

- **Carga horária diária de trabalho/estágio**

Esta variável agrupou a carga horária de trabalho e de estágio não obrigatório e foi categorizada em:

- ✓ não tem ocupação
- ✓ até 4 horas
- ✓ 4 — 6
- ✓ 6 — 8
- ✓ 8 — 12
- ✓ mais de 12 horas.

Para análise de associação a carga horária de trabalho foi reagrupada em:

- ✓ não tem ocupação
- ✓ até 4 horas
- ✓ 4 — 6
- ✓ mais de 6 horas.

- **Gasto energético despendido no trabalho/estágio**

A partir das ocupações referidas pelos entrevistados, estas foram categorizadas segundo os graus de gasto energético (FAO/WHO/UNU, 1985), em atividade leve, moderada, pesada e não trabalha. Para análise de associação o gasto energético na ocupação foi dividido em: não tem atividade, atividade leve e atividade moderada. A atividade pesada foi excluída, pois nenhuma ocupação foi classificada como tal.

3.6.2.3 Variáveis relacionadas às características de saúde

- **Índice de Massa Corpórea (IMC)**

O cálculo do índice de massa corpórea foi obtido da razão entre o peso (quilogramas) e a altura (m) elevada ao quadrado, que foram obtidos por autorrelato, e após o cálculo do IMC foi classificado de acordo com a WHO (1997) em: baixo peso ($<18,4\text{kg/m}^2$), eutrofia ($18,5\text{-}24,9\text{ kg/m}^2$), sobrepeso ($25\text{-}29,9\text{ kg/m}^2$) e obesidade ($\geq 30\text{ kg/m}^2$), tanto para caracterização como para análise de associação.

- **Problemas de saúde**

O autorrelato sobre problema de saúde foi dividido em sim (quando relatou algum problema de saúde) e não (quando não relatou ou não sabia se tinha algum problema de saúde).

3.6.2.4 Variáveis relacionadas aos hábitos de vida

- **Atividade física regular**

A prática regular de atividade física foi considerada quando o indivíduo respondeu positivamente à pergunta se realizava alguma atividade física regular há mais de seis meses, categorizada em sim e não, tanto para caracterização como para análise de associação.

- **Nível de atividade física**

Para a classificação do nível de atividade física utilizou-se o *International Physical Activity Questionnaire* (IPAQ). O questionário aplicado continha perguntas que possibilitaram esta classificação, tais como: a prática de atividade física no tempo livre, o tipo de atividade, a frequência semanal e a duração diária em minutos. A partir destas respostas os indivíduos foram classificados em ativos e inativos, tanto para caracterização da população como para análise de associação.

Segundo a classificação utilizada, considerou-se ativo o estudante que declarou cumprir atividade vigorosa três ou mais dias por semana e 20 (vinte) minutos ou mais por sessão ou aquele que declarou atividade moderada ou caminhada em cinco ou mais dias por semana e 30 (trinta) minutos ou mais por sessão ou ainda qualquer atividade que somada fosse igual a cinco ou mais dias por semana e 150 (cento e cinquenta) minutos ou mais por semana incluindo caminhada, atividade moderada ou vigorosa.

Foi considerado inativo o estudante que não realizou nenhuma atividade física por pelo menos 10 (dez) minutos contínuos durante a semana ou ainda aquele que declarou realizar atividade física, porém, de forma insuficiente para ser classificado como ativo, pois não atendeu as recomendações quanto à frequência ou duração, ou seja, a soma da frequência e a duração dos diferentes tipos de atividades (caminhada + atividade moderada + atividade vigorosa) não alcançou o mínimo para ser considerado ativo.

Foram consideradas atividades moderadas: pedalar, nadar, dançar, fazer ginástica aeróbica, jogar vôlei e tênis, tênis de mesa, golfe, carregar pesos leves, musculação, alongamento, pilates, mma (*mixed martial arts*), *muay thay*, *taekondo*, *jiu-jitsu*, circo, *kickboxing*, *skate*, considerando que a atividade moderada é qualquer atividade que faz aumentar moderadamente a respiração ou batimentos do coração e não inclui caminhada.

E foram consideradas atividades vigorosas: correr, jogar futebol, futebol americano, jogar basquete, jogar *rugby*, *jump*, remo, elíptico, entendendo que a atividade vigorosa é qualquer atividade que faz aumentar muito a respiração ou batimentos do coração.

- **Tempo destinado a televisão e computador**

Foi verificado conjuntamente o tempo destinado pelos indivíduos para assistir televisão e utilizar o computador fora do ambiente de trabalho, o tempo foi categorizado em até 3 horas ou mais de 3 horas por dia.

- **Consumo de bebida alcoólica**

Para verificar o consumo de bebida alcóolica a variável foi dividida em: sim e não, e em caso de resposta positiva a frequência foi categorizada em menos de 1 dia por mês, menos de 1 dia por semana, 1 a 2, 3 a 4, 5 a 7 dias por semana. E para associação foi categorizado em sim e não.

- **Tabagismo**

Para verificar o uso de tabaco a variável foi dividida em: sim e não, e em caso de resposta positiva a frequência foi categorizada em até 9 cigarros, 10 a 19 e 20 ou mais cigarros ao dia. E para associação foi categorizado em sim e não.

3.6.2.5 Variáveis relacionadas aos hábitos alimentares

- **Desjejum, almoço e jantar**

Esta variável aponta o hábito de realizar as três principais refeições, categorizada em 5 ou mais dias por semana e menos de 5 dias por semana.

- **Local do almoço e jantar**

Para análise de associação foi considerado o hábito de almoçar e jantar em casa ou em outros lugares fora do domicílio.

- **Frequência de consumo alimentar**

As variáveis utilizadas para verificar a frequência de consumo alimentar foram: substituição de refeições por lanches; consumo de frituras (coxinha, quibe, rissoles, pastel, etc.); refrigerante ou suco artificial; feijão; verdura ou legume e frutas, categorizadas em: 1 a 2, 3 a 4, 5 a 6 dias por semana, todo dia e nunca ou raramente.

3.7 ANÁLISE E PROCESSAMENTO DOS DADOS

Os dados foram inicialmente inseridos em uma planilha no *software* Excel, com checagem, ao término de cada registro, se todas as informações haviam sido inseridas corretamente. As análises foram realizadas nos *softwares* R® e BioEstat®. As características descritivas dos estudantes foram examinadas apresentando-se as frequências absolutas e relativas.

Para a análise bivariada das associações entre o consumo inadequado das opções verdura ou legume; frutas; feijão; substituição de refeições por lanches; refrigerante ou suco artificial e frituras (variáveis dependentes) e as variáveis relacionadas as características demográficas e sócio econômicas, relacionadas ao curso de graduação, trabalho ou estágio, saúde, hábitos de vida e alimentares (variáveis independentes), foram calculadas as razões de prevalência e utilizou-se o teste qui-quadrado em nível de significância 5,0%.

Por último foram feitos ajustes do modelo de Poisson para examinar as associações, considerando como variável dependente de cada modelo as variáveis do consumo inadequado, e como variáveis independentes as características: demográficas e socioeconômicas; do curso de graduação; trabalho ou estágio; saúde; hábitos de vida e alimentares. No modelo final só permaneceram as variáveis com p-valor <0,05.

4 RESULTADOS

Do total de 965 universitários que estavam efetivamente cursando o último ano dos cursos de graduação, houve 235 perdas e 60 recusas (Quadro 2). A maior frequência de perdas foi referente aos alunos do curso de Administração (83) e do curso de Direito (55), e ainda alunos (97) não presentes em nenhuma das três visitas ocorridas nas salas de aula, nas clínicas-escola e no núcleo de prática jurídica. Dos 60 casos caracterizados como recusas, um entregou o questionário totalmente em branco. Dos 670 que aceitaram participar do estudo e assinaram o TCLE, houve uma exclusão por se tratar de uma gestante, e três casos foram retirados da análise, pois os questionários estavam incompletos. Ao final a população estudada foi composta por 666 universitários, que correspondeu a aproximadamente 69% do total de concluintes que cursaram o último ano.

Quadro 2 – Distribuição de estudantes concluintes de uma IES privada segundo perdas e recusas, Londrina-PR, 2013.

Cursos	Perdas	Recusas	Total (na amostra)
Administração	83	4	18
Agronomia	9	1	22
Arquitetura	10	-	49
Biomedicina	-	1	57
Ciências da Computação	5	1	18
Ciências Contábeis	8	-	40
Direito	55	6	64
Educação Física	9	-	35
Enfermagem	16	4	48
Engenharia Civil	-	1	19
Estética e Cosmética	9	2	32
Farmácia	-	-	38
Fisioterapia	6	-	11
Gastronomia	5	5	28
Gestão Ambiental	6	1	16
Logística	10	-	29
Medicina Veterinária	-	2	6
Nutrição	-	-	51
Pedagogia	4	2	28
Psicologia	-	29	41
Sistemas de Informação	-	1	20
TOTAL	235	60	670

4.1 CARACTERIZAÇÃO DA POPULAÇÃO ESTUDADA

Entre os alunos estudados, dois terços eram do sexo feminino (66,7%), a maioria se autodeclarou de cor ou raça branca (79%), com idade entre 20 e 24 anos (62,7%), solteiros (75,8%), residindo com a própria família (80,8%) e não responsável pelo sustento da casa (82,9%). A maioria (58,2%) pertencia à classe B (tabela 1).

Tabela 1 – Distribuição (n e %) de estudantes concluintes de uma IES privada segundo características demográficas e socioeconômicas, Londrina-PR, 2013.

Características	n	%
Sexo		
Feminino	444	66,7
Masculino	222	33,3
Cor ou raça^a		
Branca	526	79,0
Parda	81	12,2
Amarela	42	6,3
Preta	8	1,2
Indígena	7	1,0
Idade (anos)^b		
20-24	418	62,7
25-29	122	18,3
30-34	57	8,6
35-39	30	4,5
40 e mais	36	5,4
Situação conjugal		
Solteiro (a)	505	75,8
Casado (a) legalmente	105	15,8
União estável	38	5,7
Separado (a) ou divorciado (a)	18	2,7
Situação residencial		
Família	538	80,8
Sozinho	57	8,6
República/amigos	46	6,9
Parentes	16	2,4
Outros	9	1,3
Mantenedor		
Não	552	82,9
Sim	114	17,1

Tabela 1 (continuação) – Distribuição (n e %) de estudantes concluintes de uma IES privada segundo características demográficas e socioeconômicas, Londrina-PR, 2013.

Características	n	%
Classe econômica^c		
A	150	22,5
B	388	58,2
C	119	17,9
D	2	0,3

Nota:

^a2 casos de cor ignorada.

^b3 casos de idade ignorada.

^c7 casos de classe econômica ignorada.

Dos 21 cursos de graduação da IES incluídos na pesquisa, a área da saúde teve a maior frequência de estudantes (40,9%), seguida da área de Ciências Sociais Aplicadas (25,7%) e Cursos Superiores de Tecnologia (10,7%), o restante ficou dividido entre as áreas Humanas, Exatas, Agrárias e Engenharias. Quanto ao turno, a maioria dos estudantes frequentava o período noturno (67,1%) (tabela 2).

Tabela 2 – Distribuição (n e %) de estudantes concluintes de uma IES privada segundo características do curso de graduação, Londrina-PR, 2013.

Características	n	%
Curso de graduação		
Direito	64	9,6
Biomedicina	57	8,6
Nutrição	51	7,7
Arquitetura e Urbanismo	49	7,4
Enfermagem	47	7,1
Psicologia	40	6,0
Ciências Contábeis	40	6,0
Farmácia	38	5,7
Educação Física	35	5,3
Estética e Cosmética	32	4,8
Logística	29	4,4
Gastronomia	26	3,9
Pedagogia	28	4,2
Agronomia	22	3,3
Sistemas de Informação	20	3,0
Engenharia Civil	19	2,9
Administração	18	2,7
Ciência da Computação	18	2,7
Gestão Ambiental	16	2,4
Fisioterapia	11	1,7
Medicina Veterinária	6	0,9
Área de conhecimento		
Saúde	271	40,6
Sociais Aplicadas	171	25,7
Cursos Superiores de Tecnologia	71	10,7
Humanas	68	10,2
Exatas	38	5,7
Agrárias	28	4,2
Engenharias	19	2,9
Turno do curso		
Noturno	447	67,1
Matutino	155	23,3
Integral	64	9,6

Quanto ao trabalho, incluídos aqui os estágios não obrigatórios, observou-se que aproximadamente a metade dos alunos tinha um emprego, 17,7% realizava estágio e um terço não trabalhava e não fazia estágio. Ao reverter as atividades em carga horária diária trabalhada, 45% dos concluintes ocupavam entre 4 e 8 horas diárias no trabalho ou estágio. Quanto ao gasto energético despendido na função exercida no trabalho e/ou estágio, a maioria (57,5%) das atividades foi caracterizada como leve (tabela 3).

Tabela 3 – Distribuição (n e %) de estudantes concluintes de uma IES privada segundo características do trabalho ou estágio, Londrina-PR, 2013.

Características	n	%
Trabalho/estágio não obrigatório		
Trabalha	277	41,5
Não trabalha e não faz estágio	223	33,5
Faz estágio	118	17,7
Trabalha e faz estágio	31	4,7
Tem mais de um trabalho	17	2,6
Carga horária diária de trabalho/estágio		
Até 4h	83	12,5
4 — 6h	120	18,0
6 — 8h	180	27,0
8 — 12h	58	8,7
Mais de 12h	2	0,3
Não trabalha fora	223	33,5
Gasto energético despendido no trabalho/estágio		
Atividade leve	383	57,5
Atividade moderada	60	9,0
Não trabalha fora	223	33,5

Com relação às características de saúde (tabela 4), a distribuição do IMC apontou que 20,1% dos concluintes apresentavam sobrepeso e 9,5% foram classificados como obesos. Quanto aos problemas de saúde, 68,3% referiram não ter problemas de saúde.

Tabela 4 – Distribuição (n e %) de estudantes concluintes de uma IES privada segundo características de saúde, Londrina-PR, 2013.

Características	n	%
IMC (kg/m²)^a		
Abaixo do peso	56	8,4
Eutrofia	414	62,2
Sobrepeso	134	20,1
Obesidade	61	9,2
Problema de saúde		
Sim	137	20,6
Não	455	68,3
Não sabe	74	11,1

Nota: ^a1 caso de registro de peso e altura ignorado.

De acordo com a tabela 5, 26,6% realizava atividade física regular há mais de 6 meses. Ao avaliar o nível de atividade física a maioria (83,5%) era inativa. A maioria (62,8%) destinava mais de 3 horas a televisão e computador fora do ambiente de trabalho. Quanto ao consumo de bebida alcoólica a maioria dos

estudantes respondeu que não consumia (56,0%) e dos que consumiam (44,0%) algum tipo de bebida alcoólica, 17,6% relataram a frequência menos de 1 vez por semana, seguida de menos de 1 dia ao mês (13,1%) e de 1 a 2 vezes por semana (10,4%). No que se refere ao tabagismo a maioria (92%) não fazia uso de cigarros. Ao serem questionados sobre a frequência das três principais refeições diárias verificou-se que a maioria relatou fazer desjejum, almoço e jantar menos de 5 dias por semana. Quanto ao local em que as refeições eram realizadas a maioria fazia almoço e jantar no próprio domicílio.

Tabela 5 – Distribuição (n e %) de estudantes concluintes de uma IES privada segundo hábitos de vida e alimentares, Londrina-PR, 2013.

Características	n	%
Atividade física regular		
Não	489	73,4
Sim	177	26,6
Nível de atividade física		
Ativo	110	16,5
Inativo	556	83,5
Tempo destinado a televisão e computador		
Até 3 horas	248	37,2
Mais de 3 horas	418	62,8
Consumo de bebida alcoólica		
Não consome	373	56,0
Sim, menos de 1 dia/mês	87	13,0
Sim, menos de 1 dia/semana	117	17,6
Sim, 1 a 2 dias/semana	69	10,4
Sim, 3 a 4 dias/semana	16	2,4
Sim, 5 a 7 dias/semana	4	0,6
Tabagismo		
Não	613	92,0
Sim, até 9 cigarros/dia	36	5,4
Sim, 10-19 cigarros/dia	16	2,4
Sim, 20 e mais cigarros/dia	1	0,2
Local do almoço e jantar		
Casa	381	57,2
Outros lugares	285	42,8
Desjejum, almoço e jantar		
≥5 dias/semana	299	44,9
<5 dias/semana	367	55,1

Quando perguntados sobre o hábito de substituir refeições por lanches, 41,6% relatou essa conduta de 1 a 2 dias por semana, 47,6% raramente ou nunca consumia frituras, seguidos de 37,5% que consumia de 1 a 2 dias por semana, 30,6% relatou consumir de 1 a 2 dias por semana refrigerante ou suco

artificial. No caso do feijão, 28,8% consumia de 5 a 6 dias por semana, 30,8% consumia verdura ou legume todos os dias e 32,1% frutas de 3 a 4 dias por semana (tabela 6).

Tabela 6 – Distribuição (n e %) de estudantes concluintes de uma IES privada segundo frequência de consumo alimentar, Londrina-PR, 2013.

Características	Frequência de consumo									
	Raramente/ Nunca		1 a 2 dias/ semana		3 a 4 dias/ semana		5 a 6 dias/ semana		Todo dia	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Substituição de refeições/ lanches	205	30,7	277	41,6	119	17,9	45	6,8	20	3,0
Frituras	317	47,6	250	37,5	73	11,0	20	3,0	6	0,9
Refrigerante ou suco artificial	132	19,8	204	30,6	153	23,0	76	11,4	101	15,2
Feijão	70	10,5	87	13,1	148	22,2	192	28,8	169	25,4
Verdura/legume	47	7,1	76	11,4	184	27,6	154	23,1	205	30,8
Frutas	110	16,5	144	21,6	214	32,1	107	16,1	91	13,7

4.2 ANÁLISE DE FATORES ASSOCIADOS

4.2.1 Fatores Associados ao Hábito de Substituir Refeições por Lanches

As variáveis demográficas e socioeconômicas (tabela 7) que se associaram ao hábito de substituir frequentemente refeições por lanches foram a idade ($p=0,0173$), a cor ou raça ($p=0,0076$) e situação residencial do estudante ($p=0,0002$). A proporção de estudantes com idade entre 20 e 29 anos que relataram substituir frequentemente a refeição por lanches foi, aproximadamente 50% maior que a de estudantes mais velhos (30 anos e mais) que também tem este hábito. Os indivíduos que se declararam não brancos relataram menor frequência na substituição de refeições por lanches se comparados aos brancos. Quanto ao fato de morar sozinho ou em república, entre estes estudantes a frequência de substituir refeições por lanches foi de 1,77 vezes a dos estudantes que moravam com os pais ou familiares.

Tabela 7 – Distribuição da frequência inadequada de substituir refeições por lanches segundo características demográficas e socioeconômicas de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.

Variáveis	Total	≥3 dias/semana		RP	IC 95%	Valor p
		n	%			
Sexo						0,4878
Masculino	222	61	27,5	0,99	0,76 – 1,29	
Feminino	444	123	27,7	1,00	Referência	
Idade^a						
20 a 29 anos	540	159	29,4	1,51	1,03 – 2,21	0,0173
≥30 anos	123	24	19,5	1,00	Referência	
Cor ou raça^b						
Não branca	138	26	18,8	0,64	0,44 – 0,92	0,0076
Branca	526	156	29,7	1,00	Referência	
Situação conjugal						
Solteiro	505	140	27,7	1,01	0,76 – 1,35	0,4984
Casado e demais	161	44	27,3	1,00	Referência	
Situação residencial						
República, sozinho e outros	112	36	32,1	1,77	1,35 – 2,33	0,0002
Família e/ou parentes	554	148	26,7	1,00	Referência	
Mantenedor						
Não	552	156	28,3	1,15	0,81 – 1,63	0,2454
Sim	114	28	24,6	1,00	Referência	
Classe econômica^c						
A	150	44	29,3	1,00	Referência	
B	388	102	26,3	0,90	0,66 – 1,21	0,2729
C/D	121	37	30,6	1,04	0,72 – 1,50	0,4645

Nota:

^a3 casos de idade ignorada.

^b2 casos de cor ignorada.

^c7 casos de classe econômica ignorada.

Quanto aos fatores relacionados às características do curso e trabalho (tabela 8), nenhuma das variáveis analisadas foi associada ao hábito de substituir refeição por lanches.

Tabela 8 – Distribuição da frequência inadequada de substituir refeições por lanches segundo características do curso de graduação, trabalho ou estágio de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.

Variáveis	Total	≥3 dias/semana		RP	IC 95%	Valor p
		n	%			
Áreas de conhecimento						
Outras áreas	395	115	29,1	1,14	0,89 – 1,48	0,1717
Saúde	271	69	25,5	1,00	Referência	
Turno de estudo						
Integral	64	23	35,9	1,51	0,98 – 2,32	0,0500
Noturno	447	124	27,7	1,16	0,85 – 1,60	0,2025
Matutino	155	37	23,9	1,00	Referência	
Trabalho/Estágio						
Sim	443	128	28,9	1,00	Referência	
Não	223	56	25,1	0,87	0,66 – 1,14	0,1741
Gasto energético despendido no trabalho/estágio						
Atividade moderada	60	15	25,0	0,90	0,57 – 1,42	0,3723
Atividade leve ou não pratica	606	169	27,9	1,00	Referência	
Carga horária de trabalho/estágio						
Até 4 horas	83	21	25,3	1,01	0,65 – 1,55	0,4545
4 a 6 horas	120	37	30,8	1,23	0,86 – 1,74	0,1564
6 horas ou mais	240	70	29,2	1,16	0,86 – 1,57	0,1908
Não tem	223	56	25,1	1,00	Referência	

Com relação às características de saúde, não foi observada associação estatisticamente significativa para nenhuma das variáveis analisadas e o hábito de substituir refeição por lanches. Porém, entre os estudantes classificados com sobrepeso ou obesidade observou-se maior frequência do hábito (tabela 9).

Tabela 9 – Distribuição da frequência inadequada de substituir refeições por lanches segundo características de saúde de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.

Variáveis	Total	≥3 dias/semana		RP	IC 95%	Valor p
		n	%			
IMC^a						
Baixo peso	56	12	21,4	0,79	0,46 – 1,33	0,2203
Eutrofia	414	113	27,3	1,00	Referência	
Sobrepeso e obesidade	195	58	29,7	1,09	0,83 – 1,42	0,2978
Problema de saúde						
Sim	137	41	29,9	1,11	0,83 – 1,48	0,2850
Não tem/Não sabe	529	143	27,0	1,00	Referência	

Nota:

^a1 caso de peso e altura ignorados.

No que se refere aos hábitos de vida associados à substituição de refeições por lanches (tabela 10), os estudantes que não fazem atividade física apresentaram 42% a mais de probabilidade de substituir refeições por lanches comparados aos estudantes que realizavam atividade física e para os jovens que consomem bebida alcoólica esta probabilidade foi de 36% a mais. Em relação ao tabagismo verificou-se que os fumantes apresentaram 49% a mais para substituição da refeição que os indivíduos da categoria de base.

Tabela 10 – Distribuição da frequência inadequada de substituir refeições por lanches segundo hábitos de vida de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.

Variáveis	Total	≥3 dias/semana		RP	IC 95%	Valor p
		n	%			
Tempo destinado a televisão e computador						
Até 3 horas	248	61	24,6	1,00	Referência	
Mais de 3 horas	418	123	29,4	1,20	0,92 – 1,56	0,1042
Atividade física regular						
Não	489	146	29,9	1,42	1,04 – 1,94	0,0144
Sim	177	38	21,5	1,00	Referência	
Nível de atividade física						
Inativo	556	159	28,6	1,26	0,87 – 1,82	0,1269
Ativo	110	25	22,7	1,00	Referência	
Consumo de bebida alcoólica						
Sim	293	95	32,4	1,36	1,06 – 1,74	0,0090
Não	373	89	23,9	1,00	Referência	
Tabagismo						
Sim	53	21	39,6	1,49	1,04 – 2,13	0,0304
Não	613	163	26,6	1,00	Referência	

Quanto a outros hábitos alimentares associados à substituição de refeições por lanches (tabela 11), a frequência de estudantes que consumiam frituras e refrigerante ou suco artificial 3 ou mais dias por semana e relataram substituir refeições por lanches foi 2,7 e 1,62 vezes, respectivamente, a frequência de estudantes que tinham este hábito menos de 3 dias por semana. A frequência de jovens que relataram consumir feijão foi 1,72 vezes e verdura ou legume menos de 5 dias por semana foi 1,55 vezes a frequência de jovens que consumiam 5 ou mais dias por semana estes alimentos e substituíam refeições por lanches.

Também houve associação significativa para quem almoçava e jantava fora de casa ($p=0,0017$), a proporção destes estudantes que relataram substituir refeições por lanches foi 46% maior a dos jovens que almoçavam e jantavam em suas casas. O mesmo ocorreu com a frequência de jovens que faziam desjejum, almoço e jantar menos de 5 dias por semana ($p<0,0001$), entre estes a frequência de substituir refeições por lanches foi 2,29 vezes àqueles que faziam desjejum, almoço e jantar 5 ou mais dias por semana (tabela 11).

Tabela 11 – Distribuição da frequência inadequada de substituir refeições por lanches segundo hábitos alimentares de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.

Variáveis	Total	≥3 dias/semana			IC 95%	Valor p
		n	%	RP		
Frituras						
≥3 dias/semana	99	59	59,6	2,7	2,16 - 3,38	<0,0010
<3 dias/semana	567	125	22,0	1,00	Referência	
Refrigerante ou suco artificial						
≥3 dias/semana	330	113	34,2	1,62	1,26 - 2,09	0,0001
<3 dias/semana	336	71	21,1	1,00	Referência	
Feijão						
≥5 dias/semana	361	75	20,8	1,00	Referência	<0,0010
<5 dias/semana	305	109	35,7	1,72	1,34 - 2,21	
Verdura ou legume						
≥5 dias/semana	359	79	22,0	1,00	Referência	0,0003
<5 dias/semana	307	105	34,2	1,55	1,21 - 1,99	
Frutas						
≥5 dias/semana	198	46	23,2	1,00	Referência	0,0600
<5 dias/semana	468	138	29,5	1,27	0,95 - 1,70	
Local do almoço e jantar						
Casa	381	88	23,1	1,00	Referência	0,0017
Outros lugares	285	96	33,7	1,46	1,14 – 1,86	
Desjejum, almoço e jantar						
≥5 dias/semana	299	56	18,7	1,00	Referência	<0,0001
<5 dias/semana	367	128	34,9	2,29	1,74 – 2,99	

Após análise múltipla, regressão de Poisson (Anexo C) os fatores associados ao hábito de substituir refeições por lanches com frequência inadequada foram consumir feijão e fazer as 3 principais refeições menos de 5 dias por semana. Consumir frituras 3 ou mais dias por semana (tabela 12).

Tabela 12 – Fatores associados à frequência inadequada de substituir refeições por lanches, segundo modelo ajustado pela regressão de Poisson, de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.

Variável	RP Ajustada	IC 95%	Valor p
Desjejum, almoço e jantar			
<5 dias/semana	1,44	1,09 – 1,90	0,0090
≥5 dias/semana	1,00	Referência	
Frituras			
≥3 dias/semana	2,22	1,73 – 2,83	0,0000
<3 dias/semana	1,00	Referência	
Feijão			
<5 dias/semana	1,64	1,27 – 2,12	0,0000
≥5 dias/semana	1,00	Referência	

Variáveis de controle utilizadas no modelo: sexo, situação residencial, mantenedor, classe econômica, curso de graduação, turno do curso, trabalho/estágio não obrigatório, gasto energético despendido no trabalho/estágio, problema de saúde, nível de atividade física, tabagismo, situação conjugal, carga horária diária de trabalho/estágio, tempo destinado a televisão e computador, frutas, IMC, verdura/legume, local do almoço e jantar, refrigerante/suco artificial, consumo de bebida alcoólica, atividade física regular, idade, cor/raça.

4.2.2 Fatores Associados ao Hábito de Consumir Frituras

Entre as características demográficas e socioeconômicas (tabela 13), foi observada associação significativa ($p=0,0028$) entre o consumo abusivo de frituras e a idade. A proporção de jovens (20 a 29 anos) que relataram consumir alimentos fritos 3 ou mais dias na semana foi 2,59 vezes a proporção de estudantes com 30 anos ou mais que também tinham este hábito.

Tabela 13 – Distribuição da frequência inadequada de consumo de frituras segundo características demográficas e socioeconômicas de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.

Variáveis	Total	≥3 dias/semana		RP	IC 95%	Valor p
		n	%			
Sexo						
Masculino	222	34	15,3	1,05	0,71 – 1,53	0,4540
Feminino	444	65	14,6	1,00	Referência	
Idade^a						
20 a 29 anos	540	91	16,9	2,59	1,29 – 5,20	0,0028
≥30 anos	123	8	6,5	1,00	Referência	
Cor ou raça^b						
Não branca	138	15	10,9	0,68	0,41 – 1,14	0,0865
Branca	526	84	16,0	1,00	Referência	
Situação conjugal						
Solteiro	505	78	15,4	1,18	0,76 – 1,85	0,2680
Casado e demais	161	21	13,0	1,00	Referência	
Situação residencial						
República, sozinho e outros	112	17	15,2	1,03	0,63 – 1,66	0,4827
Família e/ou parentes	554	82	14,8	1,00	Referência	
Mantenedor						
Não	552	87	15,8	1,50	0,85 – 2,64	0,0993
Sim	114	12	10,5	1,00	Referência	
Classe econômica^c						
A	150	24	16,0	1,00	Referência	0,4620
B	388	59	15,2	0,95	0,61 – 1,47	
C/D	121	14	11,6	0,72	0,39 – 1,34	

Nota:

^a3 casos de idade ignorada.

^b2 casos de cor ignorada.

^c7 casos de classe econômica ignorada.

Quanto às características do curso de graduação, trabalho ou estágio (tabela 14), nenhuma das variáveis analisadas apresentou associação estatisticamente significativa ao consumo inadequado de frituras (de 3 dias ou mais por semana). Observou-se maior frequência do hábito entre os estudantes: das demais áreas do conhecimento, comparados aos da saúde; do turno integral, e do noturno, comparados aos do matutino e os que trabalhavam ou faziam estágio.

Tabela 14 – Distribuição da frequência inadequada de consumo de frituras segundo características do curso de graduação, trabalho ou estágio de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.

Variáveis	Total	≥3 dias/semana		RP	IC 95%	Valor p
		n	%			
Áreas de conhecimento						
Outras áreas	395	65	16,5	1,31	0,89 – 1,93	0,0998
Saúde	271	34	12,5	1,00	Referência	
Turno de estudo						
Integral	64	13	20,3	1,66	0,87 – 3,15	0,0927
Noturno	447	67	15,0	1,22	0,76 – 1,97	0,2407
Matutino	155	19	12,3	1,00	Referência	
Trabalho/estágio						
Sim	443	61	13,8	1,00	Referência	
Não	223	38	17,0	1,24	0,85 – 1,79	0,1576
Gasto energético despendido no trabalho/estágio						
Atividade moderada	60	7	6,7	0,74	0,36 – 1,53	0,2628
Atividade leve ou não pratica	606	95	15,7	1,00	Referência	
Carga horária de trabalho/estágio						
Até 4 horas	83	8	9,6	0,57	0,28 – 1,16	0,0762
4 a 6 horas	120	19	15,8	0,93	0,56 – 1,54	0,4466
6 horas ou mais	240	34	14,2	0,83	0,54 – 1,27	0,2345
Não tem	223	38	17,0	1,00	Referência	

As variáveis relacionadas às condições de saúde (tabela 15) não apresentaram associação estatisticamente significativa ao consumo inadequado de frituras.

Tabela 15 – Distribuição da frequência inadequada de consumo de frituras segundo características de saúde de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.

Variáveis	Total	≥3 dias/semana		RP	IC 95%	Valor p
		n	%			
IMC						
Baixo peso	56	7	12,5	0,88	0,42 – 1,82	0,4407
Eutrofia	414	59	14,3	1,00	Referência	
Sobrepeso e obesidade	195	33	16,9	1,19	0,80 – 1,75	0,2303
Problemas de saúde						
Sim	137	21	15,3	1,04	0,67 – 1,62	0,4855
Não tem/Não sabe	529	78	14,7	1,00	Referência	

Nota:

^a1 caso de IMC ignorado.

A associação entre o consumo inadequado de frituras e os fatores relacionados aos hábitos de vida estão apresentados na tabela 16. A atividade física regular foi associada ao hábito de consumir frituras 3 ou mais dias por semana ($p=0,0149$), a proporção dos estudantes que não faziam atividade física foi 75% maior que a dos que faziam atividade física.

Tabela 16 – Distribuição da frequência inadequada de consumo de frituras segundo hábitos de vida de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.

Variáveis	Total	≥3 dias/semana		RP	IC 95%	Valor p
		n	%			
Tempo destinado a televisão e computador						
Até 3 horas	248	36	14,5	1,00	Referência	
Mais de 3 horas	418	63	15,1	1,04	0,71 – 1,52	0,4672
Atividade física regular						
Não	489	82	16,8	1,75	1,07 – 2,86	0,0149
Sim	177	17	9,6	1,00	Referência	
Nível de atividade física						
Inativo	556	87	15,6	1,43	0,81 – 2,53	0,1293
Ativo	110	12	10,9	1,00	Referência	
Consumo de bebida alcoólica						
Sim	293	42	14,3	0,94	0,65 - 1,36	0,4085
Não	373	57	15,3	1,00	Referência	
Tabagismo						
Sim	53	8	15,1	1,02	0,52 - 1,95	0,4395
Não	613	91	14,8	1,00	Referência	

Na tabela 17 é possível observar que entre os estudantes que relataram consumo inadequado de frituras, a proporção dos que substituíam refeições por lanches 3 ou mais dias por semana foi 3,86 vezes a de estudantes que não faziam essa substituição. O mesmo foi observado quanto ao consumo de refrigerante ou suco artificial e o consumo excessivo de frituras, a frequência de estudantes que ingeriam refrigerante 3 ou mais dias por semana foi 2,23 vezes a de estudantes com menor frequência de consumo. O consumo inadequado de frituras também foi associado ao baixo consumo de verdura ou legume.

O fato de fazer desjejum, almoçar e jantar menos de 5 dias por semana, também esteve associado ($p=0,0147$) ao consumo inadequado de frituras, a frequência de estudantes que faziam desjejum, almoço e jantar menos de 5 dias por semana foi 1,56 vezes a dos que faziam as 3 principais refeições 5 ou mais dias por semana (tabela 17).

Tabela 17 – Distribuição da frequência inadequada de consumo de frituras segundo hábitos alimentares de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.

Variáveis	Total	≥3 dias/semana		RP	IC 95%	Valor p
		n	%			
Substituição de refeições por lanches						
≥3 dias/semana	184	59	32,1	3,86	2,69 - 5,56	<0,0010
<3 dias/semana	482	40	8,3	1,00	Referência	
Refrigerante ou suco artificial						
≥3 dias/semana	330	68	20,6	2,23	1,50 - 3,32	<0,0001
<3 dias/semana	336	31	9,20	1,00	Referência	
Feijão						
≥5 dias/semana	361	51	14,1	1,00	Referência	0,3182
<5 dias/semana	305	48	15,7	1,11	0,77 - 1,60	
Verdura ou legume						
≥5 dias/semana	359	32	8,90	1,00	Referência	<0,0001
<5 dias/semana	307	67	21,8	2,45	1,65 - 3,63	
Frutas						
≥5 dias/semana	198	24	12,1	1,00	Referência	0,1199
<5 dias/semana	468	75	16,0	1,32	0,86 - 2,03	
Local do almoço e jantar						
Casa	381	54	14,2	1,00	Referência	0,3192
Outros lugares	285	45	15,8	1,11	0,77 – 1,60	
Desjejum, almoço e jantar						
≥5 dias/semana	299	34	11,4	1,00	Referência	0,0147
<5 dias/semana	367	65	17,7	1,56	1,06 – 2,29	

Após análise múltipla, regressão de Poisson (Anexo D) os fatores associados ao hábito de consumir frituras em três ou mais dias da semana, foram o consumo inadequado de verdura ou legume, refrigerante ou suco artificial e o fato de substituir refeições por lanches (tabela 18).

Tabela 18 – Fatores associados à frequência inadequada de consumo de frituras, segundo modelo ajustado pela regressão de Poisson, de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.

Variável	RP Ajustada	IC 95%	Valor p
Substituição de refeições por lanches			
≥3 dias/semana	3,38	2,30 – 4,96	0,0000
<3 dias/semana	1,00	Referência	
Verdura ou legume			
<5 dias/semana	1,85	1,22 – 2,80	0,0030
≥5 dias/semana	1,00	Referência	
Refrigerante ou suco artificial			
≥3 dias/semana	1,57	1,02 – 2,41	0,0370
<3 dias/semana	1,00	Referência	

Variáveis de controle utilizadas no modelo: sexo, cor/raça, situação conjugal, situação residencial, problema de saúde, local do almoço e jantar, nível de atividade física, mantenedor, curso de graduação, turno do curso, desjejum, almoço e jantar, carga horária diária de trabalho/estágio, frutas, tabagismo, feijão, trabalho/estágio não obrigatório, IMC, tempo destinado a televisão e computador, atividade física regular, classe econômica, consumo de bebida alcóolica, idade, gasto energético despendido no trabalho/estágio.

4.2.3 Fatores Associados ao Hábito de Consumir Refrigerante ou Suco Artificial

Os fatores demográficos e socioeconômicos (tabela 19) associados ao consumo inadequado de refrigerantes ou suco artificial foram a idade e quando o estudante era o principal responsável pelo sustento da casa. O percentual de estudantes com 20 a 29 anos de idade que relataram ter este hábito foi 1,69 vezes o percentual de estudantes na faixa etária de 30 anos ou mais ($p < 0,0001$). Os estudantes não mantenedores apresentaram frequência 38,0% maior quando comparados aos estudantes mantenedores de suas famílias ($p = 0,0038$).

Tabela 19 – Distribuição da frequência inadequada de consumo de refrigerante ou suco artificial segundo características demográficas e socioeconômicas de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.

Variáveis	Total	≥3 dias/semana		RP	IC 95%	Valor p
		n	%			
Sexo						
Masculino	222	118	53,2	1,11	0,95 – 1,30	0,1088
Feminino	444	212	47,7	1,00	Referência	
Idade^a						
20 a 29 anos	540	289	53,5	1,69	1,29 – 2,21	<0,0001
≥30 anos	123	39	31,7	1,00	Referência	
Cor ou raça^b						
Não branca	138	65	47,1	0,94	0,77 – 1,14	0,2911
Branca	526	264	50,2	1,00	Referência	
Situação conjugal						
Solteiro	505	258	51,1	1,14	0,94 – 1,38	0,0939
Casado e demais	161	72	44,7	1,00	Referência	
Situação residencial						
República, sozinho e outros	112	50	44,6	0,88	0,71 – 1,10	0,1503
Família e/ou parentes	554	280	50,5	1,00	Referência	
Mantenedor						
Não	552	287	52,0	1,38	1,07 – 1,77	0,0038
Sim	114	43	37,7	1,00	Referência	
Classe econômica^c						
A	150	75	50,0	1,00	Referência	
B	388	194	50,0	1,00	0,83 – 1,21	0,4617
C/D	121	57	47,1	0,94	0,74 – 1,21	0,3627

Nota:

^a3 casos de idade ignorada.

^b2 casos de cor ignorada.

^c7 casos de classe econômica ignorada.

A proporção de estudantes concluintes de cursos de outras áreas de conhecimento que relataram consumir com frequência não recomendada refrigerante ou suco artificial foi 1,15 vezes a dos concluintes da área da saúde ($p=0,0445$). Também houve diferença significativa no consumo inadequado de refrigerante ou suco artificial entre estudantes do período integral ($p=0,0187$) e período noturno ($p=0,0207$) quando comparados aos estudantes do período matutino, (1,4 vezes e 1,24 vezes, respectivamente) (tabela 20).

Tabela 20 – Distribuição da frequência inadequada de consumo de refrigerante ou suco artificial segundo características do curso de graduação, trabalho ou estágio de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.

Variáveis	Total	≥3 dias/semana		RP	IC 95%	Valor p
		n	%			
Áreas de conhecimento						
Outras áreas	395	207	52,4	1,15	1,01 – 1,36	0,0445
Saúde	271	123	45,4	1,00	Referência	
Turno de estudo						
Integral	64	37	57,8	1,40	1,06 – 1,85	0,0187
Noturno	447	229	51,2	1,24	1,01 – 1,53	0,0207
Matutino	155	64	41,3	1,00	Referência	
Trabalho/estágio						
Sim	443	219	49,4	1,00	Referência	
Não	223	111	49,8	1,01	0,86 – 1,18	0,4997
Gasto energético despendido no trabalho/estágio						
Atividade moderada	60	24	40,0	0,79	0,58 – 1,09	0,0784
Atividade leve ou não pratica	606	306	50,5	1,00	Referência	
Carga horária de trabalho/estágio						
Até 4 horas	83	34	41,0	0,82	0,62 – 1,10	0,1068
4 a 6 horas	120	57	47,5	0,95	0,76 – 1,20	0,3863
6 horas ou mais	240	128	53,3	1,07	0,90 – 1,28	0,2507
Não tem	223	111	49,8	1,00	Referência	

Na população estudada apresentar sobrepeso/obesidade foi associado ao consumo inadequado de refrigerante ou suco artificial ($p=0,0238$), a frequência dos estudantes que tinham consumo inadequado de refrigerante ou suco e foram classificados com sobrepeso e obesidade foi 20,0% maior que os eutróficos (tabela 21).

Tabela 21 – Distribuição da frequência inadequada de consumo de refrigerante ou suco artificial segundo características de saúde de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.

Variáveis	Total	≥3 dias/semana		RP	IC 95%	Valor p
		n	%			
IMC^a						
Baixo peso	56	32	57,1	1,25	0,97 – 1,60	0,0749
Eutrofia	414	190	45,9	1,00	Referência	
Sobrepeso e obesidade	195	107	54,9	1,20	1,01 – 1,41	0,0238
Problemas de saúde						
Sim	137	67	48,9	0,98	0,81 – 1,19	0,4707
Não tem/Não sabe	529	263	49,7	1,00	Referência	

Nota:

^a1 caso de IMC ignorado.

O consumo inadequado de refrigerante ou suco artificial foi associado ($p=0,0236$) ao hábito de assistir televisão e/ou utilizar o computador, no tempo livre, por mais de 3 horas por dia (tabela 22). A frequência deste hábito foi 1,19 vezes maior, se comparado aos estudantes que assistiam televisão e utilizavam computador menos de 3 horas por dia. O consumo de refrigerante também foi significativamente maior para os classificados como inativos, quando comparados com os estudantes classificados como ativos.

Tabela 22 – Distribuição da frequência inadequada de consumo de refrigerante ou suco artificial segundo hábitos de vida de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.

Variáveis	Total	≥3 dias/semana		RP	IC 95%	Valor p
		n	%			
Tempo destinado a televisão e computador						
Até 3 horas	248	110	44,4	1,00	Referência	0,0236
Mais de 3 horas	418	220	52,6	1,19	1,01 – 1,40	
Atividade física regular						
Não	489	265	54,2	1,48	1,20 – 1,82	<0,0001
Sim	177	65	36,7	1,00	Referência	
Nível de Atividade física						
Inativo	556	289	52,0	1,39	1,08 – 1,80	0,0033
Ativo	110	41	37,3	1,00	Referência	
Consumo de bebida alcoólica						
Sim	293	152	51,9	1,09	0,93 – 1,27	0,1619
Não	373	178	47,7	1,00	Referência	
Tabagismo						
Sim	53	32	60,4	1,24	0,98 - 1,57	0,0668
Não	613	298	48,6	1,00	Referência	

O consumo inadequado de refrigerante/suco artificial foi associado ao consumo de lanches como substituto das refeições ($p=0,0001$) e de frituras ($p<0,0010$) na frequência de 3 ou mais dias por semana. Também foi observada associação entre o alto consumo de refrigerante/suco artificial e o baixo consumo (menos de 5 dias por semana) de verdura/legume ($p=0,0003$) e frutas ($p<0,0001$), o fato de não realizar as principais refeições (desjejum, almoço e jantar) em frequência adequada foi associado ($p=0,0243$) ao consumo inadequado de refrigerante em comparação aos que faziam as 3 refeições em 5 ou mais dias por semana (tabela 23).

Tabela 23 – Distribuição da frequência inadequada de consumo de refrigerante ou suco artificial segundo hábitos alimentares de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.

Variáveis	Total	≥3 dias/semana		RP	IC 95%	Valor p
		n	%			
Substituição de refeições por lanches						
≥3 dias/semana	184	113	61,4	1,36	1,17 - 1,59	0,0001
<3 dias/semana	482	217	45,0	1,00	Referência	
Frituras						
≥3 dias/semana	99	68	68,7	1,49	1,27 - 1,74	<0,0010
<3 dias/semana	567	262	46,2	1,00	Referência	
Feijão						
≥5 dias/semana	361	186	51,5	1,00	Referência	
<5 dias/semana	305	144	47,2	0,92	0,78 - 1,07	0,1513
Verdura ou legume						
≥5 dias/semana	359	155	43,2	1,00	Referência	
<5 dias/semana	307	175	57,0	1,32	1,13 - 1,54	0,0003
Frutas						
≥5 dias/semana	198	59	29,8	1,00	Referência	
<5 dias/semana	468	271	57,9	1,94	1,55 - 2,44	<0,0001
Local do almoço e jantar						
Casa	381	186	48,8	1,00	Referência	
Outros lugares	285	144	50,5	1,03	0,89 – 1,21	0,3603
Desjejum, almoço e jantar						
≥5 dias/semana	299	135	45,2	1,00	Referência	
<5 dias/semana	367	195	53,1	1,18	1,01 – 1,38	0,0243

Após análise múltipla, regressão de Poisson (Anexo E) o consumo inadequado de refrigerante ou suco artificial foi associado aos estudantes mais jovens (20 a 29 anos), estudantes classificados com sobrepeso e obesidade, aos que declararam não praticar atividade física, e a baixa frequência de consumo de frutas na semana (tabela 24).

Tabela 24 – Fatores associados à frequência inadequada de consumo de refrigerante ou suco artificial, segundo modelo ajustado pela regressão de Poisson, de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.

Variável	RP Ajustada	IC 95%	Valor p
Idade			
20 - 29 anos	1,51	1,14 – 1,99	0,0040
≥ 30 anos	1,00	Referência	
IMC			
Baixo peso	1,18	0,93 – 1,50	0,1680
Eutrofia	1,00	Referência	
Sobrepeso e obesidade	1,27	1,06 – 1,52	0,0070
Atividade física regular			
Não	1,28	1,02 – 1,60	0,0290
Sim	1,00	Referência	
Frutas			
<5 dias/semana	1,74	1,38 – 2,19	0,0000
≥5 dias/semana	1,00	Referência	

Variáveis de controle utilizadas no modelo: sexo, situação conjugal, situação residencial, curso de graduação, cor/raça, classe econômica, turno do curso, gasto energético despendido no trabalho/estágio, trabalho/estágio não obrigatório, local das refeições, desjejum, almoço e jantar, nível de atividade física, consumo de bebida alcoólica, carga horária diária de trabalho/estágio, tabagismo, tempo destinado a televisão e computador, problema de saúde, verdura/legume, substituição de refeições por lanches, frituras, feijão, mantenedor.

4.2.4 Fatores Associados ao Hábito de Consumir Frutas

As variáveis demográficas e socioeconômicas (tabela 25) que se associaram ao consumo inadequado de frutas foram o sexo ($p < 0,0001$) e a idade ($p = 0,0411$). A proporção de estudantes do sexo masculino que relataram frequência de consumo inadequado de frutas foi de 1,27 vezes a do sexo feminino. O baixo consumo de frutas entre os estudantes mais jovens (20 a 29 anos) foi 1,13 vezes o de estudantes mais velhos (30 anos e mais).

Tabela 25 – Distribuição da frequência inadequada de consumo de frutas segundo características demográficas e socioeconômicas de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.

Variáveis	<5 dias/semana		%	RP	IC 95%	Valor p
	Total	n				
Sexo						
Masculino	222	182	82,0	1,27	1,16 – 1,40	<0,0001
Feminino	444	286	64,4	1,00	Referência	
Idade^a						
20 a 29 anos	540	388	71,9	1,13	1,01 – 1,24	0,0411
≥30 anos	123	78	63,4	1,00	Referência	
Cor ou raça^b						
Não branca	138	104	75,4	1,09	0,98 – 1,22	0,0887
Branca	526	363	69,0	1,00	Referência	
Situação conjugal						
Solteiro	505	358	70,9	1,03	0,95 – 1,17	0,3009
Casado e demais	161	110	68,3	1,00	Referência	
Situação residencial						
República, sozinho e outros	112	76	67,9	0,96	0,84 – 1,10	0,3088
Família e/ou parentes	554	392	70,8	1,00	Referência	
Mantenedor						
Não	552	381	69,0	0,90	0,80 – 1,02	0,0751
Sim	114	87	76,3	1,00	Referência	
Classe econômica^c						
A	150	99	66,0	1,00	Referência	
B	388	275	70,9	1,07	0,94 – 1,22	0,1593
C/D	121	89	73,6	1,11	0,95 – 1,30	0,1134

Nota:

^a3 casos de idade ignorados.

^b2 casos de cor ou raça ignorados.

^c7 casos de classe econômica ignorada.

Quanto aos fatores relacionados ao curso de graduação, trabalho ou estágio (tabela 26), a área de conhecimento ($p=0,001$), turno de estudo ($p=0,0057$) e carga horária de trabalho/estágio ($p=0,0038$) foram associados à baixa frequência semanal no consumo de frutas. Estudantes de outras áreas de conhecimento relataram frequência de consumo inadequado de frutas 18,0% maior que estudantes da área da saúde. O fato de estudarem no período noturno influenciou na baixa frequência de consumo de frutas quando comparado ao período matutino de estudo, e mesmo sem significância estatística o mesmo ocorreu com os estudantes do período integral. Na questão do tempo destinado ao trabalho ou estágio, para os

estudantes que ocupavam 6 ou mais horas por dia, a frequência inadequada de frutas foi de 1,17 vezes a dos estudantes que não trabalhavam e não faziam estágio.

Tabela 26 – Distribuição da frequência inadequada de consumo de frutas segundo características do curso de graduação, trabalho ou estágio de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.

Variáveis	Total	<5 dias/semana		RP	IC 95%	Valor p
		n	%			
Áreas de conhecimento						
Outras áreas	395	296	74,9	1,18	1,06 – 1,31	0,0010
Saúde	271	172	63,5	1,00	Referência	
Turno de estudo						
Integral	64	45	70,3	1,14	0,93 – 1,39	0,1533
Noturno	447	327	73,2	1,18	1,03 – 1,35	0,0057
Matutino	155	96	61,9	1,00	Referência	
Trabalho/estágio						
Sim	443	320	72,2	1,00	Referência	
Não	223	148	66,4	0,92	0,82 – 1,03	0,0703
Gasto energético despendido no trabalho/estágio						
Atividade moderada	60	40	66,7	0,94	0,78 – 1,14	0,3113
Atividade leve ou não pratica	606	428	70,6	1,00	Referência	
Carga horária de trabalho/estágio						
Até 4 horas	83	57	68,7	1,03	0,87 – 1,23	0,4033
4 — 6 horas	120	76	63,3	0,95	0,81 – 1,13	0,3285
6 horas ou mais	240	187	77,9	1,17	1,05 – 1,32	0,0038
Não tem	223	148	66,4	1,00	Referência	

No que se refere às características de saúde, não foi observada associação estatística com o consumo inadequado de frutas. Embora, mesmo sem significância entre os estudantes sobrepesos e obesos observou-se frequência maior do hábito (tabela 27).

Tabela 27 – Distribuição da frequência inadequada de consumo de frutas segundo características de saúde de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.

Variáveis	Total	<5 dias/semana		RP	IC 95%	Valor p
		n	%			
IMC^a						
Baixo peso	56	40	71,4	1,02	0,86 – 1,22	0,4629
Eutrofia	414	289	69,8	1,00	Referência	
Sobrepeso e obesidade	195	138	70,8	1,01	0,91 – 1,13	0,4415
Problemas de saúde						
Sim	137	99	72,3	1,03	0,92 – 1,17	0,3200
Não tem/Não sabe	529	369	69,8	1,00	Referência	

Nota:

^a1 caso de IMC ignorado.

O hábito de assistir televisão e utilizar o computador no tempo livre por mais de 3 horas por dia esteve associado ($p=0,0295$) ao baixo consumo de frutas, 1,11 vezes a dos estudantes que assistiam televisão e utilizavam computador até 3 horas por dia. Também houve associação significativa para quem não fazia atividade física regular ($p=0,0113$), a proporção destes estudantes que relataram consumo inadequado de frutas foi 15,0% maior que a dos jovens que faziam atividade física regular. O mesmo ocorreu com os estudantes inativos, ($p=0,0002$), o percentual destes estudantes foi 32,0% maior que aqueles considerados ativos. O hábito de consumir bebida alcóolica também esteve associado ao baixo consumo de frutas ($p<0,0001$) (tabela 28).

Tabela 28 – Distribuição da frequência inadequada de consumo de frutas segundo hábitos de vida de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.

Variáveis	Total	<5 dias/semana		RP	IC 95%	Valor p
		n	%			
Tempo destinado a televisão e computador						
Até 3 horas	248	163	65,7	1,00	Referência	
Mais de 3 horas	418	305	73,0	1,11	1,01 – 1,24	0,0295
Atividade física regular						
Não	489	356	72,8	1,15	1,02 – 1,30	0,0113
Sim	177	112	63,3	1,00	Referência	
Nível de atividade física						
Inativo	556	407	73,2	1,32	1,11 – 1,57	0,0002
Ativo	110	61	55,5	1,00	Referência	
Consumo de bebida alcoólica						
Sim	293	230	78,5	1,23	1,12 – 1,36	<0,0001
Não	373	238	63,8	1,00	Referência	
Tabagismo						
Sim	53	41	77,4	1,11	0,95 – 1,30	0,1538
Não	613	427	69,7	1,00	Referência	

O consumo inadequado de frutas foi associado ao consumo de refrigerante ou suco artificial em 3 ou mais dias por semana ($p < 0,0001$). Assim como houve associação entre o consumo inadequado de frutas e a baixa frequência de consumo (menos de 5 dias por semana) de verdura ou legume ($p < 0,0001$). E o fato de fazer desjejum, almoço e jantar menos de 5 dias por semana ($p < 0,0001$) mostrou maior proporção de consumo inadequado de frutas, quando comparados aos que realizavam as três refeições básicas em 5 dias ou mais por semana (tabela 29).

Tabela 29 – Distribuição da frequência inadequada de consumo de frutas segundo hábitos alimentares de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.

Variáveis	<5 dias/semana					
	Total	N	%	RP	IC 95%	Valor p
Substituição de refeições por lanches						
≥3 dias/semana	184	138	75,0	1,1	0,99 - 1,21	0,0600
<3 dias/semana	482	330	68,5	1,00	Referência	
Frituras						
≥3 dias/semana	99	75	75,8	1,09	0,97 - 1,24	0,1199
<3 dias/semana	567	393	69,3	1,00	Referência	
Refrigerante ou suco artificial						
≥3 dias/semana	330	271	82,1	1,4	1,26 - 1,55	<0,0001
<3 dias/semana	336	197	58,6	1,00	Referência	
Feijão						
≥5 dias/semana	361	251	69,5	1,00	Referência	
<5 dias/semana	305	217	71,1	1,02	0,93 - 1,13	0,3556
Verdura ou legume						
≥5 dias/semana	359	215	59,9	1,00	Referência	
<5 dias/semana	307	253	82,4	1,38	1,25 - 1,52	<0,0001
Local do almoço e jantar						
Casa	381	259	68,0	1,00	Referência	
Outros lugares	285	209	73,3	1,08	0,98 – 1,19	0,0793
Desjejum, almoço e jantar						
≥5 dias/semana	299	182	60,9	1,00	Referência	
<5 dias/semana	367	286	77,9	1,28	1,15 – 1,42	<0,0001

Após análise múltipla, regressão de Poisson (Anexo F), foram associados ao consumo inadequado de frutas, o sexo masculino, estudantes classificados como inativos, os que destinavam 3 ou mais horas para televisão ou computador e os que relataram o consumo de bebida alcóolica. Quanto aos hábitos alimentares, foi associado ao consumo de frutas menos de 5 dias por semana os estudantes que faziam as 3 principais refeições e consumiam verdura ou legume nesta mesma frequência. O hábito de consumir refrigerante ou suco artificial em frequência semanal excessiva também se associou ao consumo inadequado de frutas. Por outro lado o sobrepeso e obesidade entre os estudantes foi fator protetor ao consumo de frutas menos de 5 dias por semana (tabela 30).

Tabela 30 – Fatores associados à frequência inadequada de consumo de frutas, segundo modelo ajustado pela regressão de Poisson, de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.

Variável	RP Ajustada	IC 95%	Valor p
Sexo			
Masculino	1,25	1,11 – 1,40	0,0000
Feminino	1,00	Referência	
IMC			
Baixo peso	1,06	0,89 – 1,26	0,5040
Eutrofia	1,00	Referência	
Sobrepeso e obesidade	0,89	0,79 – 0,99	0,0420
Nível de atividade física			
Inativo	1,19	1,00 – 1,42	0,0490
Ativo	1,00	Referência	
Consumo de bebida alcóolica			
Sim	1,20	1,09 – 1,32	0,0000
Não	1,00	Referência	
Desjejum, almoço e jantar			
<5 dias/semana	1,20	1,08 – 1,33	0,0000
≥5 dias/semana	1,00	Referência	
Verdura ou legume			
<5 dias/semana	1,24	1,12 – 1,37	0,0000
≥5 dias/semana	1,00	Referência	
Refrigerante ou suco artificial			
≥3 dias/semana	1,29	1,17 – 1,43	0,0000
<3 dias/semana	1,00	Referência	
Tempo destinado a televisão e computador			
Até 3 horas	1,00	Referência	
Mais de 3 horas	1,12	1,01 – 1,24	0,0430

Variáveis de controle utilizadas no modelo: situação conjugal, substituição de refeições por lanches, classe econômica, turno do curso, trabalho/estágio não obrigatório, gasto energético despendido no trabalho/estágio, carga horária diária de trabalho/estágio, idade, curso de graduação, atividade física regular, local das refeições, tabagismo, fritura, feijão, problema de saúde, mantenedor, cor/raça, situação residencial.

4.2.5 Fatores Associados ao Hábito de Consumir Verdura ou Legume

Os fatores demográficos e socioeconômicos (tabela 31) associados ao consumo inadequado de verdura ou legume foram a idade e a classe econômica. O percentual de estudantes entre 20 e 29 anos de idade que relataram ter este hábito foi 1,32 vezes o percentual de estudantes da faixa etária de 30 anos ou mais ($p=0,0131$). A proporção do baixo consumo de verdura ou legume entre os indivíduos da classe B e C/D foi, respectivamente, 1,36 e 1,47 vezes, a dos estudantes da classe A.

Tabela 31 – Distribuição da frequência inadequada de consumo de verdura ou legume segundo características demográficas e socioeconômicas de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.

Variáveis	Total	<5 dias/semana		RP	IC 95%	Valor p
		n	%			
Sexo						
Masculino	222	110	49,5	1,12	0,94 – 1,32	0,1186
Feminino	444	197	44,4	1,00	Referência	
Idade^a						
20 a 29 anos	540	260	48,1	1,32	1,03 – 1,69	0,0131
≥30 anos	123	45	36,6	1,00	Referência	
Cor ou raça^b						
Não branca	138	59	42,8	0,91	0,74 – 1,13	0,2159
Branca	526	247	47,0	1,00	Referência	
Situação conjugal						
Solteiro	505	234	46,3	1,02	0,84 – 1,24	0,4484
Casado e demais	161	73	45,3	1,00	Referência	
Situação residencial						
República, sozinho e outros	112	56	50,0	1,10	0,90 – 1,36	0,2105
Família e/ou parentes	554	251	45,3	1,00	Referência	
Mantenedor						
Não	552	248	44,9	0,87	0,71 – 1,06	0,1097
Sim	114	59	51,8	1,00	Referência	
Classe econômica^c						
A	150	53	35,3	1,00	Referência	0,0055
B	388	186	47,9	1,36	1,07 – 1,72	
C/D	121	63	52,1	1,47	1,12 – 1,94	

Nota:

^a3 casos de idade ignorada.

^b2 casos de cor ignorada.

^c7 casos de classe econômica ignorada.

As variáveis relacionadas às características do curso de graduação, trabalho ou estágio (tabela 32) e as variáveis sobre características de saúde (tabela 33) não apresentaram associação com o consumo inadequado de verdura ou legume.

Tabela 32 – Distribuição da frequência inadequada de consumo de verdura ou legume segundo características do curso de graduação, trabalho ou estágio de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.

Variáveis	Total	<5 dias/semana		RP	IC 95%	Valor p
		n	%			
Áreas de conhecimento						
Outras áreas	395	191	48,4	1,13	0,95 – 1,34	0,0914
Saúde	271	116	42,8	1,00	Referência	
Turno de estudo						
Integral	64	32	50,0	1,14	0,84 – 1,54	0,2486
Noturno	447	207	46,3	1,06	0,86 – 1,29	0,3331
Matutino	155	68	43,9	1,00	Referência	
Trabalho/estágio						
Sim	443	200	45,1	1,00	Referência	
Não	223	107	48,0	1,06	0,90 – 1,26	0,2708
Gasto energético despendido no trabalho/estágio						
Atividade moderada	60	23	38,3	0,82	0,59 – 1,14	0,1295
Atividade leve ou não pratica	606	284	46,9	1,00	Referência	
Carga horária de trabalho/estágio						
Até 4 horas	83	34	41,0	0,85	0,64 – 1,14	0,1670
4 — 6 horas	120	50	41,7	0,87	0,67 – 1,12	0,1572
6 horas ou mais	240	116	48,3	1,01	0,83 - 1,22	0,4930
Não tem	223	107	48,0	1,00	Referência	

Tabela 33 – Distribuição da frequência inadequada de consumo de verdura ou legume segundo características de saúde de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.

Variáveis	<5 dias/semana			RP	IC 95%	Valor p
	Total	n	%			
IMC^a						
Baixo peso	56	28	50,0	1,13	0,85 – 1,50	0,2497
Eutrofia	414	183	44,2	1,00	Referência	
Sobrepeso e obesidade	195	96	49,2	1,11	0,93 – 1,33	0,1413
Problemas de saúde						
Sim	137	69	50,4	1,12	0,92 – 1,36	0,1518
Não tem/Não sabe	529	238	45,0	1,00	Referência	

Nota:

^a1 caso de IMC ignorado.

O fato de não praticar atividade física regular foi associado ($p=0,004$) ao baixo consumo de verdura ou legume, a proporção de estudantes com este hábito foi 32,0% maior que a dos jovens que faziam atividade física regular. O mesmo ocorreu com os estudantes inativos, o baixo consumo de verdura/legume ($p=0,0029$) foi 44,0% maior que aqueles considerados ativos (tabela 34).

Tabela 34 – Distribuição da frequência inadequada de consumo de verdura ou legume segundo hábitos de vida de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.

Variáveis	Total	<5 dias/semana		RP	IC 95%	Valor p
		n	%			
Tempo destinado a televisão e computador						
Até 3 horas	248	108	43,5	1,00	Referência	
Mais de 3 horas	418	199	47,6	1,09	0,92 – 1,30	0,1747
Atividade física regular						
Não	489	241	49,3	1,32	1,07 – 1,63	0,0040
Sim	177	66	37,3	1,00	Referência	
Nível de atividade física						
Inativo	556	270	48,6	1,44	1,10 – 1,90	0,0029
Ativo	110	37	33,6	1,00	Referência	
Consumo de bebida alcoólica						
Sim	293	141	48,1	1,08	0,92 – 1,27	0,1972
Não	373	166	44,5	1,00	Referência	
Tabagismo						
Sim	53	27	50,9	1,12	0,84 – 1,47	0,2762
Não	613	280	45,7	1,00	Referência	

A frequência inadequada de consumo de verdura ou legume esteve associada à baixa frequência de consumo de frutas ($p < 0,0001$), feijão ($p = 0,0009$) e a alta frequência de consumo de refrigerante/suco artificial ($p = 0,0003$), frituras ($p < 0,001$) e ao hábito de substituir refeições por lanches ($p = 0,0003$). O fato de fazer desjejum, almoço e jantar menos de 5 dias por semana ($p < 0,0034$) mostrou maior consumo inadequado de verdura ou legume, a proporção foi 1,27 vezes a de estudantes que fazem as 3 refeições 5 ou mais dias por semana (tabela 35).

Tabela 35 – Distribuição da frequência inadequada de consumo de verdura ou legume segundo hábitos alimentares de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.

Variáveis	Total	<5 dias/semana		RP	IC 95%	Valor p
		n	%			
Substituição de refeições por lanches						
≥3 dias/semana	184	105	57,1	1,36	1,16 - 1,60	0,0003
<3 dias/semana	482	202	41,9	1,00	Referência	
Frituras						
≥3 dias/semana	99	67	67,7	1,6	1,35 - 1,89	<0,001
<3 dias/semana	567	240	42,3	1,00	Referência	
Refrigerante ou suco artificial						
≥3 dias/semana	330	175	53,0	1,35	1,14 - 1,60	0,0003
<3 dias/semana	336	132	39,3	1,00	Referência	
Feijão						
≥5 dias/semana	361	146	40,4	1,00	Referência	
<5 dias/semana	305	161	52,8	1,31	1,11 - 1,54	0,0009
Frutas						
≥5 dias/semana	198	54	27,3	1,00	Referência	
<5 dias/semana	468	253	54,1	1,98	1,56 - 2,53	<0,0001
Local do almoço e jantar						
Casa	381	168	44,1	1,11	0,94 – 1,30	0,1314
Outros lugares	285	139	48,8	1,00	Referência	
Desjejum, almoço e jantar						
≥5 dias/semana	299	120	40,1	1,00	Referência	
<5 dias/semana	367	187	51,0	1,27	1,07 – 1,51	0,0034

Após a análise múltipla, regressão de Poisson (Anexo G), os fatores que se mantiveram associados ao hábito de consumir verdura/legume na frequência menor que 5 dias por semana foram a idade entre 20 e 29 anos, classificação econômica nas classes B e C/D; consumir feijão e frutas menos de 5 dias por semana e excesso na frequência de consumo de frituras (tabela 36).

Tabela 36 – Fatores associados à frequência inadequada de consumo de verdura ou legume, segundo modelo ajustado pela regressão de Poisson, de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.

Variável	RP Ajustada	IC 95%	Valor p
Idade			
20 - 29 anos	1,33	1,01 – 1,75	0,0400
≥ 30 anos	1,000	Referência	
Classe econômica			
A	1,00	Referência	
B	1,34	1,05 – 1,71	0,0150
C/D	1,49	1,12 – 1,98	0,0050
Frituras			
≥3 dias/semana	1,36	1,14 – 1,62	0,0010
<3 dias/semana	1,00	Referência	
Feijão			
<5 dias/semana	1,33	1,12 – 1,58	0,0010
≥5 dias/semana	1,00	Referência	
Frutas			
<5 dias/semana	1,70	1,32 – 2,195	0,0000
≥5 dias/semana	1,00	Referência	

Variáveis de controle utilizadas no modelo: cor/raça, mantenedor, curso de graduação, trabalho/estágio não obrigatório, gasto energético despendido no trabalho/estágio, carga horária diária de trabalho/estágio, problema de saúde, tempo destinado a televisão e computador, consumo de bebida alcoólica, tabagismo, desjejum, almoço e jantar, situação conjugal, situação residencial, turno do curso, IMC, local das refeições, atividade física regular, nível de atividade física, refrigerante, sexo, substituição de refeições por lanches.

4.2.6 Fatores Associados ao Hábito de Consumir Feijão

As variáveis demográficas e sócio econômicas (tabela 37) que se associaram ao consumo inadequado de feijão foram sexo ($p < 0,0001$), idade ($p = 0,0076$), situação residencial ($p = 0,003$) e classe econômica. Quanto ao sexo, os homens tiveram menor frequência de consumo inadequado de feijão, assim como os jovens de 20 a 29 anos de idade. O fato de morar sozinho ou em república mostrou ser mais frequente o consumo inadequado de feijão, esta proporção foi 1,34 vezes a dos estudantes que moram com a família. Os estudantes da classe B e C/D apresentaram menor frequência de consumo inadequado de feijão, comparados aos da classe A.

Tabela 37 – Distribuição da frequência inadequada de consumo de feijão segundo características demográficas e socioeconômicas de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.

Variáveis	Total	<5 dias/semana		RP	IC 95%	Valor p
		n	%			
Sexo						
Masculino	222	78	35,1	0,69	0,56 – 0,84	<0,0001
Feminino	444	227	51,1	1,00	Referência	
Idade^a						
20 a 29 anos	540	235	43,5	0,78	0,65 – 0,93	0,0076
≥30 anos	123	69	56,1	1,00	Referência	
Cor ou raça^b						
Não branca	138	61	44,2	0,95	0,77 – 1,17	0,3585
Branca	526	244	46,4	1,00	Referência	
Situação conjugal						
Solteiro	505	229	45,33	0,96	0,79 – 1,16	0,3740
Casado e demais	161	76	47,2	1,00	Referência	
Situação residencial						
República, sozinho e outros	112	65	58,0	1,34	1,11 – 1,61	0,0030
Família e/ou parentes	554	240	43,3	1,00	Referência	
Mantenedor						
Não	552	250	45,3	0,94	0,76 – 1,16	0,3180
Sim	114	55	48,2	1,00	Referência	
Classe econômica^c						
A	150	82	54,7	1,00	Referência	0,0174
B	388	171	44,1	0,81	0,67 – 0,97	
C/D	121	47	38,8	0,71	0,54 – 0,93	

Nota:

^a3 casos de idade ignorada.

^b2 casos de cor ignorada.

^c7 casos de classe econômica ignorada.

No que se refere às características do curso de graduação, trabalho ou estágio (tabela 38) o turno noturno de estudo ($p=0,0039$) e a carga horária de trabalho ou estágio ($p=0,0493$) foram associados à frequência inadequada do consumo de feijão. Estudantes do período noturno e os que trabalhavam ou faziam estágio 6 horas ou mais por dia tiveram menor frequência de consumo inadequado de feijão.

Tabela 38 – Distribuição da frequência inadequada de consumo de feijão segundo características do curso de graduação, trabalho ou estágio de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.

Variáveis	Total	<5 dias/semana		RP	IC 95%	Valor p
		n	%			
Áreas de conhecimento						
Outras áreas	395	178	45,1	0,96	0,81 – 1,14	0,3524
Saúde	271	127	46,9	1,00	Referência	
Turno de estudo						
Integral	64	32	50,0	0,91	0,69 – 1,21	0,3072
Noturno	447	188	42,1	0,77	0,64 – 0,92	0,0039
Matutino	155	85	54,8	1,00	Referência	
Trabalho/estágio						
Sim	443	195	44,0	1,00	Referência	0,1121
Não	223	110	49,3	1,12	0,95 – 1,33	
Gasto energético despendido no trabalho						
Atividade moderada	60	30	50,0	1,10	0,84 – 1,44	0,2914
Atividade leve ou não pratica	606	275	45,4	1,00	Referência	
Carga horária de trabalho/estágio						
Até 4 horas	83	40	48,2	0,98	0,75 – 1,27	0,4809
4 — 6 horas	120	56	46,7	0,95	0,75 – 1,19	0,3605
6 horas ou mais	240	99	41,2	0,84	0,68 – 1,00	0,0493
Não tem	223	110	48,3	1,00	Referência	

Não houve associação significativa entre o baixo consumo de feijão e características de saúde (tabela 39).

Tabela 39 – Distribuição da frequência inadequada de consumo de feijão segundo características de saúde de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.

Variáveis	Total	<5 dias/semana		RP	IC 95%	Valor p
		n	%			
IMC^a						
Baixo peso	56	26	46,4	1,05	0,78 – 1,42	0,4320
Eutrofia	414	183	44,2	1,00	Referência	
Sobrepeso e obesidade	195	95	48,0	1,10	0,92 – 1,32	0,1694
Problemas de saúde						
Sim	137	68	49,0	1,11	0,91 – 1,34	0,1799
Não tem/Não sabe	529	237	44,8	1,00	Referência	

Nota:

^a1 caso de IMC ignorado.

O hábito de consumir bebida alcóolica e o tabagismo foram associados à baixa frequência de consumo de feijão. O consumo de bebida alcóolica em estudantes com este hábito inadequado foi 1,18 vezes a dos que não consumiam bebida alcóolica. Quanto ao tabagismo, a proporção foi 40,0% maior que a dos estudantes que não fumavam (tabela 40).

Tabela 40 – Distribuição da frequência inadequada de consumo de feijão segundo hábitos de vida de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.

Variáveis	Total	<5 dias/semana		RP	IC 95%	Valor p
		n	%			
Tempo destinado a televisão e computador						
Até 3 horas	248	111	44,8	1,00	Referência	
Mais de 3 horas	418	194	46,4	1,04	0,87 – 1,23	0,3693
Atividade física regular						
Não	489	216	44,2	0,88	0,74 – 1,05	0,0951
Sim	177	89	50,3	1,00	Referência	
Nível de atividade física						
Inativo	556	247	44,4	0,84	0,69 – 1,03	0,0678
Ativo	110	58	52,7	1,00	Referência	
Consumo de bebida alcóolica						
Sim	293	147	50,2	1,18	1,02 – 1,40	0,0268
Não	373	158	42,4	1,00	Referência	
Tabagismo						
Sim	53	33	62,3	1,40	1,12 – 1,76	0,0090
Não	613	272	44,4	1,00	Referência	

Entre os estudantes que relataram consumo inadequado de feijão a proporção que substituíam refeições por lanches 3 ou mais dias por semana foi 1,46 vezes a de estudantes que substituíam menos de 3 dias por semana. O hábito inadequado de feijão também se associou à menor frequência de verdura ou legume. A proporção de estudantes que faziam as três principais refeições menos de 5 dias por semana e relataram consumo inadequado de feijão foi 1,27 vezes a dos estudantes que realizavam desjejum, almoço e jantar na frequência desejada (5 ou mais dias na semana) (tabela 41).

Tabela 41 – Distribuição da frequência inadequada de consumo de feijão segundo hábitos alimentares de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.

Variáveis	Total	<5 dias/semana		RP	IC 95%	Valor p
		n	%			
Substituição de refeições por lanches						
≥3 dias/semana	184	109	59,2	1,46	1,24 - 1,71	<0,0010
<3 dias/semana	482	196	40,7	1,00	Referência	
Frituras						
≥3 dias/semana	99	48	48,5	1,07	0,86 - 1,34	0,3182
<3 dias/semana	567	257	45,3	1,00	Referência	
Refrigerante ou suco artificial						
≥3 dias/semana	330	144	43,6	0,91	0,77 - 1,07	0,1513
<3 dias/semana	336	161	47,9	1,00	Referência	
Frutas						
≥5 dias/semana	198	88	44,4	1,00	Referência	0,3556
<5 dias/semana	468	217	46,4	1,04	0,87 - 1,25	
Verdura ou legume						
≥5 dias/semana	359	144	40,1	1,00	Referência	0,0009
<5 dias/semana	307	161	54,4	1,31	1,11 - 1,54	
Local do almoço e jantar						
Casa	381	170	44,6	1,00	Referência	0,2657
Outros lugares	285	135	47,4	1,06	0,90 – 1,25	
Desjejum, almoço e jantar						
≥5 dias/semana	299	119	39,8	1,00	Referência	0,0032
<5 dias/semana	367	186	50,7	1,27	1,07 – 1,51	

Após análise múltipla, regressão de Poisson (Anexo 8), observou-se que os estudantes do sexo masculino, os mais jovens, da classe econômica C/D e que cursavam a graduação no período noturno apresentaram fator protetor ao consumo de feijão em frequência semanal inadequada. Por outro lado, o sobrepeso e obesidade, o hábito de fumar, de realizar as 3 principais refeições diárias e o consumo de verdura/legume em menos de 5 dias por semana e a substituição de refeições por lanches em 3 ou mais dias da semana foram associados positivamente a baixa frequência semanal de consumo de feijão (tabela 42).

Tabela 42 – Fatores associados à frequência inadequada de consumo de feijão, segundo modelo ajustado pela regressão de Poisson, de estudantes concluintes de uma IES privada, Londrina-PR, 2013.

Variável	RP Ajustada	IC 95%	Valor p
Sexo			
Masculino	0,58	0,46 – 0,72	0,0000
Feminino	1,00	Referência	
Idade			
20 - 29 anos	0,66	0,52 – 0,83	0,0010
≥ 30 anos	1,00	Referência	
IMC			
Baixo peso	1,09	0,81 – 1,46	0,5370
Eutrofia	1,00	Referência	
Sobrepeso e obesidade	1,22	1,00 – 1,48	0,0460
Classe econômica			
A	1,00	Referência	
B	0,85	0,70 – 1,03	0,1130
C/D	0,68	0,51 – 0,90	0,0070
Turno do curso			
Integral	0,80	0,59 – 1,07	0,1430
Noturno	0,81	0,66 – 0,99	0,0450
Matutino	1,00	Referência	
Tabagismo			
Sim	1,36	1,07 – 1,74	0,0120
Não	1,00	Referência	
Desjejum, almoço e jantar			
<5 dias/semana	1,20	1,00 – 1,44	0,0390
≥5 dias/semana	1,00	Referência	
Verdura ou legume			
<5 dias/semana	1,32	1,11 – 1,57	0,0020
≥5 dias/semana	1,00	Referência	
Substituição de refeições por lanches			
≥3 dias/semana	1,40	1,19 – 1,66	0,0000
<3 dias/semana	1,00	Referência	

Variáveis de controle utilizadas no modelo: cor/raça, mantenedor, curso de graduação, trabalho/estágio não obrigatório, gasto energético despendido no trabalho/estágio, carga horária diária de trabalho/estágio, problema de saúde, tempo destinado a televisão e computador, fritura, local das refeições, situação conjugal, situação residencial, atividade física regular, consumo de bebida alcoólica, frutas, refrigerante, nível de atividade física.

5 DISCUSSÃO

5.1 CONSIDERAÇÕES METODOLÓGICAS

Este estudo, sobre hábitos alimentares de universitários, se diferencia de outros trabalhos por abordar fatores associados aos hábitos alimentares inadequados de estudantes concluintes de uma IES privada. No entanto, é preciso destacar algumas limitações metodológicas.

A principal limitação do presente estudo foi o percentual de perdas e recusas, que alcançou aproximadamente 30,0% dos participantes previstos, especialmente pelas perdas. De acordo com Klein e Bloch (2003) essa é uma limitação de questionários autorrespondidos que pode estar mais sujeitos a não respostas ou perdas. As principais dificuldades enfrentadas foram a disponibilidade para aplicação dos questionários e a autorização por parte de alguns coordenadores de cursos. Todavia, o ponto positivo é que o perfil de idade e sexo dos participantes da pesquisa foi semelhante ao da totalidade de alunos concluintes da instituição, pois dos estudantes matriculados aproximadamente 39% eram do sexo masculino e 61% do sexo feminino. Minimizando a preocupação quanto aos possíveis vieses acarretados pela alta proporção de perdas.

O presente estudo utilizou questionários anônimos, de preenchimento voluntário e com garantia verbal e escrita, quanto ao caráter confidencial das informações, com o objetivo de garantir respostas mais fidedignas.

O fato de ser uma amostra de apenas uma universidade pode caracterizar uma limitação por não ser representativa de todos os estudantes universitários.

O ponto forte é que foi realizado um estudo piloto a fim da possível necessidade de se fazer ajustes no formato das perguntas e nas alternativas considerando as respostas encontradas e as observações feitas mediante comentários dos universitários no momento da aplicação do piloto.

5.2 CARACTERIZAÇÃO

Comparando-se os dados de caracterização da população estudada com os de outros estudos nacionais e internacionais, foram observadas semelhanças e diferenças no perfil de universitários.

A média de idade dos estudantes desta pesquisa se mostrou pouco abaixo da média do Censo da Educação Superior, de 28 anos de idade (INEP, 2013). O Censo apontou duas tendências no perfil dos universitários brasileiros. A maioria dos matriculados no ensino superior são do sexo feminino (ABRES, 2014), reafirmando o encontrado na atual pesquisa e em outros estudos com universitários (VIEIRA et al., 2002; PINHEIRO, 2006; FRANCA; COLARES, 2008; FEITOSA et al., 2010; DUARTE; ALMEIDA; MARTINS, 2013; BUENO; DOMINGUES, 2013; NAKASHIMA et al., 2013) realizados em várias cidades e regiões do Brasil. Pesquisas internacionais também não são diferentes, refletem o mesmo perfil (YAHIA et al., 2008; BANWELL et al., 2009; ANSARI et al., 2011; GRAHAM; LASKA, 2012). Essa tendência em diferentes regiões mostra a busca das mulheres em ocupar espaço no mercado de trabalho a partir do estudo (ABRES, 2014).

A outra tendência apontada pelo Censo foi o turno de estudo. Do total de 7,04 milhões de estudantes desse nível, 63% estudam no período noturno, pouco abaixo do encontrado. A opção por esse horário mostra que existe o interesse e a necessidade de uma atividade com renda para complementar os ganhos (ABRES, 2014).

A predominância de relato da condição da cor branca entre os universitários observada no presente trabalho também foi verificada em outra pesquisa com estudantes de nível superior realizada nas 27 capitais brasileiras (ANDRADE; WAGNER; OLIVEIRA, 2010), confirmando o levantamento realizado pelo IBGE (2013). O maior percentual de brancos nas universidades é explicado por Durham (2014) através da discriminação racial e da desigualdade educacional vivenciada na sociedade brasileira. O mesmo percentual de brancos foi encontrado em pesquisas realizadas nos Estados Unidos como na Universidade de Albany-Suny (ANDERSON; SHAPIRO; LUNDGREN, 2003), na Universidade Estadual da Virgínia (STRONG et al., 2008) e no Estado de Oregon (LI et al., 2012).

No presente trabalho a maioria dos universitários se declarou solteira, assim como o estudo de Sousa e Nahas (2011), Oliveira et al. (2012),

Ferrari (2012), Baptista et al. (2012) no Brasil e Simão et al. (2008) na Angola. Talvez pelo fato de a faixa etária predominante ser de indivíduos mais jovens.

O fato de a maioria ainda residir com os familiares também foi observado em outras pesquisas (SALVO, 2005; SILVA; PETROSKI, 2011; OLIVEIRA et al., 2012; BAPTISTA et al., 2012; LI et al., 2012), mas o oposto foi encontrado por Vieira et al. (2002) com estudantes recém ingressos em uma universidade pública brasileira. A presença da família é muito importante neste período, Monteiro et al. (2009) constataram que a presença frequente da família exerce grande influência sobre os hábitos alimentares dos estudantes, e concluíram que os universitários que não residem com os pais tem menos acesso a alguns grupos de alimentos.

A maioria dos universitários pertencentes à classe econômica B apresentada por esta pesquisa foi pouco acima do que o encontrado no estudo de Andrade et al. (2010) com universitários das 27 capitais do Brasil, estudantes de instituições públicas e privadas, e no estudo de Silva e Petroski (2011) com estudantes de uma universidade pública no Brasil. Andrade et al. (2010) encontraram maior proporção de estudantes na classe econômica B (23,05% no público e 24,95% no privado) e, semelhante a atual pesquisa, não encontrou representantes da classe E, além de poucos representantes da classe A1. Essa distribuição foi independente do tipo de instituição, pública ou privada, segundo os autores não houve diferença.

Quanto as atividades realizadas, de trabalho ou estágio, a maior proporção dos estudantes ocupavam entre 4 e 8 horas diárias. Souza, Bastos e Oliveira (2013) encontraram que a maioria dos universitários trabalhava 8 horas por dia. Diferentemente, Souza e Nahas (2011), obtiveram maior proporção de universitários que não trabalham, podendo ser explicado pelo fato de o estudo ter sido em uma universidade pública, onde a maioria estuda no período diurno.

A maioria dos estudantes universitários desta pesquisa foi classificada como eutrófica, assim como verificado no sul do Brasil (SIMÃO; NAHAS; OLIVEIRA, 2006; NAKASHIMA et al., 2013) e na Malásia com estudantes de medicina (GANASEGERAN et al., 2012). Também a maioria eutrófica, porém em maior proporção do que no estudo foi encontrado em pesquisa com japoneses (78,1%), coreanos (70,7%) (SAKAMAKI et al., 2005), Colombianos (76,8%) (IBÁÑEZ et al., 2008) e Holandeses (VEER; FRINGS-DRESEN; SLUITER, 2011). Conforme

Gomes, Anjos e Vasconcellos (2009) o estado nutricional pode estar associado à situação econômica e de desenvolvimento. Outra questão a ser levantada é que embora exista a influência da dieta e do estilo de vida ocidentalizado, em muitos países ainda prevalece a dieta tradicional, com padrões e ingestão de alimentos básicos mantidos (SAKAMAKI et al., 2005).

Quanto ao perfil de sobrepeso e obesidade a prevalência encontrada foi maior, comparada aos estudos de Ibáñez et al. (2008) na Colômbia, Banwell et al. (2009) na Tailândia e Ganasegeran et al. (2012) na Malásia. Diferenças sociais e econômicas dos diferentes países podem estar envolvidas (NETTO-OLIVEIRA et al., 2010). O desenvolvimento de cada região ou país constitui-se fator determinante da prevalência de sobrepeso e obesidade, pois interfere na disponibilidade de alimentos, no acesso à informação, bem como pode estar associado ao estilo de vida (BARBOSA et al., 2009). No conjunto da população adulta das 27 capitais brasileiras, a frequência de excesso de peso foi de 51,0%, e de obesidade 17,4% (BRASIL, 2013), frequências maiores do que o encontrado na atual pesquisa.

A frequência de estudantes que relataram praticar alguma atividade física regularmente foi sempre menor que a de outros estudos levantados (SIMÃO; NAHAS; OLIVEIRA, 2006; SIMÃO et al., 2008; SOAR; SILVA; LIRA, 2012), em que a prevalência mais baixa foi de 35,6% (LESSA; MONTENEGRO, 2008) e a mais alta de 78,0% (GANASEGERAN et al., 2012).

Este comportamento se revelou ainda pior no nível da atividade física, em que apenas 16,5% dos estudantes puderam ser classificados como ativos, que também foi inferior a prevalência obtida em outras pesquisas (SILVA et al., 2007; FONTES; VIANNA, 2009; SILVA, 2012). Este perfil é bastante diverso do verificado em estudantes de educação física, em que apenas 10,6% foram considerados inativos, explicado pela característica do curso onde o exercício faz parte das atividades do curso (SILVA, 2011; VALENÇA NETO et al., 2011).

Com a urbanização e o aumento da violência nas grandes cidades, o padrão de vida se modificou, aumentando o tempo despendido diante de televisores ou computadores (RINALDI et al., 2008). No presente estudo a maioria relatou assistir televisão e utilizar o computador por mais de três horas diárias. Christofaro (2012) pesquisando estudantes adolescentes também encontrou a maioria (69,3%) destinando mais de 3 horas diária ao computador, televisor ou vídeo game. Esse hábito está relacionado à diminuição da atividade e ao menor gasto energético diário

(PIMENTA; PALMA, 2001; CHRISTOFARO, 2012), além de vários tipos de estímulos alimentares não saudáveis (NUNES; FIGUEIROA; ALVES, 2007).

A prevalência de estudantes na pesquisa que relataram consumir bebida alcóolica foi maior que nas pesquisas realizadas com universitários, por Feitosa et al. (2010) e por Ganasegeran et al. (2012), 34,6% e 3,0%, respectivamente, e também maior se comparado com a população em geral no estudo de Vinholes, Assunção e Neutzling (2009) que encontraram 20,3%. Vale ressaltar diferenças metodológicas desta última pesquisa com a atual, pois também incluía o refrigerante. Por outro lado, a prevalência na atual pesquisa foi menor quando comparada a outros estudos (VIEIRA et al., 2002; SALVO, 2005; PEDROSA, 2009; ANDRADE et al., 2010). Assim como quando comparado com a população brasileira (78,6%) no estudo de Eckschmidt, Andrade e Oliveira (2013), com diferenças na metodologia, pois esta última pesquisa considerou o uso de álcool na vida.

Quanto ao tabagismo a frequência encontrada nesta pesquisa foi semelhante ao estudo de Salvo (2005), com estudantes de nutrição (8,8%) e ao estudo de Rodrigues, Cheik e Mayer (2008) com universitários de Tocantis (7,2%) da cidade de Gurupi. Porém maior, em comparação ao estudo de Veer, Frings-Dresen e Sluiter (2011) entre acadêmicos de Medicina (6,0%) e ao estudo de Ganasegeran et al. (2012), também com estudantes de medicina (5,3%), e menor que os estudos de Vieira et al. (2002), Pedrosa (2009), Nicastri et al. (2010) e Guimarães (2011). É possível observar que não há um padrão de consumo de bebida alcóolica e nem quanto ao tabagismo entre os estudos realizados. Mas, tanto o consumo de bebida alcóolica como o tabagismo podem refletir as desigualdades sociais no país, pois é observada redução no percentual de fumantes em face do aumento do número de anos de estudo (INCA, 2011), assim como ocorre com a bebida alcóolica (GUIMARÃES et al., 2010).

A proporção de estudantes, nesta pesquisa, que relataram trocar refeições por lanches foi maior se comparada ao estudo de Feitosa et al. (2010), realizado no nordeste do Brasil, com estudantes de várias áreas (11,8%). Ressalta-se, no entanto diferenças metodológicas no ponto de corte. Por outro lado, foi menor do que o encontrado por Ganasegeran et al. (2012) estudando universitários de medicina da Malásia (42,4%). Quanto ao fato de nunca ou raramente substituírem

refeições por lanches a prevalência foi maior que o encontrado por Baptista et al. (2012) com universitários da área da saúde (23,1%).

A prevalência de estudantes que relataram consumir frituras foi pouco maior que o encontrado por Ganasegeran et al. (2012) com estudantes de medicina da Malásia (51,5%) e Almeida et al. (2013) com estudantes da área de saúde no Brasil (48,0%). Porém, vale ressaltar algumas diferenças metodológicas quanto ao corte utilizado nos diferentes estudos. No entanto os estudos citados mostram uma proporção considerável de estudantes consumindo frituras, reflexo da transição nutricional que vem ocorrendo nos padrões de alimentação e que resulta em modificações estruturais na dieta. E entre essas modificações a contribuição das frituras no valor energético total ultrapassa o recomendado (KAC; SICHIERI; GIGANTE, 2007). Souza, Bastos e Oliveira (2013) explicam que além da densidade energética há também pouco valor nutritivo oferecido.

A proporção de estudantes universitários que relatou consumo de refrigerante diariamente foi pouco maior (15,2%) que a encontrada por Silva e Moreira (2011), e semelhante ao estudo de Simão, Nahas e Oliveira (2006). Já em comparação com a pesquisa de Vinholes, Assunção e Neutzling (2009) na população adulta de Pelotas, a prevalência foi menor, com diferenças metodológicas, pois o estudo também incluía a bebida alcoólica.

A proporção de consumo diário de feijão encontrada foi menor que o encontrado na população adulta das 27 capitais brasileiras (67,5%) (BRASIL, 2013), assim como o resultado de Vinholes, Assunção e Neutzling (2009) na população adulta de Pelotas, 71,1% pelo menos 4 dias por semana. Entretanto vale ressaltar diferenças metodológicas no ponto de corte utilizado. A Pesquisa Nacional de Orçamento Familiar mostra que ao longo dos anos o consumo deste alimento vem reduzindo (IBGE, 2014a). A POF não analisou a frequência de consumo, porém mostra que a aquisição média per capita caiu 26,4% (de 12,4kg para 9,1kg). A evolução do consumo de alimentos no domicílio também indica a queda na participação relativa do feijão na composição do total médio diário de calorias adquirido pelo brasileiro (de 6,6% para 5,4%). E a aquisição para consumo no domicílio caiu 49,0% desde 1974 (IBGE, 2014a).

Na presente pesquisa a frequência de estudantes que relatou nunca ou raramente consumir frutas foi menor que o encontrado por Sakamaki et al. (2005) e Oliveira et al. (2012), 20,5% e 36,0%, respectivamente. O baixo consumo diário de

frutas é uma constante entre os estudos envolvendo universitários (VIEIRA et al., 2002; GANASEGERAN et al., 2002; MARCONDELLI; COSTA; SCHMITZ, 2008; PETRIBÚ, 2008; STRONG et al., 2008; JAIME et al., 2009; FEITOSA et al., 2010; PAIXÃO; DIAS; PRADO, 2010; SOUSA; JOSÉ; BARBOSA, 2013). Na população de um modo geral como o estudo de Jaime e Monteiro (2005) a frequência foi maior em comparação com a atual pesquisa.

A frequência de estudantes que relatou nunca ou raramente consumir verdura ou legume também foi menor que o encontrado por Yahia et al. (2008) e Oliveira et al. (2012), 14% e 38,1%, respectivamente. O baixo consumo de verduras ou legumes também é uma constante em outros estudos (JAIME et al., 2009; PAIXÃO; DIAS; PRADO, 2010; SOUSA; JOSÉ; BARBOSA, 2013). Na população de um modo geral como o estudo de Jaime e Monteiro (2005) a frequência foi semelhante em comparação com a atual pesquisa.

Diferenças metodológicas devem ser apontadas como uma das dificuldades em comparar o consumo desses vegetais, pois os estudos, geralmente, avaliam o consumo de frutas, legumes e verduras ou hortaliças juntos, considerando que são fontes de vitaminas, minerais e fibras (Yahia et al., 2008; ANSARI et al., 2011; CANSIAN et al., 2012; BRASIL, 2013; WHO, 2003). Porém, para a adequação aos hábitos do brasileiro a recomendação de porções desses grupos alimentares é maior por serem alimentos comuns à dieta e de fácil acesso para a população brasileira (PHILIPPI et al., 1999). Além disso, as frutas são importantes quanto ao número de refeições diárias no que se refere ao fracionamento, são utilizadas como pequenos lanches durante dia (ex.: colação, lanche da tarde e ceia).

5.3 ASSOCIAÇÃO

A comparação dos resultados encontrados com outros estudos nacionais e internacionais apresentam duas possíveis limitações. Em primeiro lugar, estudos envolvendo associação entre fatores e hábitos alimentares de universitários são escassos na literatura científica, principalmente aqueles relacionados ao consumo inadequado de alimentos. O que se encontra são estudos que apresentam apenas a caracterização de estudantes universitários quanto ao hábito alimentar. Outro aspecto importante a ser considerado é a comparabilidade entre os estudos,

devido às diferentes metodologias utilizadas para avaliar a frequência e o hábito alimentar.

5.3.1 Substituição de Refeições por Lanches

Tem sido cada vez mais frequente a substituição de refeições tradicionais por preparações industrializadas (LEAL et al., 2010). A substituição de refeições por lanches reduz o consumo dos alimentos tradicionais, que são fontes importantes de nutrientes e os substitui por alimentos de alta densidade energética (WHO, 2002). No presente estudo é possível observar que após análise multivariada os fatores associados ao hábito de substituir refeições por lanches foram os relacionados diretamente ao hábito alimentar como fazer desjejum, almoço e jantar em frequência semanal inadequada, assim como o consumo de frituras e de feijão.

O hábito de fazer as três principais refeições diárias em frequência inadequada é comum, pois muitas vezes, é por conta desse tipo de hábito que ocorre a substituição de refeições por lanches. A falta de tempo para realizar uma alimentação mais saudável, decorrente da rotina universitária, pode levar a realização de lanches práticos de alta densidade energética e pouco nutritivos (ALVES; BOOG, 2007; TRONCOSO; AMAYA, 2009; OLIVEIRA et al., 2012), explicado também pela praticidade, variedade de lanchonetes e restaurantes, influência de amigos e da mídia (OLIVEIRA et al., 2012; SOUZA; BASTOS; OLIVEIRA, 2013). Vale ressaltar uma limitação metodológica, pois geralmente os autores associam a substituição de refeições por lanches, mas não especificam o alimento, que constitui esse lanche, utilizam o termo *fast food* (TEIXEIRA et al., 2012; RAMALHO; DAMALARIA; SOUZA, 2012) que pode ser entendido como qualquer alimento pronto e rápido encontrado nas cantinas e lanchonetes.

Assim como, é o caso das frituras, alimento pronto, geralmente encontrado nas lanchonetes e cantinas das universidades. São de alta densidade energética, utilizados como substitutos de refeições (WHO, 2002).

Por outro lado, as refeições tradicionais, os alimentos de menor densidade energética, mais nutritivos, ricos em fibras, vitaminas e minerais, como o feijão, são substituídos por lanches (LEAL et al., 2010; TEIXEIRA et al., 2012). No presente estudo foi encontrada a associação entre a substituição de refeições por lanches e o menor consumo de feijão.

Observou-se que nenhuma outra característica foi associada a este desfecho, a substituição de refeições por lanches foi associada apenas a hábitos alimentares.

5.3.2 Frituras

Pesquisas apontam consumo frequente de alimentos com alto teor de gordura, como as frituras (MARIA et al., 2006; SIQUEIRA; ALVEZ; FIGUEIROA, 2009). Após análise multivariada os fatores associados ao consumo inadequado de frituras foram o hábito de substituir refeições por lanches, consumo de refrigerante/suco artificial e consumo inadequado de verdura ou legume. Observa-se que foram fatores diretamente relacionados a hábitos alimentares. Fica evidente que hábitos inadequados se associam a outros hábitos inadequados.

Os alimentos de alta densidade energética como as frituras são geralmente utilizados como substitutos de refeições (WHO, 2002; YAHIA et al., 2008). Bebidas como refrigerante ou suco artificial também possuem alta densidade energética, através de açúcares (CARMO et al., 2006). E estão, geralmente, associados aos substitutos de refeições por lanches (ROMBALDI et al., 2011). Dentre os motivos para essas escolhas segundo Alves e Boog (2007) é que ter que fazer a própria alimentação é uma experiência que demanda dedicação e disputa de tempo com as atividades universitárias e, muitas vezes, o estudante prioriza o sucesso acadêmico à sua própria saúde.

Por outro lado, alimentos como verdura ou legume, com menor densidade energética e mais nutritivos, estão cada vez menos presentes na dieta da população de qualquer faixa etária (TRICHES; GIUGLIANI, 2005; JAIME et al., 2009), assim como entre os universitários (FEITOSA et al., 2010; SZUCK, 2012; SILVA; BUSNELLO, 2013). São escassos estudos que associam o consumo de frituras ao baixo consumo de verdura/legume, porém, Leal et al. (2010) e Teixeira et al. (2012) concordam que os alimentos mais nutritivos estão menos presentes e sendo substituídos por alimentos de alta densidade energética.

5.3.3 Refrigerante ou Suco Artificial

O consumo de refrigerante vem aumentando nos últimos anos. A última Pesquisa de Orçamento Familiar apontou aumento de consumo de refrigerante no Brasil (IBGE, 2014a). Depois de procedida análise multivariada, observou-se que os estudantes mais jovens (20 a 29 anos), que apresentaram sobrepeso/obesidade, que não praticavam atividade física e com baixo consumo de frutas associaram-se ao consumo excessivo de refrigerante/suco artificial.

Quanto à idade os resultados do Vigitel (BRASIL, 2013) apontam em ambos os sexos, que o consumo regular de refrigerante em cinco ou mais dias na semana tendeu a diminuir com a idade.

Estudos que associam consumo de refrigerante com o excesso de peso entre universitários são escassos, tanto em nível nacional como internacional. Em pesquisa realizada por Duarte e Cabral (2010) com universitários, analisou, mas não encontrou associação com excesso de peso e o consumo de refrigerante/suco artificial.

O consumo inadequado de refrigerante/suco artificial se associou aos que não praticavam atividade física. Neste sentido, Carmo et al. (2006) concordam que o estilo de vida mais sedentário está relacionado a maior ingestão de refrigerante.

Outro hábito associado ao excesso de refrigerante/suco artificial foi o baixo consumo de frutas. Autores concordam que alimentos considerados não saudáveis, como é o caso do refrigerante estão relacionados ao baixo consumo de alimentos saudáveis (FIGUEIREDO, 2006; ARAÚJO DA SILVA, 2011).

5.3.4 Frutas

São poucos os dados de consumo alimentar no país, sobretudo os de associações, mas os estudos indicam que, historicamente, o consumo de frutas de forma adequada é reduzido (BRASIL, 2012). Após análise multivariada os fatores associados ao consumo inadequado de frutas foram o sexo masculino, estudantes inativos, que destinavam 3 horas ou mais para televisão ou computador, com baixa frequência de consumo de desjejum, almoço e jantar, consumo de refrigerante/suco artificial, baixo consumo de verdura/legume e consumo de bebida alcoólica. O

consumo inadequado de frutas foi associado positivamente ao sobrepeso e obesidade.

Nesta pesquisa o consumo inadequado de frutas foi associado ao sexo masculino, o mesmo resultado encontrado por Sousa, José e Barbosa (2013) também com estudantes universitários brasileiros e Silliman, Rodas-Fortier e Neyman (2004) com universitários do Estado da Califórnia nos Estados Unidos. Figueiredo, Jaime e Monteiro (2008) afirmam que o sexo é um fator relacionado ao consumo de frutas sendo comumente maior a ingestão por mulheres, indicando maior preocupação com a alimentação saudável por parte do grupo feminino (SOUSA; JOSÉ; BARBOSA, 2013; FIGUEIREDO, 2006).

Ramalho, Dalamaria e Souza (2012) também estudando universitários encontraram que o consumo inadequado de frutas associou-se a inatividade física, semelhante ao presente estudo.

Quanto ao tempo destinado em assistir televisão e utilizar o computador, na atual pesquisa ter este hábito por 3 horas diárias ou mais foi associado ao baixo consumo de frutas. Os tipos de alimentos consumidos em frente a televisão ou computador geralmente se caracterizam por serem de alta densidade energética (MILLER et al., 2008). Além disso, o tempo excessivo na frente da televisão pode contribuir para a diminuição do consumo de alimentos considerados saudáveis, como frutas e verduras (BOYNTON-JARRETT et al., 2003) e limitar a aquisição de outros hábitos de vida mais saudáveis (LIPAROTTI, 2007). Não foram encontrados estudos que analisaram essa associação entre universitários.

O consumo inadequado de frutas foi associado ao consumo excessivo de refrigerante. Não foram encontrados estudos que analisaram essa associação em estudantes universitários, porém alimentos pertencentes a um padrão alimentar não saudável estão relacionados ao baixo consumo de alimentos considerados saudáveis (FIGUEIREDO, 2006; ARAÚJO DA SILVA, 2011).

Além disso, o baixo consumo de frutas nesta pesquisa se associou ao consumo de bebida alcoólica. Nenhum estudo que tenha verificado essa associação foi encontrado.

No presente estudo encontrou-se maior frequência no consumo de frutas entre aqueles com sobrepeso/obesidade. De acordo com Ribeiro et al. (2006) é possível que os participantes com sobrepeso e obesidade tenham superestimado esse consumo de frutas por causa do conceito de "alimentos saudáveis" e

"alimentos não-saudáveis" veiculado nas diversas mídias, e pelos profissionais de saúde.

Dentre os estudantes pesquisados o fato de fazer o desjejum, almoço e jantar em frequência inadequada, assim como ter baixo consumo de verdura ou legume foram associados ao consumo inadequado de frutas. Porém, não foram encontrados estudos que pudessem ser comparativos para estas associações. Mas, de um modo geral, é observada nesta pesquisa que o consumo inadequado de frutas associa-se com outros hábitos inadequados. Figueiredo, Jaime e Monteiro (2008) indicam que o consumo de alimentos que caracterizam uma dieta pouco saudável é inversamente associado com a ingestão adequada de frutas.

5.3.5 Verdura ou Legume

Na análise multivariada os fatores associados ao consumo inadequado de verdura/legume foram a idade de 20 a 29 anos, classe econômica B e C/D, consumo inadequado de frituras, feijão e frutas.

Quanto à idade a atual pesquisa mostra que o consumo inadequado de verdura/legume associou-se a faixa de idade mais jovem, o mesmo encontraram Oliveira et al. (2012), Ramalho, Dalamaria e Souza (2012), Sousa, José e Barbosa (2013) em estudantes universitários. Segundo Figueiredo, Jaime e Monteiro (2008) a idade é uma variável que se relaciona ao consumo dos alimentos em estudo, sendo que este se eleva com o aumento da idade. Acadêmicos com idade maior podem apresentar melhor cuidado com a saúde segundo Ramalho, Dalamaria e Souza (2012).

A associação positiva entre idade e consumo de verdura/legume pode ser interpretada como reflexo de diferenças na formação do hábito alimentar entre gerações. Indivíduos mais velhos formaram seu hábito alimentar em um período no país em que era menos marcante o consumo de alimentos processados (JAIME et al., 2009).

Na pesquisa de Ramalho, Dalamaria e Souza (2012) o consumo regular de verdura/legume mostrou-se associado aos acadêmicos pertencentes às classes econômicas A e B. Considerando diferenças metodológicas os resultados se equiparam a atual pesquisa. A participação de grupos de alimentos compostos por

verduras e legumes tende a aumentar uniformemente com o nível de rendimentos familiares (LEVY et al., 2012).

Darmon e Drewnowski (2008) buscaram explicar a associação entre nível sócio econômico e qualidade da dieta e encontraram que muito além do conhecimento nutricional ou motivação para o consumo está o custo para os alimentos. Apesar de encontrarem essa associação de custo de alimentos e baixa ingestão de verduras Estaquio et al. (2008) ressaltam que investigações extras devem ser realizadas neste sentido.

O consumo inadequado de verdura/legume associou-se ao consumo também inadequado de frituras, frutas e feijão na atual pesquisa. Mas, não foram encontrados estudos que pudessem ser comparados a este no que se refere a tais associações. No entanto, observa-se uma constante entre os estudos, ou seja, a associação entre bons hábitos, assim como entre os maus hábitos (FIGUEIREDO, 2006; FIGUEIREDO; JAIME; MONTEIRO, 2008; RAMALHO; DALAMARIA; SOUZA, 2012).

5.3.6 Feijão

No que se refere ao consumo inadequado de feijão, após análise multivariada o hábito de fazer desjejum, almoçar e jantar menos de cinco dias por semana, substituir refeições por lanches, consumir verdura/legume inadequadamente, ser tabagista, sobrepeso ou obeso foram associados negativamente. Por outro lado, o sexo masculino, idade inferior a 29 anos, classe econômica C/D e o turno noturno de estudo associaram-se positivamente ao consumo inadequado de feijão.

O consumo inadequado de feijão foi associado à menor frequência das principais refeições, ao hábito de substituir refeições por lanches e ao baixo consumo de verdura ou legume. Leal et al. (2010) concordam que as principais refeições diárias, compostas por alimentos tradicionais como arroz, feijão, carne e salada, vem sendo trocadas por lanches mais rápidos e práticos.

Quanto ao tabagismo não foi encontrado nenhum estudo que faz a associação entre o tabagismo e o baixo consumo de feijão, porém, conforme encontrado em alguns estudos, hábitos inadequados estão acompanhados de hábitos também inadequados, seja de vida ou relacionados ao hábito alimentar

(FIGUEIREDO; JAIME; MONTEIRO, 2008; RAMALHO; DALAMARIA; SOUZA, 2012).

Na atual pesquisa encontrou-se que os homens consomem feijão adequadamente, assim como os estudantes mais jovens, portanto ser homem e ter abaixo de 29 anos de idade foi associado como fator protetor ao consumo inadequado de feijão. Em estudantes universitários Ramos (2005), Petribú (2008) e Feitosa et al. (2010) também encontraram achados semelhantes.

Quanto à classe econômica, estudantes da classe C/D foram associados ao maior consumo de feijão. O consumo alimentar varia de acordo com as diferenças de renda. Os brasileiros de mais baixa renda apresentam uma dieta de melhor qualidade (predomínio de arroz, feijão e alimentos básicos). Conforme aumenta a renda das famílias, tende a aumentar a frequência de alimentos de baixa qualidade nutricional (BRASIL, 2012).

No presente estudo a maior frequência de estudantes foi observada no período noturno. E este período de estudo foi associado ao maior consumo de feijão. Porém, não foram encontradas pesquisas que analisaram esta associação. Mas acredita-se que por haver preferência de turno noturno entre os estudantes mais velhos por conta da necessidade de complementarem a renda familiar (ABRES, 2014) é possível que este resultado esteja associado à idade.

O baixo consumo de feijão, após regressão de Poisson foi associado ao sobrepeso e obesidade nos estudantes universitários do presente estudo. De acordo com o Ministério da Saúde (BRASIL, 2006) o consumo de feijão tem sido associado a um hábito alimentar mais sadio, com consumo adequado de fibras, vitaminas e minerais.

CONCLUSÃO E CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta pesquisa teve como objetivos caracterizar a população e verificar fatores associados aos hábitos alimentares de estudantes concluintes uma instituição de ensino superior privada de Londrina/PR.

Quanto à caracterização, foi encontrada prevalência do sexo feminino, característica semelhante aos estudos analisados. Apesar da procura maior pelo ensino superior ser de faixas etárias mais jovens, solteiros e não mantenedores, observa-se a inserção de estudantes mais velhos, com família constituída e que mantêm as despesas familiares. Porém, mesmo a maioria dos estudantes não serem mantenedores de suas famílias, a preferência pelo período noturno é maior, mostrando o interesse e talvez a necessidade em complementar a renda.

Apesar de a maioria apresentar-se dentro da faixa de eutrofia, foi encontrado 20,1% de sobrepeso e 9,5% de obesidade, e ainda observada inatividade física e excesso de tempo destinado a televisão e ao computador fora do ambiente de trabalho. Por outro lado a frequência de consumo de bebida alcoólica e do tabagismo foi mais baixa que o esperado para uma população jovem, universitária e solteira.

Quanto aos hábitos alimentares, a maioria dos estudantes relatou fazer as 3 principais refeições diárias em baixa frequência semanal, menos de 5 dias por semana, porém relatou fazer o almoço e jantar no próprio domicílio.

No que se refere ao consumo diário de alimentos observa-se baixa frequência do hábito de substituir refeições por lanches e consumir frituras, porém consumo regular de refrigerante, portanto mesmo apresentando refeições próximas das tradicionais o refrigerante é uma bebida presente. Por outro lado, alimentos que deveriam ser consumidos diariamente apresentaram prevalência baixa, como feijão, verdura/legume e frutas. Destes, as frutas obtiveram o menor percentual. Mesmo apresentando baixo consumo diário de alimentos considerados inadequados, os estudantes não apresentaram consumo adequado de alimentos recomendados.

O hábito de substituir refeições por lanches não foi associado a nenhuma característica demográfica, socioeconômica, relativas ao curso de graduação, ao trabalho ou estágio, saúde e hábitos de vida, apenas a hábitos

alimentares inadequados como: baixa frequência no consumo de desjejum, almoço e jantar, bem como de feijão, porém associado ao consumo inadequado de frituras.

O consumo inadequado de frituras também se associou apenas a outros hábitos alimentares inadequados como substituir refeições por lanches e refrigerante/suco artificial, e ao baixo consumo de verdura/legume.

Quanto ao refrigerante, a alta frequência de consumo foi associado aos estudantes mais jovens, aos que apresentaram sobrepeso/obesidade e aos que não faziam atividade física regular. E ao baixo consumo de frutas.

O consumo inadequado de frutas foi associado ao sexo masculino. De forma inesperada, o sobrepeso/obesidade foi fator de proteção para este desfecho. Mas, a inatividade física, a baixa frequência diária das três principais refeições, o consumo de refrigerante/suco artificial, bebida alcoólica, o fato de destinar 3 horas ou mais assistindo televisão ou utilizando o computador e o baixo consumo de verdura/legume foram associados negativamente.

A baixa frequência do consumo de verdura/legume foi associada aos estudantes mais jovens, às classes econômicas B, C/D, ao consumo inadequado de frituras e ao baixo consumo de frutas e feijão.

No caso do feijão, o sexo masculino, idade igual ou inferior a 29 anos, a classe econômica C/D e estudar no período noturno foram fatores protetores para o consumo inadequado de feijão. Por outro lado, o baixo consumo de feijão foi associado a baixa frequência diária das principais refeições, ao hábito de substituir refeições por lanches, ao baixo consumo de verdura/legume, ao tabagismo e ao sobrepeso e obesidade.

Ao investigar os hábitos alimentares de estudantes universitários, foi observado que hábitos inadequados estiveram relacionados com outros hábitos inadequados. Assim como quanto ao consumo de alimentos não saudáveis relacionado à diminuição no consumo de alimentos saudáveis.

Como em todo estudo transversal, as associações encontradas não indicam causalidade. Contudo, conhecer as características associadas aos hábitos alimentares é fundamental para identificar o problema e orientar, estabelecendo o monitoramento adequado.

Sugere-se maior ênfase na promoção de práticas alimentares saudáveis dirigidas a este público. Nesse sentido, também sugere-se a realização de outros estudos entre fatores associados aos hábitos alimentares de estudantes

universitários, de modo a subsidiar e aumentar a efetividade de atividades educativas direcionadas para este público.

REFERÊNCIAS

ABEP – Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa. **Dados com Base no Levantamento Sócio Econômico 2011 – IBOPE**. Disponível em:

<<http://www.abep.org/new/criterioBrasil.aspx>>. Acesso em: 20 jan. 2014.

ABRES – Associação Brasileira de Estágios. **Estatísticas**. Disponível em:

<<http://www.abres.org.br/v01/stats/>>. Acesso em: 10 mar. 2014.

ALMEIDA, Ana Beatriz Pacito et al. Avaliação do comportamento alimentar de estudantes universitários. **Nutrire: rev. Soc. Bras. Alim. Nutr.= J. Brazilian Soc. Food Nutr.**, São Paulo, v. 38, Supl., p. 1-475, ago. 2013.

ALVES, Hayda Josiane; BOOG, Maria Cristina Faber. Food behavior in student residence halls: a setting for health promotion. **Rev. Saúde Pública**, v. 41, n. 2, p. 197-204, 2007.

ANDERSON, Drew A.; SHAPIRO, Jennifer R.; LUNDGREN, Jennifer D. The freshman year of college as a critical period for weight gain: An initial evaluation. **Eating Behaviors**, v. 4, p. 363–367, 2003.

ANDRADE, Arthur Guerra de; WAGNER, Gabriela Arantes; OLIVEIRA, Lúcio Garcia de. Dados sócio demográficos, socioeconômicos e perfil geral do universitário brasileiro. In: BRASIL. Presidência da República. Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas. **I Levantamento Nacional sobre o Uso de Álcool, Tabaco e Outras Drogas entre Universitários das 27 Capitais Brasileiras**. Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas; GREA/IPQ-HCFMUSP. Brasília: SENAD, 2010. Capítulo 1, p. 43-49.

ANDRADE, Laura Helena Silveira Guerra de et al. Padrões de consumo do álcool entre universitários. In: BRASIL. Presidência da República. Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas. **I Levantamento Nacional sobre o Uso de Álcool, Tabaco e Outras Drogas entre Universitários das 27 Capitais Brasileiras**. Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas; GREA/IPQ-HCFMUSP. Brasília: SENAD, 2010. Capítulo 3, p. 83-99.

ANSARI, Walid El et al. Health promoting behaviours and lifestyle characteristics of students at seven universities in the UK. **Cent. Eur. J. Public Health**, v. 19, n. 4, p. 197-204, 2011.

ARAÚJO DA SILVA, Sara. **Consumo adequado de frutas, legumes e verduras: associação com fatores sociodemográficos, comportamentais e de saúde**. 2011. 98 f. Dissertação (Mestrado em Nutrição Humana) – Universidade de Brasília, Brasília, 2011.

BANWELL, C. et al. Body mass index and health-related behaviours in a national cohort of 87 134 Thai open university students. **J. Epidemiol. Community Health**, v. 63, p. 366-372, 2009.

BAPTISTA, Edilene Bolutari et al. Perfil sociodemográfico, hábito alimentar e consumo de alimentos proteicos por universitários brasileiros da área de saúde. **Revista Digital**, Buenos Aires, año 17, n. 168, may. 2012. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd168/consumo-de-alimentos-proteicos-por-universitarios.htm>>. Acesso em: 05 fev. 2014.

BARBOSA, Janine Maciel et al. Fatores socioeconômicos associados ao excesso de peso em população de baixa renda do Nordeste brasileiro. **Archivos Latinoamericanos de Nutricion**, v. 59, n. 1, 2009.

BATISTA FILHO, Malaquias; RISSIN, Anete. A transição nutricional no Brasil: tendências regionais e temporais. **Cad. Saúde Pública**, v. 19 (Sup. 1), p. 181-191, 2003.

BEZERRA, Ilana Nogueira et al. Consumo de alimentos fora do domicílio no Brasil. **Rev. Saúde Pública**, São Paulo, v. 47, n. 1, p. 200-211, fev. 2013.

BUENO, Milena Baptista; DOMINGUES, Marcia Cristina. Alimentação fora do domicílio e sua associação com o estado nutricional entre universitários de uma instituição privada de Jundiaí. **Nutrire: rev. Soc. Bras. Alim. Nutr. = J. Brazilian Soc. Food Nutr.**, São Paulo, v. 38, Supl., p. 1-475, agosto 2013.

BOYNTON-JARRETT, Reneé et al. Impact of television viewing patterns on fruit and vegetable consumption among adolescents. **Pediatrics**, v. 112, n. 6 (Pt 1), p. 1321-6, dec. 2003.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. **Guia alimentar para população brasileira: Promovendo a alimentação saudável**. Brasília: Ministério da Saúde, 2006.

_____. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política Nacional de Alimentação e Nutrição**. Brasília: Ministério da Saúde, 2012.

_____. Ministério da Saúde. **Vigitel Brasil 2012: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico/Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde, Departamento de Vigilância de Doenças e Agravos não Transmissíveis e Promoção de Saúde**. Brasília: Ministério da Saúde, 2013.

CANSIAN, Ana Carolina Campi et al. Ingestão de frutas e hortaliças. **Nutrire: rev. Soc. Bras. Alim. Nutr. = J. Brazilian Soc. Food Nutr.**, São Paulo, v. 37, n. 1, p. 54-63, abr. 2012.

CARMO, Marina Bueno do 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. 121-30, 2006.

CLARO, Rafael Moreira; GARCIA, Ana Carolina; MARTINS, Ana Paula Bortoletto. Alimentação fora de casa e o consumo de refrigerantes no Brasil. **Nutrire: rev. Soc. Bras. Alim. Nutr. / J. Brazilian Soc. Food Nutr.**, São Paulo, v. 36, Supl., p. 1-354, jun. 2011. Disponível em:

<<http://www.revistanutrire.org.br/files/v36nSuplemento/v36suplemento.pdf>>. Acesso em: 30 jan. 2014.

COUTINHO, João. Obesidade. Órgão Oficial da Sociedade Portuguesa de Cirurgia. **Revista Portuguesa de cirurgia**, série 2, n. 20, mar. 2012.

CHRISTOFARO, Diego Giulliano Destro. **Excesso de peso em adolescentes: associações com características próprias e de seus pais ou responsáveis**. 2012. Tese (Doutorado em Saúde Coletiva) – Universidade Estadual de Londrina, Londrina, PR, 2012.

DARMON, Nicole; DREWNOWSKI, Adam. Does social class predict diet quality? **Am. J. Clin. Nutr.**, v. 87, p. 1107-17, 2008.

DUARTE, Flávia Moreno; ALMEIDA, Suzy Darlen Soares de; MARTINS, Karine Anusca. Alimentação fora do domicílio de universitários de alguns cursos da área da saúde de uma instituição privada. **O Mundo da Saúde**, São Paulo, v. 37, n. 3, p. 288-298, 2013.

DUARTE, Raísa de Almeida; CABRAL, Poliana Coelho. Tipo de alimento consumido e excesso de peso: um estudo em alunos da área de saúde de uma universidade pública da cidade do Recife. **XVIII CONIC, II CONITI, UFPE I CTG**, 2010. Disponível em:

<http://www.contabeis.ufpe.br/propesq/images/conic/2010/conic/pibic/40/Resumo_CONIC_10040470PO.pdf>. Acesso em: 28 mar. 2014.

DURHAM, Eunice R. **Desigualdade educacional e quotas para negros nas universidades**. Disponível: <<http://nupps.usp.br/downloads/docs/dt0302.pdf>>. Acesso em: 27 mar. 2014.

ECKSCHMIDT, Frederico; ANDRADE, Arthur Guerra de; OLIVEIRA, Lúcio Garcia de. Comparação do uso de drogas entre universitários brasileiros, norte-americanos e jovens da população geral brasileira. **J. Bras. Psiquiatr.**, v. 62, n. 3, p. 199-207, 2013.

ESTAQUIO, Carla et al. Socioeconomic differences in fruit and vegetable consumption among middle-aged french adults: adherence to the 5 a day recommendation. **Journal of the American Dietetic Association**, v. 108, Issue 12, p. 2021-2030, dec. 2008.

FALCÃO, Viviane Tannuri Ferreira Lima; MIRANDA, Marcelino Leite de; SILVA, Roseane Maria Cavalcanti. Prevalência de obesidade e sobrepeso entre os universitários do campus de saúde da universidade de Pernambuco. **Rev. RENE**, Fortaleza, v. 8, n. 3, p. 17-25, set./dez. 2007.

FAO, Food and Agricultural Organization / WHO, World Health Organization / UNU, United Nations University. **Energy and Protein Requirements**, World Health Organization, Technical Report Series 724. Geneva: WHO, 1985.

FEITOSA, Eline Prado Santos et al. Hábitos alimentares de estudantes de uma universidade pública no nordeste, Brasil. **Alim. Nutr.**, Araraquara, v. 21, n. 2, p. 225-230, abr./jun. 2010.

FERRARI, Elisa Pinheiro. **Percepção da imagem corporal e fatores associados em universitários do curso de educação física**. 2012. 85 f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2012.

FERNANDES, Marcela de Melo. Obesidade e hábitos alimentares: questão cultural em um processo de globalização. **Revista digital**, Buenos Aires, ano 13, n. 127, dez. 2008. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd127/obesidade-e-habitos-alimentares.htm>>. Acesso em: 08 fev. 2014.

FIGUEIREDO, Iramaia Campos Ribeiro. **Determinantes do consumo de frutas, legumes e verduras em adultos residentes no município de São Paulo**. 2006. 77 f. Dissertação (Mestrado em Saúde Pública) – Faculdade de Saúde Pública, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2006.

FIGUEIREDO, Iramaia Campos Ribeiro; JAIME, Patricia Constante; MONTEIRO, Carlos Augusto. Fatores associados ao consumo de frutas, legumes e verduras em adultos da cidade de São Paulo. **Rev. Saúde Pública**, v. 42, n. 5, p. 777-85, 2008.

FONTES, Ana Cláudia Dias; VIANNA, Rodrigo Pinheiro Toledo. Prevalência e fatores associados ao baixo nível de atividade física entre estudantes universitários de uma universidade pública da região Nordeste – Brasil. **Rev. Bras. Epidemiol.**, v. 12, n. 1, p. 20-29, 2009.

FRANCA, Carolina da; COLARES, Viviane. Comparative study of health behavior among college students at the start and end of their courses. **Rev. Saude Pública**, v. 42, n. 3, p. 1-7, 2008.

FREITAS, Maria do Carmo Soares de et al. Hábitos alimentares e os sentidos do comer. In.: DIEZ-GARCIA, R. W.; CERVATO-MANCUSO, A. M. **Mudanças alimentares e educação nutricional**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2012. Parte 1, Capítulo 3, p. 37-42.

GANASEGERAN, Kurubaran et al. Social and psychological factors affecting eating habits among university students in a Malaysian medical school: a cross-sectional study. **Nutrition Journal**, v. 11, n. 48, 2012. Disponível em: <<http://www.nutritionj.com/content/11/1/48>>. Acesso em: 10 out. 2012.

GOMES, Fabio da Silva; ANJOS, Luiz Antonio dos; VASCONCELLOS, Mauricio Teixeira Leite de. Associação entre o estado nutricional antropométrico e a situação sócio-econômica de adolescentes em Niterói, Rio de Janeiro, Brasil. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 25, n. 11, p. 2446-2454, nov. 2009.

GRAHAM, Dan J.; LASKA, Melissa N. Nutrition label use partially mediates the relationship between attitude toward healthy eating and overall dietary quality among college students. **J. Acad. Nutr. Diet.**, v. 112, n. 3, p. 414-418, mar. 2012.

GUIMARÃES, Vanessa Valente et al. Consumo abusivo e dependência de álcool em população adulta no Estado de São Paulo, Brasil. **Rev. bras. epidemiol.**, v. 13, n. 2, p. 314-325, 2010.

GUIMARÃES, Inês Rocha Hortega de Eckenroth. **Hábitos Alimentares e Tabágicos dos Estudantes da Universidade Fernando Pessoa**. 2011. Monografia (Licenciatura em Ciências Farmacêuticas) – Universidade Fernando Pessoa, Porto, 2011.

HOFFMANN, Rodolfo. Comparando a alimentação dentro e fora do domicílio, no Brasil, em 2008-2009. **Segurança Alimentar e Nutricional**, Campinas, v. 20, n. 1, p. 1-12, 2013.

IBÁÑEZ, Edgar et al. Cambios de hábitos alimentarios de los estudiantes de odontología de la Fundación Universitaria San Martín de Bogotá, Colômbia. **NOVA – Publicación Científica en Ciencias Biomédicas**, v. 6, n. 9, p. 101-212, ene./jun. 2008.

IBGE, Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Persistem as desigualdades de rendimento por cor ou raça**. 2013. Disponível em: <<http://censo2010.ibge.gov.br/noticias-censo?busca=1&id=1&idnoticia=2526&t=sis-2013-74-1-mulheres-25-29-anos-que-nao-estudam-nem&view=noticia>>. Acesso em: 27 mar. 2014.

_____. **Cidades**: Informações completas, 2010. Disponível em: <<http://cidades.ibge.gov.br/xtras/perfil.php?codmun=411370>>. Acesso em: 20 jan. 2014.

_____. **POF 2008-2009**: desnutrição cai e peso das crianças brasileiras ultrapassa padrão internacional. <<http://saladeimprensa.ibge.gov.br/noticias?view=noticia&id=1&idnoticia=1699&busca=1&t=pof-20082009-desnutricao-cai-peso-criancas-brasileiras-ultrapassa-padrao-internacional>>. Acesso em: 13 jun. 2012.

_____. **Pesquisa de orçamentos familiares 2008-2009: Brasileiro come menos arroz com feijão e mais comida industrializada em casa**. Disponível em: <<http://saladeimprensa.ibge.gov.br/noticias?view=noticia&id=1&busca=1&idnoticia=1788>>. Acesso em: 26 mar. 2014a.

_____. **Banco de metadados**. Disponível em: <<http://www.metadados.ibge.gov.br/detalhePesquisa.aspx?cod=OF>>. Acesso em: 24 fev. 2014b.

INCA, Instituto Nacional de Câncer (Brasil). **Pesquisa especial de tabagismo – PETab**: relatório Brasil. Instituto Nacional de Câncer. Organização. Pan-Americana da Saúde. Rio de Janeiro: INCA, 2011.

INEP, Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira. **Censo da educação superior**: 2011 – resumo técnico. Brasília: Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira, 2013.

JAIME, Patricia Constante et al. Fatores associados ao consumo de frutas e hortaliças no Brasil, 2006. **Rev. Saúde Pública**, v. 43 (suppl.2), p. 57-64, 2009.

JAIME, Patrícia Constante; MONTEIRO, Carlos Augusto. Consumo de frutas e hortaliças na população adulta brasileira, 2003. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 21 (Sup. 1), p. 19-24, 2005.

KAC, Gilberto; VELÁSQUEZ-MELÉNDEZ, Gustavo. A transição nutricional e a epidemiologia da obesidade na América Latina. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 19 (Sup. 1) p. 4-5, 2003.

KAC, Gilberto; SICHIERI, Rosely; GIGANTE, Denise Petrucci. **Epidemiologia nutricional**. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2007.

KLEIN, Carlos Henrique; BLOCH, Katia Vergetti. Estudos Seccionais. In: MEDRONHO, Roberto A. **Epidemiologia**. São Paulo: Atheneu, 2003. Cap. 9, p. 125-150.

LEAL, Greisse Viero da Silva et al. Consumo alimentar e padrão de refeições de adolescentes, São Paulo, Brasil. **Rev. Bras. Epidemiol.**, v. 13, n. 3, p. 457-467, 2010.

LESSA, Simone Schwartz; MONTENEGRO, Arthur Cabús. Avaliação da prevalência de sobrepeso, do perfil nutricional e do nível de AF nos estudantes de medicina da Universidade de Ciências da Saúde de Alagoas – UNCISAL. **Rev. Soc. Bras. Clin. Med.**, v. 6, n. 3, p. 90-93, maio/jun. 2008.

LEVY, Renata Bertazzi et al. Distribuição regional e socioeconômica da disponibilidade domiciliar de alimentos no Brasil em 2008-2009. **Rev. Saúde Pública**, v. 46, n. 1, p. 06-15, 2012.

LI, Kin-Kit et al. An examination of sex differences in relation to the eating habits and nutrient intakes of university students. **Journal of Nutrition Education and Behavior**, v. 44, n. 3, may/jun. 2012.

LINHARES, Rogério da Silva et al. Distribuição de obesidade geral e abdominal em adultos de uma cidade no Sul do Brasil. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 28, n. 3, p. 438-448, mar. 2012.

LIPAROTTI, João Roberto. **Estilo de vida individual de adultos jovens universitários com excesso de peso da Universidade Católica de Murcia-Espanha**. Tese (Doutorado em Ciências da Saúde) – Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, 2007.

MARIA, Simone Hernandez Campos et al. Consumo alimentar de adolescentes com sobrepeso e obesidade, estudantes de escolas pública e privada do Município de Cotia – SP. **Pediatria Moderna**, v. 42, n. 2, p. 69-77, mar./abr. 2006. Disponível em: <http://www.moreirajr.com.br/revistas.asp?id_materia=3273&fase=imprime>. Acesso em: 28 mar. 2014.

MARCONDELLI, Priscilla; COSTA, Teresa Helena Macedo da; SCHMITZ, Bethsáida de Abreu Soares. Nível de atividade física e hábitos alimentares de universitários do 3º ao 5º semestres da área da saúde. **Rev. Nutr.**, Campinas, v. 21, n. 1, jan./fev. 2008.

MEC, Ministério da Educação e Cultura. **Ensino Superior** - Brasil supera média da OCDE de ingresso de estudantes, set. 2013. Disponível em: <[http://portal.mec.gov.br/index.php?option=com_content&view=article&id=19080:brasil-supera-media-da-ocde-de-ingresso-de-estudantes&catid=212&Itemid=86%20\(11:26%20AM\)%20Rodolpho:%20Captou?>](http://portal.mec.gov.br/index.php?option=com_content&view=article&id=19080:brasil-supera-media-da-ocde-de-ingresso-de-estudantes&catid=212&Itemid=86%20(11:26%20AM)%20Rodolpho:%20Captou?>). Acesso em: 11 mar. 2014.

MILLER, Sonia A. et al. Association between television viewing and poor diet quality in young children. **Int. J. Pediatr. Obes.**, v. 3, n. 3, p. 168-76, sep. 2008.

MONTEIRO, Márcia Regina Pereira et al. Hábito e consumo alimentar de estudantes do sexo feminino dos cursos de Nutrição e de Enfermagem de uma universidade pública brasileira. **Rev. APS**, v. 12, n. 3, p. 271-277, jul./set. 2009.

MOREIRA, Rita de Cassia Margarido; COSTA, Telma Maria Braga. A complexidade e as nuances do comportamento alimentar. In: ALMEIDA, Sebastião de Souza et al. **Psicobiologia do comportamento alimentar**. Rio de Janeiro: Rubio, 2013.

NAKASHIMA, Aika T. A. et al. Percepção de saúde e estado nutricional entre universitários paranaense. **Nutrire: rev. Soc. Bras. Alim. Nutr. = J. Brazilian Soc. Food Nutr.**, São Paulo, v. 38, Supl., p. 1-475, ago. 2013.

NELSON, Melissa C.; STORY, Mary. Food environments in university dorms - 20,000 calories per dorm room and counting. **Am. J. Prev. Med.**, v. 36, n. 6, 2009.

NELSON, Melissa C. et al. Emerging adulthood and college aged youth: an overlooked age for weight-related behavior change. **Obesity**, v. 16, n. 10, p. 2205-2211, oct. 2008.

NETTO-OLIVEIRA, Edna Regina et al. Sobrepeso e obesidade em crianças de diferentes níveis econômicos. **Rev. Bras. Cineantropom. Desempenho Hum.**, v. 12, n. 2, p. 83-89, 2010.

NICASTRI, Sergio et al. Prevalência e padrão de uso de tabaco e outras drogas (exceto álcool): Estimativa de abuso e dependência. In: BRASIL. Presidência da República. Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas. **I Levantamento Nacional sobre o Uso de Álcool, Tabaco e Outras Drogas entre Universitários das 27 Capitais Brasileiras**. Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas; GREA/IPQ-HCFMUSP. Brasília: SENAD, 2010. Capítulo 2, p. 53-81.

NIX, Staci. **Williams, nutrição básica & dietoterapia**. 13 ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2010.

NUNES, Marília Medeiros de Araújo; FIGUEIROA, José Natal; ALVES, João Guilherme Bezerra. Excesso de peso, atividade física e hábitos alimentares entre adolescentes de diferentes classes econômicas em Campina Grande (PB). **Rev. Assoc. Med. Bras.**, v. 53, n. 2, p. 130-4, 2007.

OLIVEIRA, Any Caroline Almeida et al. Consumo de frutas e hortaliças por estudantes do curso de Farmácia da Universidade Federal de Juiz de Fora. **HU Revista**, Juiz de Fora, v. 37, n. 3, p. 377-385, jul./set. 2012.

PAIXÃO, Letícia Antunes da; DIAS, Raphael Mendes Ritti; PRADO, Wagner Luiz do. Estilo de vida e estado nutricional de universitários ingressantes em cursos da área de saúde do Recife/PE. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, v. 15, n. 3, p. 145-150, 2010.

PEDROSA, Adriano Antônio da Silva. **Perfil epidemiológico do consumo de álcool e fatores relacionados em estudantes universitários das ciências da saúde de Maceió/Alagoas**. 2009. 88 f. Dissertação (Mestrado em Ciências) – Escola Nacional de Saúde Pública Sergio Arouca, Rio de Janeiro, 2009.

PETRIBÚ, Marina de Moraes Vasconcelos. **Consumo alimentar e risco de doença cardiovascular em universitários**. 2008. 84 f. Dissertação (Mestrado em Nutrição) – Universidade Federal de Pernambuco, Recife, 2008.

PHILIPPI, Sonia Tucunduva et al. Pirâmide alimentar adaptada: guia para escolha dos alimentos. **Rev. Nutr.**, Campinas, v. 12, n. 1, p. 65-80, jan./abr. 1999.

PIMENTA, Ana Paula de Almeida Amaral; PALMA, Alexandre. Perfil epidemiológico da obesidade em crianças: relação entre televisão, atividade física e obesidade. **Rev. Bras. Ciên. e Mov.**, Brasília, v. 9, n. 4, p. 19-24, out. 2001.

PINHEIRO, Karina Aragão de Paula Nobre. **Perfil do consumo de desjejum de estudantes da área de saúde da Universidade de Brasília, DF**. 2006. 143 f. Dissertação (Mestrado em Nutrição Humana) – Faculdade de Ciências da Saúde, Universidade de Brasília, Brasília, 2006.

PINHEIRO, Anelise Rízzolo de Oliveira; FREITAS, Sérgio Fernando Torres de; CORSO, Arlete Catarina Tittoni. Uma abordagem epidemiológica da obesidade. **Rev. Nutr.**, v. 17, n. 4, p. 523-533, out./dez. 2004.

RAMALHO, Alanderson Alves; DALAMARIA, Tatiane; SOUZA, Orivaldo Florencio de. Consumo regular de frutas e hortaliças por estudantes universitários em Rio Branco, Acre, Brasil: prevalência e fatores associados. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 28, n. 7, p. 1405-1413, jul. 2012.

RAMOS, Sabrina Alves. **Avaliação do Estado Nutricional de Universitários**. 108 f. Dissertação (Mestrado em Ciência de Alimentos) – Faculdade de Farmácia, Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2005.

RINALDI, Ana Elisa M. et al. Contribuições das práticas alimentares e inatividade física para o excesso de peso infantil. **Rev. Paul. Pediatr.**, v. 26, n. 3, p. 271-7, 2008.

RIBEIRO, Robespierre Q. C. et al. Fatores adicionais de risco cardiovascular associados ao excesso de peso em crianças e adolescentes: o estudo do coração de Belo Horizonte. **Arq. Bras. Cardiol.**, v. 86, n. 6, p. 408-418, 2006.

RODRIGUES, Elizângela Sofi a Ribeiro; CHEIK, Nadia Carla; MAYER, Anamaria Fleig. Nível de atividade física e tabagismo em universitários. **Rev. Saúde Pública**, v. 42, n. 4, p. 672-8, 2008.

ROMBALDI, Airton José et al. Fatores associados ao consumo regular de refrigerante não dietético em adultos de Pelotas, RS. **Rev. Saúde Pública**, v. 45, n. 2, p. 382-390, fev. 2011.

SAKAMAKI, Ruka et al. A comparative study of food habits and body shape perception of university students in Japan and Korea. **Nutrition Journal**, v. 4, n. 31, 2005. Disponível em: <<http://www.nutritionj.com/content/4/1/31>>. Acesso em: 05 jun. 2012.

SALGADO, Maria Francisca de Miranda Adad; CANTARINO, Anderson Américo Alves. O papel das instituições de ensino superior na formação socio ambiental dos futuros profissionais. In: XXVI ENCONTRO NACIONAL DE ENGENHARIA DE PRODUÇÃO – ENEGEP, 26., 2006, Fortaleza. **Anais...** Fortaleza: ABEPRO, 2006.

SALVO, Vera Lúcia Moraes Antonio de. Estado nutricional e hábitos alimentares de universitários do curso de nutrição. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**, ano 3, n. 5, jul./dez. 2005.

SCHNETTLER, B. et al. Eating habits and subjective well-being among university students in southern Chile. **Nutr. Hosp.**, v. 28, n. 6, p. 2221-8, nov. 2013.

SIQUEIRA, Pollyanna Patriota; ALVES, João Guilherme B.; FIGUEIROA, José Natal. Fatores associados ao excesso de peso em crianças de uma favela do Nordeste brasileiro. **Rev. Paul. Pediatr.**, v. 27, n. 3, p. 251-7, 2009.

SILLIMAN, Kathryn; RODAS-FORTIER, Kathleen; NEYMAN, Michelle. A survey of dietary and exercise habits and perceived barriers to following a healthy lifestyle in a college population. **Californian Journal of Health Promotion**, v. 2, n. 2, p. 10-19, 2004.

SILVA, Glauber dos Santos Ferreira da et al. Avaliação do nível de atividade física de estudantes de graduação das áreas saúde/biológica. **Rev. Bras. Med. Esporte**, v. 13, n. 1, p. 39-42, jan./fev. 2007.

SILVA, Diego Augusto Santos. Nível de atividade física e fatores associados em acadêmicos de educação física de uma universidade pública do nordeste do Brasil. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 16, n. 3, p. 193-198, fev. 2011.

SILVA, Diego Augusto Santos. Indicadores do estilo de vida e auto avaliação negativa de saúde em universitários de uma instituição pública do nordeste do Brasil. **Rev. Bras. Ativ. Fis. e Saúde**, Pelotas, v. 17, n. 4, p. 263-269, ago. 2012.

SILVA, Kiara Martins da; BUSNELLO, Maristela Borin. **Hábitos alimentares em acadêmicos do curso de nutrição**. 2013. Disponível em: <<http://bibliodigital.unijui.edu.br:8080/xmlui/handle/123456789/1570>>. Acesso em: 28 mar. 2014.

SILVA, Letícia Araújo e; MOREIRA, Elizete Maria da Silva. Avaliação dos hábitos alimentares de estudantes do curso de Nutrição do Centro Universitário de Patos de Minas (UNIPAM). **Perquirere**, Patos de Minas, v. 8, n. 2, p. 30-45, dez. 2011.

SILVA, Diego Augusto Santos; PETROSKI, Edio Luiz. Fatores associados ao nível de participação em atividades físicas em estudantes de uma universidade pública no sul do Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 16, n. 10, p. 4087-4094, 2011.

SIMÃO, Cristina Branco; NAHAS, Markus V.; OLIVEIRA, Elusa Santana A. de. Atividade física habitual, hábitos alimentares e prevalência de sobrepeso e obesidade em universitários da Universidade do Planalto Catarinense-UNIPAC, Lages. SC. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 11, n. 1, p. 3-12, 2006.

SIMÃO, Manuel et al. Hipertensão arterial entre universitários da cidade de Lubango, Angola. **Rev. Latino-am Enfermagem**, v. 16, n. 4, jul./ago. 2008.

SOAR, Claudia; SILVA, Patricia de Souza; LIRA, Janaína Guarino. Consumo alimentar e atividade física de estudantes universitários da área de saúde. **Revista Univap**, São José dos Campos, v. 18, n. 31, p. 41-47, jun. 2012.

SOUSA, Thiago Ferreira de; JOSE, Helma Pio Mororó; BARBOSA, Aline Rodrigues. Condutas negativas à saúde em estudantes universitários brasileiros. **Ciênc. Saúde Coletiva**, v. 18, n. 12, p. 3563-3575, 2013.

SOUSA, Thiago Ferreira de; NAHAS, Markus Vinicius. Prevalência e fatores associados a menores níveis de prática de atividades físicas no lazer em estudantes de uma universidade pública do Estado da Bahia. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 16, n. 4, p. 322-329, 2011.

SOUZA, Josiane Vieira de; BASTOS, Thaisnara Priscila Franco; OLIVEIRA, Maria de Fatima Alves de. Perfil dos alunos universitários dos cursos de Educação Física e Fisioterapia em relação à alimentação e a atividade física. **Revista Práxis**, ano 5, n. 10, dez. 2013.

STRONG, Kathryn A. et al. Weight gain prevention: identifying theory-based targets for health behavior change in young adults. **J Am Diet Assoc.**, v. 108, n. 10, p. 1708-1715, oct. 2008.

SZUCK, Patrícia. Avaliação do nível de atividade física, estado nutricional e consumo alimentar de acadêmicos do curso de nutrição de uma instituição de ensino superior da cidade de Curitiba-PR. **Corpus et Scientia**, Rio de Janeiro, v. 8, n. 3, p. 98-108, dez. 2012.

TARDIDO, Ana Paula; FALCÃO, Mário Cícero. O impacto da modernização na transição nutricional e obesidade. **Rev. Bras. Nutr. Clin.**, v. 21, n. 2, p. 117-24, 2006.

TADDEI, José Augusto de A. Carrazedo et al. **Nutrição em saúde pública**. Rio de Janeiro: Rubio, 2011.

TEIXEIRA, Adriano Dutra; DIAZ, Maria Dolores Montoya. Obesidade e o sucesso no mercado de trabalho utilizando a POF 2008-2009. **Revista Gestão e Políticas Públicas**, v. 1, n. 2, p. 188-209, 2011.

TEIXEIRA, Amanda Solimani et al. Substituição de refeições por lanches em adolescentes. **Rev. Paul. Pediatr.**, v. 30, n. 3, p. 330-337, 2012.

TRICHES, Rozane Márcia; GIUGLIANI, Elsa Regina Justo. Obesidade, práticas alimentares e conhecimentos de nutrição em escolares. **Revista de Saúde Pública**, v. 39, n. 4, p. 541-547, 2005.

TRONCOSO P, Claudia; AMAYA P, Juan Pablo. Factores sociales en las conductas alimentarias de estudiantes universitarios. **Rev. Chil. Nutr.**, v. 36, n. 4, p. 1090-1097, dic. 2009.

VALENÇA NETO, Paulo da Fonseca et al. Inatividade física e obesidade central entre estudantes de educação física de uma instituição de ensino superior. **Revista Digital**, Buenos Aires, año 15, n. 153, feb. 2011. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/>>. Acesso em: 19 mar. 2014.

VARGAS-ZÁRATE, Melier; BECERRA-BULLA, Fabiola; PRIETO-SUÁREZ, Edgar. Evaluación de la ingesta dietética em estudiantes universitarios. Bogotá, Colombia. **Rev. Salud Pública**, v. 12, n. 1, p. 116-125, jan. 2010.

VEER, Tjeerd Van der; FRINGS-DRESEN, Monique H. W.; SLUITER, Judith K. Health behaviors, care needs and attitudes towards self-prescription: a cross-sectional survey among dutch medical students. **Health Behaviors and Care in Medical Students**, v. 6, (Issue 11), p. 1-6, nov. 2011.

VIEIRA, Valéria Cristina Ribeiro et al. Perfil socioeconômico, nutricional e de saúde de adolescentes recém-ingressos em uma universidade pública brasileira. **Rev. Nutr.**, Campinas, v. 15, n. 3, p. 273-282, set./dez. 2002.

VINHOLES, Daniele Botelho; ASSUNÇÃO, Maria Cecília Formoso; NEUTZLING, Marilda Borges. Frequência de hábitos saudáveis de alimentação medidos a partir dos 10 Passos da Alimentação Saudável do Ministério da Saúde. Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 25, n. 4, p. 791-799, abr. 2009.

VITOLLO, Márcia Regina. **Nutrição: da gestação ao envelhecimento**. Rio de Janeiro: Rubio, 2008.

WEISZFLOG, Walter. **Michaelis: Moderno Dicionário da Língua Portuguesa**, 2004. Disponível em: <http://michaelis.uol.com.br/moderno/portugues/definicao/habito%20_975546.html>. Acesso em: 27 jan. 2014.

WHO, World Health Organization. **Obesity**. Preventing and managing the global epidemic. Report of a WHO Consultation on Obesity, Geneva: World Health Organization, 3-5 jun. 1997.

_____. **Reducing risks, promoting healthy life.** The World Health Report. Geneva: World Health Organization, 2002. Disponível em: <http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/67454/1/WHO_WHR_02.1.pdf?ua=1>. Acesso em: 19 mar. 2014.

_____. **Diet, nutrition and the prevention of chronic diseases.** Report of a Joint WHO/FAO Expert Consultation. WHO Technical Report Series No. 916. Geneva: World Health Organization, 2003. Disponível em: <http://whqlibdoc.who.int/trs/who_trs_916.pdf>. Acesso em: 18 fev. 2014.

_____. **Obesity and overweight.** Fact Sheet, n. 311, mar. 2013. Disponível em: <<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/en/>>. Acesso em: 18 fev. 2014.

YAHIA, Najat et al. Eating habits and obesity among Lebanese university students. **Nutrition Journal**, v. 7, n. 32, oct. 2008. Disponível em: <<http://www.nutritionj.com/content/7/1/32>>. Acesso em: 25 jan. 2014.

APÊNDICES

APÊNDICE A
Instrumento de Coleta

Nº de matrícula: _____

Sua resposta é muito importante, por favor leia e responda com atenção todas as questões.

I - CARACTERÍSTICAS DEMOGRÁFICAS E SOCIOECONÔMICAS

- 1) Sexo: () feminino () masculino (pule a questão 2)
- 2) Você está gestante? () Sim () Não
- 3) Qual é a sua data de nascimento? ___/___/___
- 4) Você se considera da cor ou raça:
() Amarela () Branca () Indígena () Parda () Preta
- 5) Qual a sua situação conjugal atual?
() solteiro (a)
() casado (a) legalmente
() têm união estável
() viúvo (a)
() separado (a) ou divorciado (a)
- 6) Você mora com:
() família () parentes () república/amigos () sozinho () outros
- 7) O mantenedor é você? (entende-se por mantenedor o principal responsável pelas despesas da casa)
() sim () não
- 8) Qual é a última série de escolaridade completada pelo seu **pai**:
() 1ª série do fundamental (ou primário)
() 2ª série do fundamental (ou primário)
() 3ª série do fundamental (ou primário)
() 4ª série do fundamental (ou primário)
() 5ª série do fundamental (ou 1ª série do ginásio)
() 6ª série do fundamental (ou 2ª série do ginásio)
() 7ª série do fundamental (ou 3ª série do ginásio)
() 8ª série do fundamental (ou 4ª série do ginásio)
() 1ª série do ensino médio ou 2º grau (ou 1º colegial/científico/normal)
() 2ª série do ensino médio ou 2º grau (ou 2º colegial/científico/normal)
() 3ª série do ensino médio ou 2º grau (ou 3º colegial/científico/normal)
() ensino superior ou 3º grau completo
() pós graduação (especialização)
() pós graduação (mestrado)
() pós graduação (doutorado)
() Analfabeto
() Não sei (apenas assinale esta se você não souber realmente nenhuma aproximação)

CONTINUA... 

9) Qual é a última série de escolaridade completada pela sua **mãe**:

- () 1ª série do fundamental (ou primário)
 () 2ª série do fundamental (ou primário)
 () 3ª série do fundamental (ou primário)
 () 4ª série do fundamental (ou primário)
 () 5ª série do fundamental (ou 1ª série do ginásio)
 () 6ª série do fundamental (ou 2ª série do ginásio)
 () 7ª série do fundamental (ou 3ª série do ginásio)
 () 8ª série do fundamental (ou 4ª série do ginásio)
 () 1ª série do ensino médio ou 2º grau (ou 1º colegial/científico/normal)
 () 2ª série do ensino médio ou 2º grau (ou 2º colegial/científico/normal)
 () 3ª série do ensino médio ou 2º grau (ou 3º colegial/científico/normal)
 () ensino superior ou 3º grau completo
 () pós graduação (especialização)
 () pós graduação (mestrado)
 () pós graduação (doutorado)
 () Analfabeto
 () Não sei (apenas assinale esta se você não souber realmente nenhuma aproximação)

10) Classe econômica do principal responsável pelas despesas (chefe da família ou mantenedor).

Indique com um X o número de itens que o principal responsável pelas despesas (chefe da sua família) possui em casa?				
Televisão em cores	Rádio	Máquina de lavar	Vídeo cassete e/ou DVD	Geladeira
0 ()	0 ()	0 ()	0 ()	0 ()
1 ()	1 ()	1 ()	1 ()	1 ()
2 ()	2 ()	2 ()	2 ()	2 ()
3 ()	3 ()	3 ()	3 ()	3 ()
4 ou mais ()	4 ou mais ()	4 ou mais ()	4 ou mais ()	4 ou mais ()
Freezer (separado da geladeira)	Automóvel	Empregada mensalista	Banheiro	
0 ()	0 ()	0 ()	0 ()	
1 ()	1 ()	1 ()	1 ()	
2 ()	2 ()	2 ()	2 ()	
3 ()	3 ()	3 ()	3 ()	
4 ou mais ()	4 ou mais ()	4 ou mais ()	4 ou mais ()	
Qual o grau de instrução do chefe da sua família?				
Analfabeto <u>ou</u> primário incompleto <u>ou</u> até a 3ª série do fundamental				()
Primário Completo <u>ou</u> ginásial incompleto <u>ou</u> até a 4ª série do fundamental				()
Ginásial completo <u>ou</u> colegial incompleto <u>ou</u> fundamental completo				()
Colegial completo <u>ou</u> superior incompleto <u>ou</u> ensino médio completo				()
Superior completo				()
Não sei (apenas assinale esta se você não souber realmente nenhuma aproximação)				()

II - CARACTERÍSTICAS DO ESTUDO E TRABALHO

11) Atualmente na faculdade está fazendo o curso de graduação em: _____

12) Turno do curso: () matutino () integral () noturno



13) Trabalha ou faz estágio (remunerado ou não).

NÃO VALE O ESTÁGIO ACADÊMICO OBRIGATÓRIO

- () Somente um trabalho
 () Mais de um trabalho
 () Somente faça estágio
 () Trabalho e faça estágio
 () Não trabalho e não faça estágio (pular as perguntas 14, 15, 16 e 17)

14) Descreva abaixo qual é a sua ocupação no trabalho ou estágio.

*É fundamental que você escreva, com detalhes, o trabalho que realiza. **Por exemplo, um vendedor pode ser: vendedor ambulante, vendedor de sorvete, feirante, balconista vendedor de planos de saúde, etc.**

*Não confunda ocupação com especialização ou formação profissional. **Por exemplo, a pessoa formada em Matemática, que esteja dirigindo uma escola pública, terá como ocupação: Diretor de Escola Pública.**

Ocupação 1: _____
(por favor não abreviar)

Ocupação 2 (no caso de dois trabalhos ou de um trabalho e um estágio com ocupações diferentes) _____
(por favor não abreviar)

15) Carga horária total DIÁRIA de trabalho/ocupação: _____ (em horas).

16) Turno do trabalho/ocupação 1: hora de entrada: _____ hora de saída: _____
(apenas hora de entrada e saída sem considerar horário de almoço).

17) Turno do trabalho/ocupação 2: hora de entrada: _____ hora de saída: _____
(apenas hora de entrada e saída sem considerar horário de almoço).

III - HABITOS DE VIDA

18) Quanto tempo faz que se pesou da última vez?

- () menos de 1 semana
 () entre 1 semana e 1 mês
 () entre 1 mês e 3 meses
 () entre 3 e 6 meses
 () 6 meses ou mais
 () nunca se pesou
 () não lembra

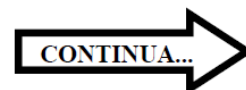
19) Registre aqui o valor do seu peso (mesmo que não lembre o peso exato) _____ kg

20) Registre aqui o valor da sua altura (mesmo que não lembre a altura exata) _____ m

21) Com relação ao seu peso atual, você considera que está:

- () Com o peso ideal para a sua altura
 () Acima do peso ideal para a sua altura
 () Abaixo do peso ideal para a sua altura

CONTINUA...



22) Você acha que seria mais feliz se perdesse ou ganhasse alguns quilos?
 Sim Não

23) Você apresenta algum problema de saúde do tipo:

- Diabetes Mellitus
 Hipertensão arterial
 Obesidade
 Colesterol alto e/ou Triglicérideo alto
 não tenho problema algum de saúde
 não sei se tenho algum problema de saúde
 outro problema de saúde,

Especificar: _____

24) Em média, quantas horas por dia você costuma ficar assistindo televisão?
 _____ horas _____ minutos

não assisto televisão

25) No trabalho (ou estágio) você usa computador? Sim Não (pule a próxima). **(Se não trabalha assinale não).**

26) Em média, quantas horas por dia você usa o computador no trabalho (ou estágio) **(mesmo que seja com ou sem o uso da internet)?** (não considerar tablet e celular)

_____ horas _____ minutos

27) Fora do ambiente de trabalho (ou fora do estágio) usa o computador? Sim Não (pule a próxima). (não considerar tablet e celular)

28) Em média, quantas horas por dia você usa o computador fora do ambiente de trabalho **(mesmo que seja com ou sem o uso da internet)?** (não considerar tablet e celular)

_____ horas _____ minutos

29) Em uma semana normal (típica) você faz algum tipo de atividade física no seu tempo livre?
 sim não (pule a próxima)

30) Em uma semana normal (típica) quais são as atividades físicas que você pratica no tempo livre:			
	Se Sim , assinale com X	Quantas vezes por semana? (dias)	Quanto tempo dura por dia? (minutos)
23.1. Caminhada?			
23.2. Alongamento?			
23.3. Dança?			
23.4. Musculação?			
23.5. Ginástica de academia?			
23.6. Futebol?			
23.7. Outra? Qual?			

31) Você faz atividade física REGULAR há mais de 6 meses?

Sim (pule a 32 e 33) Não



- 32) Você pretende começar a fazer atividade física regular nos próximos 30 dias?
() Sim (pule a próxima) () Não
- 33) Você pretende começar a fazer atividade física REGULAR nos próximos 6 meses?
() Sim () Não
- 34) Você costuma consumir bebida alcoólica?
() Sim () Não (pule as questões 35, 36, 37 e 38)
- 35) Com que frequência você costuma consumir alguma bebida alcoólica?
() 1 a 2 dias por semana
() 3 a 4 dias por semana
() 5 a 6 dias por semana
() todos os dias (inclusive sábado e domingo)
() menos de 1 dia por semana
() menos de 1 dia por mês
- 36) **Somente para HOMENS.** Nos últimos 30 dias, você chegou a consumir 5 ou mais doses de bebida alcoólica em uma única ocasião? (5 doses de bebida alcoólica seriam 5 latas de cerveja, 5 taças de vinho ou 5 doses de cachaça, whisky ou qualquer outra bebida alcoólica destilada)
() sim (pule a próxima) () não (pule as 2 próximas)
- 37) **Somente para MULHERES.** Nos últimos 30 dias, você chegou a consumir 4 ou mais doses de bebida alcoólica em uma única ocasião? (4 doses de bebida alcoólica seriam 4 latas de cerveja, 4 taças de vinho ou 4 doses de cachaça, whisky ou qualquer outra bebida alcoólica destilada)
() sim () não (pule a próxima)
- 38) Em quantos dias do mês isto ocorreu?
() em um único dia no mês
() em 2 dias
() em 3 dias
() em 4 dias
() em 5 dias
() em 6 dias
() em 7 ou mais dias
() Não sabe
- 39) Você fuma?
() sim, diariamente
() sim, ocasionalmente (menos que diariamente)
() não (pule a questão 40)
- 40) Quantos cigarros você fuma por dia?
() 1-4
() 5-9
() 10-14
() 15-19
() 20-29
() 30-39
() 40 ou +

CONTINUA...

IV - HABITOS ALIMENTARES

41) Com que frequência você substitui pelo menos uma das refeições por lanches (salgados, sanduíches...?)

- 1 a 2 dias por semana
- 3 a 4 dias por semana
- 5 a 6 dias por semana
- todos os dias (inclusive sábado e domingo)
- a cada 15 dias
- 1 vez no mês
- quase nunca
- nunca

42) Com que frequência você costuma consumir alimentos fritos do tipo coxinha, quibe, rissoles, pastel...?

- 1 a 2 dias por semana
- 3 a 4 dias por semana
- 5 a 6 dias por semana
- todos os dias (inclusive sábado e domingo)
- a cada 15 dias
- 1 vez no mês
- quase nunca
- nunca

43) Com que frequência você costuma comer feijão?

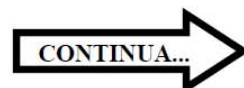
- 1 a 2 dias por semana
- 3 a 4 dias por semana
- 5 a 6 dias por semana
- todos os dias (inclusive sábado e domingo)
- a cada 15 dias
- 1 vez no mês
- quase nunca
- nunca

44) Com que frequência você costuma comer um tipo de **verdura ou legume** (alface, tomate, couve, cenoura, chuchu, berinjela, abobrinha – **não vale batata, mandioca ou inhame**)?

- 1 a 2 dias por semana
- 3 a 4 dias por semana
- 5 a 6 dias por semana
- todos os dias (inclusive sábado e domingo)
- a cada 15 dias
- 1 vez no mês
- quase nunca (pule a próxima)
- nunca (pule a próxima)

45) Num dia comum, você come verdura ou legume:

- no almoço (1 vez no dia)
- no jantar ou
- no almoço e no jantar (2 vezes no dia)



46) Com que frequência você costuma comer frutas **(incluindo aqui suco de frutas natural em substituição da fruta)**?

- 1 a 2 dias por semana
 - 3 a 4 dias por semana
 - 5 a 6 dias por semana
 - todos os dias (inclusive sábado e domingo)
 - a cada 15 dias
 - 1 vez no mês
 - quase nunca (pule a próxima)
 - nunca (pule a próxima)
- suco de fruta e fruta ?

47) Num dia comum, quantas vezes você come frutas **(incluindo aqui suco de frutas natural em substituição da fruta)**?

- 1 vez no dia
- 2 vezes no dia
- 3 ou mais vezes no dia

48) Com que frequência você costuma comer carne vermelha (boi, porco, cabrito)?

- 1 a 2 dias por semana
- 3 a 4 dias por semana
- 5 a 6 dias por semana
- todos os dias (inclusive sábado e domingo)
- a cada 15 dias
- 1 vez no mês
- quase nunca (pule a próxima)
- nunca (pule a próxima)

49) Quando você come carne vermelha com gordura, você costuma:

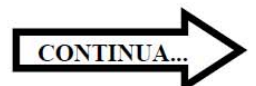
- tirar sempre o excesso de gordura
- comer com a gordura
- não come carne vermelha com muita gordura

50) Com que frequência você costuma comer frango/galinha?

- 1 a 2 dias por semana
- 3 a 4 dias por semana
- 5 a 6 dias por semana
- todos os dias (inclusive sábado e domingo)
- a cada 15 dias
- 1 vez no mês
- quase nunca (pule a próxima)
- nunca (pule a próxima)

51) Quando você come frango com pele, você costuma:

- tirar sempre a pele
- comer com a pele
- não come pedaços de frango com pele



52) Com que frequência você costuma consumir alimentos embutidos do tipo salame, linguiça, salsicha, presunto, peito de peru, etc?

- 1 a 2 dias por semana
- 3 a 4 dias por semana
- 5 a 6 dias por semana
- todos os dias (inclusive sábado e domingo)
- a cada 15 dias
- 1 vez no mês
- raramente
- nunca

53) Com que frequência você costuma tomar refrigerante ou suco artificial?

- 1 a 2 dias por semana
- 3 a 4 dias por semana
- 5 a 6 dias por semana
- todos os dias (inclusive sábado e domingo)
- a cada 15 dias
- 1 vez no mês
- raramente
- nunca

54) Com que frequência você costuma tomar leite? (não vale leite de soja)

- 1 a 2 dias por semana
- 3 a 4 dias por semana
- 5 a 6 dias por semana
- todos os dias (inclusive sábado e domingo)
- a cada 15 dias
- 1 vez no mês
- raramente (pule a próxima)
- nunca (pule a próxima)

55) Quando você toma leite, que tipo de leite costuma tomar?

- integral
- desnatado ou semi-desnatado
- qualquer um dos três tipos
- não sabe

56) Qual o valor (mesmo que aproximado) dos seus gastos mensais com alimentação FORA DE CASA (sem contar os finais de semana)? _____/mês.

57) Você acha que deveria mudar seus hábitos alimentares de forma a se alimentar de modo mais saudável? Sim () Não ()

58) Você acha que uma alimentação mais saudável é mais cara do que uma alimentação convencional? Sim () Não ()



59) Neste quadro abaixo você irá assinalar a frequência semanal em que realiza as refeições, o local em que as realiza e o tempo gasto para cada uma.

Entende-se por refeições: café da manhã, lanche da manhã ou colação, almoço, lanche da tarde, jantar e ceia.

FREQUÊNCIA SEMANAL DAS REFEIÇÕES	LOCAL DAS REFEIÇÕES Especificar onde realiza CADA refeição na maioria das vezes	TEMPO QUE UTILIZA PARA COMER
CAFÉ DA MANHÃ () 5 a 7 dias/semana () 3 ou 4 dias/semana () 1 ou 2 dias/semana () nunca	CAFÉ DA MANHÃ () Casa () Trabalho () Restaurante () Faculdade (cantina ou lanchonete) () Levo comida de casa para o trabalho ou faculdade Outro _____	CAFÉ DA MANHÃ _____ minutos
LANCHE DA MANHÃ () 5 a 7 dias/semana () 3 ou 4 dias/semana () 1 ou 2 dias/semana () nunca	LANCHE DA MANHÃ () Casa () Trabalho () Restaurante () Faculdade (cantina ou lanchonete) () Levo comida de casa para o trabalho ou faculdade Outro _____	LANCHE DA MANHÃ _____ minutos
ALMOÇO () 5 a 7 dias/semana () 3 ou 4 dias/semana () 1 ou 2 dias/semana () nunca	ALMOÇO () Casa () Trabalho () Restaurante () Faculdade (cantina ou lanchonete) () Levo comida de casa para o trabalho ou faculdade Outro _____	ALMOÇO _____ minutos
LANCHE DA TARDE () 5 a 7 dias/semana () 3 ou 4 dias/semana () 1 ou 2 dias/semana () nunca	LANCHE DA TARDE () Casa () Trabalho () Restaurante () Faculdade (cantina ou lanchonete) () Levo comida de casa para o trabalho ou faculdade Outro _____	LANCHE DA TARDE _____ minutos
JANTAR () 5 a 7 dias/semana () 3 ou 4 dias/semana () 1 ou 2 dias/semana () nunca	JANTAR () Casa () Trabalho () Restaurante () Faculdade (cantina ou lanchonete) () Levo comida de casa para o trabalho ou faculdade Outro _____	JANTAR _____ minutos
CEIA () 5 a 7 dias/semana () 3 ou 4 dias/semana () 1 ou 2 dias/semana () nunca	CEIA () Casa () Trabalho () Restaurante () Faculdade (cantina ou lanchonete) () Levo comida de casa para o trabalho ou faculdade Outro _____	CEIA _____ minutos

OBRIGADA!

APÊNDICE B

Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

Titulo da pesquisa:

“HÁBITOS ALIMENTARES DE ESTUDANTES DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR DE LONDRINA/PR”

Prezado(a) Aluno(a):

Gostaríamos de convidá-lo (a) a participar da pesquisa “HÁBITOS ALIMENTARES DE ESTUDANTES DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR DE LONDRINA/PR”, realizada no “Centro Universitário Filadélfia”. O objetivo da pesquisa é “Analisar os hábitos alimentares de estudantes universitários”. A sua participação é muito importante e ela se daria por meio de preenchimento de um questionário autorrespondido que consta de perguntas sobre situações sócio demográficas, algumas características do trabalho e curso de graduação, além de questões relacionadas a sua alimentação e hábitos de vida. Gostaríamos de esclarecer que sua participação é totalmente voluntária, podendo você: recusar-se a participar, ou mesmo desistir a qualquer momento sem que isto acarrete qualquer ônus ou prejuízo à sua pessoa. Informamos ainda que as informações serão utilizadas somente para os fins desta pesquisa e serão tratadas com o mais absoluto sigilo e confidencialidade, de modo a preservar a sua identidade.

Os benefícios esperados são contribuir para a comunidade científica A fim de maior conhecimento acerca deste tema, além de com essas informações poder propor maneiras de melhorar hábitos alimentares e assim prevenir possíveis patologias associadas a inadequação alimentar. A pesquisa não é invasiva, portanto não lhe trará riscos neste sentido e pelo fato de o questionário ser autorrespondido ameniza constrangimentos ao respondê-lo.

Informamos que você não pagará nem será remunerado por sua participação. Garantimos, no entanto, que todas as despesas decorrentes da pesquisa serão ressarcidas, quando devidas e decorrentes especificamente de sua participação na pesquisa.

Caso você tenha dúvidas ou necessite de maiores esclarecimentos pode nos contatar (Lucievelyn Marrone, 9105-0650, lucievelyn@yahoo.com.br), ou procurar o Comitê de Ética em Pesquisa Envolvendo Seres Humanos da Universidade Estadual de Londrina, na Avenida Robert Kock, nº 60, ou no telefone

33712490. Este termo deverá ser preenchido em duas vias de igual teor, sendo uma delas, devidamente preenchida e assinada entregue a você.

Londrina, ____ de _____ de 2012.

Pesquisador Responsável

RG:: 2037747

_____ (nome por extenso do sujeito de pesquisa), tendo sido devidamente esclarecido sobre os procedimentos da pesquisa, concordo em participar **voluntariamente** da pesquisa descrita acima.

Assinatura (ou impressão dactiloscópica): _____

Data: _____

ANEXOS

ANEXO A

Aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa Envolvendo Seres Humanos



COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA ENVOLVENDO SERES HUMANOS
 Universidade Estadual de Londrina
 Registro CONEP 5231

Parecer CEP/UEL:	174/2012
CAAE:	07947212.4.0000.5231
Processo:	26149/2012
Pesquisador(a):	Lucievelyn Marrone
Unidade/Órgão:	CCS - Programa de Pós-graduação em Saúde Coletiva

Prezado(a) Senhor(a):

O "Comitê de Ética em Pesquisa Envolvendo Seres Humanos da Universidade Estadual de Londrina" (Registro CONEP 5231) – de acordo com as orientações da Resolução 196/96 do Conselho Nacional de Saúde/MS e Resoluções Complementares, avaliou o projeto:

“HÁBITOS ALIMENTARES DE ESTUDANTES DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR PRIVADA DE LONDRINA/PR.”

Situação do Projeto: **Aprovado**

Informamos que deverá ser comunicada, por escrito, qualquer modificação que ocorra no desenvolvimento da pesquisa, bem como deverá ser encaminhado ao CEP/UEL relatório final da pesquisa, conforme prevê a Resolução 196/96 do Conselho Nacional de Saúde/MS e Resoluções Complementares.

Londrina, 08 de outubro de 2012.


Prof. Dra. Alexandrina Aparecida Maciel Cardelli
 Coordenadora do Comitê de Ética em Pesquisa Envolvendo Seres Humanos
 Universidade Estadual de Londrina



ANEXO B

Declaração de Concordância Co-participante



Centro Universitário Filadélfia

Credenciado - Dec. de 24/04/2001 - DOU de 25/04/2001

Mantenedora: Instituto Filadélfia de Londrina

Declaração de Concordância dos Serviços Envolvidos e/ou de Instituição**Co-Participante**

Londrina, 21 de setembro de 2012

Ilma. Sra. Profa. Dra. Alexandrina Aparecida Maciel Cardelli
Coordenadora do CEP/UEL

Senhora Coordenadora

Declaramos que nós do Centro Universitário Filadélfia- UNIFIL, estamos de acordo com a condução do projeto de pesquisa intitulado "ALIMENTARES DE ESTUDANTES DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR DE LONDRINA/PR" sob a responsabilidade de Lucievelyn Marrone, nas nossas dependências, tão logo o projeto seja aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa Envolvendo seres Humanos da Universidade Estadual de Londrina, até o seu final em (2013).

Estamos cientes que as unidades de análise da pesquisa que serão alunos dos últimos anos dos cursos de graduação desta instituição, bem como de que o presente trabalho deve seguir a resolução 196/96 do CNS e complementares.

Os custos relativos à pesquisa serão de responsabilidade da pesquisadora.

Atenciosamente,

Luperício Fuganti Luppi
Pró-Reitor de Ensino de Graduação
do Centro Universitário Filadélfia

ANEXO C

Modelo Regressão de Poisson para Substituição de Refeições por lanches

Parameter Estimates

Parameter	B	Std. Error	95% Wald Confidence Interval		Hypothesis Test			Exp(B)	95% Wald Confidence Interval for Exp(B)	
			Lower	Upper	Wald Chi-Square	df	Sig.		Lower	Upper
(Intercept)	-2,774	,4553	-3,666	-1,881	37,116	1	,000	,062	,026	,152
[Sexo=1]	,076	,1614	-,240	,393	,225	1	,636	1,079	,787	1,481
[Sexo=0]	0 ^a	1	.	.
[Fetaria=1]	,316	,2010	-,078	,710	2,470	1	,116	1,372	,925	2,034
[Fetaria=0]	0 ^a	1	.	.
[Cor=1]	-,275	,1810	-,630	,080	2,307	1	,129	,760	,533	1,083
[Cor=0]	0 ^a	1	.	.
[SitConj=1]	-,142	,1706	-,476	,192	,693	1	,405	,868	,621	1,212
[SitConj=0]	0 ^a	1	.	.
[MoraCom=1]	,092	,1620	-,225	,409	,323	1	,570	1,096	,798	1,506
[MoraCom=0]	0 ^a	1	.	.
[Mantenedor=1]	,101	,2235	-,337	,539	,203	1	,652	1,106	,714	1,714
[Mantenedor=0]	0 ^a	1	.	.
[ABEP=2]	,119	,1899	-,253	,491	,394	1	,530	1,127	,776	1,635
[ABEP=1]	-,132	,1541	-,434	,170	,733	1	,392	,876	,648	1,185
[ABEP=0]	0 ^a	1	.	.
[Curso=1]	-,076	,1539	-,377	,226	,242	1	,623	,927	,686	1,254
[Curso=0]	0 ^a	1	.	.
[TurnoCurso=2]	,014	,1713	-,322	,350	,006	1	,936	1,014	,725	1,418
[TurnoCurso=1]	,083	,2268	-,362	,527	,133	1	,715	1,086	,696	1,694
[TurnoCurso=0]	0 ^a	1	.	.
[Trabalho=1]	-,106	,2240	-,545	,333	,226	1	,635	,899	,580	1,395
[Trabalho=0]	0 ^a	1	.	.
[Ocupacao=1]	,004	,2383	-,463	,471	,000	1	,988	1,004	,629	1,601
[Ocupacao=0]	0 ^a	1	.	.
[CargaHoraria=3]	,114	,2234	-,323	,552	,262	1	,608	1,121	,724	1,737
[CargaHoraria=2]	,133	,2254	-,308	,575	,351	1	,554	1,143	,735	1,777
[CargaHoraria=1]	0 ^a	1	.	.
[CargaHoraria=0]	0 ^a	1	.	.
[IMC=2]	-,009	,1492	-,302	,283	,004	1	,951	,991	,740	1,327
[IMC=1]	-,241	,2421	-,716	,233	,995	1	,319	,785	,489	1,263
[IMC=0]	0 ^a	1	.	.
[Horapctv=1]	,143	,1362	-,124	,410	1,103	1	,294	1,154	,883	1,507
[Horapctv=0]	0 ^a	1	.	.
[AtivRegular=1]	,209	,1857	-,155	,573	1,263	1	,261	1,232	,856	1,773
[AtivRegular=0]	0 ^a	1	.	.
[LocalRef=1,00]	,234	,1357	-,032	,500	2,964	1	,085	1,263	,968	1,648
[LocalRef=,00]	0 ^a	1	.	.
[CafeAlmJant57=1]	,366	,1410	,089	,642	6,733	1	,009	1,442	1,094	1,900
[CafeAlmJant57=0]	0 ^a	1	.	.
[IPAQ=1]	-,003	,2338	-,462	,455	,000	1	,989	,997	,630	1,576
[IPAQ=0]	0 ^a	1	.	.
[Bebida=1]	,204	,1247	-,040	,448	2,676	1	,102	1,226	,960	1,566
[Bebida=0]	0 ^a	1	.	.

[Tabagismo=1]	,100	,2075	-.307	,507	,233	1	,629	1,105	,736	1,660
[Tabagismo=0]	0 ^a	1	.	.
[Fritura42=1]	,798	,1251	,552	1,043	40,633	1	,000	2,220	1,737	2,837
[Fritura42=0]	0 ^a	1	.	.

(continuação)

[Feijao43=1]	,500	,1297	,245	,754	14,834	1	,000	1,648	1,278	2,125
[Feijao43=0]	0 ^a	1	.	.
[Verdura44=1]	,092	,1348	-.172	,357	,469	1	,494	1,097	,842	1,428
[Verdura44=0]	0 ^a	1	.	.
[Frutas46=1,00]	-.028	,1430	-.308	,253	,037	1	,847	,973	,735	1,287
[Frutas46=.00]	0 ^a	1	.	.
[RefrigeranteResp53=1]	,253	,1361	-.014	,519	3,443	1	,064	1,287	,986	1,681
[RefrigeranteResp53=0]	0 ^a	1	.	.
[Doenca=1]	,033	,1432	-.248	,314	,053	1	,817	1,034	,781	1,369
[Doenca=0]	0 ^a	1	.	.
(Scale)	1 ^b

Dependent Variable: SubstRef41

Model: (Intercept), Sexo, Fetaria, Cor, SitConj, MoraCom, Mantenedor, ABEP, Curso, TurnoCurso, Trabalho, Ocupacao, CargaHoraria, IMC, Horapctv, AtivRegular, LocalRef, CafeAlmJant57, IPAQ, Bebida, Tabagismo, Fritura42, Feijao43, Verdura44, Frutas46, RefrigeranteResp53, Doenca

a. Set to zero because this parameter is redundant.

b. Fixed at the displayed value.

ANEXO D

Modelo Regressão de Poisson para Frequência Inadequada de Consumo de Frituras

Parameter	B	Std. Error	95% Wald Confidence Interval		Hypothesis Test			Exp(B)	95% Wald Confidence Interval for Exp(B)	
			Lower	Upper	Wald Chi-Square	df	Sig.		Lower	Upper
(Intercept)	-3,889	,6421	-5,147	-2,630	36,680	1	,000	,020	,006	,072
[Sexo=1]	,038	,2268	-,406	,483	,028	1	,866	1,039	,666	1,620
[Sexo=0]	0 ^a	1	.	.
[Fetaria=1]	,586	,3851	-,169	1,341	2,315	1	,128	1,797	,845	3,822
[Fetaria=0]	0 ^a	1	.	.
[Cor=1]	-,087	,2569	-,590	,417	,114	1	,736	,917	,554	1,517
[Cor=0]	0 ^a	1	.	.
[SitConj=1]	,012	,2412	-,461	,484	,002	1	,961	1,012	,631	1,623
[SitConj=0]	0 ^a	1	.	.
[SubstRef41=1]	1,219	,1951	,837	1,602	39,043	1	,000	3,384	2,309	4,961
[SubstRef41=0]	0 ^a	1	.	.
[MoraCom=1]	-,045	,2754	-,584	,495	,026	1	,871	,956	,557	1,641
[MoraCom=0]	0 ^a	1	.	.
[Mantenedor=1]	,121	,2969	-,461	,703	,167	1	,683	1,129	,631	2,020
[Mantenedor=0]	0 ^a	1	.	.
[ABEP=2]	-,541	,3381	-1,204	,122	2,560	1	,110	,582	,300	1,129
[ABEP=1]	-,248	,2295	-,698	,201	1,171	1	,279	,780	,498	1,223
[ABEP=0]	0 ^a	1	.	.
[Curso=1]	,163	,2184	-,265	,591	,555	1	,456	1,177	,767	1,806
[Curso=0]	0 ^a	1	.	.
[TurnoCurso=2]	,061	,2742	-,476	,599	,050	1	,823	1,063	,621	1,820
[TurnoCurso=1]	,122	,3209	-,507	,751	,144	1	,704	1,130	,602	2,119
[TurnoCurso=0]	0 ^a	1	.	.
[Trabalho=1]	,532	,3403	-,135	1,199	2,441	1	,118	1,702	,873	3,316
[Trabalho=0]	0 ^a	1	.	.
[Ocupacao=1]	-,540	,4666	-1,454	,375	1,338	1	,247	,583	,234	1,455
[Ocupacao=0]	0 ^a	1	.	.
[CargaHoraria=3]	,150	,3848	-,604	,905	,153	1	,696	1,162	,547	2,471
[CargaHoraria=2]	,477	,3635	-,236	1,189	1,720	1	,190	1,611	,790	3,285
[CargaHoraria=1]	0 ^a	1	.	.
[CargaHoraria=0]	0 ^a	1	.	.
[IMC=2]	,242	,1910	-,132	,616	1,606	1	,205	1,274	,876	1,852
[IMC=1]	-,181	,3685	-,903	,541	,241	1	,624	,835	,405	1,719
[IMC=0]	0 ^a	1	.	.
[Horapctv=1]	-,299	,1963	-,683	,086	2,313	1	,128	,742	,505	1,090
[Horapctv=0]	0 ^a	1	.	.
[AtivRegular=1]	,287	,2711	-,244	,819	1,122	1	,289	1,333	,783	2,267
[AtivRegular=0]	0 ^a	1	.	.
[LocalRef=1,00]	,006	,1885	-,363	,376	,001	1	,974	1,006	,695	1,456
[LocalRef=,00]	0 ^a	1	.	.
[CafeAlmJant57=1]	,112	,1924	-,265	,489	,337	1	,561	1,118	,767	1,630
[CafeAlmJant57=0]	0 ^a	1	.	.
[IPAQ=1]	,119	,3310	-,529	,768	,130	1	,718	1,127	,589	2,156
[IPAQ=0]	0 ^a	1	.	.
[Bebida=1]	-,233	,1920	-,609	,144	1,469	1	,225	,792	,544	1,154

[Bebida=0]	0 ^a	1	.	.	.
[Tabagismo=1]	-.352	,3715	-1,080	,376	,898	1	,343	,703	,339	1,457	

continuação

[Tabagismo=0]	0 ^a	1	.	.
[Feijao43=1]	-.177	,1908	-.551	,197	,859	1	,354	,838	,576	1,218
[Feijao43=0]	0 ^a	1	.	.
[Verdura44=1]	,619	,2107	,206	1,032	8,621	1	,003	1,856	1,228	2,806
[Verdura44=0]	0 ^a	1	.	.
[Frutas46=1,00]	-.094	,2281	-.541	,353	,169	1	,681	,910	,582	1,424
[Frutas46=,00]	0 ^a	1	.	.
[RefrigeranteResp5 3=1]	,455	,2178	,028	,882	4,360	1	,037	1,576	1,028	2,415
[RefrigeranteResp5 3=0]	0 ^a	1	.	.
[Doenca=1]	,027	,2088	-.382	,436	,017	1	,897	1,027	,682	1,547
[Doenca=0]	0 ^a	1	.	.
(Scale)	1 ^b

Dependent Variable: Fritura42

Model: (Intercept), Sexo, Fetaria, Cor, SitConj, SubstRef41, MoraCom, Mantenedor, ABEP, Curso, TurnoCurso, Trabalho, Ocupacao, CargaHoraria, IMC, Horapctv, AtivRegular, LocalRef, CafeAlmJant57, IPAQ, Bebida, Tabagismo, Feijao43, Verdura44, Frutas46, RefrigeranteResp53, Doenca

a. Set to zero because this parameter is redundant.

b. Fixed at the displayed value.

ANEXO E

Modelo Regressão de Poisson para Frequência Inadequada de Consumo de Refrigerante ou Suco Artificial

Parameter	B	Std. Error	95% Wald Confidence Interval		Hypothesis Test			Exp(B)	95% Wald Confidence Interval for Exp(B)	
			Lower	Upper	Wald Chi-Square	df	Sig.		Lower	Upper
(Intercept)	-2,343	,2989	-2,929	-1,757	61,448	1	,000	,096	,053	,173
[Sexo=1]	-,003	,0970	-,194	,187	,001	1	,972	,997	,824	1,205
[Sexo=0]	0 ^a	1	.	.
[Fetaria=1]	,412	,1420	,134	,690	8,420	1	,004	1,510	1,143	1,994
[Fetaria=0]	0 ^a	1	.	.
[Cor=1]	-,016	,0959	-,204	,171	,030	1	,864	,984	,815	1,187
[Cor=0]	0 ^a	1	.	.
[SitConj=1]	-,087	,1050	-,293	,119	,690	1	,406	,917	,746	1,126
[SitConj=0]	0 ^a	1	.	.
[SubstRef41=1]	,165	,0860	-,003	,334	3,691	1	,055	1,180	,997	1,396
[SubstRef41=0]	0 ^a	1	.	.
[MoraCom=1]	-,024	,1076	-,235	,187	,050	1	,823	,976	,791	1,205
[MoraCom=0]	0 ^a	1	.	.
[Mantenedor=1]	,274	,1416	-,004	,551	3,732	1	,053	1,315	,996	1,735
[Mantenedor=0]	0 ^a	1	.	.
[ABEP=2]	-,089	,1315	-,347	,168	,461	1	,497	,915	,707	1,184
[ABEP=1]	-,069	,0980	-,261	,123	,502	1	,479	,933	,770	1,130
[ABEP=0]	0 ^a	1	.	.
[Curso=1]	-,007	,0922	-,187	,174	,005	1	,942	,993	,829	1,190
[Curso=0]	0 ^a	1	.	.
[TurnoCurso=2]	,095	,1082	-,117	,307	,773	1	,379	1,100	,890	1,359
[TurnoCurso=1]	,213	,1447	-,071	,497	2,164	1	,141	1,237	,932	1,643
[TurnoCurso=0]	0 ^a	1	.	.
[Trabalho=1]	,147	,1419	-,131	,426	1,078	1	,299	1,159	,877	1,530
[Trabalho=0]	0 ^a	1	.	.
[Ocupacao=1]	-,076	,1754	-,420	,267	,190	1	,663	,926	,657	1,306
[Ocupacao=0]	0 ^a	1	.	.
[CargaHoraria=3]	,289	,1517	-,008	,587	3,630	1	,057	1,335	,992	1,798
[CargaHoraria=2]	,184	,1580	-,126	,494	1,358	1	,244	1,202	,882	1,639
[CargaHoraria=1]	0 ^a	1	.	.
[CargaHoraria=0]	0 ^a	1	.	.
[IMC=2]	,243	,0902	,067	,420	7,278	1	,007	1,275	1,069	1,522
[IMC=1]	,169	,1223	-,071	,409	1,902	1	,168	1,184	,931	1,505
[IMC=0]	0 ^a	1	.	.
[Horapctv=1]	,111	,0885	-,062	,285	1,576	1	,209	1,118	,940	1,329
[Horapctv=0]	0 ^a	1	.	.
[AtivRegular=1]	,249	,1145	,025	,474	4,739	1	,029	1,283	1,025	1,606
[AtivRegular=0]	0 ^a	1	.	.
[LocalRef=1,00]	-,055	,0826	-,217	,107	,436	1	,509	,947	,805	1,113
[LocalRef=,00]	0 ^a	1	.	.
[CafeAlmJant57=1]	-,007	,0791	-,162	,148	,009	1	,926	,993	,850	1,159
[CafeAlmJant57=0]	0 ^a	1	.	.
[IPAQ=1]	,113	,1411	-,163	,390	,645	1	,422	1,120	,849	1,477
[IPAQ=0]	0 ^a	1	.	.
[Bebida=1]	-,017	,0812	-,177	,142	,046	1	,831	,983	,838	1,152

[Bebida=0]	0 ^a	1	.	.	.
[Tabagismo=1]	,120	,1278	-,131	,370	,877	1	,349	1,127	,877	1,448	
[Tabagismo=0]	0 ^a	1	.	.	

continuação

[Fritura42=1]	,181	,0961	-,007	,369	3,543	1	,060	1,198	,993	1,447
[Fritura42=0]	0 ^a	1	.	.
[Feijao43=1]	-,093	,0795	-,249	,063	1,366	1	,242	,911	,780	1,065
[Feijao43=0]	0 ^a	1	.	.
[Verdura44=1]	,078	,0788	-,077	,232	,967	1	,325	1,081	,926	1,261
[Verdura44=0]	0 ^a	1	.	.
[Frutas46=1,00]	,555	,1176	,325	,786	22,302	1	,000	1,742	1,384	2,194
[Frutas46=,00]	0 ^a	1	.	.
[Doenca=1]	-,051	,0936	-,235	,132	,299	1	,584	,950	,791	1,141
[Doenca=0]	0 ^a	1	.	.
(Scale)	1 ^b

Dependent Variable: RefrigeranteResp53

Model: (Intercept), Sexo, Fetaria, Cor, SitConj, SubstRef41, MoraCom, Mantenedor, ABEP, Curso, TurnoCurso, Trabalho, Ocupacao, CargaHoraria, IMC, Horapctv, AtivRegular, LocalRef, CafeAlmJant57, IPAQ, Bebida, Tabagismo, Fritura42, Feijao43, Verdura44, Frutas46, Doenca

a. Set to zero because this parameter is redundant.

b. Fixed at the displayed value.

ANEXO F

Modelo Regressão de Poisson para Frequência Inadequada de Consumo de Frutas

Parameter	B	Std. Error	95% Wald Confidence Interval		Hypothesis Test			Exp(B)	95% Wald Confidence Interval for Exp(B)	
			Lower	Upper	Wald Chi-Square	df	Sig.		Lower	Upper
(Intercept)	-1,188	,1662	-1,514	-,862	51,081	1	,000	,305	,220	,422
[Sexo=1]	,226	,0587	,111	,341	14,871	1	,000	1,254	1,118	1,407
[Sexo=0]	0 ^a	1	.	.
[Fetaria=1]	,058	,0738	-,086	,203	,623	1	,430	1,060	,917	1,225
[Fetaria=0]	0 ^a	1	.	.
[Cor=1]	,106	,0546	-,001	,213	3,736	1	,053	1,111	,999	1,237
[Cor=0]	0 ^a	1	.	.
[SitConj=1]	,032	,0661	-,097	,162	,241	1	,623	1,033	,907	1,176
[SitConj=0]	0 ^a	1	.	.
[SubstRef41=1]	-,031	,0523	-,134	,071	,358	1	,550	,969	,875	1,074
[SubstRef41=0]	0 ^a	1	.	.
[MoraCom=1]	-,108	,0670	-,239	,023	2,593	1	,107	,898	,787	1,024
[MoraCom=0]	0 ^a	1	.	.
[Mantenedor=1]	-,094	,0779	-,246	,059	1,446	1	,229	,911	,782	1,061
[Mantenedor=0]	0 ^a	1	.	.
[ABEP=2]	,055	,0789	-,100	,209	,484	1	,487	1,056	,905	1,233
[ABEP=1]	,017	,0649	-,110	,144	,071	1	,789	1,017	,896	1,155
[ABEP=0]	0 ^a	1	.	.
[Curso=1]	,027	,0580	-,087	,141	,217	1	,641	1,027	,917	1,151
[Curso=0]	0 ^a	1	.	.
[TurnoCurso=2]	,051	,0687	-,084	,186	,552	1	,458	1,052	,920	1,204
[TurnoCurso=1]	,064	,0981	-,128	,257	,429	1	,513	1,066	,880	1,293
[TurnoCurso=0]	0 ^a	1	.	.
[Trabalho=1]	-,025	,0814	-,184	,135	,093	1	,760	,975	,832	1,144
[Trabalho=0]	0 ^a	1	.	.
[Ocupacao=1]	,085	,1027	-,117	,286	,681	1	,409	1,088	,890	1,331
[Ocupacao=0]	0 ^a	1	.	.
[CargaHoraria=3]	,027	,0878	-,146	,199	,092	1	,762	1,027	,865	1,220
[CargaHoraria=2]	-,084	,0963	-,273	,105	,760	1	,383	,920	,761	1,110
[CargaHoraria=1]	0 ^a	1	.	.
[CargaHoraria=0]	0 ^a	1	.	.
[IMC=2]	-,115	,0567	-,226	-,004	4,131	1	,042	,891	,797	,996
[IMC=1]	,059	,0887	-,115	,233	,447	1	,504	1,061	,892	1,262
[IMC=0]	0 ^a	1	.	.
[Horapctv=1]	,113	,0559	,004	,223	4,096	1	,043	1,120	1,004	1,249
[Horapctv=0]	0 ^a	1	.	.
[AtivRegular=1]	,024	,0640	-,102	,149	,136	1	,712	1,024	,903	1,161
[AtivRegular=0]	0 ^a	1	.	.
[LocalRef=1,00]	,010	,0504	-,089	,108	,036	1	,849	1,010	,915	1,115
[LocalRef=,00]	0 ^a	1	.	.
[CafeAlmJant57=1]	,187	,0524	,085	,290	12,781	1	,000	1,206	1,088	1,336
[CafeAlmJant57=0]	0 ^a	1	.	.
[IPAQ=1]	,177	,0897	,001	,352	3,873	1	,049	1,193	1,001	1,423
[IPAQ=0]	0 ^a	1	.	.
[Bebida=1]	,187	,0488	,092	,283	14,719	1	,000	1,206	1,096	1,327

[Bebida=0]	0 ^a												
[Tabagismo=1]	-.004	.0782	-.157	.149	.002	1	.961	.996	.855				1,161
[Tabagismo=0]	0 ^a							1					

continuação

[Fritura42=1]	-.011	.0646	-.138	.115	.031	1	.861	.989	.871				1,122
[Fritura42=0]	0 ^a							1					
[Feijao43=1]	.043	.0513	-.058	.143	.694	1	.405	1,044	.944				1,154
[Feijao43=0]	0 ^a							1					
[Verdura44=1]	.219	.0498	.121	.317	19,296	1	.000	1,245	1,129				1,373
[Verdura44=0]	0 ^a							1					
[RefrigeranteResp53=1]	.260	.0523	.158	.363	24,721	1	.000	1,297	1,171				1,437
[RefrigeranteResp53=0]	0 ^a							1					
[Doenca=1]	.056	.0553	-.052	.165	1,032	1	.310	1,058	.949				1,179
[Doenca=0]	0 ^a							1					
(Scale)	1 ^b												

Dependent Variable: Frutas46

Model: (Intercept), Sexo, Fetaria, Cor, SitConj, SubstRef41, MoraCom, Mantenedor, ABEP, Curso, TurnoCurso, Trabalho, Ocupacao, CargaHoraria, IMC, Horapctv, AtivRegular, LocalRef, CafeAlmJant57, IPAQ, Bebida, Tabagismo, Fritura42, Feijao43, Verdura44, RefrigeranteResp53, Doenca

a. Set to zero because this parameter is redundant.

b. Fixed at the displayed value.

ANEXO G

Modelo Regressão de Poisson para Frequência Inadequada de Consumo de Verdura ou Legume

Parameter	B	Std. Error	95% Wald Confidence Interval		Hypothesis Test			Exp(B)	95% Wald Confidence Interval for Exp(B)	
			Lower	Upper	Wald Chi-Square	df	Sig.		Lower	Upper
(Intercept)	-2,214	,2951	-2,792	-1,635	56,286	1	,000	,109	,061	,195
[Sexo=1]	,101	,1055	-,106	,308	,916	1	,339	1,106	,900	1,361
[Sexo=0]	0 ^a	1	.	.
[Fetaria=1]	,286	,1396	,013	,560	4,202	1	,040	1,331	1,013	1,750
[Fetaria=0]	0 ^a	1	.	.
[Cor=1]	-,129	,1112	-,347	,089	1,352	1	,245	,879	,707	1,093
[Cor=0]	0 ^a	1	.	.
[SitConj=1]	,027	,1115	-,192	,245	,057	1	,811	1,027	,826	1,278
[SitConj=0]	0 ^a	1	.	.
[SubstRef41=1]	,099	,0879	-,073	,272	1,282	1	,258	1,105	,930	1,312
[SubstRef41=0]	0 ^a	1	.	.
[MoraCom=1]	,026	,1084	-,186	,239	,060	1	,807	1,027	,830	1,270
[MoraCom=0]	0 ^a	1	.	.
[Mantenedor=1]	-,178	,1275	-,428	,072	1,954	1	,162	,837	,652	1,074
[Mantenedor=0]	0 ^a	1	.	.
[ABEP=2]	,401	,1444	,118	,684	7,709	1	,005	1,493	1,125	1,982
[ABEP=1]	,297	,1221	,058	,536	5,919	1	,015	1,346	1,059	1,710
[ABEP=0]	0 ^a	1	.	.
[Curso=1]	,028	,0946	-,158	,213	,086	1	,770	1,028	,854	1,237
[Curso=0]	0 ^a	1	.	.
[TurnoCurso=2]	-,039	,1107	-,256	,178	,123	1	,726	,962	,774	1,195
[TurnoCurso=1]	,081	,1572	-,227	,389	,264	1	,607	1,084	,797	1,475
[TurnoCurso=0]	0 ^a	1	.	.
[Trabalho=1]	,153	,1487	-,138	,444	1,058	1	,304	1,165	,871	1,560
[Trabalho=0]	0 ^a	1	.	.
[Ocupacao=1]	-,014	,1783	-,363	,336	,006	1	,939	,986	,696	1,399
[Ocupacao=0]	0 ^a	1	.	.
[CargaHoraria=3]	,096	,1607	-,220	,411	,353	1	,552	1,100	,803	1,508
[CargaHoraria=2]	-,011	,1656	-,336	,314	,004	1	,947	,989	,715	1,368
[CargaHoraria=1]	0 ^a	1	.	.
[CargaHoraria=0]	0 ^a	1	.	.
[IMC=2]	,034	,0952	-,152	,221	,130	1	,719	1,035	,859	1,247
[IMC=1]	,081	,1422	-,198	,359	,323	1	,570	1,084	,820	1,433
[IMC=0]	0 ^a	1	.	.
[Horapctv=1]	,004	,0954	-,183	,191	,002	1	,964	1,004	,833	1,211
[Horapctv=0]	0 ^a	1	.	.
[AtivRegular=1]	,100	,1136	-,122	,323	,780	1	,377	1,105	,885	1,381
[AtivRegular=0]	0 ^a	1	.	.
[LocalRef=1,00]	-,010	,0900	-,186	,167	,012	1	,914	,990	,830	1,181
[LocalRef=,00]	0 ^a	1	.	.
[CafeAlmJant57=1]	,031	,0889	-,144	,205	,119	1	,731	1,031	,866	1,227
[CafeAlmJant57=0]	0 ^a	1	.	.
[IPAQ=1]	,167	,1504	-,128	,462	1,234	1	,267	1,182	,880	1,587
[IPAQ=0]	0 ^a	1	.	.
[Bebida=1]	-,003	,0867	-,173	,167	,001	1	,971	,997	,841	1,181

[Bebida=0]	0 ^a	1	.	.	.
[Tabagismo=1]	-.004	,1456	-.290	,281	,001	1	,976	,996	,749	1,325	
[Tabagismo=0]	0 ^a	1	.	.	

continuação

[Fritura42=1]	,309	,0904	,132	,487	11,711	1	,001	1,363	1,141	1,627
[Fritura42=0]	0 ^a	1	.	.
[Feijao43=1]	,287	,0875	,116	,459	10,798	1	,001	1,333	1,123	1,582
[Feijao43=0]	0 ^a	1	.	.
[Frutas46=1,00]	,533	,1278	,283	,784	17,418	1	,000	1,705	1,327	2,190
[Frutas46=.00]	0 ^a	1	.	.
[RefrigeranteResp53=1]	,097	,0857	-.071	,265	1,282	1	,257	1,102	,932	1,303
[RefrigeranteResp53=0]	0 ^a	1	.	.
[Doenca=1]	,119	,0927	-.062	,301	1,658	1	,198	1,127	,940	1,351
[Doenca=0]	0 ^a	1	.	.
(Scale)	1 ^b

Dependent Variable: Verdura44

Model: (Intercept), Sexo, Fetaria, Cor, SitConj, SubstRef41, MoraCom, Mantenedor, ABEP, Curso, TurnoCurso, Trabalho, Ocupacao, CargaHoraria, IMC, Horapctv, AtivRegular, LocalRef, CafeAlmJant57, IPAQ, Bebida, Tabagismo, Fritura42, Feijao43, Frutas46, RefrigeranteResp53, Doenca

a. Set to zero because this parameter is redundant.

b. Fixed at the displayed value.

ANEXO H

Modelo Regressão de Poisson para Frequência Inadequada de Consumo de Feijão

Parameter	B	Std. Error	95% Wald Confidence Interval		Hypothesis Test			Exp(B)	95% Wald Confidence Interval for Exp(B)	
			Lower	Upper	Wald Chi-Square	df	Sig.		Lower	Upper
(Intercept)	-,395	,2179	-,822	,032	3,288	1	,070	,674	,439	1,032
[Sexo=1]	-,543	,1142	-,766	-,319	22,559	1	,000	,581	,465	,727
[Sexo=0]	0 ^a	1	.	.
[Fetaria=1]	-,406	,1180	-,637	-,175	11,861	1	,001	,666	,529	,839
[Fetaria=0]	0 ^a	1	.	.
[Cor=1]	-,010	,1070	-,220	,199	,009	1	,924	,990	,803	1,221
[Cor=0]	0 ^a	1	.	.
[SitConj=1]	,115	,1093	-,099	,330	1,113	1	,292	1,122	,906	1,390
[SitConj=0]	0 ^a	1	.	.
[SubstRef41=1]	,342	,0856	,174	,510	15,968	1	,000	1,408	1,190	1,665
[SubstRef41=0]	0 ^a	1	.	.
[MoraCom=1]	,154	,1037	-,050	,357	2,197	1	,138	1,166	,952	1,429
[MoraCom=0]	0 ^a	1	.	.
[Mantenedor=1]	-,080	,1213	-,318	,157	,440	1	,507	,923	,727	1,170
[Mantenedor=0]	0 ^a	1	.	.
[ABEP=2]	-,382	,1423	-,661	-,103	7,198	1	,007	,683	,516	,902
[ABEP=1]	-,159	,1002	-,355	,038	2,513	1	,113	,853	,701	1,038
[ABEP=0]	0 ^a	1	.	.
[Curso=1]	,060	,0898	-,116	,236	,445	1	,505	1,062	,890	1,266
[Curso=0]	0 ^a	1	.	.
[TurnoCurso=2]	-,204	,1018	-,403	-,004	4,006	1	,045	,816	,668	,996
[TurnoCurso=1]	-,220	,1500	-,514	,074	2,148	1	,143	,803	,598	1,077
[TurnoCurso=0]	0 ^a	1	.	.
[Trabalho=1]	-,004	,1368	-,272	,264	,001	1	,975	,996	,762	1,302
[Trabalho=0]	0 ^a	1	.	.
[Ocupacao=1]	,015	,1445	-,268	,298	,011	1	,918	1,015	,765	1,347
[Ocupacao=0]	0 ^a	1	.	.
[CargaHoraria=3]	-,054	,1510	-,350	,242	,126	1	,722	,948	,705	1,274
[CargaHoraria=2]	-,005	,1550	-,309	,298	,001	1	,972	,995	,734	1,348
[CargaHoraria=1]	0 ^a	1	.	.
[CargaHoraria=0]	0 ^a	1	.	.
[IMC=2]	,199	,0995	,004	,394	3,990	1	,046	1,220	1,004	1,483
[IMC=1]	,092	,1484	-,199	,383	,382	1	,537	1,096	,819	1,466
[IMC=0]	0 ^a	1	.	.
[Doenca=1]	-,011	,0975	-,202	,180	,013	1	,909	,989	,817	1,197
[Doenca=0]	0 ^a	1	.	.
[Horapctv=1]	,047	,0941	-,137	,231	,251	1	,617	1,048	,872	1,260
[Horapctv=0]	0 ^a	1	.	.
[AtivRegular=1]	-,155	,1084	-,368	,057	2,057	1	,152	,856	,692	1,059
[AtivRegular=0]	0 ^a	1	.	.
[LocalRef=1,00]	,091	,0927	-,090	,273	,972	1	,324	1,096	,914	1,314
[LocalRef=,00]	0 ^a	1	.	.
[CafeAlmJant57=1]	,188	,0910	,009	,366	4,251	1	,039	1,206	1,009	1,442
[CafeAlmJant57=0]	0 ^a	1	.	.
[IPAQ=1]	-,138	,1235	-,380	,104	1,242	1	,265	,871	,684	1,110
[IPAQ=0]	0 ^a	1	.	.
[Bebida=1]	,116	,0840	-,049	,281	1,909	1	,167	1,123	,953	1,324
[Bebida=0]	0 ^a	1	.	.

continuação

[Tabagismo=1]	,313	,1249	,068	,558	6,278	1	,012	1,367	1,071	1,747
[Tabagismo=0]	0 ^a	1	.	.
[Fritura42=1]	-,053	,1147	-,277	,172	,210	1	,647	,949	,758	1,188
[Fritura42=0]	0 ^a	1	.	.
[Verdura44=1]	,279	,0879	,107	,451	10,077	1	,002	1,322	1,113	1,570
[Verdura44=0]	0 ^a	1	.	.
[Frutas46=1,00]	,081	,1000	-,115	,277	,660	1	,416	1,085	,892	1,320
[Frutas46=,00]	0 ^a	1	.	.
[RefrigeranteResp53=1]	-,120	,0873	-,292	,051	1,899	1	,168	,887	,747	1,052
[RefrigeranteResp53=0]	0 ^a	1	.	.
(Scale)	1 ^b

Dependent Variable: Feijao43

Model: (Intercept), Sexo, Fetaria, Cor, SitConj, SubstRef41, MoraCom, Mantenedor, ABEP, Curso, TurnoCurso, Trabalho, Ocupacao, CargaHoraria, IMC, Doenca, Horapctv, AtivRegular, LocalRef, CafeAlmJant57, IPAQ, Bebida, Tabagismo, Fritura42, Verdura44, Frutas46, RefrigeranteResp53

a. Set to zero because this parameter is redundant.

b. Fixed at the displayed value.