

**UNIVERSIDADE DO VALE DO RIO DOS SINOS – UNISINOS
UNIDADE ACADÊMICA DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM SAÚDE COLETIVA
NÍVEL MESTRADO**

ANA PAULA WEBER

**CONSUMO ALIMENTAR EM ESCOLARES: ESTUDO BASEADO NOS “10
PASSOS DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL PARA CRIANÇAS”**

SÃO LEOPOLDO

2012

Ana Paula Weber

**CONSUMO ALIMENTAR EM ESCOLARES: ESTUDO BASEADO NOS “10
PASSOS DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL PARA CRIANÇAS”**

Dissertação apresentada como requisito parcial para
a obtenção do título de Mestre, pelo Programa de
Pós-Graduação em Saúde Coletiva da Universidade
do Vale do Rio dos Sinos – UNISINOS
Área de concentração: Nutrição

Orientadora: Prof^a. Dr^a. Ruth Liane Henn
Coorientadora: Prof^a. Dr^a. Maria Teresa de Anselmo
Olinto

**São Leopoldo
2012**

W373c Weber, Ana Paula
 Consumo alimentar em escolares: estudo baseado nos “10 passos da alimentação saudável para crianças”/ Ana Paula Weber. – 2012.
 161 f. ; 30cm.

 Inclui artigo com mesmo título.
 Dissertação (mestrado em Saúde Coletiva) -- Universidade do Vale do Rio dos Sinos, Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva, São Leopoldo, RS, 2012.
 Orientadora: Profa. Dra. Ruth Liane Henn; Coorientadora: Profa. Dra. Maria Teresa de Anselmo Olinto.

 1. Guia Alimentar - Saúde pública. 2. Consumo alimentar. 3. Alimentação infantil - Escola. I. Título. II. Henn, Ruth Liane. III. Olinto, Maria Teresa de Anselmo.

CDU 613.2

Ana Paula Weber

**CONSUMO ALIMENTAR EM ESCOLARES: ESTUDO BASEADO NOS “10
PASSOS DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL PARA CRIANÇAS”**

Dissertação apresentada como requisito parcial para a obtenção do título de Mestre, pelo Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva da Universidade do Vale do Rio dos Sinos – UNISINOS

Aprovado em 17 de dezembro de 2012.

BANCA EXAMINADORA

Prof^a. Dr^a. Michele Drehmer – Universidade Federal do Rio Grande do Sul

Prof^a. Dr^a. Vera Maria Vieira Paniz – Universidade do Vale do Rio dos Sinos

Prof^a. Dr^a. Ruth Liane Henn – Universidade do Vale do Rio dos Sinos

Dedico esta obra a minha querida mãe e ao meu amado pai, que, um de perto e outro de 'longe', sempre estiveram ao meu lado me dando muito amor e força.

Agradeço, primeiramente, aos meus pais, sem os quais absolutamente nada seria possível. Ao meu pai em especial, que me deixou uma reserva financeira tendo em vista a importância dos estudos.

Agradeço profundamente a minha orientadora professora Ruth Liane Henn, que incansavelmente me orientou e me guiou nesta trajetória de muitos e intensos aprendizados.

Agradeço a minha companheira de caminhada Keli Vicenzi, com a qual eu pude dividir todos os sentimentos oriundos desta 'luta', tornando-a mais leve e divertida.

Agradeço, em especial, à professora Vera Maria Vieira Paniz, que sempre esteve ao nosso lado nos auxiliando. Também por ter participado e contribuído de forma única na banca de qualificação do projeto e defesa da dissertação.

Agradeço à professora Michele Drehmer, que participou e contribui de forma significativa na banca de qualificação do projeto e defesa da dissertação.

Para finalizar, agradeço a todos as pessoas que estiveram diretamente ou indiretamente envolvidas com a construção e execução deste projeto de pesquisa, em especial às mães/responsáveis pelos escolares e aos voluntários da pesquisa.

RESUMO

Com o processo de urbanização, industrialização e desenvolvimento tecnológico, grandes mudanças vêm ocorrendo nos padrões de dieta e de atividade física das populações em todo o mundo, as quais têm se traduzido em excesso de peso e obesidade. Mais recentemente, tal condição tem afetado também as crianças. No Brasil, cerca de 34% das crianças de 5 a 9 anos apresentam excesso de peso e 14,3% estão obesas. Entre as estratégias para mudar este perfil epidemiológico estão os guias alimentares, como o desenvolvido pelo Ministério da Saúde para auxiliar a população brasileira a adotar um estilo de vida mais saudável. Contudo, são raros os estudos que avaliaram em que medida a população está seguindo as recomendações do Guia, especialmente em crianças. Assim, o objetivo deste estudo foi avaliar a realização dos “10 Passos da Alimentação Saudável para Crianças” e fatores associados em escolares do 1º ano do ensino fundamental das escolas municipais de São Leopoldo, RS. Trata-se de um estudo transversal com 813 escolares. Os dados foram obtidos com aplicação de um questionário padronizado, pré-codificado e pré-testado às mães/responsáveis, por entrevistadores previamente treinados. As questões referiam-se à alimentação e atividade física atual dos escolares, bem como, às características demográficas e socioeconômicas destes e suas famílias. Foram conduzidas análises bivariadas entre as variáveis independentes e cada “Passo”, por meio do teste de Qui-Quadrado de Pearson para heterogeneidade ou tendência linear, considerando-se um nível de significância de 5%. O passo 2 (incluir cereais, tubérculos, etc. entre as refeições) foi o mais seguido pelos escolares (99,8%). Os dois “Passos” menos frequentemente realizados foram aqueles que envolvem medidas restritivas, como evitar alimentos gordurosos/frituras (Passo 6) e evitar guloseimas (Passo 7), respectivamente, 12,8% e 3,8%. Em geral, escolares cujas mães/responsáveis e responsáveis pelos domicílios eram mais jovens e tinham menos escolaridade realizavam mais frequentemente alguns dos “Passos”. Nosso estudo, além de sinalizar um prognóstico desfavorável para esta população, indica a necessidade de mais estudos para elucidar a relação entre as variáveis de exposição e a realização dos Passos.

Palavras chave: Guias Alimentares. Consumo Alimentar. Escolares.

SUMMARY

With the process of urbanization, industrialization and technological development, major changes have occurred in patterns of diet and physical activity of populations worldwide, which have been translated into overweight and obesity. In Brazil, about 34% of children aged 5 to 9 years are overweight and 14.3% are obese. Among the strategies to change this epidemiological profile are the dietary guidelines, as developed by the Ministry of Health to assist the Brazilian population to adopt a healthier lifestyle. However, few studies have evaluated the extent to which the population is following the recommendations of the Guide, especially in children. The objective of this study was to evaluate the performance of the '10 Steps of Healthy Eating for Children' and its associated factors in first grade students from elementary public schools in São Leopoldo, RS, Brazil. It is a cross-sectional study, with 813 students. The data was obtained by applying a standardized questionnaire, pre-coded and pre-tested for mothers/guardians, by trained interviewers. The questions were related to actual diet and physical activity of the students, as well as the demographic and socioeconomic characteristics of them and their families. Bivariate analyzes were conducted between the independent variables and each "Step" by the Chi-Square test for heterogeneity or linear trend, considering a significance level of 5%. Step 2 (including cereals, tubers, etc. between meals) was the most followed by children (99.8%). The two "steps" less performed were frequently those involving restrictive measures, such as avoiding fatty foods/fried (Step 6) and avoid sweets (Step 7), respectively, 12.8% and 3.8%. In general, students whose mothers/carers and householders were younger and had less education followed more frequently some of the "Steps". Our study indicate a poor prognosis for this population and a need for further studies to elucidate the relationship between the exposure variables and the achievement of "Steps".

Keywords: Food Guide. Food Consumption. Students.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Quadro 1 - Erro aceitável para as estimativas da proporção de escolares que realiza cada um dos “10 Passos da Alimentação Saudável para Crianças”, no 1º ano do Ensino Fundamental das Escolas Municipais de São Leopoldo (2.200).....	37
Quadro 2 - Sumário dos critérios utilizados para realização de cada um dos “10 Passos para uma Alimentação Saudável”	47

SUMÁRIO

PROJETO DE PESQUISA.....	11
1 INTRODUÇÃO	12
2 REVISÃO DE LITERATURA	14
2.1 GUIAS ALIMENTARES	14
2.1.1 História dos Guias Alimentares	15
2.1.2 Construção dos Guias Alimentares	18
2.1.3 Guias Alimentares para Crianças	19
2.1.4 Pirâmide Alimentar	20
2.1.5 Consumo Alimentar em Crianças	22
2.1.6 Consumo Alimentar e Fatores Associados	24
2.1.6.1 Sexo	24
2.1.6.2 Idade dos Pais	25
2.1.6.4 Nível Socioeconômico	26
2.1.6.5 Plausibilidade das Associações	27
2.1.7 (In)Atividade Física	29
3 JUSTIFICATIVA.....	31
4 OBJETIVOS.....	33
4.1 OBJETIVO GERAL	33
4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	33
5 HIPÓTESES.....	34
6 METODOLOGIA	35
6.1 DELINEAMENTO DO ESTUDO	35
6.2 LOCALIZAÇÃO GEOGRÁFICA DO ESTUDO	35
6.3 POPULAÇÃO DE ESTUDO	35
6.3.1 Critérios de Inclusão	36
6.3.1 Critérios de Exclusão	36
6.4 AMOSTRAGEM	36
6.5 TAMANHO DA AMOSTRA	36
6.6 INSTRUMENTOS	38
6.7 DESFECHO	38
6.7.1 Definições	39

6.8 VARIÁVEIS INDEPENDENTES	48
6.8.1 Variáveis Demográficas	48
6.8.2 Variáveis Socioeconômicas	48
6.9 SELEÇÃO E TREINAMENTO DOS ENTREVISTADORES	49
6.10 LOGÍSTICA	50
6.11 ESTUDO PILOTO	51
6.12 PROCESSAMENTO E ANÁLISE DE DADOS	51
6.13 CONTROLE DE QUALIDADE.....	52
6.14 ASPECTOS ÉTICOS.....	52
7 DIVULGAÇÃO DOS RESULTADOS	53
8 CRONOGRAMA	54
9 ORÇAMENTO	55
GLOSSÁRIO	65
APÊNDICE A – QUESTIONÁRIO.....	66
APÊNDICE B - CARTAZ	75
APÊNDICE C – MANUAL DE INSTRUÇÕES	77
APÊNDICE E – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO	130
ANEXO A – FORMULÁRIO DE MARCADORES DO CONSUMO ALIMENTAR...	132
ANEXO B – REPRESENTAÇÕES GRÁFICAS DA PIRÂMIDE ALIMENTAR DE VÁRIOS PAÍSES	135
RELATÓRIO DE CAMPO	137
ARTIGO CIENTÍFICO	155

PROJETO DE PESQUISA

1 INTRODUÇÃO

Os hábitos alimentares exercem grande influência sobre a saúde, o crescimento e o desenvolvimento dos indivíduos, entretanto, o que e quanto comer não são decisões simples para muitas pessoas (MARTINS e SAEKI, 2005; NEUTZLING, 2010). Fatores como preferências, hábitos familiares e culturais, relações psicológicas, custo e disponibilidade de alimentos afetam o consumo alimentar (MARTINS e SAEKI, 2005). Estes fatores, somados às transformações econômicas, tecnológicas e sociais ocorridas nos últimos séculos, propiciaram o consumo de uma alimentação não saudável.

Como um meio de auxiliar os indivíduos a fazerem escolhas saudáveis foram desenvolvidos os guias alimentares (MARTINS e SAEKI, 2005; POPKIN, 2001). Os guias constituem-se numa ferramenta de educação nutricional, com conselhos dietéticos que salientam a importância da adoção de um estilo de vida saudável e de escolhas alimentares adequadas (Dietary guidelines: Past experience and new approaches, 2003; SCHNEEMAN, 2003). Eles representam um importante instrumento para atender os objetivos dos programas de educação nutricional, pois facilitam a aprendizagem e adoção de uma conduta alimentar saudável (HORTA, PASCOAL e DOS SANTOS, 2011). No Brasil, o Guia Alimentar para a População Brasileira tem diretrizes que fornecem a base para a promoção de padrões alimentares saudáveis. De modo a levar em conta as particularidades de saúde e características de cada público-alvo, tais como crianças, adolescentes, adultos, populações do campo e idosos, material de apoio tem sido produzido, com as diretrizes sintetizadas nos “10 Passos para uma Alimentação Saudável” (BRASIL, 2006).

As crianças representam um grupo de alta vulnerabilidade, uma vez que a alimentação não saudável neste momento da vida pode prejudicar o seu crescimento e desenvolvimento. Também se sabe que tal prática é uma das causas da crescente obesidade infantil no mundo todo, trazendo consequências negativas à saúde desses indivíduos (WHO, 2007). Estudos têm mostrado que a alimentação da população infantil não está de acordo com as recomendações dos guias alimentares dos seus países, apresentando baixo consumo de alguns grupos alimentares, principalmente das frutas e dos vegetais (ARANCETA et al., 2003; JONES et al., 2010; KELISHADI et al., 2007; KRISTJANSKOTTIR e THORSKOTTIR, 2009;

LANGEVIN et al., 2007; ROYO-BORDONADA et al., 2003). Os determinantes de um consumo alimentar não saudável vêm sendo investigados e os achados apontam o sexo masculino, os menores níveis socioeconômicos e também os menores níveis de escolaridade como exposições para esta condição (BRADLEE et al., 2010; CRAIG et al., 2010; LIORET et al., 2008; MACDIARMID et al., 2009; MOREIRA et al., 2010; NORTHSTONE e EMMETT, 2005).

Em nosso país, são escassos estudos que avaliaram o quanto a população infantil segue as recomendações do Guia Alimentar. As escolas são excelentes espaços para estudar essa população devido à homogeneidade da faixa etária, facilitando a logística do estudo, e oferecem uma importante oportunidade para avaliar os hábitos alimentares desses indivíduos (KRISTJANSDDOTTIR e THORSDOTTIR, 2009). O objetivo deste estudo, portanto, é avaliar a realização dos “10 Passos da Alimentação Saudável para Crianças”, bem como, os fatores associados, em escolares do 1º ano do ensino fundamental das escolas municipais de São Leopoldo, RS.

2 REVISÃO DE LITERATURA

De modo a conduzir a revisão da literatura, foram utilizados os seguintes termos de busca: *guias alimentares, política de nutrição, história, consumo alimentar, estudantes, crianças, fatores socioeconômicos e fatores demográficos*. As bases de dados consultadas para a identificação dos artigos foram PubMed e BIREME, com os seguintes limites: ano da publicação (2006-2011); estudos com humanos; idioma inglês, espanhol e português; idade de 6 a 12 anos. A revisão será composta dos seguintes itens:

Guias Alimentares

- História dos Guias Alimentares
- Construção dos Guias Alimentares
- Guias Alimentares para Crianças
- Pirâmide Alimentar
- Consumo Alimentar em Crianças
- Consumo Alimentar e Fatores Associados
 - Sexo*
 - Idade dos Pais*
 - Escolaridade dos Pais*
 - Nível Socioeconômico*
 - Plausibilidade das Associações*
- (In)Atividade Física

2.1 GUIAS ALIMENTARES

O papel da dieta no processo saúde-doença tem sido identificado em diferentes momentos históricos: desde Lind, em 1753, que demonstrou o papel das frutas cítricas na prevenção e cura do escorbuto (WAIFE, 1953), passando pelos clássicos estudos de Framingham (KANNEL e MCGEE, 1979) e dos Sete Países (MENOTTI et al., 1996), os quais evidenciaram o papel de fatores dietéticos na ocorrência das doenças cardiovasculares, até estudos atuais, como por exemplo, o *European Prospective Investigation into Cancer and Nutrition* (EPIC), que foi delineado para investigar o papel da dieta, estado nutricional, estilo de vida e fatores

ambientais na incidência de câncer e outras doenças crônicas não transmissíveis (KHAW et al., 2008).

Os achados destes estudos demonstram a necessidade de recomendações nutricionais e alimentares para a população. Este papel pode ser cumprido pelos guias alimentares, um conjunto de diretrizes dietéticas que tem o propósito de promover bem estar nutricional e atender todas as questões relacionadas à alimentação na população (FAO/WHO, 1998). As recomendações são baseadas em evidências científicas sobre as relações entre alimentos e o processo saúde-doença (ANDERSON, BLACK e HARRIS, 2003; FAO/WHO, 1998), nos hábitos de consumo alimentar e no contexto cultural e socioeconômico de um país (MARTINS e SAEKI, 2005).

Antes do surgimento do guia alimentar, que é uma forma recente de recomendação nutricional, já existiam as *Recommended Dietary Allowance - RDA's*. Elas indicam os nutrientes essenciais que devem ser consumidos diariamente para atender as necessidades nutricionais de praticamente todas as pessoas saudáveis, expressas em termos técnicos e quantitativos e descritas por sexo, idade e estado fisiológico. Por volta de 1940, a criação dos grupos alimentares foi uma forma de traduzir as recomendações das RDA'S para uma linguagem mais facilmente entendida pela população, por exemplo, a recomendação de '700 miligramas de cálcio por dia' passou a ser 'Tome meio copo de leite por dia'. Sendo assim, os guias alimentares são amplas metas que as pessoas podem alcançar, sendo expressos em uma linguagem menos técnica e mais facilmente compreendidos pelo público em geral (FAO/WHO, 1998; TRUSWELL, 1987).

2.1.1 História dos Guias Alimentares

Muito embora não haja registros, os guias alimentares têm sua origem na primeira experiência do *Homo Sapiens's* com a comida, quando o ecossistema natural era o fator principal na determinação dos alimentos e dos padrões alimentares. Esse momento marcou o começo dos nossos hábitos alimentares, crenças, tabus e recomendações, mas foi somente no final de 1960 e início de 1970, com o aumento na incidência das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) e com a mudança nos padrões alimentares e nutricionais, que várias nações

estabeleceram programas nacionais baseados em metas dietéticas ou diretrizes (BERGER, 1987).

Em 1968, na Suécia, em decorrência do aumento no consumo de gorduras e açúcares e na redução do trabalho dito 'pesado', foi publicado o primeiro conjunto formal de guias alimentares, que abordava a alimentação da população dos Países Escandinavos (Suécia, Dinamarca, Noruega e Finlândia). O guia recomendava redução na ingestão de calorias, gorduras saturadas, açúcares e alimentos ricos em açúcar, e aumento no consumo de gorduras poliinsaturadas, vegetais, frutas, batatas, leite desnatado, peixe, carne magra e cereais. O guia também enfatizava a importância da prática de atividade física (KEYS, 1968).

No início dos anos 70, outros países, como Países Baixos, Reino Unido, Alemanha, Austrália, Nova Zelândia e Canadá, também publicaram seus guias alimentares (TRUSWELL, 1987).

Os Estados Unidos desenvolveram o primeiro relatório estabelecendo objetivos alimentares para americanos em 1977 (USDA, 2011; WELSH, DAVIS e SHAW, 1992), mas foi em 1980 que o Departamento da Agricultura dos Estados Unidos (*United States Department of Agriculture – USDA*) e o Departamento de Serviço Humano e Saúde (*Departamento of Health and Human Service – HHS*) desenvolveram e publicaram a primeira edição do guia alimentar para americanos, intitulado *Nutrition and Your Health: Dietary Guidelines for Americans* (*Nutrição e Sua saúde: Os Guias da Dieta para Americanos*) (DAVIS, BRITTEN e MYERS, 2001; MARTINS e SAEKI, 2005; MCMURRY, 2003). Esses guias, direcionados às pessoas saudáveis acima de dois anos de idade, tinham a finalidade de promover a saúde e prevenir doenças; e também serviam como base para regulamentações federais de nutrição, bem como para atividades de educação nutricional. A ênfase do guia alimentar era no baixo consumo de produtos de origem animal, açúcar de adição, sal e gordura, e maior consumo de vegetais. Desde então, as revisões periódicas desses guias, feitas de 5 em 5 anos, têm dado mais ênfase nas escolhas alimentares, sendo assim, os posteriores foram menos impositivos do que o original, mais curtos e não quantitativos. Nos guias mais recentes foram adicionadas citações que incluem o consumo de álcool e segurança alimentar (MARTINS e SAEKI, 2005; MCMURRY, 2003; Preparation and use of food-based dietary guidelines. Report of a joint FAO/WHO consultation. FAO/WHO, 1998; SCHNEEMAN, 2003). O último guia, publicado em 2010, encoraja os americanos a serem mais ativos, consumirem

menos calorias e a fazerem escolhas alimentares prudentes, com o objetivo de atender a todas as necessidades nutricionais e outras recomendações dietéticas sem exceder as necessidades energéticas (USDA, 2010).

Seguindo a Conferência Internacional de Nutrição em 1992, a Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação (*Food and Agriculture Organization of the United Nations* - FAO) e Organização Mundial da Saúde (*World Health Organization* – WHO) programaram uma série de atividades para promover o desenvolvimento de guias alimentares em cada país (FAO/WHO, 1992). Devido à frequência e organização da revisão, os Guias da Dieta Para Americanos têm sido adotados ou adaptados pela maioria dos países desenvolvidos, ou em desenvolvimento (MARTINS e SAEKI, 2005). Países, especialmente na Ásia, Europa Oriental e América Latina têm desenvolvido seus guias alimentares (FAO/WHO, 2006). Na América Latina, a maioria dos países já possui seus guias alimentares publicados, com exceção da República Dominicana, Equador e Belize, que estão em fase de implementação, e Bolívia, Nicarágua e Peru, em fase de elaboração (MOLINA, 2008).

No Brasil, a primeira recomendação baseada em alimentos foi feita em 1999, quando se adaptou a pirâmide alimentar norte-americana à realidade da população brasileira, servindo como guia para escolhas alimentares e definição das porções na composição de uma dieta saudável (PHILIPPI et al., 1999). Anos depois, em 2002, o primeiro guia alimentar brasileiro foi publicado, contudo foi destinado à população menor de 2 anos de idade, pois a desnutrição infantil ainda se constituía como um dos principais problemas de Saúde Pública (BRASIL, 2002).

Com o propósito de contribuir para a redução na incidência das DCNT, prevenção de doenças causadas por deficiências nutricionais e para reforçar a resistência orgânica a doenças infecciosas, em 2005, o Ministério da Saúde definiu as diretrizes do Guia Alimentar para a População Brasileira – Promovendo a Alimentação Saudável. O objetivo do guia é informar toda a sociedade sobre a importância da adoção de hábitos alimentares saudáveis e fornecer informações claras e positivas para que isso aconteça. O guia, composto por sete diretrizes gerais e duas especiais, contém instruções para a família, profissionais e gestores públicos sobre como montar uma alimentação mais saudável (BRASIL, 2006).

De modo a levar em conta as particularidades de saúde e características de cada público-alvo, tais como crianças, adolescentes, adultos, populações do campo

e idosos, material de apoio tem sido produzido, com as diretrizes do guia sintetizadas nos “10 Passos para uma Alimentação Saudável” (BRASIL, 2006).

2.1.2 Construção dos Guias Alimentares

A preparação e o uso do guia alimentar começam com a análise das questões mais críticas de saúde pública que estão relacionadas com dieta, e com o delineamento de estratégias para identificar abordagens alimentares para estas questões (SCHNEEMAN, 2003). Para garantir que o guia alimentar aborde as questões-chave relacionadas à nutrição e leve em consideração, tanto o problema da desnutrição, como o da obesidade (SCHNEEMAN, 2003), para o seu desenvolvimento, deve haver um processo de pesquisa que contemple o diagnóstico da situação nutricional, e dados epidemiológicos que fundamentem as recomendações dietéticas (DAVIS, BRITTEN e MYERS, 2001). Também deverão ser realizadas pesquisas em práticas de consumo e disponibilidade de alimentos, assim como composição e custo alimentar (DAVIS, BRITTEN e MYERS, 2001; PHILIPPI et al., 1999).

Essas pesquisas são importantes, pois são capazes de reconhecer a dieta tradicional e as práticas alimentares que deverão estar nas recomendações, assim como ajudam o comitê a elaborar estratégias que são efetivas nas diferentes famílias e níveis socioeconômicos. Em adição, guias alimentares devem estar integrados com outras políticas que tenham impacto na disponibilidade de alimentos na população (SCHNEEMAN, 2003).

Para ser efetivo, o guia alimentar deve ser bem adaptado ao contexto ambiental, social, econômico e cultural. Ele precisa refletir os padrões dietéticos, estilo de vida e renda dos consumidores que os educadores nutricionais desejam atingir (FAO/WHO, 2006).

Além disso, é preciso definir as características de desenvolvimento, implementação e avaliação do guia alimentar, de acordo com o grupo populacional a ser atingido (BARBOSA, COLARES e SOARES, 2008; DAVIS, BRITTEN e MYERS, 2001).

2.1.3 Guias Alimentares para Crianças

Um dos desafios em desenvolver guias alimentares para o público em geral é que a nutrição sofre mudanças durante o ciclo de vida. A maior parte deles se destina à população adulta, contudo há uma necessidade de desenvolver guias alimentares específicos para os outros grupos populacionais (WHO REGIONAL OFFICE FOR THE EASTERN MEDITERRANEAN, 2006).

Os guias alimentares para crianças, de modo geral, foram elaborados recentemente. Poucos países os desenvolveram de acordo com o hábito alimentar das crianças, utilizando alimentos típicos da idade e tamanho das porções específicas para essa faixa etária, considerando a limitada capacidade gástrica das crianças (BARBOSA, SALLES-COSTA e SOARES, 2006).

Na Austrália, o primeiro Guia Alimentar para Crianças e Adolescentes foi publicado em 1995 e tinha como princípios uma boa nutrição, sustentabilidade e equidade. A edição de 2003 tinha como foco os grupos alimentares e os padrões de estilos de vida, afastando-se da abordagem de nutrientes específicos (NHMRC, 2003).

Já nos Estados Unidos, em 1999, a Pirâmide Alimentar Americana foi adaptada para crianças de 2 a 6 anos de idade (USDA, 1999). Essa pirâmide apresentou mensagens simplificadas, com foco nas preferências e necessidades nutricionais das crianças, enfatizando a variedade e a atividade física (MARTINS e SAEKI, 2005).

Em 1995, a Venezuela publicou Os Guias da Alimentação na Escola em 2 volumes, o primeiro destinado aos estudantes de 1ª a 3ª série, e o segundo àqueles de 4ª a 7ª série (DE NUÑEZ e DE MÁRQUEZ, 2004).

O Chile, em 2005, publicou um guia destinado a duas diferentes faixas etárias: Guia Alimentar para Crianças Menores de 2 anos e Guia Alimentar para Adolescentes (CHILE, 2005)

No Brasil, apenas dois guias alimentares para crianças foram desenvolvidos, ambos destinados às crianças com até 3 anos de idade. Em 2002, foi desenvolvido o Guia Alimentar para Crianças de 6 a 23 meses, propondo, além da pirâmide alimentar para essa faixa etária, dez passos para uma alimentação saudável. Esse guia é uma ferramenta prática que permite aos responsáveis a seleção de uma alimentação saudável, incluindo a informações sobre higiene dos alimentos,

estímulo à amamentação e introdução de alimentos após o desmame, enfatizando a variedade e a consistência adequada dos alimentos (BRASIL, 2002). Logo depois, Philippi et al. fizeram uma adaptação da Pirâmide Alimentar para crianças de 2 e 3 anos, baseada em uma dieta padrão com seis refeições, calculada de acordo com as recomendações para essa faixa etária. Os autores salientam a importância de a pirâmide ser sempre avaliada e adaptada em função dos objetivos aos quais se destina e da população a ser atingida, respeitando a disponibilidade de alimentos regionais e os hábitos alimentares (PHILIPPI, CRUZ e COLUCCI, 2003).

As publicações ainda são muito escassas e a inexistência de guias específicos para a população infantil se deve às dificuldades nas adaptações dos conteúdos das mensagens e das porções expressas de alimentos, com o propósito de torná-los compreensíveis e motivadores. Ressalta-se a importância de desenvolver, validar e implementar os guias alimentares infantis, pois eles são um guia de saúde pública e uma ferramenta de educação nutricional, capazes de promover hábitos saudáveis e prevenir doenças crônicas não transmissíveis (BARBOSA, SALLES-COSTA e SOARES, 2006).

2.1.4 Pirâmide Alimentar

O objetivo histórico dos guias alimentares tem sido traduzir padrões e recomendações dietéticas para simples ferramentas de educação nutricional que são úteis à população (DAVIS, BRITTEN e MYERS, 2001). Na elaboração de um guia alimentar deve-se levar em consideração o entendimento dos conceitos nutricionais pelo público alvo para que os objetivos propostos sejam atendidos e para que a adesão à alimentação saudável seja efetiva (BARBOSA, COLARES e SOARES, 2008; DAVIS, BRITTEN e MYERS, 2001)

Por isso, em 1984, foi publicada pela USDA a primeira representação gráfica de Guias de Dieta, sendo a Roda de Alimentos o primeiro símbolo oficial. Somente em 1992, através de uma pesquisa com os consumidores e com o intuito de conscientizar a população sobre os novos padrões alimentares, foi publicada a Pirâmide Alimentar. Esta promove uma dieta diária baseada no consumo de número de porções recomendadas de cada um dos cinco grupos alimentares, focada nos conceitos de moderação, variedade e proporcionalidade. Em abril de 2005, juntamente com a atualização do Guia Alimentar para Americanos, o USDA publicou

seu mais novo símbolo: Minha Pirâmide (MyPyramid) (MARTINS e SAEKI, 2005). Ela foi simplificada, contudo continuou com a sua proposta inicial. O desenho final transformou-se em uma pirâmide com um novo padrão de faixas verticais para os grupos alimentares, em degraus, com a figura de uma pessoa sugerindo movimento, para simbolizar a atividade física. Outro diferencial da nova Pirâmide foi a inclusão dos óleos como uma categoria distinta (BRADY et al., 2000; MARTINS e SAEKI, 2005; USDA, 2011). Contudo em 2011, a pirâmide alimentar americana foi substituída por MeuPrato (*MyPlate*), uma atualização dos padrões alimentares abordados pelo guia alimentar americano. A figura de um prato, sem intenção de prover mensagens específicas, serve apenas de lembrete para a importância de se ter uma alimentação saudável (USDA, 2011).

Cada país desenvolve a sua representação gráfica, que varia entre roda, prato, gráfico de pizza, cartão de compras, templo, colunas gregas, cálice, entre outros, contudo todas elas transmitem mensagens em comum: equilíbrio, variedade e moderação nas escolhas alimentares (DAVIS, BRITTEN e MYERS, 2001; MARTINS e SAEKI, 2005). Assim, a pirâmide alimentar é a representação das orientações dietéticas mais amplamente reconhecida, principalmente nos Estados Unidos, onde aparece em muitos pacotes de alimentos e é usada em matérias de sala de aula (McMURRY, 2003) e, por isso, tem sido adaptada para muitos outros países (DAVIS, BRITTEN e MYERS, 2001).

No Brasil, há três pirâmides alimentares: a primeira foi publicada em 1999, sendo uma adaptação da pirâmide alimentar americana para a população brasileira (PHILIPPI et al., 1999). A outra existente é a representação gráfica do guia alimentar 'Os Dez Passos para a Alimentação Saudável para Crianças Brasileiras Menores de Dois Anos', publicada pelo Ministério da Saúde. Ela representa, graficamente, os alimentos complementares que podem ser utilizados nas recomendações do Guia e também é uma adaptação da pirâmide americana (BRASIL, 2002). A terceira pirâmide é destinada às crianças de 2 a 3 anos de idade e é baseada em dieta padrão planejada para esta faixa etária, contendo os alimentos mais comumente consumidos (PHILIPPI, CRUZ e COLUCCI, 2003).

A Pirâmide Alimentar tem sido amplamente distribuída, extensamente usada e imitada como ferramenta de educação nutricional em âmbito mundial. Nenhum outro símbolo foi tão influente como este. O mesmo alcançou níveis elevados de consciência dos consumidores e tornou-se um componente importante para

avaliações da ingestão alimentar (DAVIS, BRITTEN e MYERS, 2001; MARTINS e SAEKI, 2005).

2.1.5 Consumo Alimentar em Crianças

A alimentação durante a infância, ao mesmo tempo em que é importante para o crescimento e desenvolvimento, representa um dos principais fatores de prevenção de algumas doenças na fase adulta (ROSSI, MOREIRA e RAUEN, 2008). A infância é a fase da vida em que as crianças adquirem seus hábitos alimentares e estilos de vida que influenciarão seu comportamento alimentar na fase adulta (BRIZ HIDALGO, COS BLANCO e AMATE GARRIDO, 2007).

O contínuo aumento da obesidade infantil constitui um importante problema de Saúde Pública e está extremamente ligado a fatores dietéticos e nutricionais como: consumo de alimentos com alta densidade energética, ricos em gorduras e açúcares, e um baixo consumo de frutas, legumes e verduras (BRIZ HIDALGO, COS BLANCO e AMATE GARRIDO, 2007; TRICHES e GIUGLIANI, 2005). Em um estudo realizado nas escolas públicas de um município de São Paulo, verificou-se que escolares do 1º ano com alto consumo de alimentos ‘não saudáveis’ tinham duas vezes mais obesidade do que aqueles que consumiam menos desses alimentos (MONDINI et al., 2007).

Na Ásia, um estudo de base escolar, realizado com 21.111 estudantes iranianos, entre seis e 18 anos, mostrou que a média de frequência de consumo de alimentos fritos foi de quatro vezes por semana e somente 19% deles revelaram não acrescentar sal na comida depois de ela estar pronta (KELISHADI et al., 2007).

Um estudo de base escolar, conduzido na Islândia, em 2006, com uma amostra representativa de crianças com sete anos de idade, mostrou que a média de consumo de frutas, vegetais, peixe e produtos lácteos estava abaixo do recomendado pelo guia do país. Das crianças estudadas, 16% atenderam à recomendação de comer pelo menos 200 gramas de frutas/dia, já para os vegetais, os resultados encontrados foram ainda mais drásticos: somente 1% atendeu à recomendação de 200 gramas de vegetais/dia. Para o consumo de peixe e produtos lácteos, 52% e 66%, respectivamente, das crianças estudadas estavam de acordo com as recomendações (KRISTJANSDDOTTIR e THORSDDOTTIR, 2009).

Resultados semelhantes foram encontrados em um estudo de base populacional, com 7.285 crianças inglesas, na faixa etária de sete anos. Os autores observaram que a ingestão mediana de frutas e vegetais foi somente 201 g, ficando bem abaixo da recomendação para esta faixa etária (320 g) (JONES et al., 2010).

Já na Espanha, um estudo de base escolar com 1.112 crianças de 6 a 7 anos, mostrou que, com exceção de cereais, o consumo médio diário de porções de cada um dos cinco grupos alimentares estava de acordo ou excedeu o recomendado pela pirâmide alimentar americana. Os escolares consumiam diariamente 5,4 porções de cereais (recomendado - 7,8 porções), 4,8 de vegetais (recomendado – 3,7 porções), 2,5 de frutas (recomendado - 2,7 porções), 2,9 de produtos lácteos (recomendado – 2 porções) e 2,6 porções de carnes (recomendado – 2,3 porções). Embora as crianças tenham atendido, em grande parte, as recomendações da pirâmide alimentar americana, elas apresentaram elevada ingestão de gorduras saturadas, possivelmente pelo maior consumo de carnes e produtos lácteos (ROYO-BORDONADA et al., 2003).

Das 248 crianças, de 7 a 13 anos, selecionadas aleatoriamente de 28 escolas em áreas urbanas e de baixa renda, para participar de um estudo em Nova Jersey, EUA, 75% não atenderam às recomendações de ingestão dos grupos dos grãos, frutas, vegetais e produtos lácteos da pirâmide alimentar americana (LANGEVIN et al., 2007).

No Brasil, são escassos estudos sobre hábitos alimentares em crianças. Estudo de base escolar, conduzido em Florianópolis, SC, avaliou qualitativamente a dieta de uma amostra probabilística de 1.232 crianças, com 7 a 10 anos de idade, e identificou o percentual de concordância com o guia alimentar para a população brasileira. Os autores verificaram que a maioria das crianças atendeu às recomendações do guia para o consumo de carnes/peixes, feijão e doces, bem como a realização de três refeições e dois lanches, todavia, somente 6,5% atingiram as recomendações de cereais e 15% as recomendações de frutas e hortaliças (ASSIS et al., 2010).

Entre 652 estudantes de 6 a 11 anos, de seis escolas privadas de Maringá, PR, 91% apresentaram baixo consumo de vegetais (menos do que 2-3 vezes/dia), 50% não atingiram a recomendação de ingerir pelo menos uma fruta ao dia e 65% ingeriram leite e derivados abaixo da quantidade recomendada (2-3 vezes/dia). Além

disso, 69% e 58% apresentaram alta ingestão de açúcares e gorduras, respectivamente (MONTEIRO e MATIOLI, 2010).

2.1.6 Consumo Alimentar e Fatores Associados

É de extrema importância definir os fatores que estão mais fortemente associados aos padrões de consumo alimentar, pois assim será possível determinar os grupos mais vulneráveis, subsidiando a proposição de intervenções direcionadas e, portanto, mais efetivas. Contudo, estudos com crianças na faixa etária de seis a sete anos ainda são escassos, tanto estudos de base escolar como populacionais, principalmente estudos que investiguem as tendências no consumo alimentar desta população e suas associações com fatores demográficos e socioeconômicos. Tal situação também ocorre no Brasil.

2.1.6.1 Sexo

Quanto à associação entre sexo e consumo alimentar, estudo conduzido com crianças inglesas de 7 anos revelou que meninas tinham um maior consumo médio diário de frutas do que meninos (133,3 g vs. 123,3 g; $p=0,003$). Para o consumo de vegetais não houve diferença estatisticamente significativa (JONES et al., 2010).

Um estudo de coorte, de base populacional, conduzido no sudoeste da Inglaterra, com 8.286 crianças de 7 anos de idade, mostrou que meninos tinham maiores escores no padrão alimentar '*junk food*' (salsichas, hamburgers, salgadinhos de pacote, doces, chocolate, sorvetes, etc.) ($p=0,007$) do que as meninas. Já o inverso foi visto para o padrão 'tradicional', o qual era composto por aves, carnes, vegetais, folhosos, ervilhas, milho doce e batata ($p<0,0001$) (NORTHSTONE e EMMETT, 2005).

Resultados semelhantes foram encontrados em um estudo realizado com 1.976 crianças portuguesas de 5 a 10 anos, matriculadas em 35 escolas selecionadas aleatoriamente. Viu-se que meninas, quando comparadas com meninos, consumiam significativamente quantidades inferiores de carne (91 vs. 96 g/dia), pão (47 vs. 52 g/dia), bebidas açucaradas (106 vs. 132 g/dia); e quantidades maiores de vegetais (103 vs. 91 g/dia, $p=0,024$). Quando analisados os padrões alimentares que descreviam as ingestões dos grupos alimentares das crianças,

observou-se que o padrão alimentar 4, composto por *fast-food*, bebidas açucaradas e alimentos de pastelaria, estava positivamente associado ao sexo masculino ($p=0,001$) (MOREIRA et al., 2010).

Na Espanha, um estudo de base populacional, com 3.534 indivíduos de 2 a 24 anos, selecionados aleatoriamente, mostrou que, entre as crianças de dois a 13 anos, meninas consumiam mais dos padrões alimentares saudáveis ($p=0,0008$). Assim, meninas tinham uma maior ingestão de frutas, vegetais e peixes do que meninos. Contudo, salienta-se que a maior proporção de consumo inadequado de vegetais foi vista em meninas de 6 a 9 anos, quando comparada as demais faixas etárias ($p<0,001$) (ARANCETA et al., 2003).

Com o objetivo de investigar os padrões de refeições e lanches, um estudo de base populacional, conduzido na Escócia, com uma subamostra de 156 crianças de 5 a 17 anos, mostrou que meninos tinham uma média de refeições diárias maiores do que as meninas (3.3 vs 3.0 refeições/dia, $p=0,03$), contudo ambos os sexos consumiam 2 lanches por dia. Mesmo estando o consumo de refeições e lanches de acordo com a quantidade recomendada, os autores salientam que isto não significa que elas estejam atendendo à recomendação de ingestão de nutrientes (MACDIARMID et al., 2009).

Diferentemente de alguns estudos acima descritos, em uma amostra representativa da população com 3.761 crianças americanas de 5 a 11 anos, foram os meninos que apresentaram maior ingestão diária de porções de laticínios (2,2 vs. 1,9 porções/dia), vegetais (2,5 vs. 2,3), grãos (6,9 vs. 6,0) e carnes (3,9 vs 3,4). Somente a ingestão de frutas foi semelhante em ambos os sexos (1,4 porções/dia) (BRADLEE et al., 2010).

2.1.6.2 Idade dos Pais

Quanto à associação entre idade dos pais e consumo alimentar, Northstone e Emmett (2005), ao estudarem crianças inglesas, observaram que o escore dos padrões alimentares, identificados pela análise de componentes principais, aumentava à medida que diminuía a idade materna. Assim, quanto mais jovem era a mãe, maior era o consumo do padrão '*junk food*' ($p<0,0001$), do padrão 'tradicional' ($p=0,001$) e do padrão 'saudável' ($p=0,001$).

2.1.6.3 Escolaridade dos Pais

No estudo que investigou a associação entre padrões alimentares e escolaridade materna, verificou-se que filhos de mães com menor escolaridade consumiam mais do padrão '*junk food*' ($p<0,0001$) e menos do padrão 'tradicional' ($p<0,0001$) e do padrão 'saudável' ($p<0,0001$) (NORTHSTONE e EMMETT, 2005).

Em Portugal, o estudo de Moreira et al. (2010) mostrou que crianças cujas mães tinham mais de 12 anos de estudo apresentaram escore mais alto no padrão alimentar saudável (consumo de vegetais, grãos, frutas e azeite de oliva) ($p=0,045$) e escores mais baixos no padrão de alimentos não-saudáveis, como *fast-foods*, bebidas açucaradas e alimentos de pastelaria ($p=0,025$).

A associação entre a escolaridade e o padrão alimentar também foi identificada em um estudo realizado na Escócia. Meninas pertencentes a famílias em que o chefe tinha nível superior seguiam mais o padrão 'frutas e vegetais' e o padrão 'sobremesas' ($p=0,001$). Em contraste, o padrão 'lanches' foi mais presente entre meninas ($p=0,014$) e meninos ($p<0,001$), cujos chefes da família tinham pouca ou nenhuma escolaridade, o mesmo foi visto para o consumo de sobremesas entre as meninas ($p=0,004$) (CRAIG et al., 2010).

Na Espanha, Aranceta et al. (2003) encontraram que crianças entre 2 e 12 anos, que tinham mães com maior nível de educação, consumiam menos alimentos de padaria, doces, salgados e refrigerantes ($p=0,0007$).

Jones et al. (2010), em seu estudo, identificaram que crianças de mães com maior escolaridade ingeriam em média, 57,7 gramas a mais de frutas do que aquelas cujas mães tinham menor escolaridade ($p<0,001$). Já para o consumo de vegetais, a diferença foi menor, 12,2 gramas, mas, ainda assim, a associação manteve-se estatisticamente significativa ($p<0,001$).

2.1.6.4 Nível Socioeconômico

Para a exposição nível socioeconômico, um estudo conduzido por Craig et al. (2009) mostrou que crianças escocesas, entre 5 a 11 anos, tiveram esta exposição associada ao consumo alimentar de alguns alimentos. Meninos e meninas no quintil superior (maior privação) do Índice Escocês de Privação Múltipla ingeriam menor quantidade frutas e vegetais ($p=0,003$) e maior quantidade de lanches ($p<0,001$;

$p=0,003$, respectivamente para meninos e meninas), quando comparados com aqueles no quintil inferior (menor privação). Meninas no quintil superior ainda apresentaram maior consumo de sobremesas ($p=0,011$). Renda familiar também se associou positivamente com o consumo de frutas e vegetais ($p=0,008$ para meninos e $p=0,014$ para meninas).

Outro estudo na Escócia revelou que crianças com mais privação realizavam menos refeições por dia do que aquelas com menor privação (3,0 vs. 3,3, $p=0,04$), em compensação possuíam uma média maior de consumo de lanches (2,3 vs. 2,0, $p=0,005$) (MACDIARMID et al., 2009).

Na França, um estudo feito com uma amostra representativa de 728 crianças, entre 3 e 11 anos, encontrou resultados similares aos outros estudos. Para crianças entre 7 e 11 anos, o 'padrão 1', composto por vegetais, laticínios, pão, gorduras, como margarina, geléia e mel, associou-se positivamente com nível socioeconômico ($p=0,0004$). Crianças da mesma faixa etária, mas de menor poder aquisitivo, apresentaram mais fortemente o 'padrão 2', constituído por batata-frita, pães e refrigerantes (LIORET et al., 2007).

2.1.6.5 Plausibilidade das Associações

Estudos feitos com adolescentes e pré-escolares são mais frequentes e corroboram os resultados encontrados com a população de sete anos de idade, pois têm mostrado forte associação entre o consumo alimentar e as exposições de interesse.

Hábitos alimentares mais saudáveis estão associados: ao sexo feminino, especialmente o consumo de frutas e vegetais; aos maiores níveis de escolaridade dos pais/chefe da família; assim como aos maiores níveis socioeconômicos (AL SABBAH et al., 2007; COOKE et al., 2004; LEVY et al., 2010; RIEDIGER, SHOOSHTARI e MOGHADASIAN, 2007; SHI et al., 2005; VAN SLUIJS, 2008). É importante salientar que, no Brasil, esta última associação ainda necessita de mais investigações, tendo em vista que os estudos têm mostrado o poder aquisitivo associado tanto aos hábitos alimentares saudáveis, como aos não saudáveis (DALLA COSTA, CORDONI JÚNIOR e MATSUO, 2007; DE AQUINO RDE e PHILIPPI, 2002; LEVY et al., 2010; NEUTZLING et al., 2010; NEUTZLING, 2010; NUNES, FIGUEIROA e ALVES, 2007).

O fato de as mulheres terem uma maior ingestão de frutas e vegetais se deve ao seu maior conhecimento de nutrição e maior preocupação quanto ao consumo de uma dieta saudável, contudo é improvável que isto também seja responsável pela variação no consumo de meninos e meninas nesta faixa etária. Nesta fase, são os pais que controlam a dieta das crianças e seria improvável que diferenciassem no provimento de frutas e vegetais entre os sexos. Uma possível causa para a maior ingestão de frutas e vegetais pelas meninas seria porque elas frequentemente ficam mais em casa, devido a normas culturais, do que meninos, e, por isto, possuem acesso facilitado aos alimentos disponíveis no domicílio, como no caso, frutas e vegetais. Mais estudos se fazem necessários para entender tais diferenças no consumo desses alimentos (ABUDAYYA et al., 2009; COOKE et al., 2004; JONES et al., 2010).

Diferenças encontradas no consumo alimentar segundo o nível de educação dos pais/responsáveis poderiam ser explicadas pela associação entre essa variável e a renda. Por um lado, pais com menos anos de estudo, possivelmente tenham menor renda mensal e, por isto, comprem menos frutas e vegetais. Isto, em parte, é confirmado pelos achados da relação positiva entre consumo de frutas e vegetais e gasto com alimentação por pessoa no domicílio (JONES et al., 2010). Já o maior consumo desses alimentos por crianças cujos pais têm mais anos de estudo pode ser consequência do maior conhecimento sobre a relação entre nutrição e saúde. Essas famílias também possuem mais acesso a alimentos que apresentam maior custo, como é o caso das frutas e verduras (AL SABBAH et al., 2007; RIEDIGER, SHOOSHTARI e MOGHADASIAN, 2007).

Assim como os baixos níveis de escolaridade dos pais, também o baixo nível socioeconômico da família está associado aos padrões alimentares menos saudáveis nas crianças. Indivíduos de menor poder aquisitivo não seguem um padrão alimentar saudável porque encontram diversas barreiras para fazerem isto, ou ainda, porque não querem mudanças na sua dieta atual. O baixo consumo de alimentos considerados 'saudáveis', como carnes, grãos integrais, frutas e vegetais, pode refletir o alto custo desses alimentos em comparação aqueles com alta densidade energética, considerando que essas famílias geralmente possuem menos dinheiro para gastarem com alimentação (ARANCETA et al., 2003; DREWNOWSKI e DARMON, 2005; GISKES et al., 2002; VEREECKEN et al., 2005).

No Brasil, apesar de alguns estudos sugerirem que as famílias mais pobres tendem a consumir dietas de densidade energética elevada por terem um custo mais acessível, é possível que a situação atual ainda não permita um livre acesso aos gêneros alimentícios pelas camadas mais pobres, seja pelo limitado número de supermercados em áreas de pobreza ou ainda pela limitada opção de alimentos disponíveis para consumo nestes locais. Ainda assim, a participação de frutas, legumes e verduras no total de calorias adquirido na família aumenta com o incremento da renda familiar ou ainda com a diminuição do próprio preço desses alimentos (BAKER et al., 2006; CLARO et al., 2007; NUNES, FIGUEIROA e ALVES, 2007)

Tendo em vista a escassez de estudos, assim como suas limitações, mais pesquisas se fazem necessárias para que se possa definir os determinantes relacionados aos padrões alimentares das crianças na faixa etária de 7 anos, assim como para que se possa entender mais profundamente os processos envolvidos nesses padrões.

2.1.7 (In)Atividade Física

A inatividade física está aliada à transição nutricional. A urbanização e a industrialização criaram um ambiente com reduzida prática de atividade física, devido à exposição excessiva a televisão, jogos eletrônicos, computadores e serviços de pronta entrega em domicílio (RINALDI et al., 2008).

Com o objetivo de estimar a prevalência de inatividade física na população brasileira, um estudo de revisão sistemática da literatura encontrou que entre crianças e adolescentes, a prevalência de inatividade física pode variar de 31,0% a 93,5%, dependendo do instrumento e da definição utilizados, com as meninas apresentando prevalências mais altas do que os meninos (DUMITH, 2009). Outros estudos também estudaram esta temática e encontraram valores semelhantes (HALLAL et al., 2006; SILVA e SILVA, 2008; SILVA e MALINA, 2000).

Está comprovada a associação entre um estilo de vida ativo e a menor ocorrência de agravos à saúde (SHEPARD, 1995). A atividade física regular tem mostrado reduzir o risco de certas doenças crônicas, incluindo hipertensão, derrame, doença coronariana, diabetes tipo 2, câncer de cólon e osteoporose. Ela também é o

fator chave na obtenção e na manutenção de um peso corporal saudável para adultos e crianças (MARTINS e SAEKI, 2005).

Sendo assim, embora os guias alimentares tenham o propósito de promover bem estar nutricional e atender todas as questões relacionadas à alimentação na população, desde a sua criação em 1968, eles têm como uma das suas diretrizes o estímulo à prática de atividade física.

3 JUSTIFICATIVA

O processo de urbanização e industrialização tem provocado grandes mudanças nos padrões de dieta das populações em todo o mundo. Os países desenvolvidos já sofreram tais mudanças a mais tempo, enquanto os países em desenvolvimento estão experimentando-as nas últimas décadas, porém, numa velocidade muito maior (POPKIN, 2001; 2002). A crescente indústria de alimentos e a maior exposição à mídia também contribuem para um aumento no consumo de alimentos processados, mais densos energeticamente, maiores em tamanho, a um custo menor (DREWNOWSKI e POPKIN, 1997; LEDIKWE, ELLO-MARTIN e ROLLS, 2005; NEUTZLING et al., 2007; POPKIN e NIELSEN, 2003).

No Brasil, dados das Pesquisas de Orçamento Familiar (POF), realizadas entre 1987 e 2009, também apontam para uma redução no consumo de alimentos básicos e tradicionais, como o arroz e o feijão, e aumento de alimentos processados (IBGE, 2010b; LEVY-COSTA et al., 2005; MONTEIRO et al., 2010; MONTEIRO, MATIOLI e COSTA, 2000).

A rápida urbanização, somada a maior utilização de transporte para locomoção, desenvolvimento tecnológico e mecanização, também tem contribuído para o aumento da inatividade física e de comportamentos sedentários, como assistir televisão e usar o computador por longos períodos (WHO, 2000).

Essas transformações têm se refletido na composição corporal dos indivíduos, com aumento da prevalência de excesso de peso e obesidade (WHO, 2000).

Dados da última Pesquisa de Orçamento Familiar (POF 2008-2009) revelam uma situação preocupante quanto ao estado nutricional da população brasileira, especialmente entre as crianças de 5 a 9 anos, onde 33,5% apresentam excesso de peso [Índice de Massa Corporal (IMC) $\geq 25 \text{ kg/m}^2$] e 14,3% estão obesas (IMC $\geq 30 \text{ kg/m}^2$) (IBGE, 2010a).

Estes resultados indicam a urgência de intervenções que minimizem tal situação. O Guia Alimentar para a População Brasileira tem diretrizes que fornecem a base para auxiliar a população a adotar um estilo de vida mais saudável. De modo a levar em conta as particularidades de saúde e características de cada público-alvo, tais como crianças, adolescentes, adultos, populações do campo e idosos, material de apoio tem sido produzido, com as diretrizes sendo sintetizadas nos “10 Passos

para uma Alimentação Saudável” (BRASIL, 2006). Entretanto, são raros os estudos que avaliaram em que medida a população está conforme a estas diretrizes e quais os seus determinantes, especialmente em crianças. Conhecer esta situação ajudaria a formular estratégias para disseminar o conteúdo do Guia Alimentar da População Brasileira e dos “10 Passos da Alimentação Saudável para Crianças”, bem como, para que o mesmo fosse efetivamente adotado pela população. Neste sentido, a escola é um espaço privilegiado para a realização destas ações.

Baseado nisto, justifica-se a realização deste estudo que pretende avaliar a realização dos “10 Passos da Alimentação Saudável para Crianças” e os fatores associados entre escolares do 1º ano do ensino fundamental das escolas municipais de São Leopoldo, RS.

4 OBJETIVOS

4.1 OBJETIVO GERAL

Avaliar a realização dos “10 Passos da Alimentação Saudável para Crianças” e fatores associados em escolares do 1º ano, matriculados nas Escolas Municipais de Ensino Fundamental de São Leopoldo, RS, em 2011.

4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Descrever as características demográficas e socioeconômicas dos escolares e suas famílias;
- Descrever a frequência de realização de cada um dos “10 Passos da Alimentação Saudável para Crianças”;
- Avaliar a associação entre a frequência de realização de cada um dos “10 Passos da Alimentação Saudável para Crianças” e características demográficas e socioeconômicas dos escolares e suas famílias;
- Identificar níveis de realização dos “10 Passos da Alimentação Saudável para Crianças” segundo o número de passos seguidos;
- Avaliar a associação entre os níveis de realização dos “10 Passos da Alimentação Saudável para Crianças” e características demográficas e socioeconômicas dos escolares e suas famílias.

5 HIPÓTESES

A frequência de realização dos “10 Passos da Alimentação Saudável para Crianças” será menor do que 25% para a maioria dos Passos.

Maior número de passos será seguido por escolares:

- do sexo feminino;
- de pais mais velhos;
- de pais com cor da pele branca;
- de pais com maior escolaridade;
- de melhor nível socioeconômico.

6 METODOLOGIA

A seguir, serão descritos os aspectos metodológicos da pesquisa.

6.1 DELINEAMENTO DO ESTUDO

Este é um estudo transversal, de base escolar. O delineamento transversal foi escolhido por ser de menos complexidade e baixo custo, o que favorece a sua execução, além de permitir que se atinjam os objetivos do estudo. O estudo é de base escolar, pois facilita a localização e acesso à população de escolares.

6.2 LOCALIZAÇÃO GEOGRÁFICA DO ESTUDO

O estudo será conduzido em São Leopoldo, município situado na Região do Vale do Rio dos Sinos, que integra a Região Metropolitana, distante 34 km de Porto Alegre, no estado do Rio Grande do Sul, com uma população estimada de 211.663 habitantes, sendo 6.905 na faixa etária de 6 a 7 anos (IBGE, 2010a). Fundada em 1824, a cidade é o berço da colonização alemã no Brasil (SÃO LEOPOLDO, 2012).

6.3 POPULAÇÃO DE ESTUDO

A população de estudo será composta por escolares do 1º ano, de ambos os sexos, matriculados nas escolas municipais de ensino fundamental de São Leopoldo, RS. A escolha do 1º ano se justifica pelo interesse dos pesquisadores em conduzir um estudo de intervenção, com foco em educação alimentar e nutricional nestes escolares, a partir dos resultados do estudo transversal. Além disto, pretende-se constituir uma coorte destes escolares, a qual será acompanhada durante o tempo em que eles permanecerem na escola para completar o ensino fundamental. Atualmente, o município conta com trinta e cinco escolas de ensino fundamental na sua estrutura de escolas municipais, com 2.369 escolares matriculados no 1º ano.

6.3.1 Critérios de Inclusão

Serão incluídos todos os escolares do 1º ano que estiverem frequentando a escola no período da coleta de dados.

6.3.1 Critérios de Exclusão

Serão excluídos aqueles escolares que realizam dietas para condições especiais. A exclusão será feita na análise dos dados.

6.4 AMOSTRAGEM

Como serão estudados todos os escolares do 1º ano do ensino fundamental das escolas municipais, não haverá amostragem.

6.5 TAMANHO DA AMOSTRA

Considerando-se o número de escolares matriculados (2.369), realizaram-se alguns cálculos para verificar o erro aceitável para estimar a frequência de realização de cada um dos “10 Passos”, bem como, o poder para verificar diferenças entre frequências de realização segundo as variáveis sociodemográficas. Os cálculos foram feitos com base em estudo semelhante, realizado com adolescentes (COUTO, 2010).

Com o tamanho de amostra disponível é possível estimar as prevalências de realização de cada passo, conforme Tabela abaixo:

Quadro 1 - Erro aceitável para as estimativas da proporção de escolares que realiza cada um dos “10 Passos da Alimentação Saudável para Crianças”, no 1º ano do Ensino Fundamental das Escolas Municipais de São Leopoldo.

Passos	Prevalência de Realização (%)	Erro (pontos percentuais)
Passo 1 – Procure oferecer alimentos de diferentes grupos distribuindo-os em pelo menos 3 refeições e 2 lanches por dia.	24,4	1,80
Passo 2 – Inclua diariamente alimentos como cereais (arroz, milho), tubérculos (batatas), raízes (mandioca/aipim), pães e massas, distribuindo esses alimentos nas refeições e lanches do seu filho ao longo do dia.	21,0	1,70
Passo 3 – Procure oferecer diariamente legumes e verduras como parte das refeições da criança. As frutas podem ser distribuídas nas refeições, sobremesas e lanches.	1,7	0,55
Passo 4 – Ofereça feijão com arroz todos os dias, ou no mínimo cinco vezes por semana.	66,5	2,50
Passo 5 – Ofereça diariamente leite e derivados, como queijo e iogurte, nos lanches, e carnes, aves, peixes ou ovos na refeição principal de seu filho.	2,3	0,65
Passo 6 – Alimentos gordurosos e frituras devem ser evitados; prefira alimentos assados, grelhados ou cozidos.	23,9	1,80
Passo 7 – Evite oferecer refrigerantes e sucos industrializados, balas, bombons, biscoitos doces e recheados, salgadinhos e outras guloseimas no dia a dia.	1,6	0,55
Passo 8 – Diminua a quantidade de sal na comida.	5,2	0,95
Passo 9 – Estimule a criança a beber bastante água e sucos naturais de frutas durante o dia, de preferência nos intervalos das refeições, para manter a hidratação e a saúde do corpo.	19,2	1,65
Passo 10 – Incentive a criança a ser ativa e evite que ela passe muitas horas assistindo TV, jogando videogame ou brincando no computador.	19,4	1,70

Para o estudo de associação entre as variáveis independentes e cada um dos “10 Passos”, considerou-se um nível de confiança de 95%. Com o tamanho de amostra previsto, tem-se poder de 80% ou mais para se identificar diferenças nas proporções de realização dos Passos de, no mínimo, 20%, que correspondem a cinco pontos percentuais (p.p.) para a variável sexo (razão não expostos/expostos=0,85 – sexo masculino vs. sexo feminino); seis p.p para a variável escolaridade da mãe (razão não expostos/expostos=1,4 – zero a oito anos vs. 12 anos ou mais), sete p.p. para a variável cor da pele (razão não expostos/expostos=0,27 – não brancos vs. brancos) e oito p.p. para as variáveis nível socioeconômico (razão não expostos/expostos=4,5 - classe C vs. classe A) e escolaridade do pai (razão não expostos/expostos=1,81 – zero a oito anos vs. 12 anos ou mais).

6.6 INSTRUMENTOS

Para a coleta de dados, será utilizado um questionário pré-codificado e pré-testado (APÊNDICE A). O questionário compõe-se de questões elaboradas pelos pesquisadores e de questões pertencentes ao “Formulário de Marcadores de Consumo Alimentar”, constante no protocolo do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional – SISVAN (BRASIL, 2008) (ANEXO A).

6.7 DESFECHO

O desfecho será a realização dos “10 Passos”, considerando-se o número de passos seguidos. Este número será categorizado em terços.

As informações referentes à ingestão alimentar serão obtidas com base no Formulário de Marcadores de Consumo Alimentar. Este formulário foi adaptado pelos pesquisadores, uma vez que não contempla todos os grupos alimentares, como por exemplo, o grupo dos cereais, entre os alimentos investigados. Além disto, alguns grupos foram desmembrados em alimentos individuais, por exemplo, frutas e vegetais. Embora esse instrumento de avaliação da ingestão alimentar não tenha sido validado, a forma como foi concebido permite identificar a ingestão de alimentos considerados saudáveis e não saudáveis, além de ser de fácil aplicação. Como as informações sobre a frequência de ingestão de alimentos exigem um grau de

raciocínio abstrato ainda não atingido por crianças da faixa etária do presente estudo (BARANOWSKI e DOMEL, 1994; FOSTER et al., 2009), os dados serão fornecidos por respondentes substitutos (mãe/responsável).

Para avaliar a frequência de realização do “Passo 10”, o qual recomenda que as crianças sejam ativas, serão considerados dois aspectos: nível de atividade física e comportamento sedentário. Crianças menores apresentam atividade física espontânea e esporádica, sendo menos comum a sua participação em atividades estruturadas, o que dificulta a mensuração (BIDDLE e GOUDAS, 1996). Por estas razões, optou-se em utilizar a informação da mãe/responsável do escolar quanto ao número de dias da última semana em que o escolar se exercitou ativamente. Já o comportamento sedentário será avaliado pelo número de horas que os escolares assistiram TV, permaneceram no computador, ou jogaram videogame (ANDERSON, ECONOMOS e MUST, 2008).

Os “Passos” irão sofrer subdivisões caso contenham mais de uma recomendação. O tempo de referência para a obtenção de informação sobre cada componente corresponderá ao dos últimos sete dias anteriores à entrevista.

6.7.1 Definições

A seguir, estão descritos o conteúdo de cada um dos “10 Passos da Alimentação Saudável para Crianças”, os componentes considerados, a forma de mensuração de cada variável e o critério que será utilizado para considerar a realização do Passo.

Passo 1 – Procure oferecer alimentos de diferentes grupos distribuindo-os em pelo menos 3 refeições e 2 lanches por dia.

Serão considerados dois componentes: “variabilidade” e “número de refeições/dia”.

Variabilidade – será obtida contando-se o número de grupos alimentares cuja ingestão ocorreu em todos os 7 últimos dias. Serão considerados os seguintes grupos:

- 1) “carboidratos complexos” (arroz, milho, batata, aipim, massas, pães);
- 2) “frutas” (frutas e salada de frutas);

- 3) “verduras e legumes” (alface, repolho, tomate, pepino, couve, moranga, chuchu, cenoura e beterraba);
- 4) “feijão”;
- 5) “leites e derivados” (leite, queijo e iogurte);
- 6) “carnes” (carne de gado, frango, peixe e ovo).

Como os grupos estão desmembrados em seus alimentos constituintes, definiu-se que, para computar o número de dias de ingestão de cada grupo, será considerado o somatório dos dias de ingestão dos alimentos que os compõem. Assim, é possível que o resultado do somatório seja igual ou maior que sete para um determinado grupo. Neste caso, será considerado que o grupo alimentar foi ingerido em todos os dias dos últimos sete dias.

Número de refeições/dia – será obtido com a pergunta “Quais refeições <nome do escolar> costuma fazer durante o dia?” com as opções de resposta: “café da manhã”; “lanche”; “almoço”; “lanche”; “jantar”; “lanche” e “outro”.

Será considerado realização do Passo: número de grupos alimentares/dia igual a 6 e realização das 3 refeições principais e, no mínimo, 2 lanches.

Passo 2 – Inclua diariamente alimentos como cereais (arroz, milho), tubérculos (batatas), raízes (mandioca/aipim), pães e massas, distribuindo esses alimentos nas refeições e lanches do seu filho ao longo do dia.

Será considerado um componente: “carboidratos complexos”, que será obtido como número de dias em que houve ingestão deste grupo alimentar. Como o mesmo está desmembrado em seus alimentos constituintes, definiu-se que, para computar o número de dias de ingestão do mesmo, será considerado o somatório dos dias de ingestão dos alimentos que o compõe. Assim, é possível que o resultado do somatório seja igual ou maior que sete. Neste caso, será considerado que o grupo alimentar foi ingerido em todos os dias dos últimos sete dias.

Será considerado realização do Passo: ingestão de “carboidratos complexos” em todos os dias dos últimos 7 dias.

Passo 3 – Procure oferecer diariamente legumes e verduras como parte das refeições da criança. As frutas podem ser distribuídas nas refeições, sobremesas e lanches.

Serão considerados dois componentes: “verduras e legumes” e “frutas”

Verduras e legumes - será obtido como número de dias em que houve ingestão deste grupo alimentar. Como o mesmo está desmembrado em seus alimentos constituintes, definiu-se que, para computar o número de dias de ingestão deste componente, será considerado o somatório dos dias de ingestão dos alimentos que o compõe. Assim, é possível que o resultado do somatório seja igual ou maior que sete. Neste caso, será considerado que o grupo alimentar foi ingerido em todos os dias dos últimos sete dias.

Frutas - será obtido como número de dias em que houve ingestão deste grupo alimentar. Como o mesmo é composto por “frutas” e “salada de frutas”, definiu-se que, para computar o número de dias de ingestão deste componente, será considerado o somatório dos dias de ingestão dos alimentos que o compõe. Assim, é possível que o resultado do somatório seja igual ou maior que sete. Neste caso, será considerado que o grupo alimentar foi ingerido em todos os dias dos últimos sete dias.

Será considerado realização do Passo: ingestão de “verduras e legumes” e “frutas” em todos os dias dos últimos 7 dias.

Passo 4 – Ofereça feijão com arroz todos os dias, ou no mínimo cinco vezes por semana.

Será considerado um componente: “feijão com arroz”, que será obtido contando-se o número de dias em que houve ingestão de cada um destes alimentos.

Será considerado realização do Passo: ingestão de ambos os alimentos no mínimo 5 dias dos últimos 7 dias.

Passo 5 – Ofereça diariamente leite e derivados, como queijo e iogurte, nos lanches, e carnes, aves, peixes ou ovos na refeição principal de seu filho.

Serão considerados dois componentes: “leite e derivados” e “carne, aves, peixes e ovos”:

Leite e derivados - será obtido como número de dias em que houve ingestão deste grupo alimentar. Como o mesmo está desmembrado em seus alimentos constituintes, definiu-se que, para computar o número de dias de ingestão do mesmo, será considerado o somatório dos dias de ingestão dos alimentos que o compõe. Assim, é possível que o resultado do somatório seja igual ou maior que sete. Neste caso, será considerado que o grupo alimentar foi ingerido em todos os dias dos últimos sete dias.

Carnes, aves, peixes ou ovos - será obtido como número de dias em que houve ingestão deste grupo alimentar. Como o mesmo está desmembrado em seus alimentos constituintes, definiu-se que, para computar o número de dias de ingestão do mesmo, será considerado o somatório dos dias de ingestão dos alimentos que o compõe. Assim, é possível que o resultado do somatório seja igual ou maior que sete. Neste caso, será considerado que o grupo alimentar foi ingerido em todos os dias dos últimos sete dias.

Será considerado realização do Passo: ingestão do grupo “leite e derivados” e do grupo “carne, aves, peixes ou ovos” em todos os dias dos últimos 7 dias.

Passo 6 – Alimentos gordurosos e frituras devem ser evitados; prefira alimentos assados, grelhados ou cozidos.

Serão considerados três componentes: “alimentos gordurosos”, “frituras” e “carne gordas e pele de frango”.

Alimentos gordurosos - será obtido como número de dias em que houve ingestão deste grupo alimentar. Como o mesmo está desmembrado em seus alimentos constituintes (lingüiça/salsichão, mortadela, salsicha, apresuntado/presunto,

salame), definiu-se que, para computar o número de dias de ingestão deste grupo, será considerado o somatório dos dias de ingestão dos alimentos que o compõe. Assim, é possível que o resultado do somatório seja igual ou maior que sete. Neste caso, será considerado que o grupo alimentar foi ingerido em todos os dias dos últimos sete dias.

Frituras - será obtido como número de dias em que houve ingestão deste grupo alimentar.

Carnes gordas e pele de frango - será obtido com duas perguntas: “O(a) <nome do escolar> costuma comer carne gorda?” e “O(a) <nome do escolar> costuma comer a carne de frango com pele?”, com as opções de resposta “sim”; “não”; “não come carne”; “não come frango”. As respostas “não come carne” e “não come frango” serão computadas como “não”.

Será considerado realização do Passo: somatório do número de dias de ingestão de “alimentos gordurosos” e de “frituras”, nos últimos 7 dias, igual ou menor do que 2 dias e não ingestão de “carne gorda e frango com pele”.

Passo 7 – Evite oferecer refrigerantes e sucos industrializados, balas, bombons, biscoitos doces e recheados, salgadinhos e outras guloseimas no dia a dia.

Serão considerados quatro componentes: “refrigerantes e sucos industrializados”; “biscoitos doces e biscoitos recheados”; “biscoito salgados e salgadinhos de pacote” e “balas, bombons e outras guloseimas”.

Refrigerantes e sucos industrializados - será obtido como número de dias em que houve ingestão deste grupo alimentar. Como o mesmo é composto por “refrigerantes” e “sucos industrializados”, definiu-se que, para computar o número de dias de ingestão deste grupo, será considerado o somatório dos dias de ingestão dos alimentos que o compõe. Assim, é possível que o resultado do somatório seja igual ou maior que sete. Neste caso, será considerado que o grupo alimentar foi ingerido em todos os dias dos últimos sete dias.

Biscoitos doces e biscoitos recheados - será obtido como número de dias em que houve ingestão deste grupo alimentar. Como o mesmo é composto por “biscoitos doces” e “biscoitos recheados”, definiu-se que, para computar o número de dias de ingestão deste grupo, será considerado o somatório dos dias de ingestão dos alimentos que o compõe. Assim, é possível que o resultado do somatório seja igual ou maior que sete. Neste caso, será considerado que o grupo alimentar foi ingerido em todos os dias dos últimos sete dias.

Biscoitos salgados e salgadinhos de pacote - será obtido como número de dias em que houve ingestão deste grupo alimentar. Como o mesmo é composto por “biscoitos salgados” e “salgadinhos de pacote”, definiu-se que, para computar o número de dias de ingestão deste grupo, será considerado o somatório dos dias de ingestão dos alimentos que o compõe. Assim, é possível que o resultado do somatório seja igual ou maior que sete. Neste caso, será considerado que o grupo alimentar foi ingerido em todos os dias dos últimos sete dias.

Balas, bombons e outras guloseimas - será obtido como número de dias em que houve ingestão deste grupo alimentar. Como o mesmo está desmembrado em seus alimentos constituintes (bala, chocolate, chiclete, pirulito e rapadurinha), definiu-se que, para computar o número de dias de ingestão deste grupo, será considerado o somatório dos dias de ingestão dos alimentos que o compõe. Assim, é possível que o resultado do somatório seja igual ou maior que sete. Neste caso, será considerado que o grupo alimentar foi ingerido em todos os dias dos últimos sete dias.

Será considerado realização do Passo: somatório do número de dias de ingestão dos quatro componentes, nos últimos 7 dias, inferior a 3 dias.

Passo 8 – Diminua a quantidade de sal na comida.

Será obtido com a pergunta “<nome do escolar> costuma colocar ou pedir para colocar mais sal na comida quando seu prato já está servido?”, com as opções de resposta “sim” e “não”.

Será considerado realização do Passo: não acrescentar mais sal depois da comida no prato.

Passo 9 – Estimule a criança a beber bastante água e sucos naturais de frutas durante o dia, de preferência nos intervalos das refeições, para manter a hidratação e a saúde do corpo.

Serão considerados dois componentes: “água” e “sucos naturais de frutas”:

Água – será obtido com a pergunta “Quantos copos de água <nome do escolar> costuma tomar por dia?”.

Sucos naturais de frutas – será obtido com a pergunta “Quantos copos de suco natural <nome do escolar> costuma tomar por dia?”.

Será considerado realização do Passo: ingestão diária de, no mínimo, 4 copos de água e/ou sucos naturais de frutas.

Passo 10 – Incentive a criança a ser ativa e evite que ela passe muitas horas assistindo TV, jogando videogame ou brincando no computador.

Serão considerados quatro componentes: “atividade física”; “horas assistindo TV”; “horas jogando videogame” e “horas no computador”:

Atividade física – será obtida com a pergunta “Em quantos dias dos últimos 7 dias, de <dia da semana> até ontem, <nome do escola> realizou atividades como correr, pular corda, andar de bicicleta, jogar futebol, etc., que fizeram com que ele(a) suasse muito ou respirasse mais forte do que o normal?”

Horas assistindo TV – será obtida com a pergunta “Em média, quantas horas por dia, <nome do escolar> assiste TV?”.

Horas jogando videogame - será obtida com a pergunta “Em média, quantas horas por dia, <nome do escolar> joga videogame?”.

Horas no computador - “Em média, quantas horas por dia, <nome do escolar> fica no computador?”.

Será considerado realização do Passo: realizar “atividade física” em todos os 7 dias da última semana e não ultrapassar 2 horas/dia no somatório das “horas assistindo TV”; “horas jogando videogame” e “horas no computador”.

Quadro 2 - Sumário dos critérios utilizados para realização de cada um “10 Passos para uma Alimentação Saudável”.

PASSOS	REALIZAÇÃO DO PASSO
Passo 1 Variabilidade Número de refeições por dia	Ingestão de 6 grupos alimentares por dia Realização de 3 refeições e 2 lanches por dia
Passo 2 Cereais, raízes e tubérculos (arroz, milho, pães, massas, aipim, batatas)	Ingestão diária
Passo 3 Legumes e verduras Frutas	Ingestão diária Ingestão diária
Passo 4 Feijão com arroz	Ingestão de 5 dias ou mais por semana
Passo 5 Leite e derivados Carne, aves ou ovos	Ingestão diária Ingestão diária
Passo 6 Alimentos gordurosos e frituras Carnes gordas e pele de frango	Ingestão de 2 dias ou menos por semana Não ingestão
Passo 7 Refrigerantes e sucos industrializados Biscoitos doces ou recheados Biscoitos salgados e salgadinhos de pacote Balas, bombons e outras guloseimas	Somatório da ingestão de todos os componentes menor ou igual a 2 dias por semana
Passo 8 Sal na comida	Não acrescentar sal na comida
Passo 9 Água e sucos naturais	Ingestão de 4 copos ou mais por dia
Passo 10 Ser ativo	Praticar atividade física 7 dias por semana e somatório das “horas assistindo TV”, “horas jogando videogame” e “horas no computador” menor ou igual a 2 horas por dia

6.8 VARIÁVEIS INDEPENDENTES

As variáveis independentes serão obtidas por meio de um questionário pré-testado e pré-codificado (APÊNDICE A).

6.8.1 Variáveis Demográficas

Sexo do escolar: será definido com base no nome do escolar. No caso de dúvida, será perguntado à mãe/responsável qual o sexo do escolar.

Idade da mãe/responsável: coletada em anos completos e posteriormente categorizada em faixas etárias de 10 anos.

Cor da pele da mãe/responsável: será perguntada qual a cor ou raça da mãe, tendo como opções de respostas a classificação usada no Censo 2010 do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE): branca; preta; parda; amarela e indígena. Posteriormente, a variável será categorizada em branca e não branca.

Idade do responsável pelo domicílio: coletada em anos completos e posteriormente categorizada em faixas etárias de 10 anos.

Cor da pele do responsável pelo domicílio: será perguntada qual a cor ou raça do pai, tendo como opções de respostas a classificação usada no Censo 2010 do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE): branca; preta; parda; amarela e indígena. Posteriormente, a variável será categorizada em branca e não branca.

6.8.2 Variáveis Socioeconômicas

Classificação econômica: será realizada com base no Critério de Classificação Econômica Brasil da Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa (ABEP, 2010), que considera a presença de bens e serviços do domicílio e a escolaridade do chefe da família. Estes itens recebem uma pontuação e de acordo com o somatório destes pontos, as famílias dos escolares serão classificadas em ordem crescente de nível socioeconômico, conforme o quadro abaixo:

Classe	Pontos
A	35 a 46
B	23 a 34
C	14 a 22
D	8 a 13
E	0 a 7

Escolaridade da mãe/responsável: coletada em anos completos de estudo e posteriormente categorizada em terços.

Escolaridade do responsável pelo domicílio: coletada em anos completos de estudo e posteriormente categorizada em terços.

6.9 SELEÇÃO E TREINAMENTO DOS ENTREVISTADORES

Para a coleta de dados serão selecionados alunos dos cursos de Nutrição da Universidade do Vale do Rio dos Sinos - UNISINOS. Nas três primeiras semanas de aula, cartazes (APÊNDICE B) serão fixados nos murais da Área da Saúde, além de visitas nas salas de aula com o objetivo de convidar os alunos para serem entrevistadores da pesquisa. Nos cartazes e nas visitas, será divulgada a data do treinamento, bem como o endereço eletrônico da coordenação da pesquisa, para o qual os candidatos deverão enviar e-mail, manifestando seu interesse em participar da pesquisa.

Aos candidatos que participarem do treinamento, primeiramente haverá breve apresentação do Projeto, seguida da apresentação do questionário e do manual de instruções (APÊNDICE C). Na seqüência, eles serão treinados em relação à aplicação, preenchimento e codificação do questionário. Para a digitação dos dados, haverá treinamento específico.

6.10 LOGÍSTICA

O estudo será conduzido na escola, onde serão realizadas as entrevistas com as mães/responsáveis. Naqueles casos em que as mães/responsáveis não puderem comparecer à escola, as entrevistas serão realizadas nos domicílios.

Na primeira reunião do ano letivo com as equipes diretivas das escolas, uma nutricionista da Equipe de Nutrição da Secretária Municipal de Educação apresentará, brevemente, o Projeto. A coleta de dados está prevista para ocorrer em duas etapas, assim, nesta reunião, serão identificadas as 17 escolas que participarão da primeira etapa (início em maio) e as 18 escolas que ficarão para a segunda etapa (início em agosto).

Os coordenadores e supervisores da pesquisa participarão da reunião de pais de cada escola, para apresentar o Projeto e seus objetivos, bem como convidá-los a participar da pesquisa. Nessa reunião, os pais também serão informados que as entrevistas serão agendadas e ocorrerão, preferencialmente, na escola. O convite será reforçado com uma carta de apresentação da pesquisa (APÊNDICE D), por meio dos escolares.

Para a coleta de dados, em cada escola, será montada uma planilha, a partir da disponibilidade de horários dos entrevistadores. Os entrevistadores agendarão as entrevistas com as mães/responsáveis no momento em que estas buscarem os filhos na escola. No caso do escolar ser levado à escola por outra pessoa que não seja a mãe/responsável, os entrevistadores tentarão obter informações referentes ao nome da mãe/responsável, endereço residencial e número de telefone. Sendo possível realizar contato telefônico, as entrevistas serão agendadas para serem realizadas na escola ou no domicílio. Quando o contato não for possível, serão feitas visitas domiciliares. Entretanto, de forma a organizar a coleta de dados e otimizar o tempo, primeiro serão realizadas as entrevistas agendadas com as mães/responsáveis que levam ou buscam os filhos na escola e, uma vez finalizadas estas entrevistas, as outras mães/responsáveis serão contatadas e as entrevistas agendadas. Para entrevistar as mães/responsáveis que não têm disponibilidade de horário durante a semana, serão realizados mutirões aos sábados.

Antes de iniciar a entrevista, os entrevistadores lerão o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) (APÊNDICE E) para as mães/responsáveis e, somente após a obtenção da sua assinatura no TCLE,

aplicarão o questionário com questões relativas ao escolar, a sua família e ao domicílio. Ao término de cada entrevista, os entrevistadores revisarão e posteriormente codificarão os questionários, que deverão ser entregues às supervisoras gerais. Estas farão uma última revisão e codificarão as variáveis com opção de resposta “outro, qual?” e encaminharão os questionários para digitação.

Serão consideradas recusas e perdas, respectivamente, escolares cujas mães se negarem a participar da pesquisa após três tentativas e aqueles que saírem da escola antes de fornecerem os dados para a pesquisa.

A supervisão do trabalho de campo será realizada pelos mestrandos participantes da pesquisa e por uma nutricionista da Secretaria Municipal de Educação de São Leopoldo. Os mestrandos também realizarão entrevistas, codificarão os questionários e digitarão os dados.

6.11 ESTUDO PILOTO

O estudo piloto será realizado em escolares matriculados no 2º ano de uma das escolas municipais, com o objetivo de testar os instrumentos de pesquisa, manual de instruções, organização do trabalho de campo, bem como os entrevistadores e supervisores de campo.

6.12 PROCESSAMENTO E ANÁLISE DE DADOS

A digitação dos dados será realizada com dupla entrada, no Programa EpiData, versão 3.1, para posterior comparação dos bancos de dados e correção dos possíveis erros de digitação. A digitação será concomitante a coleta de dados. Na sequência, serão conduzidas análises de consistência dos dados. As variáveis serão descritas por meio de frequências absolutas e relativas ou médias, com os respectivos intervalos de confiança para proporções e desvios-padrão para as médias. Serão conduzidas análises bivariadas entre as variáveis independentes e cada Passo, por meio do teste de qui-quadrado de Pearson para heterogeneidade ou tendência linear, considerando-se um nível de significância de 5%. Para verificar associação entre as variáveis independentes e o desfecho “número de passos realizados” em terços será realizada regressão logística multinomial bivariável para estimar os valores das odds ratio e respectivos intervalos de confiança (IC 95%),

tendo como categoria de referência o primeiro terço. Para controlar potenciais fatores de confusão, será realizada regressão logística multinomial multivariável. Somente as variáveis que apresentarem $p < 0,20$ na análise bruta serão levadas para a análise ajustada. Ao final, serão considerados fatores associados ao desfecho as variáveis com nível de significância de 5%. A análise dos dados será feita através do programa SPSS, versão 19.0.

6.13 CONTROLE DE QUALIDADE

Será realizado o controle de qualidade em uma amostra aleatória de 10% dos escolares incluídos no estudo, com o intuito de verificar a reprodutibilidade e avaliar a validade interna da pesquisa. O instrumento do controle será composto por cinco questões retiradas do questionário utilizado no estudo, incluindo variáveis que não sofram alteração em curto espaço de tempo.

O controle de qualidade será realizado por telefone e, para aquelas mães/responsáveis que não for possível o contato telefônico, será feita visita domiciliar.

6.14 ASPECTOS ÉTICOS

Por se tratar de pesquisa envolvendo seres humanos, serão observadas as regras previstas na Resolução 196/96 e o protocolo de pesquisa será submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa da UNISINOS.

A coleta de dados será realizada somente após explicação e esclarecimento de possíveis dúvidas que a mãe/responsável possa ter sobre o estudo, assim como da obtenção da assinatura do TCLE (em duas vias).

Todas as questões do questionário serão respondidas pela mãe/responsável do escolar e será garantido total anonimato em relação aos dados, bem como o direito de optar por não participar da pesquisa ou poder abandoná-la a qualquer momento, sem nenhum prejuízo.

Os principais resultados serão apresentados aos pais/responsáveis e às escolas e, uma vez identificados hábitos alimentares não saudáveis, serão fornecidas orientações gerais sobre alimentação e nutrição.

7 DIVULGAÇÃO DOS RESULTADOS

Após a realização do estudo, os resultados da pesquisa serão divulgados através das atividades:

- Apresentação dos resultados preliminares e oficiais da pesquisa em eventos;
- Produção de artigos científicos para publicação em revista da área;
- Apresentação dos resultados à Secretaria Municipal de Educação de São Leopoldo, às escolas e aos pais/responsáveis dos escolares.

9 ORÇAMENTO

Despesas de Custeio	Quantidade	Valor Unitário (R\$)	Valor Total (R\$)
Lápis ¹	80	0,40	32,00
Borracha ¹	40	0,15	6,00
Caneta ¹	40	0,65	26,00
Grampeador ¹	20	6,00	120,00
Grampos ¹	20 Caixa c/100	1,00	20,00
Apontador ¹	40	0,80	32,00
Crachás ¹	20	0,80	16,00
Pranchetas ¹	20	3,70	74,00
Pastas de plástico ¹	30	3,50	105,00
Almofadas de carimbo ¹	3	5,00	15,00
Caderno ¹	3	7,90	23,70
Blocos de recibo ¹	15	1,50	22,50
Folhas de carbono ¹	20	0,25	5,00
Reprodução dos questionários ¹	2200	0,90	1.980,00
Clips de papel ^{1,2}	4 Caixas-100u	1,50	6,00
Envelope plástico ^{1,2}	400	0,20	80,00
Arquivo morto ²	40	1,95	78,00
Pasta polionda ²	10	3,70	37,00
Papel A4 ³	20 Resmas 500u	16,50	330,00
Transporte ⁴	5800 passagens	2,50	14.500,00
Total			17.508,20

¹Material e suporte para a execução do trabalho de campo. Está previsto a seleção de 20 entrevistadores.

²Este material se destina à organização dos questionários no QG da pesquisa, na UNISINOS.

³Este material será utilizado para impressão das cartas de apresentação, das planilhas de controle individual, das planilhas de controle geral, dos Termos de Consentimento Livre e Esclarecido, dos manuais dos entrevistadores e dos questionários para o treinamento e para o estudo piloto.

⁴Transporte dos entrevistadores para o local da coleta de dados.

Inicialmente, o projeto será financiado pelo seu coordenador e pelos alunos de pós-graduação envolvidos no estudo, porém está prevista a sua submissão aos editais das agências de fomento à pesquisa.

REFERÊNCIAS

- ABEP. **Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa. Critérios de Classificação Econômica Brasil.** 2011 [29 jun 2011]; Available from: <http://www.abep.org/novo/Content.aspx?ContentID=301>.
- ABUDAYYA, A. H. et al. Sociodemographic correlates of food habits among school adolescents (12-15 year) in North Gaza Strip. **BMC Public Health**, v. 9, p. 185, 2009.
- AL SABBAH, H. et al. Food habits and physical activity patterns among Palestinian adolescents: findings from the national study of Palestinian schoolchildren (HBSC-WBG2004). **Public Health Nutr**, v. 10, n. 7, p. 739-46, Jul 2007.
- ANDERSON, G.H.; BLACK, R.; HARRIS, S. Dietary guidelines: Past experience and new approaches. **J Am Diet Assoc**, v. 103, n. 12 Suppl 2, p. S3-59, Dec 2003.
- ANDERSON, S. E.; ECONOMOS, C. D.; MUST, A. Active play and screen time in US children aged 4 to 11 years in relation to sociodemographic and weight status characteristics: a nationally representative cross-sectional analysis. **BMC Public Health**, v. 8, p. 366, 2008.
- ARANCETA, J. et al. Sociodemographic and lifestyle determinants of food patterns in Spanish children and adolescents: the enKid study. **Eur J Clin Nutr**, v. 57 Suppl 1, p. S40-4, Sep 2003.
- ASSIS, M. A. et al. Qualitative analysis of the diet of a probabilistic sample of schoolchildren from Florianópolis, Santa Catarina State, Brazil, using the Previous Day Food Questionnaire. **Cad Saude Publica**, v. 26, n. 7, p. 1355-65, Jul 2010.
- BAKER, E. A. et al. The role of race and poverty in access to foods that enable individuals to adhere to dietary guidelines. **Prev Chronic Dis**, v. 3, n. 3, p. A76, Jul 2006.
- BARANOWSKI, T.; DOMEL, S. B. A cognitive model of children's reporting of food intake. **Am J Clin Nutr**, v. 59, n. 1 Suppl, p. 212S-217S, Jan 1994.
- BARBOSA, R. M. S.; COLARES, L. G.; SOARES, E. A. Percepção de responsáveis e recreadores sobre diferentes representações gráficas de guia alimentar para crianças de dois a três anos. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 26, n. 4, p. 350-6, 2008.
- BARBOSA, R. M. S. et al. Consumo alimentar de crianças com base na pirâmide alimentar brasileira infantil. **Rev. Nutr.**, v. 18, n. 5, p. 633-641, 2005.
- BARBOSA, R. M.; SALLES-COSTA, R.; SOARES, E. DE A. Guias alimentares para crianças: aspectos históricos e evolução. **Rev. Nutr.**, v. 19, n. 2, p. S255-263, Mar./Abr 2006.

BERGER, S. The implementation of dietary guidelines-ways and difficulties. **Am J Clin Nutr**, v. 45, n. 5 Suppl, p. 1383-9, May 1987.

BIDDLE, S.; GOUDAS, M. Analysis of children's physical activity and its association with adult encouragement and social cognitive variables. **J Sch Health**, v. 66, n. 2, p. 75-8, Feb 1996.

BRADLEE, M. L. et al. Food group intake and central obesity among children and adolescents in the Third National Health and Nutrition Examination Survey (NHANES III). **Public Health Nutr**, v. 13, n. 6, p. 797-805, Jun 2010.

BRADY, L. M. et al. Comparison of children's dietary intake patterns with US dietary guidelines. **Br J Nutr**, v. 84, n. 3, p. 361-7, Sep 2000.

BRASIL. **Glossário Temático Alimentação e Nutrição. Ministério da Saúde, Secretaria-Executiva, Secretaria de Atenção à Saúde.** Brasília: Ministério da Saúde, 2008.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE, S. D. P. D. S., ORGANIZAÇÃO PAN AMERICANA DA SAÚDE. **Guia alimentar para crianças menores de dois anos.** MINISTÉRIO DA SAÚDE, S. D. P. D. S., ORGANIZAÇÃO PAN AMERICANA DA SAÚDE. Brasília: Ministério da Saúde, 2002.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE, SECRETARIA DE ATENÇÃO À SAÚDE, D. D. A. B., COORDENAÇÃO GERAL DA POLÍTICA DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO. **Guia alimentar para a população brasileira: promovendo a alimentação saudável.** MINISTÉRIO DA SAÚDE, SECRETARIA DE ATENÇÃO À SAÚDE, D. D. A. B., COORDENAÇÃO GERAL DA POLÍTICA DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO. Brasília: Editora Ministério da Saúde, 2006.

BRASIL. **Protocolos do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional - SISVAN na assistência à saúde.** SECRETARIA DE ATENÇÃO À SAÚDE, D. D. A. B. Brasília: Ministério da Saúde, 2008.

BRIZ HIDALGO, F. J.; COS BLANCO, A. I.; AMATE GARRIDO, A. M. Prevalence of obesity among children in Ceuta. PONCE study 2005. **Nutr Hosp**, v. 22, n. 4, p. 471-477, 2007.

CHILE. **Guía de Alimentación del Niño(a) Menor de 2 Años e Guías de Alimentación hasta la Adolescencia.** VITAL, D. N. Y. C.: MINISTERIO DE SALUD; 2005.

CLARO, R. M. et al. Income, food prices, and participation of fruit and vegetables in the diet. **Rev Saude Publica**, v. 41, n. 4, p. 557-64, Aug 2007.

COOKE, L. J. et al. Demographic, familial and trait predictors of fruit and vegetable consumption by pre-school children. **Public Health Nutr**, v. 7, n. 2, p. 295-302, Apr 2004.

COUTO, SHANDA DE F. **Frequência de hábitos alimentares saudáveis em adolescentes do ensino médio de Pelotas/RS**. Pelotas: Programa de Pós-Graduação em Educação Física. Universidade Federal de Pelotas 2010.

CRAIG, L. C. et al. Dietary patterns of school-age children in Scotland: association with socio-economic indicators, physical activity and obesity. **Br J Nutr**, v. 103, n. 3, p. 319-34, Feb 2010.

DALLA COSTA, M.; CORDONI JÚNIOR, J. L.; MATSUO, T. Hábito alimentar de escolares adolescentes de um município do oeste do Paraná. **Rev Nutr**, v. 20, n. 5, p. 461-471, 2007.

DAVIS, C. A.; BRITTEN, P.; MYERS, E. F. Past, present, and future of the Food Guide Pyramid. **J Am Diet Assoc**, v. 101, n. 8, p. 881-5, Aug 2001.

DE AQUINO RDE, C.; PHILIPPI, S. T. Association of children's consumption of processed foods and family income in the city of Sao Paulo, Brazil. **Rev Saude Publica**, v. 36, n. 6, p. 655-60, Dec 2002.

DE NUÑEZ, E.C.G.O.; DE MÁRQUEZ, Y.F. **Las Guías Alimentarias: Una Estrategia Venezolana Para Educar A La Comunidad Promoviendo Patrones de Consumo Que Mejoren Su Calidad de Vida**. Universidad de Antioquia/Facultad de Ciencias Sociales Y Humanas/Centro de Estudios de Opinión: 2004.

Dietary guidelines: Past experience and new approaches. **J Am Diet Assoc**, v. 103, n. 12 Suppl 2, p. S3-59, Dec 2003.

DREWNOWSKI, A.; DARMON, N. Food choices and diet costs: an economic analysis. **J Nutr**, v. 135, n. 4, p. 900-4, Apr 2005.

DREWNOWSKI, A.; POPKIN, B. M. The nutrition transition: new trends in the global diet. **Nutr Rev**, v. 55, n. 2, p. 31-43, Feb 1997.

DUMITH, S. C. Physical activity in Brazil: a systematic review. **Cad Saude Publica**, v. 25 Suppl 3, p. S415-26, 2009.

FAO/WHO. **Final Report of The Conference, in International Conference of Nutrition**. International Conference of Nutrition. Rome 1992.

_____. **Preparation and use of food-based dietary guidelines. Report of a joint FAO/WHO consultation**. FAO/WHO. Geneva: FAO/WHO, 1998. Disponível em: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve&db=PubMed&dopt=Citation&list_uids=9795598>. Acesso em: 4 set. 2011.

_____. **Technical Consultation on National Food-Based Dietary Guidelines**. Cairo, Egypt: FAO/WHO, 2006.

FOSTER, E. et al. Estimation of portion size in children's dietary assessment: lessons learnt. **Eur J Clin Nutr**, v. 63 Suppl 1, p. S45-9, Feb 2009.

GISKES, K. et al. Socio-economic differences in fruit and vegetable consumption among Australian adolescents and adults. **Public Health Nutr**, v. 5, n. 5, p. 663-9, Oct 2002.

HALLAL, P. C. et al. Prevalence of sedentary lifestyle and associated factors in adolescents 10 to 12 years of age. **Cad Saude Publica**, v. 22, n. 6, p. 1277-87, Jun 2006.

HORTA, PM; PASCOAL, MN; DOS SANTOS, LC. Atualizações em guias alimentares para crianças e adolescentes: uma revisão. **Rev. Bras. Saúde Matern. Infant.**, v. 11, n. 2, p. 115-124, 2011.

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Pesquisa de Orçamentos Familiares. **Pesquisa de Orçamentos Familiares, 2008-2009. Antropometria e estado nutricional de crianças, adolescentes e adultos do Brasil**. Rio de Janeiro: IBGE, 2010a.

_____. **Pesquisa de Orçamentos Familiares, 2008-2009. Avaliação nutricional da disponibilidade domiciliar de alimentos no Brasil**. Rio de Janeiro: IBGE, 2010b.

JONES, L. R. et al. Influences on child fruit and vegetable intake: sociodemographic, parental and child factors in a longitudinal cohort study. **Public Health Nutr**, v. 13, n. 7, p. 1122-30, Jul 2010.

KANNEL, W. B.; MCGEE, D. L. Diabetes and cardiovascular disease. The Framingham study. **JAMA**, v. 241, n. 19, p. 2035-8, May 1979.

KELISHADI, R. et al. Association of physical activity and dietary behaviours in relation to the body mass index in a national sample of Iranian children and adolescents: CASPIAN Study. **Bull World Health Organ**, v. 85, n. 1, p. 19-26, Jan 2007.

KEYS, A. Official collective recommendations on diet in the Scandinavian countries. **Nutrition Review**, v. 26, p. 163-259, 1968.

KHAW, K. T. et al. Combined impact of health behaviours and mortality in men and women: the EPIC-Norfolk prospective population study. **PLoS Med**, v. 5, n. 1, p. 12, Jan 2008.

KRISTJANSDDOTTIR, A. G.; THORSDDOTTIR, I. Adherence to food-based dietary guidelines and evaluation of nutrient intake in 7-year-old children. **Public Health Nutr**, v. 12, n. 11, p. 1999-2008, Nov 2009.

LANGEVIN, D. D. et al. Evaluation of diet quality and weight status of children from a low socioeconomic urban environment supports "at risk" classification. **J Am Diet Assoc**, v. 107, n. 11, p. 1973-7, Nov 2007.

LEDIKWE, J. H.; ELLO-MARTIN, J. A.; ROLLS, B. J. Portion sizes and the obesity epidemic. **J Nutr**, v. 135, n. 4, p. 905-9, Apr 2005.

LEVY-COSTA, R. B. et al. Household food availability in Brazil: distribution and trends (1974-2003). **Rev Saude Publica**, v. 39, n. 4, p. 530-40, Aug 2005.

LEVY, R. B. et al. Food consumption and eating behavior among Brazilian adolescents: National Adolescent School-based Health Survey (PeNSE), 2009. **Cien Saude Colet**, v. 15 Suppl 2, p. 3085-97, Oct 2010.

LIORET, S. et al. Dietary and physical activity patterns in French children are related to overweight and socioeconomic status. **J Nutr**, v. 138, n. 1, p. 101-7, Jan 2008.

MACDIARMID, J. et al. Meal and snacking patterns of school-aged children in Scotland. **Eur J Clin Nutr**, v. 63, n. 11, p. 1297-304, Nov 2009.

MARTINS, C. ; SAEKI, S. L. Guias Alimentares e Representações Gráficas. In: (Ed.). **Guias Alimentares e a Pirâmide**. Curitiba: NutroClínica, 2005.

MCMURRY, K. Y. Setting dietary guidelines: the US process. **J Am Diet Assoc**, v. 103, n. 12 Suppl 2, p. S10-6, Dec 2003.

MENOTTI, A. et al. Twenty-five-year prediction of stroke deaths in the seven countries study: the role of blood pressure and its changes. **Stroke**, v. 27, n. 3, p. 381-7, Mar 1996.

MOLINA, V. Guías Alimentarias en América Latina. Informe de la consulta técnica regional de las Guías Alimentarias. **Anales Venezolanos de Nutrición**, v. 21, n. 1, p. 31-41, 2008.

MONDINI, L. et al. Overweight, obesity and associated factors in first grade schoolchildren in a city of the metropolitan region of Sao Paulo, Brazil. **Cad Saude Publica**, v. 23, n. 8, p. 1825-34, Aug 2007.

MONTEIRO, CA et al. Increasing consumption of ultra-processed foods and likely impact on human health: evidence from Brazil. **Public Health Nutrition**, v. 14, n. 1, p. 5-13, 2010.

MONTEIRO, V.; MATIOLI, G. Implication of anthropometric profile and alimentary consumption on risk for diseases among school children in the 1st to 4th grades. **Braz J Pharm Sci**, v. 46, n. 3, p. 445-454, 2010.

MONTEIRO, V.; MATIOLI, G.; COSTA, R. B. L. Mudança na composição e adequação nutricional da dieta familiar nas áreas metropolitanas do Brasil (1988-1996). **Rev Saude Publica**, v. 34, p. 251-258, 2000.

MOREIRA, P. et al. Food patterns according to sociodemographics, physical activity, sleeping and obesity in Portuguese children. **Int J Environ Res Public Health**, v. 7, n. 3, p. 1121-38, Mar 2010.

NEUTZLING, M. B. et al. Frequency of high-fat and low-fiber diets among adolescents. **Rev Saude Publica**, v. 41, n. 3, p. 336-42, Jun 2007.

_____. Intake of fat and fiber-rich foods according to socioeconomic status: the 11-year follow-up of the 1993 Pelotas (Brazil) birth cohort study. **Cad Saude Publica**, v. 26, n. 10, p. 1904-11, Oct 2010.

_____. Hábitos alimentares de escolares adolescentes de Pelotas, Brasil. **Rev Nutr**, v. 23, n. 3, p. 379-388, 2010.

NHMRC. **Dietary Guidelines for Children and Adolescents in Australia**. Canberra: NHMRC, 2003.

NORTHSTONE, K.; EMMETT, P. Multivariate analysis of diet in children at four and seven years of age and associations with socio-demographic characteristics. **Eur J Clin Nutr**, v. 59, n. 6, p. 751-60, Jun 2005.

NUNES, M. M.; FIGUEIROA, J. N.; ALVES, J. G. Overweight, physical activity and foods habits in adolescents from different economic levels, Campina Grande (PB)]. **Rev Assoc Med Bras**, v. 53, n. 2, p. 130-4, Mar-Apr 2007.

PHILIPPI, S. T.; CRUZ, A. T. R.; COLUCCI, A. C. A. Pirâmide alimentar para crianças de 2 a 3 anos. **Revista de Nutrição**, v. 16, n. 1, p. 15-19, jan/mar 2003.

PHILIPPI, S. T. et al. Pirâmide Alimentar Adaptada: Guia Para Escolha Dos Alimentos. **Rev. Nutr.**, v. 12, n. 1, p. S65-80, 1999.

POPKIN, B. M. The nutrition transition and obesity in the developing world. **J Nutr**, v. 131, n. 3, p. 871S-873S, Mar 2001.

_____. The shift in stages of the nutrition transition in the developing world differs from past experiences! **Public Health Nutr**, v. 5, n. 1A, p. 205-14, Feb 2002.

POPKIN, B. M.; NIELSEN, S. J. The sweetening of the world's diet. **Obes Res**, v. 11, n. 11, p. 1325-32, Nov 2003.

FAO/WHO. Preparation and use of food-based dietary guidelines. Report of a joint FAO/WHO consultation. **World Health Organ Tech Rep Ser**, v. 880, 1998.

RIEDIGER, N. D.; SHOOSHTARI, S.; MOGHADASIAN, M. H. The influence of sociodemographic factors on patterns of fruit and vegetable consumption in Canadian adolescents. **J Am Diet Assoc**, v. 107, n. 9, p. 1511-8, Sep 2007.

RINALDI, A.E.M. et al. Contribuições das práticas alimentares e inatividade física para o excesso de peso infantil. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 26, p. 271-7, 2008.

ROSSI, A.; MOREIRA, E.A.M. ; RAUEN, M.S. . Determinantes do comportamento alimentar: uma revisão com enfoque na família. **Revista de Nutrição**, v. 21, n. 6, p. 739-748, 2008.

ROYO-BORDONADA, M. A. et al. Spanish children's diet: compliance with nutrient and food intake guidelines. **Eur J Clin Nutr**, v. 57, n. 8, p. 930-9, Aug 2003.

SÃO LEOPOLDO, SECRETARIA MUNICIPAL. Disponível em: <https://www.saoleopoldo.rs.gov.br/home/show_page.asp?id_CONTEUDO=38&codID_CAT=21&id_SERVICO=&categoria=%3Cb%3ECidade%3C/b%3E>. Acesso em: 05 jan. 2012.

SCHNEEMAN, B. O. Evolution of dietary guidelines. **J Am Diet Assoc**, v. 103, n. 12 Suppl 2, p. S5-9, Dec 2003.

SHEPARD, R. J. Physical activity, fitness and health: the current consensus. **Quest**, v. 47, p. 288-303, 1995.

SHI, Z. et al. Socio-demographic differences in food habits and preferences of school adolescents in Jiangsu Province, China. **Eur J Clin Nutr**, v. 59, n. 12, p. 1439-48, Dec 2005.

SILVA, D. A. S.; SILVA, R. J. S. Padrão de atividade física no lazer e fatores associados em estudantes de Aracaju-SE. **Rev Bras Ativ Física & Saúde**, v. 13, n. 2, p. 94-101, 2008.

SILVA, R. C. R.; MALINA, R. M. Nível de atividade física em adolescentes de Niterói, Rio de Janeiro, Brasil. **Cad Saude Publica**, v. 16, n. 4, p. 1091-1097, 2000.

TRICHES, R. M.; GIUGLIANI, E. R. Obesity, eating habits and nutritional knowledge among school children. **Rev Saude Publica**, v. 39, n. 4, p. 541-7, Aug 2005.

TRUSWELL, A. S. Evolution of dietary recommendations, goals, and guidelines. **Am J Clin Nutr**, v. 45, n. 5 Suppl, p. 1060-72, May 1987.

USDA. **Tips for Using the Food Guide Pyramid for Young Children 2 to 6 years old**. PROMOTION, C. F. N. P. A. Washington: USDA, 1999.

_____. **Dietary Guidelines for Americans**. SERVICES, U. S. D. O. A. A. U. S. D. O. H. A. H. Washington: USDA, 2010.

_____. **A Brief History of USDA Food Guides**. PROMOTION, C. F. N. P. A. Washington: USDA, 2011.

VAN SLUIJS, E. M. F. Physical activity and dietary behaviour in a population-based sample of British 10-year old children: the SPEEDY study (Sport, Physical activity and Eating behaviour): Environmental Determinants in Young people. **BMC Public Health**, v. 8, p. 388, 2008.

VEREECKEN, C. A. et al. The relative influence of individual and contextual socio-economic status on consumption of fruit and soft drinks among adolescents in Europe. **Eur J Public Health**, v. 15, n. 3, p. 224-32, Jun 2005.

WAIFE, S. O. Lind, lemons and limeys. **J Clin Nutr**, v. 1, n. 6, p. 471-3, Sep-Oct 1953.

WELSH, S.; DAVIS, C.; SHAW, A. A brief history of food guides in the united States. **Nutrition Today**, p. 6-11, Nov-Dec 1992.

WHO. Obesity: preventing and managing the global epidemic. Report of a WHO consultation. **World Health Organ Tech Rep Ser**, v. 894, p. i-xii, 1-253, 2000.

_____. **Planning Guide for national implementation of the Global Strategy for Infant and Young Child Feeding**. Geneva: WHO, 2007.

WHO. REGIONAL OFFICE FOR THE EASTERN MEDITERRANEAN, FAO REGIONAL OFFICE FOR THE NEAR EAST. **Technical Consultation on National Food-based Dietary Guidelines**. WHO, 2006.

WRETLIND, A. Nutritional problems of adults with low physical activity and low caloric consumption. **Cesk Gastroenterol Vyz**, v. 21, n. 5, p. 283-8, Jul 1967.

ZIZZA, C. A.; DUFFY, P. A.; GERRIOR, S. A. Food insecurity is not associated with lower energy intakes. **Obesity (Silver Spring)**, v. 16, n. 8, p. 1908-13, Aug 2008.

GLOSSÁRIO

Alimentação saudável, fem. Sin. *Alimentação equilibrada*. Padrão alimentar adequado às necessidades biológicas e sociais dos indivíduos e de acordo com as fases do curso da vida. Notas: i) Deve ser acessível (física e financeiramente), saborosa, variada, colorida, harmônica e segura quanto aos aspectos sanitários. ii) Esse conceito considera as práticas alimentares culturalmente referenciadas e valoriza o consumo de alimentos saudáveis regionais (como legumes, verduras e frutas), sempre levando em consideração os aspectos comportamentais e afetivos relacionados às práticas alimentares (BRASIL, 2008).

APÊNDICE A – QUESTIONÁRIO

N° Questionário: _____ Entrevistador: _____ Nome da escola: _____ Turma: _____ Turno: (1) Manhã (2) Tarde Data da entrevista: ____/____/____	Nquest _____ Entrevi _____ Escola _____ Turma _____ Turno _____ Dentrevi ____/____/____																																																																														
Bom dia/Boa tarde! Meu nome é _____, sou entrevistador(a) da pesquisa da UNISINOS. Nesta pesquisa nós queremos conhecer os hábitos alimentares e de atividade físicas do escolar, bem como, algumas características da sua família. Porém, antes de começarmos, preciso que =☺= leia e assine o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Quer que eu leia para =☺=?																																																																															
1. Qual o nome do escolar? _____ 2. Qual a data de nascimento do(a) <nome do escolar>? ____/____/____ 3. Sexo do escolar: (1) Masculino (2) Feminino [NÃO PERGUNTAR! MARCAR O SEXO DE ACORDO COM O NOME] 4. Qual o endereço da família? Rua/Av. _____ N° _____ AP _____ Bairro _____ CEP _____ 5. Telefones de contato: _____	Nasesc ____/____/____ Sexo ____																																																																														
6. Além do(a) <nome do escolar> quem mais mora na sua casa, começando pela(o)/por =☺=?																																																																															
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <thead> <tr> <th style="width: 15%;">6a. Nome</th> <th style="width: 15%;">6b. Qual o grau de parentesco com <nome do escolar>?</th> <th style="width: 15%;">6c. Qual o mês e ano de nascimento de <nome>?</th> <th style="width: 15%;">6d. Qual a idade de <nome>?</th> <th style="width: 20%;">6e. Qual foi a última série que <nome> concluiu na escola com aprovação? De que grau ou curso? (Somente para ≥ 7 anos)</th> <th style="width: 20%;">6f. Qual a cor ou raça de <nome>?</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>011-</td><td>___</td><td>___/___</td><td>___</td><td>___ série ___ grau</td><td>___</td></tr> <tr><td>022-</td><td>___</td><td>___/___</td><td>___</td><td>___ série ___ grau</td><td>___</td></tr> <tr><td>033-</td><td>___</td><td>___/___</td><td>___</td><td>___ série ___ grau</td><td>___</td></tr> <tr><td>044-</td><td>___</td><td>___/___</td><td>___</td><td>___ série ___ grau</td><td>___</td></tr> <tr><td>055-</td><td>___</td><td>___/___</td><td>___</td><td>___ série ___ grau</td><td>___</td></tr> <tr><td>066-</td><td>___</td><td>___/___</td><td>___</td><td>___ série ___ grau</td><td>___</td></tr> <tr><td>077-</td><td>___</td><td>___/___</td><td>___</td><td>___ série ___ grau</td><td>___</td></tr> <tr><td>088-</td><td>___</td><td>___/___</td><td>___</td><td>___ série ___ grau</td><td>___</td></tr> <tr><td>099-</td><td>___</td><td>___/___</td><td>___</td><td>___ série ___ grau</td><td>___</td></tr> <tr><td>100-</td><td>___</td><td>___/___</td><td>___</td><td>___ série ___ grau</td><td>___</td></tr> <tr><td>110-</td><td>___</td><td>___/___</td><td>___</td><td>___ série ___ grau</td><td>___</td></tr> <tr><td>120-</td><td>___</td><td>___/___</td><td>___</td><td>___ série ___ grau</td><td>___</td></tr> </tbody> </table>		6a. Nome	6b. Qual o grau de parentesco com <nome do escolar>?	6c. Qual o mês e ano de nascimento de <nome>?	6d. Qual a idade de <nome>?	6e. Qual foi a última série que <nome> concluiu na escola com aprovação? De que grau ou curso? (Somente para ≥ 7 anos)	6f. Qual a cor ou raça de <nome>?	011-	___	___/___	___	___ série ___ grau	___	022-	___	___/___	___	___ série ___ grau	___	033-	___	___/___	___	___ série ___ grau	___	044-	___	___/___	___	___ série ___ grau	___	055-	___	___/___	___	___ série ___ grau	___	066-	___	___/___	___	___ série ___ grau	___	077-	___	___/___	___	___ série ___ grau	___	088-	___	___/___	___	___ série ___ grau	___	099-	___	___/___	___	___ série ___ grau	___	100-	___	___/___	___	___ série ___ grau	___	110-	___	___/___	___	___ série ___ grau	___	120-	___	___/___	___	___ série ___ grau	___
6a. Nome	6b. Qual o grau de parentesco com <nome do escolar>?	6c. Qual o mês e ano de nascimento de <nome>?	6d. Qual a idade de <nome>?	6e. Qual foi a última série que <nome> concluiu na escola com aprovação? De que grau ou curso? (Somente para ≥ 7 anos)	6f. Qual a cor ou raça de <nome>?																																																																										
011-	___	___/___	___	___ série ___ grau	___																																																																										
022-	___	___/___	___	___ série ___ grau	___																																																																										
033-	___	___/___	___	___ série ___ grau	___																																																																										
044-	___	___/___	___	___ série ___ grau	___																																																																										
055-	___	___/___	___	___ série ___ grau	___																																																																										
066-	___	___/___	___	___ série ___ grau	___																																																																										
077-	___	___/___	___	___ série ___ grau	___																																																																										
088-	___	___/___	___	___ série ___ grau	___																																																																										
099-	___	___/___	___	___ série ___ grau	___																																																																										
100-	___	___/___	___	___ série ___ grau	___																																																																										
110-	___	___/___	___	___ série ___ grau	___																																																																										
120-	___	___/___	___	___ série ___ grau	___																																																																										
<table style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 33%; vertical-align: top;"> Grau de parentesco – Parente (01) Mãe natural (02) Mãe adotiva/madrasta (03) Pai natural (04) Pai adotivo/padrasto (05) Avô (06) Avó (07) Irmã (08) Irmão (09) Tia (10) Tio (11) Outro parente (12) Não tem grau de parentesco </td> <td style="width: 33%; vertical-align: top;"> Série (00) Nenhuma (01) Primeira (02) Segunda (03) Terceira (04) Quarta (05) Quinta (06) Sexta (07) Sétima (08) Oitava (09) Não Seriado (88) Não se aplica (99) Não sabe </td> <td style="width: 33%; vertical-align: top;"> Grau / Curso (00) Nenhum (01) Classe de Alfabetização - CA / Alfabetização de adultos (02) Ensino Fundamental ou 1º Grau / Supletivo / EJA (03) Ensino Médio ou 2º Grau / Supletivo / EJA (04) Superior – Graduação (Não seriado) (05) Especialização (Não seriado) (06) Mestrado (Não seriado) (07) Doutorado ou Pós-Doutorado (Não seriado) (88) Não se aplica (99) Não sabe </td> </tr> <tr> <td colspan="3" style="vertical-align: top;"> Cor / raça – Cor pele (1) Branca (2) Preta (3) Parda/Mulata (4) Amarela (5) Indígena (9) Não sabe informar Outra _____ Li _____ Outra _____ Li _____ Outra _____ Li _____ Outra _____ Li _____ Outra _____ Li _____ Outra _____ Li _____ </td> </tr> </table>		Grau de parentesco – Parente (01) Mãe natural (02) Mãe adotiva/madrasta (03) Pai natural (04) Pai adotivo/padrasto (05) Avô (06) Avó (07) Irmã (08) Irmão (09) Tia (10) Tio (11) Outro parente (12) Não tem grau de parentesco	Série (00) Nenhuma (01) Primeira (02) Segunda (03) Terceira (04) Quarta (05) Quinta (06) Sexta (07) Sétima (08) Oitava (09) Não Seriado (88) Não se aplica (99) Não sabe	Grau / Curso (00) Nenhum (01) Classe de Alfabetização - CA / Alfabetização de adultos (02) Ensino Fundamental ou 1º Grau / Supletivo / EJA (03) Ensino Médio ou 2º Grau / Supletivo / EJA (04) Superior – Graduação (Não seriado) (05) Especialização (Não seriado) (06) Mestrado (Não seriado) (07) Doutorado ou Pós-Doutorado (Não seriado) (88) Não se aplica (99) Não sabe	Cor / raça – Cor pele (1) Branca (2) Preta (3) Parda/Mulata (4) Amarela (5) Indígena (9) Não sabe informar Outra _____ Li _____ Outra _____ Li _____ Outra _____ Li _____ Outra _____ Li _____ Outra _____ Li _____ Outra _____ Li _____																																																																										
Grau de parentesco – Parente (01) Mãe natural (02) Mãe adotiva/madrasta (03) Pai natural (04) Pai adotivo/padrasto (05) Avô (06) Avó (07) Irmã (08) Irmão (09) Tia (10) Tio (11) Outro parente (12) Não tem grau de parentesco	Série (00) Nenhuma (01) Primeira (02) Segunda (03) Terceira (04) Quarta (05) Quinta (06) Sexta (07) Sétima (08) Oitava (09) Não Seriado (88) Não se aplica (99) Não sabe	Grau / Curso (00) Nenhum (01) Classe de Alfabetização - CA / Alfabetização de adultos (02) Ensino Fundamental ou 1º Grau / Supletivo / EJA (03) Ensino Médio ou 2º Grau / Supletivo / EJA (04) Superior – Graduação (Não seriado) (05) Especialização (Não seriado) (06) Mestrado (Não seriado) (07) Doutorado ou Pós-Doutorado (Não seriado) (88) Não se aplica (99) Não sabe																																																																													
Cor / raça – Cor pele (1) Branca (2) Preta (3) Parda/Mulata (4) Amarela (5) Indígena (9) Não sabe informar Outra _____ Li _____ Outra _____ Li _____ Outra _____ Li _____ Outra _____ Li _____ Outra _____ Li _____ Outra _____ Li _____																																																																															

6g. Número de moradores ____ moradores [ESTA NÃO É UMA PERGUNTA! ANOTAR O NÚMERO DE MORADORES DO QUADRO ANTERIOR, SEM ESQUECER DE CONTAR O ESCOLAR]	Numora ____
7. Considerando que o responsável pelo domicílio é quem paga a maior parte das despesas da família, diga quem tem esta responsabilidade na sua casa: (000) Não tem (001) Eu e ____ [ANOTAR Nº DA LINHA DO QUADRO ANTERIOR QUE IDENTIFICA O MORADOR REFERIDO PELO ENTREVISTADO] (002) Sou eu ➡ Pular para a questão 9 Outro morador ____ [ANOTAR Nº DA LINHA DO QUADRO ANTERIOR QUE IDENTIFICA O MORADOR REFERIDO PELO ENTREVISTADO] ➡ Pular para a questão 9 8. Quem é a pessoa que ganha mais neste domicílio? (001) Sou eu (002) Eu e ____ [ANOTAR Nº DA LINHA DO QUADRO ANTERIOR QUE IDENTIFICA O MORADOR REFERIDO PELO ENTREVISTADO] Outro morador ____ [ANOTAR Nº DA LINHA DO QUADRO ANTERIOR QUE IDENTIFICA O MORADOR REFERIDO PELO ENTREVISTADO]	Respona ____ Escoresp ____ Ganha ____ Escoganha ____
Agora farei algumas perguntas para conhecer alguns aspectos do início da vida do(a) <nome do escolar>.	
9. Quanto <nome do escolar> pesou ao nascer? [PEDIR O CARTÃO E ANOTAR EM GRAMAS] ____ g [IGN = 9999] [±] 10. Peso ao nascer foi: (1) Confirmado (2) Só informado [NÃO PERGUNTAR, APENAS REGISTRAR A SITUAÇÃO] 11. <Nome do escolar> mamou no peito? (1) Sim (2) Não ➡ Pular para a questão 13 12. Que idade <nome do escolar> tinha quando deixou de mamar? [IGN = 99; 99; 9] [NSA = 88; 88; 8] [±] ____ dia(s) ____ mês(es) ____ ano(s) 13. Que idade <nome do escolar> tinha quando foi introduzido: [CITAR UM ALIMENTO DE CADA VEZ] [NFI=00; 00; 00] [IGN=99; 99; 99] [±] Água ____ dia(s) ____ mês(es) ____ ano(s) Chá ____ dia(s) ____ mês(es) ____ ano(s) Café ____ dia(s) ____ mês(es) ____ ano(s) Refrigerante ____ dia(s) ____ mês(es) ____ ano(s)	Pesonasc ____ Pesnaconf ____ Mamou ____ Desdia ____ Desmes ____ Desmano ____ Agdia ____ Agmes ____ Agano ____ Chadia ____ Chames ____ Chaano ____ Cafedia ____ Cafemes ____ Cafeano ____ Refridia ____ Refrimes ____ Refriano ____

Leite em pó ____ dia(s) ____ mês(es) ____ ano(s) Leite de vaca ____ dia(s) ____ mês(es) ____ ano(s) Iogurte ____ dia(s) ____ mês(es) ____ ano(s) Fruta ____ dia(s) ____ mês(es) ____ ano(s) Papa salgada ____ dia(s) ____ mês(es) ____ ano(s) Salgadinho de pacote ____ dia(s) ____ mês(es) ____ ano(s)	Leipodia ____ Leipomes ____ Leipoano ____ Leivadia ____ Leivames ____ Leivaano ____ Iogurdia ____ Iogurmes ____ Iogurano ____ Frutadia ____ Frutames ____ Frutaano ____ Papadia ____ Papames ____ Papaano ____ Salgadia ____ Salgames ____ Salgaano ____
As próximas perguntas se referem à alimentação atual do(a) <nome do escolar>.	
14. <Nome do escolar> faz alguma dieta especial? (0) Não Sim, para qual situação? _____ 15. Quais refeições <nome do escolar> costuma fazer durante o dia? [CITAR UMA REFEIÇÃO DE CADA VEZ] Café da manhã (0) Não (1) Sim, em que local? _____ Lanche da manhã (0) Não (1) Sim, em que local ? _____ Almoço (0) Não (1) Sim, em que local ? _____ Lanche da tarde (0) Não (1) Sim, em que local ? _____ Jantar (0) Não (1) Sim, em que local ? _____ Lanche da noite (0) Não (1) Sim, em que local ? _____ Outro, qual _____, em que local? _____	Dietesp ____ Cafe ____ Locafe ____ Lanma ____ Lolanma ____ Almoço ____ Loalmo ____ Lantar ____ Lolantar ____ Janta ____ Lojanta ____ Lannoi ____ Lolannoi ____ Outro ____ Locoutro ____

[PARA A QUESTÃO 16, VOCÊ DEVE SEMPRE SALIENTAR QUE ESTÁ SE REFERINDO AOS ÚLTIMOS 7 DIAS]

16. A seguir será apresentada uma lista de alimentos. Por favor, pense na alimentação do <nome do escolar> **nos últimos 7 dias**, lembre-se de todas as refeições – café da manhã, almoço, jantar e lanches - que ele fez em casa, na escola ou em qualquer outro local, e responda: Nos **últimos 7 dias**, desde <dia da semana> até ontem, em quantos dias <nome do escolar> comeu os seguintes alimentos ou bebidas? [CITAR CADA ALIMENTO]

Alimentos	0	1	2	3	4	5	6	7	9
Arroz	0	1	2	3	4	5	6	7	9
Milho	0	1	2	3	4	5	6	7	9
Aipim	0	1	2	3	4	5	6	7	9
Batata	0	1	2	3	4	5	6	7	9
Massa	0	1	2	3	4	5	6	7	9
Pães	0	1	2	3	4	5	6	7	9
Feijão	0	1	2	3	4	5	6	7	9
Nos últimos 7 dias, desde <dia da semana> até ontem em quantos dias <nome do escolar> comeu os seguintes alimentos ou bebidas?									
Alface	0	1	2	3	4	5	6	7	9
Repolho	0	1	2	3	4	5	6	7	9
Tomate	0	1	2	3	4	5	6	7	9
Pepino	0	1	2	3	4	5	6	7	9
Couve	0	1	2	3	4	5	6	7	9
Moranga	0	1	2	3	4	5	6	7	9
Chuchu	0	1	2	3	4	5	6	7	9
Cenoura	0	1	2	3	4	5	6	7	9
Beterraba	0	1	2	3	4	5	6	7	9
Frutas	0	1	2	3	4	5	6	7	9
Salada de frutas	0	1	2	3	4	5	6	7	9
Nos últimos 7 dias, desde <dia da semana> até ontem em quantos dias <nome do escolar> comeu os seguintes alimentos ou bebidas?									
Leite	0	1	2	3	4	5	6	7	9
Queijo	0	1	2	3	4	5	6	7	9
Iogurte	0	1	2	3	4	5	6	7	9
Carne	0	1	2	3	4	5	6	7	9
Frango	0	1	2	3	4	5	6	7	9
Peixe	0	1	2	3	4	5	6	7	9
Ovo	0	1	2	3	4	5	6	7	9
Nos últimos 7 dias, desde <dia da semana> até ontem em quantos dias <nome do escolar> comeu os seguintes alimentos ou bebidas?									
Linguiça/salsichão	0	1	2	3	4	5	6	7	9
Mortadela	0	1	2	3	4	5	6	7	9
Salsicha	0	1	2	3	4	5	6	7	9
Apresuntada/presunto	0	1	2	3	4	5	6	7	9
Salame	0	1	2	3	4	5	6	7	9
Margarina	0	1	2	3	4	5	6	7	9
Manteiga	0	1	2	3	4	5	6	7	9
Algum alimento frito	0	1	2	3	4	5	6	7	9

Arroz __

Milho __

Aipim __

Batata __

Massa __

Pães __

Feijão __

Alface __

Repolho __

Tomate __

Pepino __

Couve __

Moranga __

Chuchu __

Cenoura __

Beterraba __

Fruta __

Salfruta __

Leite __

Queijo __

Iogurte __

Carne __

Frango __

Peixe __

Ovo __

Linguiça __

Mortadela __

Salsicha __

Apresun __

Salame __

Margarina __

Manteiga __

Frituras __

Nos últimos 7 dias, desde <dia da semana> até ontem em quantos dias <nome do escolar> comeu os seguintes alimentos ou bebidas?										
Biscoitos doces	0	1	2	3	4	5	6	7	9	
Biscoitos recheados	0	1	2	3	4	5	6	7	9	
Biscoitos salgados	0	1	2	3	4	5	6	7	9	
Salgadinhos de pacote	0	1	2	3	4	5	6	7	9	
Bala	0	1	2	3	4	5	6	7	9	
Chocolate	0	1	2	3	4	5	6	7	9	
Chiclete	0	1	2	3	4	5	6	7	9	
Pirulito	0	1	2	3	4	5	6	7	9	
Rapadurinha	0	1	2	3	4	5	6	7	9	
Refrigerante	0	1	2	3	4	5	6	7	9	
Suco tipo Tang	0	1	2	3	4	5	6	7	9	

17. O(a) <nome do escolar> **costuma** comer carne gorda?
 (0) Não (1) Sim (2) Não come carne

18. O(a) <nome do escolar> **costuma** comer a pele do frango?
 (0) Não (1) Sim (2) Não come frango

19. O(a) <nome do escolar> **costuma** colocar ou pedir para colocar mais sal na comida quando seu prato já está servido?
 (0) Não (1) Sim (2) Não come alimentação preparada com sal

20. Quantos copos de água <nome escolar> **costuma** tomar por dia?
 ____ copo(s) [Não bebe=00] [IGN=99] [±]

21. Suco natural é aquele feito com a fruta, quantos copos de suco **natural** <nome escolar> **costuma** tomar por dia?
 ____ copo(s) [Não bebe=00] [IGN=99] [±]

22. Qual o tipo de gordura **mais usado** na sua casa para cozinhar os alimentos? [RESPOSTA ESPONTÂNEA]
 (1) Banha animal (2) Óleo vegetal/Azeite (3) Margarina (4) Manteiga (5) Não usa gordura

Agora gostaria de fazer algumas perguntas sobre diversas atividades que <nome do escolar> realiza.

23. **Em média**, quantas horas por dia o(a) <nome do escolar> assiste TV? [±]
 ____ horas ____ minutos (000) Não assisti (999) Não sei

24. **Em média**, quantas horas por dia o(a) <nome do escolar> joga videogame? [±]
 ____ horas ____ minutos (000) Não joga (999) Não sei

25. **Em média**, quantas horas por dia o(a) <nome do escolar> fica no computador? [±]
 ____ horas ____ minutos (000) Não fica (999) Não sei

26. **Em média**, quantas horas por noite, <nome do escolar> **costuma** dormir? [±]
 ____ horas ____ minutos (999) Não sei

27. <Nome do escolar> assiste TV ou joga videogame ou fica no computador enquanto come: **frequentemente, às vezes ou nunca?**
 (1) Frequentemente (2) Às vezes (3) Nunca (9) Não sei

Biscodoce ____

Biscore ____

Biscosal ____

Salpaco ____

Bala ____

Chocola ____

Chiclete ____

Pirulito ____

Rapadura ____

Refri ____

Sucoin ____

Cargorda ____

Pele ____

Sal ____

Água ____

Suco ____

Gordura ____

Teve ____

Video ____

Computa ____

Horasono ____

Refteve ____

28. Durante os últimos 7 dias, de <dia da semana> até ontem, <nome do escolar> esteve doente ou impedido de fazer atividades físicas? (0) Não (1) Sim ➡ Pular para a questão 30 29. Em quantos dias dos últimos 7 dias, de <dia da semana> até ontem, <nome do escolar> realizou atividades como correr, pular corda, andar de bicicleta, jogar futebol, etc., que fizeram com que ele(a) suasse muito ou respirasse mais forte do que o normal? _____ dias [Não realizou=0] [NSA=8] [IGN=9]	Doente ____ Ativo ____																																
Agora, farei algumas perguntas sobre a sua moradia.																																	
30. Sua moradia é de: [CITAR AS OPÇÕES] (1) Madeira (2) Alvenaria/tijolo (3) Mista Outro material, qual? _____ 31. Qual a situação da sua moradia? [CITAR AS OPÇÕES]: (1) Própria (2) Alugada (3) Cedida Outra situação, qual? _____ 32. Nesta casa tem empregada(o) doméstica(o) que recebe salário mensal? (0) Não Sim, quantos? (1) Um (2) Dois ou mais 33. Por favor, responda quais e quantos destes itens têm na sua casa, considere somente os aparelhos que estejam funcionando no momento: [CITAR CADA ITEM] <table border="0"> <tr> <td>Rádio</td> <td>(0) Não</td> <td>Sim, quantos</td> <td>(1) (2) (3) (4) quatro ou mais</td> </tr> <tr> <td>TV a cores</td> <td>(0) Não</td> <td>Sim, quantos</td> <td>(1) (2) (3) (4) quatro ou mais</td> </tr> <tr> <td>Máquina de lavar</td> <td>(0) Não</td> <td>Sim, quantos</td> <td>(1) (2) (3) (4) quatro ou mais</td> </tr> <tr> <td>Banheiro</td> <td>(0) Não</td> <td>Sim, quantos</td> <td>(1) (2) (3) (4) quatro ou mais</td> </tr> <tr> <td>Vídeo cassete / DVD</td> <td>(0) Não</td> <td>Sim, quantos</td> <td>(1) (2) (3) (4) quatro ou mais</td> </tr> <tr> <td>Carro</td> <td>(0) Não</td> <td>Sim, quantos</td> <td>(1) (2) (3) (4) quatro ou mais</td> </tr> <tr> <td>Geladeira</td> <td>(0) Não</td> <td>Sim, quantos</td> <td>(1) (2) (3) (4) quatro ou mais</td> </tr> <tr> <td>Freezer/ Geladeira Duplex</td> <td>(0) Não</td> <td>Sim, quantos</td> <td>(1) (2) (3) (4) quatro ou mais</td> </tr> </table> 34. A família ou alguém da família recebe algum tipo de benefício do governo (por ex. bolsa-família) ou doação? (0) Não Sim, qual? _____	Rádio	(0) Não	Sim, quantos	(1) (2) (3) (4) quatro ou mais	TV a cores	(0) Não	Sim, quantos	(1) (2) (3) (4) quatro ou mais	Máquina de lavar	(0) Não	Sim, quantos	(1) (2) (3) (4) quatro ou mais	Banheiro	(0) Não	Sim, quantos	(1) (2) (3) (4) quatro ou mais	Vídeo cassete / DVD	(0) Não	Sim, quantos	(1) (2) (3) (4) quatro ou mais	Carro	(0) Não	Sim, quantos	(1) (2) (3) (4) quatro ou mais	Geladeira	(0) Não	Sim, quantos	(1) (2) (3) (4) quatro ou mais	Freezer/ Geladeira Duplex	(0) Não	Sim, quantos	(1) (2) (3) (4) quatro ou mais	Tipohabi ____ Situmora ____ Emprega ____ Radio ____ TV ____ Maqlava ____ Banho ____ Vídeo ____ Carro ____ Gelade ____ Freezer ____ Beneficio ____
Rádio	(0) Não	Sim, quantos	(1) (2) (3) (4) quatro ou mais																														
TV a cores	(0) Não	Sim, quantos	(1) (2) (3) (4) quatro ou mais																														
Máquina de lavar	(0) Não	Sim, quantos	(1) (2) (3) (4) quatro ou mais																														
Banheiro	(0) Não	Sim, quantos	(1) (2) (3) (4) quatro ou mais																														
Vídeo cassete / DVD	(0) Não	Sim, quantos	(1) (2) (3) (4) quatro ou mais																														
Carro	(0) Não	Sim, quantos	(1) (2) (3) (4) quatro ou mais																														
Geladeira	(0) Não	Sim, quantos	(1) (2) (3) (4) quatro ou mais																														
Freezer/ Geladeira Duplex	(0) Não	Sim, quantos	(1) (2) (3) (4) quatro ou mais																														
[PARA AS QUESTÕES 35 a 49 E 51 a 53, VOCÊ DEVE SEMPRE SALIENTAR QUE ESTÁ SE REFERINDO AOS ÚLTIMOS 3 MESES]																																	
Agora vou ler para =☺= algumas perguntas sobre a alimentação em sua casa. Elas podem ser parecidas umas com as outras, mas é importante que =☺= responda todas elas.																																	
35. Nos últimos 3 meses, =☺= teve preocupação de que a comida na sua casa acabasse antes que =☺= tivesse condição de comprar ou receber mais comida? (1) Sim (2) Não (9) Não sabe ou recusa responder 36. Nos últimos 3 meses, a comida acabou antes que =☺= tivesse dinheiro para comprar mais? (1) Sim (2) Não (9) Não sabe ou recusa responder 37. Nos últimos 3 meses, =☺= ficou sem dinheiro para ter uma alimentação saudável e variada? (1) Sim (2) Não (9) Não sabe ou recusa responder	Preocupa ____ Comacaba ____ Semdin ____																																

38. Nos últimos 3 meses, ☹️ teve que se arranjar com apenas alguns alimentos porque o dinheiro acabou? (1) Sim (2) Não (9) Não sabe ou recusa responder	Algumali ____
39. Nos últimos 3 meses, ☹️ não pode oferecer a(s) suas criança/adolescente(s) uma alimentação saudável e variada porque não tinha dinheiro? (1) Sim (2) Não (9) Não sabe ou recusa responder	Alsaucrí ____
40. Nos últimos 3 meses, a(s) criança/adolescente(s) não comeu (comeram) quantidade suficiente porque não havia dinheiro para comprar a comida? (1) Sim (2) Não (9) Não sabe ou recusa responder	Quansufi ____
41. Nos últimos 3 meses, ☹️ ou algum adulto em sua casa diminuiu, alguma vez, a quantidade de alimentos nas refeições ou pularam refeições, porque não havia dinheiro suficiente para comprar a comida? (1) Sim (2) Não (9) Não sabe ou recusa responder	Diminali ____
42. Nos últimos 3 meses, ☹️ alguma vez comeu menos do que achou que devia porque não havia dinheiro o suficiente para comprar comida? (1) Sim (2) Não (9) Não sabe ou recusa responder	Comenos ____
43. Nos últimos 3 meses, ☹️ alguma vez sentiu fome mas não comeu porque não podia comprar comida suficiente? (1) Sim (2) Não (9) Não sabe ou recusa responder	Fome ____
44. Nos últimos 3 meses, ☹️ perdeu peso porque não tinha dinheiro suficiente para comprar comida? (1) Sim (2) Não (9) Não sabe ou recusa responder	Perpeso ____
45. Nos últimos 3 meses, ☹️ ou qualquer outro adulto em sua casa ficou, alguma vez, um dia inteiro sem comer ou, teve apenas uma refeição ao dia, porque não havia dinheiro para a comida? (1) Sim (2) Não (9) Não sabe ou recusa responder	Diasemco ____
46. Nos últimos 3 meses, ☹️ alguma vez diminuiu a quantidade de alimentos das refeições de sua(s) criança/adolescente(s), porque não havia dinheiro o suficiente para comprar a comida? (1) Sim (2) Não (9) Não sabe ou recusa responder	Dimincrí ____
47. Nos últimos 3 meses, alguma vez ☹️ teve de pular uma refeição da(s) criança/adolescente(s) porque não havia dinheiro para comprar a comida? (1) Sim (2) Não (9) Não sabe ou recusa responder	Pularefe ____
48. Nos últimos 3 meses, sua(s) criança/adolescente(s) teve (tiveram) fome mas ☹️ simplesmente não podia comprar mais comida? (1) Sim (2) Não (9) Não sabe ou recusa responder	Fomecrí ____
49. Nos últimos 3 meses, sua(s) criança/adolescente(s) ficou (ficaram) sem comer por um dia inteiro porque não havia dinheiro para comprar a comida? (1) Sim (2) Não (9) Não sabe ou recusa responder	Crisemco ____
50. A sua família recebe ajuda de alguma instituição ou de alguma pessoa para sua alimentação? (1) Sim (2) Não (9) Não sabe ou recusa responder	Ajuda ____

55. Para finalizar, <nome do escolar> usa telefone celular muito frequentemente; frequentemente; às vezes ou nunca? (0) Não tem celular (1) Nunca (2) Às vezes (3) Frequentemente (4) Muito frequentemente TERMINAMOS! Obrigada pela sua participação e atenção!	Celular ____
--	---------------------

APÊNDICE B - CARTAZ

ATENÇÃO ALUNOS DO CURSO DE NUTRIÇÃO

O PPG de Saúde Coletiva da UNISINOS seleciona voluntários para a coleta de dados da pesquisa Adesão aos “10 Passos da Alimentação Saudável para Crianças” entre escolares do 1º ano das escolas municipais de ensino fundamental de São Leopoldo.

**INTERESSADOS ENVIAR E- MAIL ATÉ O DIA 19/03/2011
PARA ruthenn@unisinoss.br**

**OS PARTICIPANTES GANHARÃO CERTIFICADO DE
PARTICIPAÇÃO EM PESQUISA QUE VALERÁ COMO HORAS
COMPLEMENTARES.**

A apresentação do projeto e o treinamento dos participantes será realizado:

DATA: 26/03/2011

HORÁRIO: 9:00 às 17:00

LOCAL: SALA 2D113

APÊNDICE C – MANUAL DE INSTRUÇÕES



UNIVERSIDADE DO VALE DO RIO DOS SINOS
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM SAÚDE COLETIVA

MANUAL DE INSTRUÇÕES

1 O PROJETO - ADESÃO AOS “10 PASSOS DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL PARA CRIANÇAS” ENTRE ESCOLARES DO 1º ANO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS DE ENSINO FUNDAMENTAL DE SÃO LEOPOLDO, RS

Este projeto de pesquisa está sendo desenvolvido pelo Programa de Pós-graduação em Saúde Coletiva da Universidade do Vale do Rio dos Sinos – UNISINOS – e tem o apoio da Equipe de Nutrição da Secretaria Municipal de Educação de São Leopoldo.

O objetivo do estudo é avaliar a frequência de adesão aos 10 Passos da alimentação saudável para crianças entre escolares da rede municipal de ensino de São Leopoldo. Com este estudo será possível fazer um diagnóstico do padrão alimentar destes escolares e posteriormente propor um estudo de intervenção. A pesquisa será conduzida em 35 escolas da rede municipal.

2 A EQUIPE DO PROJETO

- Coordenador geral: Professora Ruth Liane Henn, do Programa de Pós-graduação em Saúde Coletiva da UNISINOS.
- Co-investigadora e Coordenadora de campo: Vanessa Backes, nutricionista da Secretaria Municipal de Educação de São Leopoldo.
- Co-investigadora: Maria Teresa Anselmo Olinto, do Programa de Pós-graduação em Saúde Coletiva da UNISINOS.
- Supervisores¹ do trabalho de campo: Ana Paula Weber e Keli Vicenzi, ambas são mestrandas do PPG em Saúde Coletiva da UNISINOS.
- Supervisores² do trabalho de campo: Bárbara T. Scherer; Graciela Garcia Vargas; Jordana Magnus; Márcia Batu Porto; Talita Donatti; Rafaela Bordin.
- Secretária: Graciela Garcia Vargas

- Neste projeto também atuam entrevistadores, digitadores, além de estagiárias da Equipe de Nutrição da Secretaria Municipal de Educação.

3 SELEÇÃO DOS PARTICIPANTES

3.1 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO

Serão incluídos todos os escolares do 1º ano, que estiverem freqüentando a escola no período da coleta de dados.

3.2 CRITÉRIOS DE EXCLUSÃO

Serão excluídos aqueles escolares que apresentarem alguma deficiência física, que impossibilite a tomada das medidas antropométricas, e escolares que realizam dietas para condições especiais. Esta exclusão será considerada somente na análise dos dados, assim, as mães destes escolares também serão entrevistadas. A informação sobre a impossibilidade de se obter as medidas antropométricas será fornecida pela Equipe de Nutrição da Secretaria Municipal de Educação. Para saber se o escolar realiza dieta para alguma condição especial, no início do módulo sobre alimentação do escolar tem a pergunta “O(a) <nome do escolar> faz alguma dieta especial?”, se a resposta for sim, será perguntado “Para qual situação?”.

4 ORIENTAÇÕES GERAIS

O manual de instruções serve para esclarecer as dúvidas. **DEVE ESTAR SEMPRE COM VOCÊ.** Erros no preenchimento do questionário poderão indicar que você não consultou o manual. **RELEIA O MANUAL PERIODICAMENTE.** Evite confiar excessivamente na própria memória. A seguir, serão fornecidas orientações gerais para a realização da coleta de dados.

4.1 LEVE SEMPRE COM VOCÊ

- Crachá com a carteira de identidade
- Jaleco
- Pasta
- Manual de instruções
- Lápis
- Caneta
- Apontador
- Borracha
- Grampeador
- Questionários em branco (somente no caso deles não ficarem na escola)

4.2 A ENTREVISTA

Apresentamos, a seguir, orientações gerais sobre como abordar e entrevistar. Elas são importantíssimas, são o código de conduta do entrevistador. Informações específicas são apresentadas mais adiante.

- Procure apresentar-se de uma forma simples e sem exageros. Tenha bom senso no vestir. Se usar óculos escuros, retire-os ao abordar a mãe/responsável do escolar. Não masque chicletes, nem coma ou beba algum alimento durante a entrevista. **Nem pense em fumar quando estiver abordando ou entrevistando a mãe/responsável. NÃO USE O CELULAR DURANTE A ENTREVISTA.**
- Esteja sempre portando o seu crachá de identificação. Se necessário, forneça o número do telefone da sala de pesquisa (3591-1232) para que a mãe/responsável possa ligar e obter mais informações sobre a pesquisa.
- **Nunca esquecer:** seja sempre gentil e educado, pois a mãe/responsável não tem obrigação de responder o questionário. A primeira impressão é **muito** importante.
- **No primeiro contato, deixe claro que você faz parte de um projeto de pesquisa da UNISINOS, e que quer apenas conversar.**
- **Repetir que o estudo é absolutamente confidencial, isto é, as informações prestadas pela pessoa não serão reveladas a ninguém. Além disso, as informações serão armazenadas em um banco de dados sem o nome das pessoas.**
- **Nunca** demonstre pressa ou impaciência diante de suas hesitações ou demora ao responder uma pergunta.
- Trate os entrevistados por ‘Senhora ou Senhor’, você não tem qualquer intimidade com eles. No entanto, quando forem pessoas mais jovens podem ser tratadas informalmente como por ‘Você’. Refira-se ao escolar sempre pelo seu nome.
- Durante a entrevista, de quando em quando, faça referência ao nome do entrevistado. É uma forma de ganhar a atenção e manter o interesse do entrevistado. Por exemplo: “Dona Maria, agora vamos falar sobre....” e não simplesmente “Agora vamos falar sobre...”.
- Jamais chame alguém por **tia, mãe, vó**. Isso é sempre interpretado como desinteresse pela pessoa.
- Nunca demonstre censura, aprovação ou surpresa diante das respostas. Lembre-se de que o propósito da entrevista é obter informações e não transmitir ensinamentos ou influenciar as condutas das pessoas. A postura do entrevistador deve ser sempre neutra em relação às pessoas.

- Procure fazer com que o diálogo seja dinâmico, demonstre interesse pelo que lhe está sendo reportado.
- É essencial que você conheça profundamente o conteúdo do questionário que vai aplicar, bem como, o manual do entrevistador, estando totalmente familiarizado com os termos usados na entrevista, para que não haja nenhuma dúvida ou hesitação de sua parte na hora de formular perguntas e anotar respostas. É só o entrevistado que tem o direito de hesitar.
- Seja claro na formulação das perguntas, utilizando o texto do questionário. Caso o entrevistado não entenda, repita. Só depois disso você deve reformular a questão para tentar que ela seja entendida.
- **Nunca** influencie ou sugira respostas, acrescentando afirmações, negações, expressões, como por exemplo, NÃO, SIM, NÉ, etc. Dê tempo ao entrevistado para que reflita e encontre a resposta com suas próprias palavras. Se você não conseguir obter nenhuma resposta, leia **todas** as alternativas antes de deixar que o entrevistado responda. Assim ele não vai escolher logo a primeira possibilidade que for oferecida.
- Em casos específicos, as alternativas devem ser lidas. Isto estará claramente indicado no questionário.
- Procure manter um diálogo aberto com os supervisores do trabalho de campo, reportando imediatamente qualquer problema, dificuldade ou dúvida que apareça no decorrer do treinamento e entrevistas. As suas sugestões são importantes no sentido de aprimorar o trabalho de campo.
- **Seja sempre pontual.**
- **Mantenha sempre à mão o seu Manual do Entrevistador** e não tenha vergonha de consultá-lo, se necessário, durante a entrevista.

4.3 ALGUMAS DEFINIÇÕES BÁSICAS

FAMÍLIA - Considerar uma família como sendo constituída por todos aqueles que dormem no domicílio e compartilham a comida preparada na mesma cozinha. Observe que algumas vezes famílias diferentes moram no mesmo domicílio, outras vezes no mesmo terreno, mas em domicílios diferentes e independentes.

MORADORES - São as pessoas que têm o domicílio como local de residência habitual na data da entrevista, podendo estar presentes ou ausentes temporariamente, por período não superior a 12 meses.

5 ETAPAS DO TRABALHO DE CAMPO

A seguir, serão descritos os procedimentos para orientar a coleta de dados.

5.1 Distribuição dos questionários:

Além do coordenador e dos co-investigadores, a equipe de pesquisa é composta por supervisores de campo. Cada supervisor ficará responsável por um grupo de entrevistadores. Este supervisor terá a incumbência de supervisionar a coleta de dados, de esclarecer dúvidas e de receber os questionários preenchidos.

A princípio, em cada escola, haverá um lugar para guardar o material da pesquisa. Neste lugar ficarão guardados os questionários em branco, que serão distribuídos pela Coordenadora do trabalho de campo, a Planilha de Controle Geral, Planilha de Controle Individual e as agendas.

Os questionários já estarão numerados. O número será de 5 dígitos, sendo que os 2 últimos dígitos correspondem ao código da escola. Ex.: se o código da escola for 35, o número de alunos for 110, os questionários desta escola serão numerados do 00135 ao 11035.

Caso em alguma escola não seja possível deixar o questionário na secretaria, os mesmos deverão ser retirados com os supervisores, nos horários disponibilizados pelos mesmos.

No caso da entrevista ter sido agendada para ser realizada no domicílio, não esquecer de pegar o questionário em branco, seja na escola ou com o supervisor.

Os questionários preenchidos, revisados e codificados deverão ser entregues SEMANALMENTE aos supervisores e estes ficarão responsáveis por guardá-los no armário da sala da pesquisa, dentro da pasta identificada com o nome da escola.

5.2 O entrevistador na escola:

A planilha de horários dos entrevistadores deverá ser organizada de tal forma que, em cada escola, sempre tenha, no mínimo, um entrevistador 20 minutos antes do final da aula, no turno da manhã e 20 minutos antes do final da aula do turno da tarde.

Em cada escola haverá um local para a realização das entrevistas, uma Planilha de Controle Geral, Planilha de Controle Individual e agenda.

PLANILHA DE CONTROLE GERAL (PCG): documento onde constarão os dados referentes ao escolar (nome do escolar e da mãe/responsável, endereço e telefone para contato) e a situação da entrevista, conforme código no rodapé da planilha. Esta planilha deverá permanecer na escola.

PLANILHA DE CONTROLE INDIVIDUAL (PCI): será utilizada em três momentos:

- a) na abordagem, quando deverá ser anotado o nome da mãe/responsável e do escolar, endereço, telefone para contato e situação da entrevista, conforme código no rodapé da planilha;
- b) quando chegar à escola, neste caso, será passado para a planilha o nome da mãe/aluno agendada para entrevista;
- c) no final, a situação da entrevista, conforme código no rodapé da planilha.

Cada entrevistador terá a sua Planilha de Controle Individual, identificada com o seu nome. Estas planilhas deverão permanecer na escola.

As entrevistas do turno da manhã deverão ser agendadas para ocorrerem das 8:30 h até 11 h. As entrevistas do turno da tarde deverão ser agendadas para ocorrerem das 14 h até 16:30 h. Considerar um tempo médio de 30 minutos para a aplicação do questionário.

Procedimentos para a coleta de dados – assim que chegar à escola, os entrevistadores deverão verificar, na agenda, as suas entrevistas para o turno e registrar na sua Planilha de Controle Individual o nome da mãe/responsável que será entrevistada e do respectivo escolar. Um dos entrevistadores deverá atualizar a PCG com base nas PCI do dia anterior. Após passar os dados para a PCG, escrever “ok” na linha correspondente na PCI. A seguir, deverão verificar o local que a escola destinou para a realização das entrevistas, dirigirem-se a este local e aplicar os questionários às mães/responsáveis, conforme o treinamento recebido e as instruções do Manual. Registrar na PCI, o código correspondente à situação da entrevista (01 – ENTREVISTA REALIZADA; 03 – NÃO COMPARECIMENTO À ENTREVISTA AGENDADA). Vinte minutos antes do final da aula, os entrevistadores deverão dirigir-se para o portão da escola ou para a porta da sala de aula, de acordo com a cultura de cada escola, para fazer a abordagem e o agendamento. Um dos entrevistadores ficará responsável pelos agendamentos e os demais pela abordagem das mães/responsáveis, lembrando de fazer os registros na Planilha de Controle Individual.

Atenção! Como é comum ocorrer entrada de novos alunos na escola, é possível que ao se fazer a atualização da PLG o nome de um aluno não esteja na relação, neste caso,- acrescentá-lo no final da planilha e preencher o restante dos dados.

Orientações para a abordagem das mães/responsáveis

Na entrada da escola – no caso dos escolares serem deixados no portão da escola, aguardar neste local e a cada mãe/responsável dizer:

<<Com licença, bom dia/boa tarde, em que ano seu filho estuda? Caso seja no primeiro ano, dizer: “Meu nome é >>>>>>, sou entrevistadora da pesquisa da

Unisinos. Já apresentamos a pesquisa em outro momento e agora gostaríamos de agendar a entrevista com =☺=. Precisamos de algumas informações: Qual o seu nome e o nome do escolar? Qual o seu endereço? Tem um telefone para contato? Este telefone é seu mesmo? (Estes dados deverão ser registrados na Planilha de Controle Individual) **A=☺= tem disponibilidade para fazer o agendamento agora?"**

Se a mãe/responsável responder que sim, encaminhá-la para o entrevistador responsável pelo agendamento.

Se a mãe/responsável responder que não, informar que faremos contato para agendar a entrevista.

Atenção: Não esquecer de registrar na Planilha de Controle Individual a situação da entrevista (02 – ENTREVISTA AGENDADA; 04 – SÓ NO DOMICÍLIO; 05 – CONTATAR PARA AGENDAR; 06 – OUTRA SITUAÇÃO).

No caso da mãe/responsável abordada não ter filho no primeiro ano, dizer:

<<Ah, preciso conversar com mães ou responsáveis por alunos do primeiro ano. De qualquer forma, obrigada pela atenção.>>

Na entrada da sala de aula - no caso dos escolares serem deixados na sala de aula, ficar aguardando na porta da sala e falar à mãe/responsável:

<<Com licença, bom dia/boa tarde, meu nome é >>>>>>, sou entrevistadora da pesquisa da Unisinos. Já apresentamos a pesquisa em outro momento e agora gostaríamos de agendar a entrevista com =☺=. Precisamos de algumas informações: Qual o seu nome e o nome do escolar? Qual o seu endereço? Tem um telefone para contato? Este telefone é seu mesmo? (Estes dados deverão ser registrados na Planilha de Controle Individual) **A=☺= tem disponibilidade para fazer o agendamento agora?"**

Se a mãe/responsável responder que sim, encaminhá-la para o entrevistador responsável pelo agendamento.

Se a mãe/responsável responder que não, informar que faremos contato para agendar a entrevista.

Atenção: Não esquecer de registrar na Planilha de Controle Individual a situação da entrevista (02 – ENTREVISTA AGENDADA; 04 – SÓ NO DOMICÍLIO; 05 – CONTATAR PARA AGENDAR; 06 – OUTRA SITUAÇÃO).

Orientações para o agendamento:

- Anotar na agenda o nome completo da mãe/responsável e do escolar no dia e horário disponibilizados para a entrevista.

- Entregar para mãe/responsável o Cartão Lembrete com a data, o horário e a palavra 'ESCOLA' (somente para lembrar que a entrevista será na escola).
- Orientar a mãe/responsável para que traga o Cartão da Criança no dia da entrevista.
- Orientar a mãe/responsável para que, no dia da entrevista, se informe, junto à secretaria, em que espaço da escola a mesma será realizada.

Procedimentos após o final do turno de trabalho:

- Revisar e codificar o questionário.
- Entregar questionários para o supervisor, semanalmente, conforme combinado.

6 INSTRUÇÕES GERAIS PARA O PREENCHIMENTO DOS QUESTIONÁRIOS

- Cuide bem dos questionários. Eles devem ser mantidos sempre na pasta para que não amassem ou molhem.
- Posicione-se, de preferência, frente a frente com a pessoa entrevistada, evitando que ela leia as questões durante a entrevista.
- As perguntas devem ser lidas da mesma forma como estão escritas no questionário, sem omitir ou acrescentar palavras, acentuando as palavras em **negrito**.
- Antes de aceitar uma resposta como ignorada, deve-se tentar obter uma resposta. Repita novamente a pergunta. Se a resposta for vaga ou duvidosa, anotar por extenso e discutir com o supervisor. Use as respostas **"IGN; não sabe; não sei"** somente em último caso. Lembre-se que uma resposta não coletada é uma resposta perdida.
- Para as questões **9; 12; 13; 20; 21; 23-26**, se o entrevistado responder que não sabe ou não se lembra, faça a pergunta: "Mas nem mais ou menos?". Se ele conseguir dar uma resposta mais ou menos, anote o valor e o sinal (**±**) ao lado da resposta. Se ele não souber nem mais ou menos, então use os códigos para **"IGN; não sabe; não sei"**.
- Os questionários devem ser preenchidos a lápis ou lapiseira, com muita atenção, usando borracha para as devidas correções.

- As respostas do entrevistado deverão ser marcadas no corpo do questionário e não devem ser colocadas diretamente na coluna de codificação.
- As respostas pré-codificadas com número devem ser marcadas com um círculo, como no exemplo a seguir:

(1) Sim (2) Não (9) Não sei ou recusa responder

- As respostas com espaço __ __ devem ser preenchidas com números legíveis dentro do espaço, como no exemplo a seguir:

4 0 dias

- As letras e números devem ser escritos de maneira **absolutamente legível**, sem deixar margem para dúvidas. Lembre-se! Tudo isto vai ser relido e digitado. De preferência, use letra de forma.
- Vamos padronizar os números de acordo com o exemplo: **1 2 3 4 5 6 7 8 9 0**. Em especial, o número **1** não tem aba e nem pé. Quanto mais a gente capricha no um, mais ele fica parecido com o dois. Não se corta o **7**. Não deixar o quatro aberto. Faça um cinco bem diferente do nove!
- **Nunca** deixe **nenhuma** resposta em branco, lembre-se que, no caso de uma pergunta sem resposta, você poderá ter que agendar outra entrevista.
- Não use abreviações ou siglas, a não ser que tenham sido fornecidas pelo manual.
- Datas devem aparecer sempre na ordem: dia – mês – ano e todos os espaços devem ser preenchidos. Para datas anteriores ao dia e mês 10, escreva o número do dia e mês precedido de **0 (zero)**. Exemplo: 0 2 / 0 4 / 1 9 8 5
- Nunca passe para a próxima pergunta se tiver alguma dúvida sobre a questão que acabou de ser respondida. Se necessário, peça para que se repita a resposta. Não registre a resposta se não estiver **absolutamente** seguro de ter entendido o que foi dito pelo entrevistado.
- Em caso de dúvida em qualquer questão do questionário, você deverá fazer um comentário escrevendo um número rodeado por um círculo na questão. Repita o número na última folha do questionário e escreva o seu comentário/dúvida. Essa iniciativa pode ser motivada pelo fato de nenhuma alternativa corresponder à resposta fornecida pelo entrevistado, ou pelo fato dele ter se mostrado particularmente inseguro ou hesitante ao responder.
- Preste muita atenção para **não pular** nenhuma pergunta e não deixar nenhum espaço em branco. Ao final de cada página do questionário, procure verificar se todas as perguntas da página foram respondidas.
- Nunca confie em sua memória e não deixe para registrar nenhuma informação depois da entrevista. Não encerre a entrevista com dúvidas ou espaços ainda por preencher.

- Serão usados os seguintes símbolos no corpo do questionário: =☺= e ➡ **Pular para a questão**

=☺=: Este símbolo indica a forma como as pessoas devem ser tratadas - Senhora, Senhor ou você.

➡ **Pular para a questão 28:** Esta mão apontando, seguida da indicação **Pular para a questão** e um número, indica para onde se deve pular o questionário quando uma determinada resposta é dada.

- Chamadas especiais no questionário:

- Frases escritas em negrito dentro de caixas cinza devem ser lidas aos entrevistados.

- As instruções que estão escritas em letras maiúsculas e estão entre colchetes servem apenas para orientar o entrevistador, não devendo ser lidas para o entrevistado.

- As frases com o símbolo ➡ e com a instrução “**Pular para a questão...**” servem para orientar pulos ao entrevistador e não devem ser lidas para as pessoas entrevistadas.

- Quando a pergunta apresentar opções, não leia as opções, a não ser que ao lado da pergunta tenha uma orientação: [CITAR AS OPÇÕES; CITAR UMA OPÇÃO DE CADA VEZ]

7 INSTRUÇÕES GERAIS PARA CODIFICAÇÃO DOS QUESTIONÁRIOS

- No final do dia de trabalho, revise os questionários aplicados e codifique as questões. A codificação dos questionários não deve ser deixada para outro dia.
- A codificação é feita na coluna da direita. Não anote nada mais neste espaço, ele é de uso exclusivo para codificação.
- Há duas codificações especiais muito importantes: **NSA** e **IGN; não sabe; não sei.**

- **NSA (Não Se Aplica) = 8, 88, 888 ou 8888**, de acordo com o número de dígitos. Este código deve ser usado quando a pergunta não pode ser aplicada para aquele caso ou quando houver instrução para pular uma pergunta. Por exemplo, se o escolar não mamou no peito, não se aplica perguntar que idade o escolar tinha quando deixou de mamar.

→ Todos os campos relativos a um bloco que foi pulado devem ser sempre codificados com 8's.

- **IGN (Ignorado); não sabe; não sei = 9, 99, 999 ou 9999**, de acordo com o número de dígitos. Este código deve ser usado quando o informante não souber responder ou não lembrar.

- Para algumas questões haverá indicação no corpo do questionário que a codificação ficará a cargo do supervisor.
- Quando a opção de resposta for “outro(a)”, especificar este “outro(a)” junto à questão, de acordo com a resposta do informante. Deixe a codificação para a supervisão da pesquisa.
- Quando a opção de resposta for “sim, qual”, especificar este “qual” junto à questão, de acordo com a resposta do informante. Deixe a codificação para a supervisão da pesquisa.

8 ORIENTAÇÕES ESPECÍFICAS PARA O PREENCHIMENTO E CODIFICAÇÃO DO QUESTIONÁRIO

A seguir serão descritas as orientações para o preenchimento e codificação do questionário. Elas estão divididas em dois blocos: orientações para o cabeçalho do questionário e orientações para as questões do questionário.

8.1 ORIENTAÇÕES REFERENTES AO PREENCHIMENTO E CODIFICAÇÃO DO CABEÇALHO

Número do questionário

O número do questionário já estará preenchido pelo Supervisor. **NÃO ALTERE ESTE NÚMERO!**

Codificação – transcrever o número do questionário para a variável **Nuquest** na coluna de codificação.

Entrevistador

Cada entrevistador receberá um número com dois dígitos e sempre deverá preencher esse número no questionário.

Codificação – transcrever o número do entrevistador para a variável **Entrevi** na coluna de codificação.

Nome da escola

Anotar o nome da escola por completo, com letra legível, sem abreviações.

Codificação – o código da escola é constituído pelos dois últimos dígitos do questionário, assim, se os dois últimos dígitos for 37, este será o código e deverá ser transcrito para a variável **Escola** na coluna de codificação.

Turma

Esta informação será preenchida e codificada pelo supervisor.

Turno

Opções de resposta: (1) Manhã (2) Tarde

Esta informação será preenchida e codificada pelo supervisor.

Data da entrevista

Colocar a data em que a entrevista está sendo realizada, como no exemplo a seguir:

2 0 / 0 4 / 2 0 1 1

Codificação – transcrever a data informada para a variável **Dentrev** na coluna de codificação.

6.2 ORIENTAÇÕES REFERENTES AO PREENCHIMENTO E CODIFICAÇÃO DAS QUESTÕES DO QUESTIONÁRIO

ANTES DE INICIAR A APLICAÇÃO DO QUESTIONÁRIO, O ENTREVISTADOR DEVERÁ ENTREGAR E EXPLICAR O TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO – TCLE PARA O ENTREVISTADO. O TCLE DEVERÁ SER LIDO E ASSINADO PELO ENTREVISTADO, FICANDO UMA CÓPIA EM SEU PODER E A OUTRA ANEXADA AO QUESTIONÁRIO.

LER PARA O ENTREVISTADO A FRASE GRIFADA

Bom Dia/Boa Tarde! Meu nome é _____, sou entrevistador(a) da pesquisa da UNISINOS. Nesta pesquisa nós queremos conhecer os hábitos alimentares e de atividade física do escolar, bem como, algumas características da sua família.

Porém, antes de começarmos, preciso que =☺= leia e assine o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Quer que eu leia para =☺=?

Esperar o entrevistado ler e assinar o TCLE. Em seguida, iniciar a aplicação do questionário. Caso o entrevistado não entender ou perguntar o que significa o TCLE, informar que é o documento que esclarece os objetivos da pesquisa, o que vai ser realizado com o entrevistado e como serão utilizados os dados obtidos. Uma vez informado, o entrevistado tem a opção de autorizar ou não a realização da entrevista. Caso o entrevistado não souber assinar o seu nome, solicitar a sua impressão digital, utilizando a almofada de carimbo disponível em cada escola.

1.Qual o nome do escolar?

Anotar o nome do escolar por completo, com letra legível, sem abreviações.

Codificação – não tem.

2. Qual a data de nascimento do(a) <nome do escolar>?

Opção de resposta: __ __ / __ __ / __ __ __ __

Anotar a data de nascimento do escolar, como no exemplo a seguir:

1 7 / 0 3 / 2 0 0 4

Codificação – transcrever a data informada para a variável **Nasesc** na coluna de codificação

3. Sexo do escolar: [NÃO PERGUNTAR! MARCAR O SEXO DE ACORDO COM O NOME]

Opções de resposta: (1) Masculino (2) Feminino

No caso do nome do escolar servir para ambos os sexos, perguntar: <Nome do escolar> é menino ou menina?

Codificação – transcrever o número da opção de sexo marcada para a variável **Sexo** na coluna de codificação.

4. Qual o endereço da família?

Anotar o nome da rua por completo, número da casa ou do prédio, número do apartamento quando for o caso, nome do bairro e CEP da residência com letra legível, sem abreviações, como no exemplo a seguir:

Rua/Av. Tiradentes Nº 603 AP 101

Bairro Centro CEP 95770-000

Se o endereço não contiver todas as informações, pois a moradia fica em área irregular, anotar o máximo de informações possíveis, como por exemplo, um ponto de referência.

Codificação – não tem

5. Telefones de contato:

Anotar o(s) telefone(s) para contato com o código de área com letra legível, como no exemplo a seguir:

(51) 3232 0102 ou (51) 9532 1515

Perguntar se o telefone é do próprio entrevistado, caso não seja, registrar o nome da pessoa que deve ser contatada.

Codificação – não tem

6. Além do(a) <nome do escolar> quem mais mora na sua casa, começando pela/por =☺=?

Se o número de moradores ultrapassar o número de linhas, utilizar o quadro auxiliar no final do questionário

6a. Nome – anotar o primeiro e o último nome de cada pessoa que reside na casa, conforme reportado pelo entrevistado.

NAS PERGUNTAS A SEGUIR, A RESPOSTA JÁ É A CODIFICAÇÃO.

6b. Qual é o grau de parentesco com <nome do escolar>? Se entrevistado demonstrar que não entendeu o que significa grau de parentesco, perguntar “O que <nome> é do <nome do escolar>?”

Opções de resposta:

(01) Mãe natural	(07) Irmã
(02) Mãe adotiva/Madrasta	(08) Irmão
(03) Pai natural	(09) Tia
(04) Pai adotivo/Padrasto	(10) Tio
(05) Avó	(11) Outro parente
(06) Avô	(12) Não tem grau de parentesco

Quando a resposta for ‘MÃE’, perguntar se é mãe natural ou adotiva. O mesmo vale para a resposta “PAI”, perguntar se é pai natural ou adotivo.

Marcar conforme a resposta do entrevistado, usando a codificação para **Grau de parentesco – parente**.

A opção <Outro parente> será utilizada quando o morador relacionado pelo entrevistado for cunhado/cunhada ou primo/prima.

A opção <Não tem grau de parentesco> será utilizada quando o morador relacionado pelo entrevistado for empregado, amigo ou pensionista que reside no domicílio.

6c. Qual o mês e o ano de nascimento de <nome>?

Opção de resposta: ____/____

Anotar os dados informados pelo entrevistado, como no exemplo a seguir:

0 2 / 1 9 6 4

Se a resposta do entrevistado for ‘NÃO SEI’, anotar como a seguir:

9 9 / 9 9 9 9

Se o entrevistado souber só o mês, por exemplo, maio, anotar como a seguir:

0 5/ 9 9 9 9

Se o entrevistado souber só o ano, por exemplo, 2000, anotar como a seguir:

9 9/ 2 0 0 0

6d. Qual a idade de <nome>?

Opção de resposta: — — —

Anotar os dados informados pelo entrevistador. Como já é possível encontrarmos pessoas com 100 anos ou mais, serão utilizados três dígitos para registrar a idade. Assim, para idades inferiores a 100 anos, registrar o número de anos precedido de 0 (zero), como no exemplo a seguir:

0 5 0

Se a resposta do entrevistado for 'NÃO SEI', anotar como no exemplo a seguir:

9 9 9

6e. Qual foi a última série que <nome> conclui com aprovação? De que grau o curso? (Somente para ≥ 7 anos).

Substituir a expressão <nome> pelo nome da pessoa de quem se está coletando a informação.

ATENÇÃO! ESTA PERGUNTA SÓ DEVE SER FEITA PARA MORADORES COM 7 ANOS OU MAIS DE IDADE.

ATENÇÃO! PERGUNTE as duas informações PARA DEPOIS ANOTAR O CÓDIGO DO CONJUNTO (série + grau/ curso)

Opções de resposta:

Série	Grau / Curso
(00) Nenhuma	(00) Nenhum
(01) Primeira	(01) Classe de Alfabetização - CA / Alfabetização de adultos
(02) Segunda	(02) Ensino Fundamental ou 1º Grau / Supletivo / EJA
(03) Terceira	(03) Ensino Médio ou 2º Grau / Supletivo / EJA
(04) Quarta	(04) Superior – Graduação (Não seriado)
	(05) Especialização (Não seriado)
	(06) Mestrado (Não seriado)
	(07) Doutorado ou Pós-Doutorado (Não seriado)
	(88) NSA

- (05) Quinta
- (06) Sexta
- (07) Sétima
- (08) Oitava
- (88) NSA
- (09) Não seriado
- (99) Não sabe

Marcar conforme a resposta do entrevistado, usando a codificação para **Série** e **Grau**, descrita no questionário:

Exemplos de conjunto de códigos para série e grau:

- a. Recebemos a informação de que um dos moradores tem 5 anos de idade. Neste caso, não se faz a pergunta sobre escolaridade. Deve-se registrar: 88 (para série) e 88 (para grau).
- b. Recebemos a informação de que um dos moradores está no segundo ano do ensino médio, isto significa que ele concluiu com aprovação o primeiro ano do ensino médio. Deve-se registrar: 01 (para série) e 03 (para grau/curso).
- c. Recebemos a informação de que um dos moradores está fazendo o supletivo do ensino fundamental ou 1º grau. Perguntar qual a última série concluída. Se, por exemplo, a resposta for 3ª série, deve-se registrar: 03 (para série) e 02 (para grau/curso).
- d. Recebemos a informação de que um dos moradores está frequentando uma classe de Educação de Jovens Adultos (EJA) de ensino médio ou 2º grau. Perguntar qual a última série concluída. Se, por exemplo, a resposta for 1ª série, deve-se registrar: 01 (para série) e 03 (para grau/curso).
- e. Recebemos a informação que um dos moradores só frequentou a creche ou escola infantil. Deve-se registrar: 88 (para série) e 88 (para grau/curso).

- f. Recebemos a informação de que um dos moradores está fazendo faculdade, isto significa que ele concluiu com aprovação o terceiro ano do ensino médio. Deve-se registrar: 03 (para série) e 03 (para grau/curso).
- g. Recebemos a informação de que um dos moradores é formado em Engenharia, por exemplo, isto significa que ele concluiu com aprovação o curso superior. Deve-se registrar: 09 (para série) e 04 (para grau/curso).
- h. Recebemos a informação de que um dos moradores está fazendo especialização, isto significa que ele concluiu com aprovação o curso superior. Deve-se registrar: 09 (para série) e 04 (para grau/curso).

6f. Qual a cor ou raça de <nome>?

Opções de resposta: (01) Branca

(02) Preta

(03) Parda/Mulata

(04) Amarela

(05) Indígena

(99) Não sabe informar

Outra _____

Aguardar a resposta do entrevistado e anotar, utilizando a codificação para **Cor/raça - Corpele**.

Se a resposta do entrevistado for diferente das opções oferecidas, falar: “Eu vou citar uma lista para você e gostaria que me dissesse se a sua resposta se encaixa em alguma destas opções”. Se o entrevistado não encaixar sua resposta nas opções oferecidas, anotar no espaço para <Outra _____> e deixar a codificação para o supervisor.

6g. Número de moradores. Esta questão não deve ser feita para o entrevistado. Você deve contar o número de moradores relacionados no quadro mais o escolar, e registrar o total de moradores nos espaços em branco:

___ __ moradores

Codificação – transcrever o número de moradores para a variável **Numora** na coluna de codificação

7. Considerando que o responsável pelo domicílio é quem paga a maior parte das despesas da família, diga quem tem esta responsabilidade na sua casa:

Se o entrevistado perguntar o que significa “responsável pelo domicílio”, responder: “É pessoa encarregada de pagar a maior parte das despesas do domicílio (aluguel, prestação do imóvel, impostos, água, luz, condomínio e despesas com alimentação).

Opções de resposta:

(000) Não tem (001) Eu e ___ ___ ___ [ANOTAR Nº DA LINHA DO QUADRO ANTERIOR QUE IDENTIFICA O MORADOR REFERIDO PELO ENTREVISTADO]

(002) Sou eu ➡ **Pular para a questão 9**

Outro morador ___ ___ ___ [ANOTAR Nº DA LINHA DO QUADRO ANTERIOR QUE IDENTIFICA O MORADOR REFERIDO PELO ENTREVISTADO] ➡ **Pular para a questão 9**

Marcar conforme a resposta do entrevistado.

Se entrevistado responder que não tem um responsável, marcar a opção **(000) Não tem**

Se entrevistada responder que ela e o marido, por exemplo, são os responsáveis, marcar a opção **(001) Eu e _ _ _** e anotar nos espaços o número da linha do quadro anterior que corresponde ao marido da entrevistada. Para isto, perguntar o nome do marido e identificar a linha correspondente a este nome.

Se entrevistada responder que ela é a responsável, marcar a opção **(002) Sou eu** e pular para a questão 9.

Se entrevistada responder que o responsável pelo domicílio é o marido, por exemplo, perguntar o nome do marido, identificar o número da linha correspondente ao nome no quadro anterior, anotar este número nos espaços em branco da opção de resposta **Outro morador _ _ _** e pular para a questão 9.

Se entrevistado responder outros dois moradores, anotar os números das linhas correspondentes a estes moradores e deixar a codificação para o supervisor.

Codificação – transcrever o número da opção de resposta do entrevistado ou o número da linha do morador referido pelo entrevistado, quando for o caso, para a variável **Respon**sa na coluna de codificação.

NOTA: nesta questão, deixar a codificação da variável Escoresp para o supervisor!

8. Quem é a pessoa que ganha mais nesta casa?

Opções de resposta:

(001) Sou eu (002) Eu e __ __ __ [ANOTAR Nº DA LINHA DO QUADRO ANTERIOR QUE IDENTIFICA O MORADOR REFERIDO PELO ENTREVISTADO]

Outro morador __ __ __ [ANOTAR Nº DA LINHA DO QUADRO ANTERIOR QUE IDENTIFICA O MORADOR REFERIDO PELO ENTREVISTADO]

Marcar conforme a resposta do entrevistado.

Se entrevistado responder que é ele quem ganha mais, marcar a opção **(001) Sou eu.**

Se entrevistada responder que ela e o marido, por exemplo, ganham mais e é o mesmo valor, marcar a opção **(002) Eu e __ __ __** e anotar nos espaços o número da linha do quadro anterior que corresponde ao marido da entrevistada. Para isto, perguntar o nome do marido e identificar a linha correspondente a este nome.

Se entrevistada responder que é o marido quem ganha mais, por exemplo, perguntar o nome do marido, identificar o número da linha correspondente ao nome no quadro anterior e anotar este número nos espaços em branco da opção de resposta **Outro morador__ __ __**.

Se entrevistado responder outros dois moradores, anotar os números das linhas correspondentes a estes moradores e deixar a codificação para o supervisor.

Codificação – transcrever o número da opção de resposta do entrevistado ou o número da linha do morador referido pelo entrevistado, quando for o caso, para a variável **Ganha** na coluna de codificação.

NOTA: nesta questão, deixar a codificação da variável Escoganha para o supervisor!

LER PARA O ENTREVISTADO A FRASE GRIFADA

Agora farei algumas perguntas para conhecer alguns aspectos do início da vida do(a) <nome do escolar>.

9. Quanto <nome do escolar> pesou ao nascer? [PEDIR O CARTÃO E ANOTAR EM GRAMAS]

Opção de resposta: ___ ___ ___ ___ g **[IGN = 9999]** **[±]**

Fazer a pergunta e pedir para ver o Cartão da Criança. Se a mãe responsável tiver o Cartão em mãos, anotar o peso informado no Cartão e marcar a opção <(1) Confirmado na questão 10>. Se não tiver o Cartão, registrar a informação fornecida pela mãe/responsável e marcar a opção <(2) Só informado> na questão 10. O peso deverá ser registrado em gramas, assim, se a informação do cartão ou da mãe/responsável for: “2,2 kg” ou “dois quilos e duzentos”, registrar conforme o exemplo a seguir:

2 2 0 0 g

Se a resposta do entrevistado for ‘NÃO SEI’, perguntar: “Mas nem mais ou menos?” Se ele responder mais ou menos, anotar a informação e colocar do lado da resposta o símbolo (±). Se ainda assim ele não souber, anotar o código **9999** para **IGN**, como no exemplo a seguir:

9 9 9 9 g

Codificação – transcrever a resposta registrada para a variável **Pesonasc** na coluna de codificação.

10. O peso ao nascer foi: [NÃO PERGUNTAR, APENAS REGISTRAR A SITUAÇÃO]

Opções de resposta: (1) Confirmado (2) Só informado

ATENÇÃO! ESTA NÃO É UMA PERGUNTA, APENAS MARCAR CONFORME ORIENTAÇÃO A SEGUIR:

Marcar a opção **<(1) Confirmado>** se o entrevistado apresentar um registro com o dado do peso ao nascer, do contrário, marcar a opção **<(2) Só informado>**.

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada para a variável **Pesnaconf** na coluna de codificação.

11. <Nome do escolar> mamou no peito?

Opções de resposta: (1) Sim (2) Não ➔ **Pular para a questão 13**

Marcar conforme a resposta do entrevistado.

Caso a resposta seja 'NÃO', **observe que há um pulo para a questão 13**. Isto significa que a questão nº 12 não deve ser feita.

Se a entrevistada informar que esgotava a mama para dar de mamar, marque a opção **<(1) Sim>**.

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada para a variável **Mamou** na coluna de codificação.

12. Que idade <nome do escolar> tinha quando deixou de mamar?

[IGN = 99; 99; 9] [NSA = 88; 88; 8] [±]

Opções de resposta: ____ dia(s) ____ mês(es) ____ ano(s)

Anotar conforme a resposta do entrevistado.

Se a resposta for em **dias**, anotar o número informado no espaço específico e anotar **00** para **mês(es)** e **0** para **ano(s)**.

Se a resposta for em **meses**, anotar o número informado no espaço específico e anotar **00** para **dia(s)** e **0** para **ano(s)**.

Se a resposta for de forma composta, por exemplo, 1 ano e 2 meses, anotar como no exemplo a seguir:

0 0 dia(s)

0 2 mês(es)

0 1 ano(s)

Se a resposta do entrevistado for 'NÃO SEI', perguntar: "Mas nem mais ou menos?" Se ele responder mais ou menos, anotar a informação e colocar do lado da resposta o símbolo ($\pm$). Se ainda assim ele não souber, anotar **99** para **dia(s)**, **99** para **mês(es)** e **99** para **ano(s)**.

Se a resposta for, por exemplo, 1 mês e pouco, perguntar "Quanto é este pouco?"

Se a resposta do entrevistado for 'NÃO FOI INTRODUZIDO ESTE ALIMENTO', anotar **00** para **dia(s)**, **00** para **mês(es)** e **00** para **ano(s)**.

NOTA: Sempre que o número para dias, mês ou ano for menor do que 10, anotar o número precedido de 0 (zero).

Codificação – transcrever os dados registrados em dia(s); mês(es) e ano(s) para as variáveis correspondentes a cada alimento, na coluna da codificação.

LER PARA O ENTREVISTADO A FRASE GRIFADA

As próximas perguntas se referem à alimentação atual do(a) <nome do escolar>.

14. O <nome do escolar> faz alguma dieta especial?

Se entrevistado perguntar o que é uma dieta especial, responder: "Dieta para diabetes, para doença celíaca, por exemplo".

Opções de resposta: (0) Não Sim, para qual situação? _____

Se a resposta do entrevistado for 'NÃO', marcar a opção <(0) Não>.

Se a resposta for 'SIM', perguntar "para qual situação?" e anotar a resposta do entrevistado.

Codificação – transcrever a resposta marcada para a variável **Dietesp** na coluna de codificação se a opção for <(0) Não>. Se a opção de resposta for 'SIM', deixar a codificação para o supervisor.

15. Quais refeições <nome do escolar> costuma fazer durante o dia? [CITAR UMA OPÇÃO DE CADA VEZ]

Se o entrevistado perguntar o que significa "refeições" responder que são os momentos em que o escolar se alimenta durante o dia.

Opções de resposta: (0) Não (1) Sim, em que local?

Para cada refeição cuja opção de resposta for <(1) Sim>, perguntar "em que local?" e anotar.

Se o entrevistado informar que o escolar faz um lanche em vez de jantar, registrar a refeição como Jantar.

Se o entrevistado informar outra refeição além das citadas, anotar e perguntar em que local ela é feita. Deixar a codificação para o supervisor.

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada para a variável correspondente a cada refeição na coluna de codificação. Para o local das refeições, deixar a codificação para o supervisor.

[PARA A QUESTÃO 16, VOCÊ DEVE SALIENTAR QUE ESTÁ SE REFERINDO AOS ÚLTIMOS 7 DIAS]

16. A seguir será apresentada uma lista de alimentos. Por favor, pense na alimentação do <nome do escolar> nos últimos 7 dias, lembre-se de todas as refeições – café da manhã, almoço, jantar e lanches - que ele fez em casa, na escola, ou em qualquer outro local, e responda a pergunta: Nos últimos 7 dias, desde <dia da semana> até ontem, em quantos dias <nome do escolar> comeu os seguintes alimentos ou bebidas? [CITAR CADA GRUPO DE ALIMENTO/ALIMENTO]

Opções de resposta: 0 1 2 3 4 5 6 7 9

O <dia da semana> será o dia da semana em que está sendo realizada a entrevista.

Exemplo para uma entrevista realizada numa quinta-feira:

Nos **últimos 7 dias**, desde **quinta-feira da semana passada até ontem**, em quantos dias <nome do escolar> comeu os seguintes alimentos ou bebidas: Arroz? AGUARDAR A RESPOSTA e registrar no quadro o número de dias referido pelo entrevistado. Em seguida, perguntar o próximo alimento do quadro, por exemplo: Milho? Aguardar a resposta e registrar no quadro o número de dias referido pelo entrevistado. E, assim, sucessivamente.

PROCEDER DESTA FORMA PARA TODAS AS LINHAS DO QUADRO, REPETINDO A PERGUNTA COMPLETA SEMPRE QUE A MESMA ESTIVER ESCRITA NO QUADRO CINZA.

De acordo com a resposta do entrevistado, marcar com um círculo o número de vezes nos últimos 7 dias que a criança comeu determinado alimento.

Se a resposta do entrevistado for 'NÃO SEI' para qualquer dos grupos de alimentos e/ou alimentos, marcar o número **9**.

Exemplo de resposta: O entrevistado disse que o escolar comeu Arroz 5 dias; Milho não comeu; Aipim não comeu; Massa 4 dias; Pães 1 dia. Você deve proceder da seguinte forma no quadro:

Grupo de Alimentos / Alimentos	0	1	2	3	4	5	6	7	9
Arroz	0	1	2	3	4	⑤	6	7	9
Milho	①	1	2	3	4	5	6	7	9
Aipim	①	①	2	3	4	5	6	7	9
Batata	0	1	2	3	4	5	6	7	9
Massa	0	1	2	3	④	5	6	7	9
Pães	0	①	2	3	4	5	6	7	9

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada para a variável correspondente a cada alimento na coluna de codificação.

17. O <nome do escolar> costuma comer carne gorda?

Opções de resposta: (0) Não (1) Sim (2) Não come carne

Marcar conforme a resposta do entrevistado.

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada para a variável **Cargorda** na coluna de codificação.

18. O <nome do escolar> costuma comer a pele do frango?

Opções de resposta: (0) Não (1) Sim (2) Não come frango

Marcar conforme a resposta do entrevistado.

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada para a variável **Pele** na coluna de codificação.

19. O <nome do escolar> costuma colocar ou pedir para colocar mais sal na comida quando seu prato já está servido?

Opções de resposta: (0) Não (1) Sim (2) Não come alimentação preparada com sal

Marcar conforme a resposta do entrevistado.

Se a resposta do entrevistado for que o escolar acrescenta sal em alimentos que são preparados sem este condimento, como por exemplo, batata frita, pipoca, etc., marcar como resposta a opção **<(0) Não>**, porém anotar o alimento informado pelo entrevistado.

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada para a variável **Sal** na coluna de codificação.

20. Quantos copos de água <nome do escolar> costuma tomar por dia?

Opções de resposta: ____ copo(s) [Não bebe=00] [IGN=99] [±]

Anotar conforme a resposta do entrevistado.

Se a resposta for de forma composta, por exemplo, 1 copo e meio, anotar conforme a resposta do entrevistado e deixar a codificação para o supervisor.

Se a resposta for de um intervalo, por exemplo, de 3 a 4 copos, anotar conforme a resposta do entrevistado e deixar a codificação para o supervisor.

Se a resposta do entrevistado for 'ELE NÃO BEBE', anotar **00**.

Se a resposta do entrevistado for 'NÃO SEI', perguntar: "Mas nem mais ou menos?" Se ele responder mais ou menos, anotar a informação e colocar do lado da resposta o símbolo ($\pm$). Se ainda assim ele não souber, anotar o código **99** de IGN.

NOTA: Sempre que o número de copos for menor do que 10, anotar o número precedido de 0 (zero).

Codificação – transcrever os dados registrados no questionário para a variável **Agua** na coluna de codificação.

21. Suco natural é aquele feito com a fruta, quantos copos de suco natural <nome do escolar> costuma tomar por dia?

Opções de resposta: ____ copo(s) [**Não bebe=00**] [**IGN=99**] [$\pm$]

Anotar conforme a resposta do entrevistado.

Se a resposta for de forma composta, por exemplo, 1 copo e meio, anotar conforme a resposta do entrevistado e deixar a codificação para o supervisor.

Se a resposta for de um intervalo, por exemplo, de 3 a 4 copos, anotar conforme a resposta do entrevistado e deixar a codificação para o supervisor.

Se a resposta do entrevistado for 'ELE NÃO BEBE', anotar **00**.

Se a resposta do entrevistado for 'NÃO SEI', perguntar: "Mas nem mais ou menos?" Se ele responder mais ou menos, anotar a informação e colocar do lado da resposta o símbolo ($\pm$). Se ainda assim ele não souber, anotar o código **99** de IGN.

Nota: Sempre que o número de copos for menor do que 10, anotar o número precedido de 0 (zero).

Codificação – transcrever os dados registrados no questionário para a variável **Suco** na coluna de codificação.

22. Qual tipo de gordura mais usado na sua casa para cozinhar os alimentos?
[REPOSTA ESPONTÂNEA]

Opções de resposta:

(1) Banha animal (2) Óleo vegetal/Azeite (3) Margarina (4) Manteiga (5) Não usa gordura

Esperar a resposta espontânea e marcar conforme a resposta do entrevistado

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada para a variável **Gordura** na coluna de codificação.

LER PARA O ENTREVISTADO A FRASE GRIFADA

Agora gostaria de fazer algumas perguntas sobre diversas atividades realizadas pelo <nome do escolar>.

23. Em média, quantas horas por dia <nome do escolar> assiste TV? [±]

Opções de resposta: ____ horas ____ minutos (000) Não assiste
(999) Não sei

Anotar conforme a resposta do entrevistado.

Se a resposta for em **horas**, anotar o **número informado** no espaço para **horas** e anotar **00** para **minutos**, como no exemplo a seguir:

0 2 horas 0 0 minutos

Se a resposta for em **minutos**, anotar o **número informado** no espaço para **minutos** e anotar **00** para **horas**, como no exemplo a seguir:

0 0 horas 3 0 minutos

Se a resposta for de forma composta, por exemplo, 2 **horas** e 30 **minutos**, anotar o **número informado** como no exemplo a seguir:

0 2 horas 3 0 minutos

Se a resposta contiver a expressão “MEIA HORA”, anotar como **30 minutos**.

Se a resposta for 'TODA A MANHÃ/TODA A TARDE', perguntar: "De que hora a que hora?"

Se a resposta do entrevistado for 'NÃO ASSISTE', perguntar "Nem em outro lugar?"
Se a resposta for não marcar a opção <(000) não assiste> e passar um traço no espaço das **horas** e no espaço dos **minutos**. Se a resposta for sim, perguntar: "Quantas horas por dia <nome do escolar> assiste TV neste lugar?" Anotar como explicado acima.

Se a resposta do entrevistado for 'NÃO SEI', perguntar: "Mas nem mais ou menos?"
Se ele responder mais ou menos, anotar a informação e colocar do lado da resposta o símbolo ($\pm$). Se ainda assim ele não souber, marcar a opção de resposta <(999) Não sei> e passar um traço no espaço das **horas** e no espaço dos **minutos**.

Se o entrevistado responder que não tem TV, perguntar: "<Nome do escolar> assiste TV em outro lugar?" Se a resposta for sim, perguntar: "Em média, quantas horas por dia <nome do escolar> assiste TV neste lugar?" Anotar como explicado acima.

NOTA: Para a codificação, a variável será expressa em minutos. Assim, as repostas dadas em horas deverão ser transformadas em minutos.

Exemplo: A resposta do entrevistado foi 2 horas e meia e será anotado como no exemplo a seguir:

0 2 horas 3 0 minutos

Codificação – será em minutos, por isto, calcular como no exemplo a seguir:

$$2 \text{ horas} \times 60 = 120 \text{ minutos}$$

$$\text{Total} = 120 + 30 = 150$$

Codificação: Teve 1 5 0

Ou codificar segundo a opção de resposta: **000** para 'NÃO ASSISTE' e **999** para 'NÃO SEI'

Se o entrevistado der duas respostas, por exemplo, 'DURANTE A SEMANA ASSISTE TV 2 HORAS E NOS FINS-DE-SEMANA 4 HORAS', anotar a resposta e deixar o cálculo e a codificação para o supervisor.

Se a resposta for de um intervalo, por exemplo, de 2 a 3 horas, anotar conforme a resposta do entrevistado e deixar a codificação para o supervisor.

24. Em média, quantas horas por dia <nome do escolar> joga videogame? [±]

Opções de resposta: ____ horas ____ minutos (000) Não joga
(999) Não sei

Anotar conforme a resposta do entrevistado.

Se a resposta for em **horas**, anotar o **número informado** no espaço para **horas** e anotar **00** para **minutos**, como no exemplo a seguir:

0 2 horas 0 0 minutos

Se a resposta for em **minutos**, anotar o **número informado** no espaço para **minutos** e anotar **00** para **horas**, como no exemplo a seguir:

0 0 horas 3 0 minutos

Se a resposta for de forma composta, por exemplo, **2 horas e 30 minutos**, anotar o **número informado** como no exemplo a seguir:

0 2 horas 3 0 minutos

Se a resposta contiver a expressão “MEIA HORA”, anotar como **30 minutos**.

Se a resposta do entrevistado for ‘NÃO JOGA’, perguntar: “Nem em outro lugar?” Se a resposta for não marcar a opção **<(000) não joga>** e passar um traço no espaço das **horas** e no espaço dos **minutos**. Se a resposta for sim, perguntar: “Quantas horas por dia <nome do escolar> joga videogame neste lugar?” Anotar como explicado acima.

Se a resposta do entrevistado for ‘NÃO SEI’, perguntar: “Mas nem mais ou menos?” Se ele responder mais ou menos, anotar a informação e colocar do lado da resposta o símbolo (**±**). Se ainda assim ele não souber, marcar a opção de resposta **<(999) Não sei>** e passar um traço no espaço das **horas** e no espaço dos **minutos**.

Se o entrevistado responder que não tem videogame, perguntar: “<Nome do escolar> joga videogame em outro lugar?” Se a resposta for sim, perguntar: “Quantas horas por dia <nome do escolar> joga videogame neste lugar?” Anotar como explicado acima.

NOTA: Para a codificação, a variável será expressa em minutos. Assim, as repostas dadas em horas deverão ser transformadas em minutos.

Exemplo: A resposta do entrevistado foi 2 horas e meia e será anotado como no exemplo a seguir:

0 2 horas 3 0 minutos

Codificação – será em minutos, por isto, calcular como no exemplo a seguir:

$$2 \text{ horas} \times 60 = 120 \text{ minutos}$$

$$\text{Total} = 120 + 30 = 150$$

Codificação: Video 1 5 0

Ou codificar segundo a opção de resposta: **000** para 'NÃO JOGA' e **999** para 'NÃO SEI'

Se o entrevistado der 2 respostas, por exemplo, 'Durante a semana joga videogame 2 horas e nos fins-de-semana 4 horas', anotar a resposta e deixar o cálculo e a codificação para o supervisor.

Se a resposta for de um intervalo, por exemplo, de 2 a 3 horas, anotar conforme a resposta do entrevistado e deixar a codificação para o supervisor.

25. Em média, quantas horas por dia <nome do escolar> fica no computador? [±]

Opções de resposta: ___ ___ horas ___ ___ minutos (000) Não fica
(999) Não sei

Anotar conforme a resposta do entrevistado.

Se a resposta for em **horas**, anotar o **número informado** no espaço para **horas** e anotar **00** para **minutos**, como no exemplo a seguir:

0 2 horas 0 0 minutos

Se a resposta for em **minutos**, anotar o **número informado** no espaço para **minutos** e anotar **00** para **horas**, como no exemplo a seguir:

0 0 horas 3 0 minutos

Se a resposta for de forma composta, por exemplo, 2 **horas** e 30 **minutos**, anotar o **número informado** como no exemplo a seguir:

0 2 horas 3 0 minutos

Se a resposta contiver a expressão “MEIA HORA”, anotar como 30 **minutos**.

Se a resposta do entrevistado for ‘NÃO FICA’, perguntar “Nem em outro lugar?” Se a resposta for não marcar a opção **<(000) não fica>** e passar um traço no espaço das **horas** e no espaço dos **minutos**. Se a resposta for sim, perguntar: “Quantas horas por dia <nome do escolar> fica no computador neste lugar?” Anotar como explicado acima.

Se a resposta do entrevistado for ‘NÃO SEI’, perguntar: “Mas nem mais ou menos?” Se ele responder mais ou menos, anotar a informação e colocar do lado da resposta o símbolo ($\pm$). Se ainda assim ele não souber, marcar a opção de resposta **<(999) Não sei>** e passar um traço no espaço das **horas** e no espaço dos **minutos**.

Se o entrevistado responder que não tem computador, perguntar: “<Nome do escolar> usa o computador em outro lugar?” Se a resposta for sim, perguntar: “Quantas horas por dia <nome do escolar> fica no computador neste lugar?” Anotar como explicado acima.

NOTA: Para a codificação, a variável será expressa em minutos. Assim, as repostas dadas em horas deverão ser transformadas em minutos.

Exemplo: A resposta do entrevistado foi 2 horas e meia e será anotado como no exemplo a seguir:

0 2 horas 3 0 minutos

Codificação – será em minutos, por isto, calcular como no exemplo a seguir:

$$2 \text{ horas} \times 60 = 120 \text{ minutos}$$

$$\text{Total} = 120 + 30 = 150$$

Codificação: Computa 1 5 0

Ou codificar segundo a opção de resposta: **000** para ‘NÃO FICA’ e **999** para ‘NÃO SEI’

Se o entrevistado der 2 respostas, por exemplo, ‘Durante fica no computador 2 horas e nos fins-de-semana 4 horas’, anotar a resposta e deixar o cálculo e a codificação para o supervisor.

Se a resposta for de um intervalo, por exemplo, de 2 a 3 horas, anotar conforme a resposta do entrevistado e deixar a codificação para o supervisor.

26. Em média, quantas horas por noite <nome do escolar> costuma dormir? [±]

Opções de resposta: ____ horas ____ minutos (999) Não sei

Anotar conforme a resposta do entrevistado.

Se a resposta for em **horas**, anotar o **número informado** na opção **horas** e anotar **00** para **minutos**, como no exemplo a seguir:

0 8 horas 0 0 minutos

Se a resposta for de forma composta, por exemplo, 8 **horas** e 30 **minutos**, anotar o **número informado** como no exemplo a seguir:

0 8 horas 3 0 minutos

Se a resposta contiver a expressão “MEIA HORA”, anotar como 30 **minutos**.

Se a resposta do entrevistado for ‘NÃO SEI’, perguntar: “Mas nem mais ou menos?” Se ele responder mais ou menos, anotar a informação e colocar do lado da resposta o símbolo (±). Se ainda assim ele não souber, marcar a opção de resposta <(999) **Não sei**> e passar um traço no espaço das **horas** e no espaço dos **minutos**.

Se a resposta do entrevistado for ‘A NOITE TODA’ ou um número inferior a 7 horas, perguntar a que horas o escolar vai dormir e a que horas ele acorda e fazer o cálculo.

NOTA: Para a codificação, a variável será expressa em minutos. Assim, as repostas dadas em horas deverão ser transformadas em minutos.

Exemplo: A resposta do entrevistado foi 8 horas e meia e será anotado como no exemplo a seguir:

0 8 horas 3 0 minutos

Codificação – será em minutos, por isto, calcular como no exemplo a seguir:

$$8 \text{ horas} \times 60 = 480 \text{ minutos}$$

$$\text{Total} = 480 + 30 = 510$$

Codificação: Horasono 5 1 0

Ou codificar segundo a opção de resposta: **999** para 'NÃO SEI'

Se o entrevistado der 2 respostas, por exemplo, 'Durante a semana ele dorme 7 horas e nos fins-de-semana 10 horas', anotar a resposta e deixar o cálculo e a codificação para o supervisor.

Se a resposta for de um intervalo, por exemplo, de 7 a 9 horas, anotar conforme a resposta do entrevistado e deixar a codificação para o supervisor.

27.<Nome do escolar> assiste TV ou joga videogame ou fica no computador enquanto come: frequentemente, às vezes ou nunca?

Opções de resposta: (1) Frequentemente (2) Às vezes (3) Nunca (9) Não sei

Marcar conforme a resposta do entrevistado.

Se entrevistado responder 'NÃO SEI', marcar a opção <(9) Não sei>.

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada

28.Durante os últimos 7 dias, de <dia da semana> até ontem, <nome do escolar> esteve doente ou impedido de fazer atividades físicas?

Para o <dia da semana> considerar o dia da semana em que está sendo realizada a entrevista.

Opções de resposta: (0) Não (1) Sim ➡ **Pular para a questão 30**

Marcar conforme a resposta do entrevistado

Se a resposta do entrevistado for <(1) Sim> lembrar de pular para questão 30.

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada

29.Em quantos dias dos últimos 7 dias, de <dia da semana> até ontem, <nome do escolar> realizou atividades como correr, pular corda, andar de bicicleta, jogar futebol, etc..., que fizeram com que ele(a) suasse muito ou respirasse mais forte do que o normal?

Opção de resposta: ____ dias **[Não realizou=0]** **[NSA=8]** **[IGN=9]**

Anotar conforme a resposta do entrevistado, como no exemplo a seguir:

3 dias

Se a resposta do entrevistado for 'NÃO REALIZOU ATIVIDADE FÍSICA EM NENHUM DIA', anotar **0** para **dias**

Se a resposta do entrevistado à questão 28 for 'SIM', anotar o código **8** de **NSA** para **dias**.

Se a resposta do entrevistado for 'NÃO SEI', anotar o código **9** de **IGN** para **dias**.

Codificação – transcrever os dados registrados no questionário.

LER PARA O ENTREVISTADO A FRASE GRIFADA

Agora, farei algumas perguntas sobre a sua moradia.

30. Sua moradia é de: [CITAR AS OPÇÕES]

Opções de resposta: (1) Madeira (2) Alvenaria/tijolo (3) Mista Outro material, qual? _____

Marcar conforme a resposta do entrevistado.

Se a resposta for 'OUTRO MATERIAL', perguntar: "qual?" e anotar a resposta do entrevistado.

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada para a variável **Tipohabi** na coluna de codificação. Se a resposta for 'OUTRO MATERIAL' deixar a codificação para o supervisor

31. Qual a situação da sua moradia? [CITAR AS OPÇÕES]

Opções de resposta: (1) Própria (2) Alugada (3) Cedida Outra situação, qual? _____

Marcar conforme a resposta do entrevistado.

Se a resposta for 'OUTRA SITUAÇÃO', perguntar: "qual?" e anotar a resposta do entrevistado.

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada para a variável **Situmora** na coluna de codificação. Se a resposta for 'OUTRA SITUAÇÃO' deixar a codificação para o supervisor

32. Na casa tem empregada(o) doméstica(o) que recebe salário mensal?

Se a mãe/responsável for de baixa renda e você sentir que pode causar constrangimento ao fazer a pergunta diretamente, começar perguntando: "=☺= tem alguém que ajuda no serviço doméstico da casa?" A partir daí explore se o serviço é feito por algum dos moradores da casa ou se alguém é pago para realizar tal tarefa. Se há alguém pago, perguntar se recebe um pagamento mensal pelo trabalho.

Opções de resposta: (0) Não Sim, quantos? (1) Um (2) Dois ou mais

Se a resposta do entrevistado for 'NÃO', marcar a opção <(0) Não>.

Se a resposta for 'SIM', perguntar quantos e marcar a opção de acordo com o número informado pelo entrevistado.

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada para a variável **Emprega** na coluna de codificação.

33. Por favor, responda quais e quantos destes itens têm na sua casa, considere somente os aparelhos que estejam em funcionamento no momento: [CITAR UM ITEM POR VEZ]

ATENÇÃO! SALIENTAR QUE SÓ DEVEM SER CONSIDERADOS OS APARELHOS QUE ESTÃO FUNCIONANDO.

Citar cada item e marcar conforme a resposta do entrevistado. Se a resposta para um aparelho for 'SIM', pergunte: "quantos?" Por exemplo, se a resposta para Rádio é 'POSSUO UM RÁDIO', marcar como a seguir:

Rádio: (0) Não Sim, quantos (1) (2) (3) (4) quatro ou mais.

Se para o item 'Máquina de lavar', o entrevistado disser que tem tanquinho, marcar a resposta **<(0) Não>**.

Para o item 'Geladeira', não importa o tipo nem a quantidade de portas, porém se o entrevistado disser que tem um modelo Duplex, contar tanto para o item 'Geladeira', quanto para o item 'Freezer/Geladeira Duplex'.

Se, o entrevistado referir que tem geladeira duplex, perguntar se além dela, ele tem freezer separado. Se a resposta for sim, contar mis um freezer.

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada para as variáveis correspondentes a cada item na coluna de codificação.

34.A família ou alguém da família recebe algum tipo de benefício do governo (por ex. bolsa-família) ou doação?

Opções de resposta: (0) Não Sim, qual? _____

Se a resposta do entrevistado for 'NÃO', marcar a opção **<(0) Não>**.

Se a resposta for 'SIM', perguntar "qual?" e anotar a resposta do entrevistado.

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada para a variável **Benefício** na coluna de codificação, se esta opção for **<(0) Não>**. Se a opção de resposta for 'SIM', deixar a codificação para o supervisor.

[PARA AS QUESTÕES 35 a 49 E 51 a 53 , VOCÊ DEVE SEMPRE SALIENTAR QUE ESTÁ SE REFERINDO AOS ÚLTIMOS 3 MESES].

ESTA SEÇÃO TEM PERGUNTAS SOBRE A ALIMENTAÇÃO DA CASA DO ENTREVISTADO NOS ÚLTIMOS TRÊS MESES. AS PERGUNTAS PODEM PARECER REPETITIVAS, PORÉM DEVEM SER LIDAS COM ATENÇÃO E NÃO PODEM SER INTERPRETADAS PELA ENTREVISTADORA. POR ISTO, LEIA DEVAGAR E COM CUIDADO PARA SE FAZER ENTENDER BEM PELO ENTREVISTADO. TODAS AS PERGUNTAS DEVEM SER LIDAS PARA O ENTREVISTADO, SEJA QUAL FOR O SEU NÍVEL SÓCIO ECONÔMICO. O ITEM "NÃO SABE OU RECUSA RESPONDER" DEVERÁ SER ASSINALADO APENAS

QUANDO SURGIR COMO RESPOSTA ESPONTÂNEA DO ENTREVISTADO E NUNCA DEVE SER LIDO OU INDUZIDO PELA ENTREVISTADORA.

LER PARA O ENTREVISTADO A FRASE GRIFADA

Agora vou ler para =☺= algumas perguntas sobre alimentação em sua casa. Elas podem ser parecidas umas com as outras, mas é importante que =☺= responda todas elas.

35. Nos últimos 3 meses, =☺= teve preocupação de que a comida na sua casa acabasse antes que =☺= tivesse condição de comprar ou receber mais comida?

A expressão “preocupação de que a comida na sua casa acabasse” refere-se ao fato de a pessoa de referência ficar ansiosa com a incerteza de que a renda familiar não será suficiente para garantir a alimentação das pessoas do domicílio até o recebimento do próximo salário ou a obtenção de mais recursos para isso. Ansiedade é o mesmo que recear, estar preocupado com alguma situação de perigo que muitas vezes se relaciona com causa psicológica inconsciente.

Opções de resposta: (1) Sim (2) Não (9) Não sabe ou recusa responder

Marcar conforme a resposta do entrevistado.

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada para a variável **Preocupa** na coluna de codificação.

36. Nos últimos 3 meses, a comida acabou antes que =☺= tivesse dinheiro para comprar mais?

A expressão “comida acabou” significa que acabaram os alimentos constituintes da alimentação habitual do domicílio, antes do recebimento do próximo salário ou a obtenção de mais recursos para isso.

Opções de resposta: (1) Sim (2) Não (9) Não sabe ou recusa responder

Marcar conforme a resposta do entrevistado.

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada para a variável **Comacaba** na coluna de codificação.

37. Nos últimos 3 meses, =☺= ficou sem dinheiro para ter uma alimentação saudável e variada?

Opções de resposta: (1) Sim (2) Não (9) Não sabe ou recusa responder

Marcar conforme a resposta do entrevistado.

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada para a variável **Semdin** na coluna de codificação.

38. Nos últimos 3 meses, =☺= teve que se arranjar com apenas alguns alimentos porque o dinheiro acabou?

Entende-se pela expressão “se arranjar com apenas alguns alimentos” o fato dos moradores do domicílio, por falta de dinheiro, ou a obtenção de mais recursos, terem que se alimentar com apenas alguns alimentos que ainda possuam, ou com alguns alimentos extremamente baratos, comprometendo a alimentação quantitativa e qualitativamente.

Opções de resposta: (1) Sim (2) Não (9) Não sabe ou recusa responder

Marcar conforme a resposta do entrevistado.

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada para a variável **Algumali** na coluna de codificação.

39. Nos últimos 3 meses, =☺= não pode oferecer a(s) sua(s) criança/adolescente(s) uma alimentação saudável e variada porque não tinha dinheiro?

Opções de resposta: (1) Sim (2) Não (9) Não sabe ou recusa responder

Marcar conforme a resposta do entrevistado.

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada para a variável **Alsauc** na coluna de codificação.

40. Nos últimos 3 meses, a(s) criança/adolescente(s) não comeu(comeram) quantidade suficiente porque não havia dinheiro para comprar a comida?

A expressão “Não comer o suficiente” significa, em termos nutricionais, não ter acesso a uma alimentação em quantidade suficiente para garantir a plena satisfação das necessidades fisiológicas percebidas pelo ser humano; ou seja, a alimentação é considerada “insuficiente” quando não consegue saciar plenamente a sensação de fome (reflexo da necessidade fisiológica de se alimentar).

Opções de resposta: (1) Sim (2) Não (9) Não sabe ou recusa responder

Marcar conforme a resposta do entrevistado.

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada para a variável **Quansufi** na coluna de codificação.

41. Nos últimos 3 meses, =☹= ou algum adulto em sua casa diminuiu, alguma vez, a quantidade de alimentos nas refeições ou pularam refeições, porque não havia dinheiro suficiente para comprar a comida?

Opções de resposta: (1) Sim (2) Não (9) Não sabe ou recusa responder

Marcar conforme a resposta do entrevistado.

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada para a variável **Diminali** na coluna de codificação.

42. Nos últimos 3 meses, =☹= alguma vez comeu menos do que achou que devia porque não havia dinheiro o suficiente para comprar comida?

Opções de resposta: (1) Sim (2) Não (9) Não sabe ou recusa responder

Marcar conforme a resposta do entrevistado.

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada para a variável **Comenos** na coluna de codificação.

43. Nos últimos 3 meses, =☺= alguma vez sentiu fome, mas não comeu porque não podia comprar comida suficiente?

Opções de resposta: (1) Sim (2) Não (9) Não sabe ou recusa responder

Marcar conforme a resposta do entrevistado.

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada para a variável **Fome** na coluna de codificação.

44. Nos últimos 3 meses, =☺= perdeu peso porque não tinha dinheiro suficiente para comprar comida?

Opções de resposta: (1) Sim (2) Não (9) Não sabe ou recusa responder

Marcar conforme a resposta do entrevistado.

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada para a variável **Perpeso** na coluna de codificação.

45. Nos últimos 3 meses, =☺= ou qualquer outro adulto em sua casa ficou, alguma vez, um dia inteiro sem comer ou, teve apenas uma refeição ao dia, porque não havia dinheiro para a comida?

Opções de resposta: (1) Sim (2) Não (9) Não sabe ou recusa responder

Marcar conforme a resposta do entrevistado.

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada para a variável **Diasemco** na coluna de codificação.

46. Nos últimos 3 meses, =☹= alguma vez diminuiu a quantidade de alimentos das refeições de sua(s) criança/adolescente(s), porque não havia dinheiro o suficiente para comprar a comida?

Opções de resposta: (1) Sim (2) Não (9) Não sabe ou recusa responder

Marcar conforme a resposta do entrevistado.

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada para a variável **Dimincri** na coluna de codificação.

47. Nos últimos 3 meses, alguma vez =☹= teve de pular uma refeição da(s) criança/adolescente(s) porque não havia dinheiro para comprar a comida?

Opções de resposta: (1) Sim (2) Não (9) Não sabe ou recusa responder

Marcar conforme a resposta do entrevistado.

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada para a variável **Pularefe** na coluna de codificação.

48. Nos últimos 3 meses, sua(s) criança/adolescente(s) teve (tiveram) fome, mas =☹= simplesmente não podia comprar mais comida?

Opções de resposta: (1) Sim (2) Não (9) Não sabe ou recusa responder

Marcar conforme a resposta do entrevistado.

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada para a variável **Fomecri** na coluna de codificação.

49. Nos últimos 3 meses, sua(s) criança/adolescente(s) ficou (ficaram) sem comer por um dia inteiro porque não havia dinheiro para comprar a comida?

Opções de resposta: (1) Sim (2) Não (9) Não sabe ou recusa responder

Marcar conforme a resposta do entrevistado.

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada para a variável **Crisemco** na coluna de codificação.

50. A sua família recebe ajuda de alguma instituição ou de alguma pessoa para sua alimentação?

Opções de resposta: (1) Sim (2) Não (9) Não sabe ou recusa responder

Marcar conforme a resposta do entrevistado.

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada para a variável **Ajuda** na coluna de codificação.

51. Eu vou ler para =☺= algumas frases e gostaria que me dissesse qual delas é a mais parecida com o que aconteceu na sua família nos últimos três meses. Espere eu ler todas as frases. [LER TODAS AS FRASES E ASSINALAR APENAS UMA OPÇÃO]

Opções de resposta:

(1) A alimentação foi variada e tinha as comidas da preferência da família em quantidade suficiente ➡ **Pular para a questão 54**

(2) A comida foi suficiente, mas nem sempre tinha variedade ➡ **Ir para a próxima questão 52**

(3) Algumas vezes não tinha o suficiente para comer ➡ **Pular para a questão 53**

(4) Frequentemente não tinha o suficiente para comer ➡ **Pular para a questão 53**

(9) Não sabe ou recusa responder ➡ **Pular para a questão 54**

Ler todas as frases, com exceção da <(9) Não sabe ou recusa responder> e só depois marcar a opção de resposta do entrevistado. Repetir, para o entrevistado, a opção escolhida de modo a confirmar a sua escolha.

OBSERVAR que para cada opção há indicação de ir para uma determinada questão. Ir para a questão de acordo com a opção escolhida pelo entrevistado.

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada para a variável **Parecida** na coluna de codificação.

52. Vou dizer os motivos que algumas pessoas usam como explicação por não ter a variedade de alimentos desejada. Gostaria que me dissesse se algumas destas razões são os motivos pelos quais =☺= não teve a variedade de alimentos que gostaria de comer. [LER UM MOTIVO DE CADA VEZ E ESPERAR A RESPOSTA ESPONTÂNEA]

Faltou dinheiro para a comida

Opções de resposta: (0) Não (1) Sim (9) Não sei (8) NSA

Ler e marcar conforme a resposta do entrevistado.

Se entrevistado responder 'NÃO SEI' ou se recusar a responder, marcar a opção **<(9) Não sei>**.

Se esta questão foi pulada, marcar a opção **<(8) NSA>**.

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada para a variável **Faltadi** na coluna de codificação.

Faltou variedade de sua preferência no mercado/feira/armazém

Opções de resposta: (0) Não (1) Sim (9) Não sei (8) NSA

Ler e marcar conforme a resposta do entrevistado.

Se entrevistado responder 'NÃO SEI' ou se recusar a responder, marcar a opção **<(9) Não sei>**.

Se esta questão foi pulada, marcar a opção **<(8) NSA>**.

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada para a variável **Varieda** na coluna de codificação.

É muito difícil chegar até a feira, mercado ou armazém

Opções de resposta: (0) Não (1) Sim (9) Não sei (8) NSA

Ler e marcar conforme a resposta do entrevistado.

Se entrevistado responder 'NÃO SEI' ou se recusar a responder, marcar a opção **<(9) Não sei>**.

Se esta questão foi pulada, marcar a opção **<(8) NSA>**.

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada para a variável **Dichega** na coluna de codificação.

Faltou tempo para fazer compras ou cozinhar

Opções de resposta: (0) Não (1) Sim (9) Não sei (8) NSA

Ler e marcar conforme a resposta do entrevistado.

Se entrevistado responder 'NÃO SEI' ou se recusar a responder, marcar a opção **<(9) Não sei>**.

Se esta questão foi pulada, marcar a opção **<(8) NSA>**.

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada para a variável **Tempo** na coluna de codificação.

Faltou produção de alimentos suficiente para o sustento

Opções de resposta: (0) Não (1) Sim (9) Não sei (8) NSA

Ler e marcar conforme a resposta do entrevistado.

Se entrevistado responder 'NÃO SEI' ou se recusar a responder, marcar a opção **<(9) Não sei>**.

Se esta questão foi pulada, marcar a opção **<(8) NSA>**.

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada para a variável **Produca** na coluna de codificação.

Estou/estamos em dieta especial

Opções de resposta: (0) Não (1) Sim (9) Não sei (8) NSA

Ler e marcar conforme a resposta do entrevistado.

Se entrevistado responder 'NÃO SEI' ou se recusar a responder, marcar a opção **<(9) Não sei>**.

Se esta questão foi pulada, marcar a opção **<(8) NSA>**.

Após ter lido e marcado a resposta para todos os motivos ➡ **Pular para a questão 54**

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada para a variável **Dieta** na coluna de codificação.

53. Vou dizer os motivos que algumas pessoas usam como explicação por não ter a quantidade de alimentos desejada. Eu vou ler para =☺= algumas frases e gostaria que me dissesse se algo semelhante aconteceu na sua família nos últimos três meses. [LER UM MOTIVO DE CADA VEZ E ESPERAR RESPOSTA ESPONTÂNEA]

NÃO SE ESQUEÇA DE SALIENTAR QUE AS RESPOSTAS REFEREM-SE AOS ÚLTIMOS 3 MESES.

Faltou dinheiro para comprar a comida

Opções de resposta: (0) Não (1) Sim (9) Não sei (8) NSA

Ler e marcar conforme a resposta do entrevistado.

Se entrevistado responder 'NÃO SEI' ou se recusar a responder, marcar a opção **<(9) Não sei>**.

Se esta questão foi pulada, marcar a opção **<(8) NSA>**.

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada para a variável **Faltadi2** na coluna de codificação.

Foi muito difícil chegar até o mercado/feira/armazém

Opções de resposta: (0) Não (1) Sim (9) Não sei (8) NSA

Ler e marcar conforme a resposta do entrevistado.

Se entrevistado responder 'NÃO SEI' ou se recusar a responder, marcar a opção **<(9) Não sei>**.

Se esta questão foi pulada, marcar a opção **<(8) NSA>**.

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada para a variável **Dichega2** na coluna de codificação.

Faltou água para cozinhar

Opções de resposta: (0) Não (1) Sim (9) Não sei (8) NSA

Ler e marcar conforme a resposta do entrevistado.

Se entrevistado responder 'NÃO SEI' ou se recusar a responder, marcar a opção **<(9) Não sei>**.

Se esta questão foi pulada, marcar a opção **<(8) NSA>**.

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada para a variável **Faltagua** na coluna de codificação.

Faltou gás, lenha ou álcool para cozinhar

Opções de resposta: (0) Não (1) Sim (9) Não sei (8) NSA

Ler e marcar conforme a resposta do entrevistado.

Se entrevistado responder 'NÃO SEI' ou se recusar a responder, marcar a opção **<(9) Não sei>**.

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada para a variável **Gas** na coluna de codificação.

Problemas de saúde impediram que pudesse cozinhar ou comer

Opções de resposta: (0) Não (1) Sim (9) Não sei (8) NSA

Ler e marcar conforme a resposta do entrevistado.

Se entrevistado responder 'NÃO SEI' ou se recusar a responder, marcar a opção **<(9) Não sei>**.

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada para a variável **Saude** na coluna de codificação.

Faltou tempo para fazer compras ou cozinhar

Opções de resposta: (0) Não (1) Sim (9) Não sei (8) NSA

Ler e marcar conforme a resposta do entrevistado.

Se entrevistado responder 'NÃO SEI' ou se recusar a responder, marcar a opção **<(9) Não sei>**.

Se esta questão foi pulada, marcar a opção **<(8) NSA>**.

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada para a variável **Tempo2** na coluna de codificação.

Estou/estamos em dieta alimentar

Opções de resposta: (0) Não (1) Sim (9) Não sei (8) NSA

Ler e marcar conforme a resposta do entrevistado.

Se entrevistado responder 'NÃO SEI' ou se recusar a responder, marcar a opção **<(9) Não sei>**.

Se esta questão foi pulada, marcar a opção **<(8) NSA>**.

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada para a variável **Dieta2** na coluna de codificação.

Faltou produção de alimentos suficientes para o sustento

Opções de resposta: (0) Não (1) Sim (9) Não sei (8) NSA

Ler e marcar conforme a resposta do entrevistado.

Se entrevistado responder 'NÃO SEI' ou se recusar a responder, marcar a opção **<(9) Não sei>**.

Se esta questão foi pulada, marcar a opção **<(8) NSA>**.

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada para a variável **Produca2** na coluna de codificação.

54. Em qual ou quais locais a família costuma comprar os alimentos?
[RESPOSTA ESPONTÂNEA]

Opções de resposta: (0) Não (1) Sim, quantas vezes por mês? ____

Esperar o entrevistado responder espontaneamente! Marcar a opção **<(1) Sim>** para os locais citados espontaneamente e **<(0) Não>** para os locais que não forem citados.

Para cada local citado pelo entrevistado, perguntar “quantas vezes por mês?” e anotar.

Se o entrevistado responder supermercado/mercado, questionar se é mercado grande ou pequeno.

Se a resposta do entrevistado **não for espontânea**, citar um local de cada vez e esperar a resposta. Marcar a opção de resposta do entrevistado.

Para cada local cuja resposta é 'SIM', perguntar “quantas vezes por mês?” e anotar. Se a opção de resposta para um local for **<(0) Não>**, registrar **88** para quantas vezes por mês.

Se a resposta for em semanas, multiplicar por 4 e anotar o resultado. Por exemplo, se o entrevistado disser que compra 3 vezes por semana, o número de vezes por mês será $3 \times 4 = 12$.

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada para a variável correspondente a cada local na coluna de codificação. Para “quantas vezes”, transcrever o número registrado para cada variável correspondente na coluna de codificação.

55. Para finalizar, <nome do escolar> utiliza telefone celular muito frequentemente; frequentemente; às vezes ou nunca?

Opções de resposta:

(0) Não tem celular (1) Nunca (2) Às vezes (3) Frequentemente (4) Muito frequentemente

Marcar conforme a resposta do entrevistado.

Codificação – transcrever a opção de resposta marcada para a variável **Celular** na coluna de codificação.

TERMINAMOS! OBRIGADA PELA ATENÇÃO!

APÊNDICE D – CARTA DE APRESENTAÇÃO

Prezados Pais/Responsáveis:

Vamos realizar uma pesquisa para conhecer os hábitos alimentares, de atividade física e o estado nutricional dos escolares matriculados no 1º ano das escolas de ensino fundamental do município de São Leopoldo. Estas informações são muito importantes pois, por meio delas, os pais, a escola e os profissionais de saúde podem ajudar os escolares a terem uma vida mais saudável. Assim, serão realizadas entrevistas, com a mãe ou responsável pelo escolar.

Nas **próximas duas semanas** estaremos na escola. Assim, no momento que a mãe ou responsável buscar o filho, os entrevistadores marcarão um horário para a entrevista. Os entrevistadores estarão vestindo um colete azul com a inscrição UNISINOS e portando um crachá. Se, por acaso, você não costuma buscar seu filho, mas quer participar, você pode procurar pelo pessoal da pesquisa durante o tempo que eles estiverem na escola e agendar um horário para fazer a entrevista. Caso isto não seja possível, faremos contato telefônico ou visita domiciliar.

A pesquisa é coordenada pela professora Ruth Liane Henn do Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva da UNISINOS e tem a colaboração de alunos do Programa e do Curso de Nutrição, bem como, da Equipe de Nutrição da Secretaria Municipal de Educação de São Leopoldo.

Desde já, agradecemos a sua atenção e contamos com a sua participação na pesquisa.



Prof^a. Ruth Liane Henn

Coordenadora

APÊNDICE E – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

**Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE)**

A presente pesquisa "Adesão aos 10 Passos da Alimentação Saudável para Crianças entre escolares do 1º ano das escolas municipais de ensino fundamental de São Leopoldo, RS" tem como objetivo conhecer os hábitos alimentares, de atividade física e o estado nutricional dos escolares matriculados no 1º ano das escolas municipais de São Leopoldo. Estas informações são muito importantes pois, por meio delas, os pais, a escola e os profissionais de saúde podem ajudar os escolares a terem uma vida mais saudável.

Como parte desta pesquisa serão realizadas entrevistas com a mãe ou responsável pelo escolar. Serão feitas perguntas sobre a família, a moradia e sobre o escolar, bem como, sobre a disponibilidade de alimentos e sobre a sensação de fome entre os adultos e/ou crianças que moram na casa.

Estas mesmas perguntas serão aplicadas para algumas mães/responsáveis por escolares do 2º ano das escolas municipais do ensino fundamental, com o objetivo de testar o questionário e a organização da pesquisa.

Os dados serão utilizados apenas para fins de divulgação de pesquisa científica e analisados de maneira a proteger a confidencialidade das informações e o anonimato das participantes.

A participação na pesquisa é voluntária, ficando você livre a não responder qualquer pergunta ou, ainda, interromper sua participação em qualquer momento, sem que isso lhe cause qualquer prejuízo. Além disto, o estudo não apresenta qualquer risco ou custo.

Esta pesquisa será desenvolvida pela professora Ruth Liane Henn e alunos do Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva da UNISINOS.

Sua participação na pesquisa estará confirmada com a colocação de seu nome e assinatura no texto abaixo:

Eu _____, responsável pelo aluno _____, fui informado(a) sobre os objetivos deste estudo. O entrevistador garantiu que a minha identidade e da minha família será preservada e que receberei resposta a qualquer dúvida sobre esta pesquisa pelos telefones (51) 3591-1232 ou (51) 9901-3997 da Profª. Ruth Liane Henn.

Uma das vias deste documento ficará comigo e a outra será guardada pela instituição responsável pela pesquisa.

Assinatura do entrevistado

Assinatura da coordenação da pesquisa

Data: ____/____/____

ANEXO A – FORMULÁRIO DE MARCADORES DO CONSUMO ALIMENTAR

	Ministério da Saúde/ SAS/ DAB/ CGPAN SISTEMA DE VIGILÂNCIA ALIMENTAR E NUTRICIONAL	
	Estabelecimento de Saúde	Nº CNES*
	Nome ou Matrícula do Profissional de Saúde	
Nome completo*		Data de nascimento:*
Endereço completo*		
Documentação (tipo, número e outras especificações)		Data de preenchimento:*

* Campos de preenchimento obrigatório (fundo cinza).

FORMULÁRIO DE MARCADORES DO CONSUMO ALIMENTAR
- INDIVÍDUOS COM 5 ANOS DE IDADE OU MAIS -

Nos últimos 7 dias, em quantos dias você comeu os seguintes alimentos ou bebidas?								
ALIMENTO/ BEBIDA	Não comi nos últimos sete dias	1 dia nos últimos sete dias	2 dias nos últimos sete dias	3 dias nos últimos sete dias	4 dias nos últimos sete dias	5 dias nos últimos sete dias	6 dias nos últimos sete dias	Todos os 7 últimos dias
1. Salada crua (alface, tomate, cenoura, pepino, repolho, etc)								
2. Legumes e verduras cozidos (couve, abóbora, chuchu, brócolis, espinafre, etc) (não considerar batata e mandioca)								
3. Frutas frescas ou salada de frutas								
4. Feijão								
5. Leite ou iogurte								
6. Batata frita, batata de pacote e salgados fritos (coxinha, quibe, pastel, etc)								
7. Hambúrguer e embutidos (salsicha, mortadela, salame, presunto, lingüiça, etc)								
8. Bolachas/ biscoitos salgados ou salgadinhos de pacote								
9. Bolachas/ biscoitos doces ou recheados, doces, balas e chocolates (em barra ou bombom)								
10. Refrigerante (não considerar os diet ou light)								

OS DEZ PASSOS DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL PARA CRIANÇAS A PARTIR DOS 2 ANOS

- PASSO 1 – Procure oferecer alimentos de diferentes grupos, distribuindo-os em pelo menos três refeições e dois lanches por dia. Para que a criança aprecie a refeição, ela precisa comer devagar e mastigar bem os alimentos. Faça das refeições um momento de encontro da família e evite alimentar seu filho assistindo à TV.
- PASSO 2 – Inclua diariamente alimentos como cereais (arroz, milho), tubérculos (batatas), raízes (mandioca/macaxeira/alpim), pães e massas, distribuindo esses alimentos nas refeições e lanches do seu filho ao longo do dia. Dê preferência aos grãos integrais e aos alimentos na sua forma mais natural.
- PASSO 3 – Procure oferecer diariamente legumes e verduras como parte das refeições da criança. As frutas podem ser distribuídas nas refeições, sobremesas e lanches. Esses alimentos são fontes de vitaminas e minerais que ajudam na prevenção de doenças e melhoram a resistência do organismo. Procure variar, ao longo da semana, os tipos de frutas, legumes e verduras.
- PASSO 4 – Ofereça feijão com arroz todos os dias, ou no mínimo cinco vezes por semana. O feijão é fonte de ferro e auxilia na prevenção da anemia. Para variar, pode-se substituir o feijão por lentilha, grão-de-bico ou soja. Para melhorar a absorção do ferro, é importante associar a alimentos que são fontes de vitamina C, como limão, laranja, acerola e outros. Vísceras e miúdos (fígado, moela, etc) também são fontes de ferro; procure oferecê-los à criança, pelo menos uma vez por semana.
- PASSO 5 – Ofereça diariamente leite e derivados, como queijo e iogurte, nos lanches, e carnes, aves, peixes ou ovos na refeição principal de seu filho. Esses alimentos são boas fontes de proteínas e cálcio, e ajudam na saúde dos ossos, dentes e músculos.
- PASSO 6 – Alimentos gordurosos e frituras devem ser evitados; prefira alimentos assados, grelhados ou cozidos. Retire a gordura aparente das carnes e a pele das aves antes da preparação para tornar esses alimentos mais saudáveis.
- PASSO 7 – Evite oferecer refrigerantes e sucos industrializados, balas, bombons, biscoitos doces e recheados, salgadinhos e outras guloseimas no dia a dia. Esses alimentos podem ser consumidos no máximo duas vezes por semana, em pequenas quantidades.
- PASSO 8 – Diminua a quantidade de sal na comida. Evite temperos prontos, alimentos enlatados, carnes salgadas e embutidos como mortadela, presunto, salsicha, lingüiça e outros, pois estes alimentos contêm muito sal.
- PASSO 9 – Estimule a criança a beber bastante água e sucos naturais de frutas durante o dia, de preferência nos intervalos das refeições, para manter a hidratação e a saúde do corpo.
- PASSO 10 – Incentive a criança a ser ativa e evite que ela passe muitas horas assistindo TV, jogando videogame ou brincando no computador. Saia para caminhar com ela, leve-a para andar de bicicleta, passear com o cachorro, jogar bola, ou seja, fazer algum tipo de atividade física.

OS DEZ PASSOS DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL PARA ADOLESCENTES

- PASSO 1 – Para manter, perder ou ganhar peso, procure a orientação de um profissional de saúde.
- PASSO 2 – Se alimente 5 ou 6 vezes ao dia. Coma no café da manhã, almoço, jantar e faça lanches saudáveis nos intervalos.
- PASSO 3 – Tente comer menos salgadinho de pacote, refrigerantes, biscoitos recheados, lanches de fast-food, alimentos de preparo instantâneo, doces e sorvetes.
- PASSO 4 – Escolha frutas, verduras e legumes de sua preferência.
- PASSO 5 – Tente comer feijão todos os dias.
- PASSO 6 – Procure comer arroz, massas e pães todos os dias!
- PASSO 7 – Procure tomar leite e/ou derivados todos os dias.
- PASSO 8 – Evite o consumo de bebidas alcoólicas.
- PASSO 9 – Movimento-se! Não fique horas em frente à TV ou computador.
- PASSO 10 – Escolha alimentos saudáveis nos lanches da escola e nos momentos de lazer.

OS DEZ PASSOS DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL PARA ADULTOS

- PASSO 1 – Faça pelo menos 3 refeições (café da manhã, almoço e jantar) e 2 lanches saudáveis por dia. Não pule as refeições.
- PASSO 2 – Inclua diariamente 6 porções do grupo dos cereais (arroz, milho, trigo pães e massas), tubérculos como as batatas e raízes como a mandioca/macaxeira/alpim nas refeições. Dê preferência aos grãos integrais e aos alimentos na sua forma mais natural.
- PASSO 3 – Coma diariamente pelo menos 3 porções de legumes e verduras como parte das refeições e 3 porções ou mais de frutas nas sobremesas e lanches.
- PASSO 4 – Coma feijão com arroz todos os dias ou, pelo menos, 5 vezes por semana. Esse prato brasileiro é uma combinação completa de proteínas e bom para a saúde.
- PASSO 5 – Consuma diariamente 3 porções de leite e derivados e 1 porção de carnes, aves, peixes ou ovos. Retirar a gordura aparente das carnes e a pele das aves antes da preparação torna esses alimentos mais saudáveis!
- PASSO 6 – Consuma, no máximo, 1 porção por dia de óleos vegetais, azeite, manteiga ou margarina. Fique atento aos rótulos dos alimentos e escolha aqueles com menores quantidades de gorduras trans.
- PASSO 7 – Evite refrigerantes e sucos industrializados, bolos, biscoitos doces e recheados, sobremesas doces e outras guloseimas como regra da alimentação.
- PASSO 8 – Diminua a quantidade de sal na comida e retire o sal da mesa. Evite consumir alimentos industrializados com muito sal (sódio) como hambúrguer, churrasco, salsicha, lingüiça, presunto, salgadinhos, conservas de vegetais, sopas, molhos e temperos prontos.
- PASSO 9 – Beba pelo menos 2 litros (6 a 8 copos) de água por dia. Dê preferência ao consumo de água nos intervalos das refeições.
- PASSO 10 – Tome sua vida mais saudável. Pratique pelo menos 30 minutos de atividade física todos os dias e evite as bebidas alcoólicas e o fumo. Mantenha o peso dentro de limites saudáveis.

OS DEZ PASSOS DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL PARA PESSOAS IDOSAS

- PASSO 1 – Faça pelo menos 3 refeições (café da manhã, almoço e jantar) e 2 lanches saudáveis por dia. Não pule as refeições!
- PASSO 2 – Inclua diariamente 6 porções do grupo dos cereais (arroz, milho e trigo pães e massas), tubérculos como a batata, raízes como mandioca/macaxeira/alpim, nas refeições. Dê preferência aos grãos integrais e aos alimentos na sua forma mais natural.
- PASSO 3 – Coma diariamente pelo menos 3 porções de legumes e verduras como parte das refeições e 3 porções ou mais de frutas nas sobremesas e lanches.
- PASSO 4 – Coma feijão com arroz todos os dias ou, pelo menos, 5 vezes por semana. Esse prato brasileiro é uma combinação completa de proteínas e bom para a saúde.
- PASSO 5 – Consuma diariamente 3 porções de leite e derivados e 1 porção de carnes, aves, peixes ou ovos. Retirar a gordura aparente das carnes e a pele das aves antes da preparação torna esses alimentos mais saudáveis!
- PASSO 6 – Consuma, no máximo, 1 porção por dia de óleos vegetais, azeite, manteiga ou margarina.
- PASSO 7 – Evite refrigerantes e sucos industrializados, bolos, biscoitos doces e recheados, sobremesas doces e outras guloseimas como regra da alimentação. Coma-os, no máximo, 2 vezes por semana.
- PASSO 8 – Diminua a quantidade de sal na comida e retire o sal da mesa.
- PASSO 9 – Beba pelo menos 2 litros (6 a 8 copos) de água por dia. Dê preferência ao consumo de água nos intervalos das refeições.
- PASSO 10 – Tome sua vida mais saudável. Pratique pelo menos 30 minutos de atividade física todos os dias e evite as bebidas alcoólicas e o fumo.

**ANEXO B – REPRESENTAÇÕES GRÁFICAS DA PIRÂMIDE ALIMENTAR
DE VÁRIOS PAÍSES**



Figura 4 - Representações Gráficas de Vários Países

(MARTINS e SAEKI, 2005)

RELATÓRIO DE CAMPO

INTRODUÇÃO

O presente documento tem por finalidade relatar todas as etapas vivenciadas e desenvolvidas para a execução da pesquisa. “10 Passo da Alimentação Saudável para Crianças” e fatores associados em escolares do 1º ano do ensino fundamental matriculados nas escolas municipais de São Leopoldo, RS.

Realizou-se um estudo transversal, com amostragem de conveniência, com 848 escolares matriculados nas escolas municipais de ensino fundamental de São Leopoldo. Consideraram-se elegíveis indivíduos de ambos os sexos, matriculados no 1º ano que frequentavam a escola no período da coleta de dados.

A coleta de dados aconteceu no período de 14 meses, entre maio de 2011 e junho de 2012. Utilizou-se um questionário pré-codificado e pré-testado, com questões elaboradas pelos pesquisadores e de questões pertencentes a outros instrumentos, tais como o “Formulário de Marcadores de Consumo Alimentar”, constante no protocolo do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional – SISVAN, e a Escala Brasileira de Insegurança Alimentar – EBIA.

1 PLANEJAMENTO DO ESTUDO PRINCIPAL

No dia 14 de dezembro de 2010 ocorreu a primeira reunião entre os coordenadores da pesquisa, mestrandos e voluntários. A coordenadora do projeto apresentou o objetivo geral da pesquisa e as perspectivas quanto a sua realização. Discutiu-se sobre a importância de identificar os hábitos alimentares durante a infância.

Outros assuntos abordados foram o tamanho e as características da amostra e sobre quais seriam os critérios de inclusão. Foram considerados elegíveis para o estudo indivíduos que atendiam às seguintes características:

- Estar matriculado no 1º ano do ensino fundamental das escolas municipais de São Leopoldo;
- Apresentar possibilidade para realizar avaliação antropométrica;
- E não realizar dieta especial.

A proposta do estudo era avaliar todos os escolares matriculados no 1º ano (aproximadamente 2.300 escolares), sendo assim, não foram realizados cálculos de tamanho de amostra. De acordo com a Secretaria Municipal de Educação do município de São Leopoldo, no ano de 2010 haviam 2.256 escolares matriculados no 1º ano do ensino fundamental, distribuídos nas 38 escolas. Para o ano de 2011, esperava-se encontrar um número de escolares matriculados semelhante a este. Foram realizados cálculos para verificar o poder deste tamanho de amostra para estimar a prevalência de adesão a cada um dos “10 Passos” e associações entre as variáveis independentes e o desfecho. Os cálculos foram feitos com base em estudo semelhante, realizado com adolescentes (Shanda de F. Couto, comunicação pessoal).

Outro aspecto definido foi que a coleta de dados seria realizada nas escolas, e que o questionário seria aplicado às mães/responsáveis dos escolares. Essa escolha justifica-se pela faixa etária da amostra em estudo.

No segundo encontro realizado entre os coordenadores e supervisores, no dia 21 de dezembro de 2010, definiu-se a organização do questionário e todas as perguntas necessárias para a obtenção dos dados requeridos. As mestrandas ficaram com a responsabilidade de elaborar a logística do estudo, para ser discutida no próximo encontro.

O terceiro encontro ocorreu no dia 04 de janeiro de 2011, quando foi realizado o fechamento do questionário e elaborado o esboço do manual de treinamento para os pesquisadores. Foi discutida a logística e definido que na primeira semana de trabalho de campo seriam realizados plantões para agendamento das entrevistas com as mães dos escolares. Os plantões seriam realizados pelas equipes de pesquisa nos horários em que os pais/responsáveis buscavam ou levavam os filhos para a escola. Foi definido, também, que os pesquisadores seriam distribuídos em duplas e que inicialmente seriam visitadas três escolas a cada duas semanas, assim seriam duas duplas, uma no turno da manhã e uma no turno da tarde, durante 15 dias, na mesma escola. Foi confeccionada uma carta de apresentação da pesquisa, para ser anexada na agenda dos alunos cujos pais não compareciam na escola. Foram identificados os dias em que ocorreriam reuniões de pais, em cada escola, e realizada a distribuição das supervisoras para apresentar a pesquisa a esses pais. Também ficou acertado que os questionários aplicados e codificados pelos entrevistadores seriam entregues a seus respectivos supervisores para conferência.

No quarto encontro, realizado no dia 22 de fevereiro de 2011, foi novamente discutida a logística e organizada a distribuição dos entrevistadores em duplas, a fim de garantir a maior captação de pais no horário de saída dos escolares.

No quinto encontro, realizado no dia 01 de março de 2011, foram divulgadas as datas das reuniões nas escolas e organizou-se a participação nestas reuniões. Neste encontro também foi revisado e finalizado o termo de consentimento livre e esclarecido da pesquisa.

No dia 11 de março, em um novo encontro realizado entre os membros da pesquisa, foi discutida a fala que deveria ser utilizada por todos ao apresentar a pesquisa na reunião de pais e professores. Foi estabelecido que cada escola teria uma agenda, e nessa seria marcado o horário da entrevista escolhido pela mãe/responsável do escolar. A agenda ficaria guardada na escola, em um local estabelecido pelo diretor/coordenador, e assim as duplas deveriam conferir as atividades agendadas. Foi organizado o treinamento que seria realizado no dia 26 de março para todos os participantes do processo e seleção da pesquisa.

Na reunião realizada no dia 02 de maio de 2011, determinou-se que o horário para a realização das coletas seria da 08h30min às 14h30min. Foi reiterada a importância dos deslocamentos nos bairros serem em duplas, evitando assim qualquer risco aos entrevistadores. Foi verificada a necessidade de realizar ajustes no manual de instruções e no questionário. Também foi definido nesse encontro que os entrevistadores receberiam o valor da passagem de ônibus para o deslocamento da Universidade do Vale do Rio dos Sinos (Unisinos) até a escola onde coletariam os dados; cada supervisora deveria entregar o dinheiro quinzenalmente para seus respectivos entrevistadores.

1.1 CONSTRUÇÃO DO QUESTIONÁRIO E MANUAL DE INSTRUÇÕES

A preparação dos questionários e manual de instruções ocorreu entre dezembro de 2010 e março de 2011. As perguntas do questionário foram elaboradas pelas coordenadoras da pesquisa e as mestrandas foram responsáveis pela construção do manual de instruções. O consumo alimentar foi obtido por meio de um questionário de frequência alimentar, composto por 44 alimentos, com base no “Formulário de Marcadores de Consumo Alimentar”, constante no protocolo do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional – SISVAN¹. Para avaliar a condição socioeconômica optou-se pela classificação econômica da Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa².

1.2 ESTUDO PILOTO

Na reunião do dia 1º de março de 2011, foi definido que a escola Padre Orestes e a Franz Luis Weinmann seriam as escolas utilizadas para a aplicação do estudo piloto que foi realizado entre os dias 02 e 09 de abril. As mesmas foram escolhidas, pois representam bem os extremos

¹ BRASIL. Protocolos do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional - SISVAN na assistência à saúde. SECRETARIA DE ATENÇÃO À SAÚDE. Brasília: Ministério da Saúde, 2008.

² ABEP. Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa. Critérios de Classificação Econômica Brasil. 2010 [29 jun 2010]; Available from: <http://www.abep.org/novo/Content.aspx?ContentID=301>.

socioeconômicos encontrados entre as 38 escolas participantes do estudo. Para realizar o estudo piloto, optou-se por entrevistar as mães de escolares matriculados no segundo ano do ensino fundamental, assim seria possível identificar as dificuldades e alterações necessárias no questionário. Os dados foram coletados por entrevistadores selecionados e submetidos a programa de treinamento.

1.3 DEFINIÇÕES PÓS ESTUDO PILOTO

Após a realização do piloto, foram feitos ajustes nos instrumentos de coleta de dados e elaborou-se a versão final dos questionários e do manual de instruções.

Em consequência da dificuldade de entendimento pelas mães/responsáveis, a questão 16, referente ao questionário de frequência alimentar, sofreu modificações: alimentos que estavam agrupados foram desmembrados e listados separadamente. Isto ocorreu para os seguintes grupos:

- Arroz ou milho; ou aipim ou batata ou massa ou pães;
- Feijão com arroz;
- Leite ou queijo ou iogurte;
- Carne ou frango ou peixe ou ovo
- Legumes e verduras (exs.: tomate, cenoura, pepino, beterraba, moranga, alface, repolho);
- Frutas frescas ou salada de frutas;
- Linguiça ou salsichão ou mortadela ou salame ou salsicha ou apresuntada;
- Refrigerantes e sucos industrializados;
- Biscoitos doces ou recheados;
- Bala ou chocolate ou chiclete ou pirulito ou mariola;
- Biscoitos salgados ou salgadinhos de pacote.

Organizou-se, também, uma planilha (APÊNDICE A) com o nome dos entrevistadores e a escola que deveriam estar nos horários estabelecidos. Essa planilha seria modificada quinzenalmente, visto que cada dupla permaneceria esse tempo em cada escola. Ficou estabelecido que no primeiro dia na escola, as duplas deveriam passar nas salas de aula e solicitar para os

alunos que encaminhassem suas mãe/responsáveis para as entrevistadoras na saída da aula.

Foi organizada uma planilha de controle geral (APÊNCICE B), na qual tinha o nome do escolar, data da entrevista, endereço, telefone e um código que definia a situação da entrevista.

2 SELEÇÃO E TREINAMENTO DOS ENTREVISTADORES

Primeiramente os entrevistadores foram selecionados entre os alunos do curso de graduação em Nutrição da UNISINOS. A divulgação do projeto e da necessidade de voluntários foi realizada pelas supervisoras da pesquisa nas salas de aula e por meio da distribuição de cartazes em murais no campus da Universidade. A seleção foi realizada pelas coordenadoras e supervisoras da pesquisa, no mês de março e abril. Os alunos interessados se inscreveram, via e-mail, para um treinamento realizado no dia 26 de março de 2011.

O treinamento foi dividindo em dois turnos:

Turno da manhã (9:00 às 11:30 horas) – Apresentação do projeto e leitura do manual para aplicação do questionário.

Turno da tarde (13:00 às 17:00 horas) – *Role playing* do questionário entre os participantes e identificação das dificuldades e discussão sobre como resolvê-las.

Para finalização do processo de treinamento, todos os entrevistadores foram incumbidos de aplicar os questionários da pesquisa em parentes e amigos. Foi solicitado que cada entrevistador aplicasse o questionário em, pelo menos, dois indivíduos diferentes.

Após a realização do estudo piloto, o manual de instruções foi acrescido de instruções referentes à reorganização das perguntas, a modificações da logística do estudo. Sendo assim, foi realizado um novo treinamento em abril de 2011, com o objetivo de padronizar novos procedimentos e retomar dúvidas frequentes verificadas durante essa etapa. Os treinamentos foram realizados no campus da UNISINOS.

No segundo semestre da pesquisa, novamente foram recrutados entrevistadores. A divulgação ocorreu através de visitas nas salas de aula e cartazes espalhados nos murais do centro 2 da Universidade. Nesse segundo

momento foram recrutados entrevistadores de todos os cursos da Área da Saúde da Unisinos. As entrevistas foram realizadas pelas coordenadoras e pelas mestrandas na sede da pesquisa. Os alunos aprovados foram convidados a participar de um treinamento que ocorreu no dia 27 de agosto de 2011, das 08h30min às 13h30min, no campus da Unisinos.

O treinamento foi dividindo em duas etapas:

1ª etapa **(09:00 às 10:30 horas)** – Apresentação do projeto e leitura do manual para aplicação do questionário.

2ª etapa **(10:45 às 13:30 horas)** – *Role playing* do questionário entre os participantes e discussão das dificuldades apresentadas pelos participantes.

3 LOGÍSTICA

Na primeira reunião do ano letivo com as equipes diretivas das escolas, uma nutricionista da Equipe de Nutrição da Secretária Municipal de Educação apresentou, brevemente, o Projeto. Posteriormente, os coordenadores e supervisores da pesquisa participaram da Reunião de Pais de cada escola, com o objetivo de explicar o Projeto. Além disto, foi encaminhada uma carta de apresentação da pesquisa por meio dos escolares.

O estudo primeiramente foi conduzido na escola, onde eram realizadas as entrevistas com as mães/responsáveis. Naqueles casos em que as mães/responsáveis não podiam comparecer à escola, as entrevistas eram realizadas nos domicílios.

A coleta de dados estava prevista para ocorrer de maio a dezembro de 2011, em duas etapas, cada uma de quatro meses, sendo a primeira etapa composta por aproximadamente 15 escolas e a segunda etapa por aproximadamente 10 escolas.

Contudo, pela dificuldade no comparecimento das mães/responsáveis na escola para a entrevista previamente agendada, na primeira semana de setembro de 2011 a logística sofreu modificações. A coleta de dados passou a ser realizada no domicílio e em todas as escolas paralelamente. Foi feita uma reunião na semana anterior com os entrevistadores, para explicar a mudança da logística e esclarecer dúvidas, e também foi entregue um material escrito descrevendo detalhadamente os passos da nova logística.

Nesta nova fase, os entrevistadores se encontravam na escola e, após pedir o material da pesquisa na direção, verificavam no mapa os números dos escolares a serem visitados. Os domicílios a serem visitados deveriam ser próximos entre si e, de preferência, da escola. Os números encontrados no mapa eram identificados na planilha de controle geral, pois estes números identificam os escolares e seus endereços completos. Após a checagem dos endereços a serem visitados, os dados do escolar eram passados para a planilha de controle individual.

Antes de iniciarem a saída a campo, os entrevistadores pegavam o número de questionários necessários, a planilha de controle individual com os respectivos dados do escolar, e os mapas (confeccionados pela equipe de pesquisa).

Com os materiais em mãos e com as entrevistas a serem realizadas distribuídas, cada dupla saía para coletar seus dados, sempre se guiando pelo mapa e pelos endereços das entrevistas que estavam sob sua responsabilidade.

Ao encontrar o domicílio desejado, tocavam a campainha, batiam na porta ou batiam palmas para chamar o morador, conforme as condições que o domicílio apresentava.

Ao ser atendido, o entrevistador explicava, educadamente e gentilmente, que era entrevistador da UNISINOS e que estava realizando as entrevistas nos domicílios dos escolares em que contato com mãe/responsável não foi possível, ou daqueles que as mães/responsáveis não puderam comparecer na escola para a entrevista.

Ao final do turno, as duplas voltavam para a escola para identificar e grifar no mapa (com caneta marca texto) os números dos escolares referentes às entrevistas realizadas. Também atualizavam a planilha de controle geral (passavam todas as informações da planilha individual para a geral) e devolviam os questionários que não foram utilizados. Concluídos os trabalhos, o material da pesquisa era entregue ao responsável na escola e os entrevistadores deixavam imediatamente a escola.

Em dezembro de 2011, visando facilitar a logística e otimizar a coleta de dados, a logística novamente sofreu alteração. Uma reunião na semana anterior foi realizada com os entrevistadores, explicando a nova proposta da

coleta de dados. Nesta nova fase, as entrevistadoras foram distribuídas em duplas e ficaram encarregas pelas entrevistas de uma determinada área geográfica (bairro) pré-estabelecida pela coordenação da pesquisa. Cada dupla era responsável por organizar a sua própria logística, ou seja, os dias da semana, os horários e a distribuição das entrevistas, tendo em vista a aplicação de 8 questionários por semana. Antes de iniciarem a saída a campo, os entrevistadores pegavam o número de questionários necessários, a planilha de controle individual com os respectivos dados do escolar, e os mapas (confeccionados pela equipe de pesquisa), entregues previamente.

Em um dia da semana pré-estabelecido com a respectiva supervisora da dupla, os entrevistadores compareciam na Universidade. Neste momento, era discutido o andamento da coleta de dados, como: dúvidas, dificuldades, entrega dos questionários aplicados, entrega do valor correspondente às passagens e também dos questionários para a próxima semana.

4 QUALIDADE DA COLETA DE DADOS

No início do estudo, nos treinamentos, os entrevistadores presenciaram dramatizações da coleta de dados, bem como aplicaram os questionários uns nos outros. Estes também participaram do estudo piloto.

Já os entrevistadores recrutados posteriormente, após o treinamento coletivo ou individual, assistiram a uma entrevista 'real' aplicada por uma das supervisoras. Estas acompanharam, diretamente, a realização das primeiras entrevistas. Durante quase o tempo todo, as supervisoras permaneceram nos locais de coleta de dados. Periodicamente, realizavam-se reuniões a fim de esclarecer as dúvidas dos entrevistadores. O controle de qualidade do trabalho de campo foi feito por telefone, em uma amostra aleatória de 10% dos indivíduos participantes do estudo. Aplicou-se um questionário curto, (APÊNDICE C) semelhante ao do estudo, incluindo variáveis que não sofriam alteração em curto espaço de tempo.

5 CODIFICAÇÃO E REVISÃO DOS QUESTIONÁRIOS

Diariamente, no final do turno de coleta de dados, cada entrevistador revisava os questionários aplicados e codificava as questões. Posteriormente, estes questionários eram entregues às supervisoras gerais, tendo cada entrevistador sua supervisora de referência. No momento da entrega, a supervisora, juntamente com o entrevistador, revisava o questionário, no intuito de esclarecer eventuais dúvidas e corrigir possíveis erros. Estes questionários eram colocados em uma pasta específica na sede da pesquisa, que se localizava na Universidade do Vale do Rio dos Sinos – UNISINOS.

Semanalmente, a última revisão e a codificação de variáveis com a opção de resposta ‘outro, qual?’ eram feitas por supervisoras específicas responsáveis por esta tarefa. Quando se encontravam inconsistências nos questionários, era feito o contato por telefone com o entrevistado para esclarecer a dúvida. Depois de encerrada esta etapa, os questionários eram encaminhados para a digitação.

6 CONSTRUÇÃO, DIGITAÇÃO E LIMPEZA DO BANCO DE DADOS

Em junho de 2011, a equipe da pesquisa construiu o banco de dados, utilizando o programa EpiData versão 3.1, para Windows. Mais alguns encontros foram necessários para finalizar esta construção. Em seguida, iniciou-se a dupla digitação dos dados, por digitadores devidamente treinados. Depois de concluída esta etapa, as mestrandas fizeram a validação e correção dos erros de digitação. Em seguida, os dados foram exportados para os programas STATA versão 9.0, para Windows, para checagem das inconsistências.

7 ANÁLISE DOS DADOS

Os dados foram analisados no pacote estatístico SPSS, versão 19.0..

7.1 DESCRIÇÃO DAS PERDAS

Inicialmente, estava previsto entrevistar todos os escolares matriculados em 2011 (2.369), porém, em decorrência do não comparecimento das mães/responsáveis nas entrevistas agendadas na escola, bem como na dificuldade em encontrar os domicílios dos escolares, as perdas foram expressivas (35,8%). Contudo, a frequência de excesso de peso entre os escolares que não participaram do estudo (39,7%; IC 95% 37,2%-42,3%) foi semelhante a dos participantes (38,1%; IC 95% 34,7%-41,5%), sugerindo menor probabilidade de viés de seleção. A amostra final foi de 847 escolares, sendo 14 excluídos por estarem realizando dietas especiais no momento da coleta de dados, restando 813 escolares para as análises.

7.2 MUDANÇAS NA ANÁLISE DOS DADOS

Inicialmente, além das análises bivariadas, estava prevista a realização de análise de regressão logística multinomial. Entretanto, os resultados desta análise não ajudaram a compreender a natureza dos dados. Assim, optou-se por realizar somente as análises bivariadas.

**APÊNDICE A - PLANILHA COM A LISTAGEM DAS DUPLAS PARA COLETA DOS
DADOS NAS ESCOLAS**

APÊNDICE B - PLANILHA DE CONTROLE GERAL

NOME DO ALUNO/NOME DA MÃE	SITUAÇÃO DA ENTREVISTA	Data entrevista	ENDEREÇO/ PONTO DE REFERÊNCIA	TELEFONE

01 – ENTREVISTA REALIZADA 02 – ENTREVISTA AGENDADA 03 – NÃO COMPARECIMENTO A ENTREVISTA
 AGENDADA 04 – SÓ NO COMICÍLIO 05 – CONTATAR PARA AGENDAR 06 – OUTRA SITUAÇÃO, ESCREVER QUAL

APÊNDICE C – QUESTIONÁRIO DE CONTROLE DE QUALIDADE

Nº Questionário: _____ Nome da escola: _____ Data: ____/____/____		Nquest _____ Escola ____ Dentrevi ____/____/____		
Bom dia/Boa tarde! Meu nome é _____, sou entrevistador (a) da pesquisa da UNISINOS. Gostaria de confirmar alguns dados que respondeu na pesquisa para conhecermos os hábitos alimentares e de atividade físicas do escolar, bem como, algumas características da sua família.				
2. Nome do responsável: _____ 3. Qual o seu grau de parentesco com <nome do escolar>? ____ 4. Qual a cor ou raça de <nome>? ____		Parente ____ Corpele ____		
<table border="0"> <tr> <td> Grau de parentesco – Parente (01) Mãe natural (02) Mãe adotiva/madrasta (03) Pai natural (04) Pai adotivo/padrasto (05) Avó (06) Avô (07) Mãe (08) Imã (09) Tia (10) Tio (11) Outro parente (12) Não tem grau de parentesco </td> <td> Cor / raça – Corpele (1) Branca (2) Preta (3) Parda/Mulata (4) Amarela (5) Indígena (9) Não sabe informar Outra _____ </td> </tr> </table>		Grau de parentesco – Parente (01) Mãe natural (02) Mãe adotiva/madrasta (03) Pai natural (04) Pai adotivo/padrasto (05) Avó (06) Avô (07) Mãe (08) Imã (09) Tia (10) Tio (11) Outro parente (12) Não tem grau de parentesco	Cor / raça – Corpele (1) Branca (2) Preta (3) Parda/Mulata (4) Amarela (5) Indígena (9) Não sabe informar Outra _____	
Grau de parentesco – Parente (01) Mãe natural (02) Mãe adotiva/madrasta (03) Pai natural (04) Pai adotivo/padrasto (05) Avó (06) Avô (07) Mãe (08) Imã (09) Tia (10) Tio (11) Outro parente (12) Não tem grau de parentesco	Cor / raça – Corpele (1) Branca (2) Preta (3) Parda/Mulata (4) Amarela (5) Indígena (9) Não sabe informar Outra _____			
Dados do(a) <nome do escolar>.				
5. Qual a data de nascimento do(a) <nome do escolar>? ____/____/____ 6. Quanto <nome do escolar> pesou ao nascer? _____ g 7. <Nome do escolar> mamou no peito? (1) Sim (2) Não ← Pular para a questão 9 8. Que idade <nome do escolar> tinha quando deixou de mamar? [IGN = 99; 99; 9] [NSA = 88; 88; 8] [±] ____ dia(s) ____ mês(es) ____ ano(s) 9. O(a) <nome do escolar> costuma comer carne gorda? (0) Não (1) Sim (2) Não come carne 10. O(a) <nome do escolar> costuma comer a pele do frango? (0) Não (1) Sim (2) Não come frango 11. O(a) <nome do escolar> costuma colocar ou pedir para colocar mais sal na comida quando seu prato já está servido? (0) Não (1) Sim (2) Não come alimentação preparada com sal		Nasesc ____/____/____ Pesonasc _____ Mamou ____ Desdia ____ Desmes ____ Desano ____ Cargorda ____ Pele ____ Sal ____		
Dados da alimentação da família e da moradia				
12. Qual o tipo de gordura mais usado na sua casa para cozinhar os alimentos? [RESPOSTA ESPONTÂNEA] (1) Banha animal (2) Óleo vegetal/Azeite (3) Margarina (4) Manteiga (5) Não usa gordura Obrigada pela sua participação e atenção!		Gordura ____		

ARTIGO CIENTÍFICO

**CONSUMO ALIMENTAR EM ESCOLARES: ESTUDO BASEADO NOS “10
PASSOS DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL PARA CRIANÇAS”**

Ana Paula Weber¹

Ruth Liane Henn¹

Keli Vicenzi¹

Vanessa Backes²

Vera Maria Vieira Paniz¹

Maria Teresa Anselmo Olinto¹

¹ Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva, Universidade do Vale do Rio dos
Sinos

² Secretaria Municipal de Educação de São Leopoldo

Contato

Ana Paula Weber

Curso de Mestrado em Saúde Coletiva, Universidade do Vale do Rio dos Sinos

Rua Tiradentes, 603 – CEP 95770-000, Feliz, RS, Brasil

Fone (fax): 51 3637-1150 – E-mail: apweber@brturbo.com.br

Resumo

Avaliou-se a realização dos “10 Passos da Alimentação Saudável para Crianças” e os fatores associados em escolares do 1º ano, matriculados nas Escolas Municipais de Ensino Fundamental de São Leopoldo, Rio Grande do Sul, Brasil. Estudo transversal com 813 escolares. Utilizou-se questionário padronizado, codificado e pré-testado, respondido pela mãe/responsável. Para as análises, foi utilizado o teste Qui-quadrado de Pearson. O passo 2 (incluir cereais, tubérculos, etc. entre as refeições) foi o mais seguido pelos escolares (99,8%). Os dois “Passos” menos frequentemente realizados foram aqueles que envolvem medidas restritivas, como evitar alimentos gordurosos/frituras (Passo 6) e evitar guloseimas (Passo 7), respectivamente, 12,8% e 3,8%. Em geral, escolares cujas mães/responsáveis e responsáveis pelos domicílios eram mais jovens e tinham menos escolaridade realizavam mais frequentemente alguns dos “Passos”. Nosso estudo, além de sinalizar um prognóstico desfavorável para esta população, indica a necessidade de mais estudos para elucidar a relação entre as variáveis de exposição e a realização dos Passos.

Palavras chave: Guias Alimentares. Consumo Alimentar. Escolares.

Abstract

We evaluated the performance of the ‘10 Steps to Healthy Eating for Children’ and associated factors in first grade students from elementary public schools in São Leopoldo, RS, Brazil. Cross-sectional study with 813 schoolchildren. We used a standardized questionnaire, coded and pre-tested, answered by the mother/guardian. We used the chi-square test. Step 2 (including cereals, tubers, etc. between meals) was the most followed by children (99.8%). The two “Steps” less frequently performed were those involving restrictive measures, such as avoiding fatty foods/fried (Step 6) and avoid sweets (Step 7), respectively, 12.8% and 3.8%. In general, students whose mothers/ guardians and householders were younger and had less education followed more frequently some of the “Steps”. Our study indicate a poor prognosis for this population and a need for further studies to elucidate the relationship between the exposure variables and the achievement of “Steps”.

Keywords: Food Guide. Food Consumption. Schoolchildren.

Introdução

Com o aumento na incidência das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) e a mudança nos padrões alimentares e nutricionais, no final de 1960 e início de 1970, várias nações estabeleceram programas nacionais de alimentação e nutrição baseados em metas dietéticas ou diretrizes¹. O primeiro conjunto formal de guias alimentares foi publicado na Suécia, em 1968, e abordava a alimentação da população dos Países Escandinavos (Suécia, Dinamarca, Noruega e Finlândia)^{2,3}.

Os guias alimentares constituem-se em um conjunto de diretrizes dietéticas que tem o propósito de promover bem estar nutricional e atender todas as questões relacionadas à alimentação da população⁴. Estes instrumentos salientam a importância da adoção de um estilo de vida saudável e de escolhas alimentares adequadas^{5,6}, por meio de recomendações baseadas em evidências científicas sobre as relações entre alimentos e o processo saúde-doença^{4,5}, nos hábitos de consumo alimentar e no contexto cultural e socioeconômico de um país⁷. Desta forma, eles são um importante instrumento dos programas de educação alimentar e nutricional, pois auxiliam a compreender o significado de uma alimentação saudável e seu impacto na qualidade de vida⁸.

No Brasil, a primeira recomendação baseada em alimentos foi feita em 1999, quando se adaptou a pirâmide alimentar norte-americana à realidade da população brasileira⁹. Anos depois, em 2002, o primeiro guia alimentar brasileiro foi publicado, contudo foi destinado à população menor de dois anos de idade, pois a desnutrição infantil ainda se constituía como um dos principais problemas de saúde pública¹⁰. Finalmente, em 2005, com o propósito de contribuir na redução da incidência das DCNT, prevenção de doenças causadas por deficiências nutricionais e para reforçar a resistência orgânica a doenças infecciosas, o Ministério da Saúde lançou o Guia Alimentar para a População Brasileira – Promovendo a Alimentação Saudável¹¹.

Nosso Guia tem diretrizes claras que fornecem a base para auxiliar a população a adotar hábitos alimentares saudáveis. De modo a levar em conta as particularidades de saúde e características de cada público-alvo, tais como crianças, adolescentes, adultos, populações do campo e idosos, material de apoio tem sido produzido, com as diretrizes sendo sintetizadas nos “10 Passos para uma Alimentação Saudável”¹¹. Contudo, são raros os estudos que avaliaram em que medida a população está seguindo essas diretrizes e quais os seus determinantes, especialmente em crianças. Conhecer esta

situação é fundamental para identificar as recomendações do Guia que precisam ser mais trabalhadas para serem efetivamente adotadas pela população. Este estudo, portanto, tem como objetivo avaliar a realização dos “10 Passos da Alimentação Saudável para Crianças” e fatores associados em escolares do 1º ano, matriculados nas Escolas Municipais de Ensino Fundamental de São Leopoldo, RS.

Metodologia

Este é um estudo transversal, de base escolar, conduzido com escolares matriculados no 1º ano do ensino fundamental das escolas municipais de São Leopoldo. Situado na Região do Vale do Rio dos Sinos, que integra a Região Metropolitana de Porto Alegre, o município fica há 34 km da capital do estado do Rio Grande do Sul. De acordo com o Censo de 2010, tem uma população de 214.087 habitantes, sendo 6.042 na faixa etária de 6 a 7 anos¹². Em 2011, contava com trinta e cinco escolas de ensino fundamental na sua estrutura de escolas municipais, com 2.369 escolares matriculados no 1º ano. No início do ano letivo, o Projeto foi apresentado às equipes diretivas das escolas, bem como aos pais/responsáveis, por meio de reuniões ou por meio de uma carta de apresentação. Todos os escolares foram convidados a participar do estudo. Aqueles que realizavam dietas para condições especiais foram excluídos, posteriormente, na análise dos dados.

As informações foram obtidas com as mães/responsáveis pelos escolares. As entrevistas foram agendadas para serem realizadas na escola, contudo, devido ao baixo número de comparecimentos, os entrevistadores passaram a realizar as entrevistas nos domicílios. Os endereços dos escolares foram obtidos junto à Secretaria Municipal de Educação.

Para a coleta de dados foi utilizado um questionário pré-codificado e pré-testado.

O desfecho foi a frequência de realização de cada um dos “10 Passos para a alimentação saudável para crianças”. O Quadro 1 apresenta a descrição de cada “Passo” e os critérios utilizados para considerar que o mesmo foi realizado.

Para investigar os itens alimentares, utilizou-se uma adaptação do “Formulário de Marcadores de Consumo Alimentar”, constante no protocolo do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional – SISVAN¹³. Optou-se por desmembrar os grupos em alimentos individuais, tendo em vista as dificuldades das mães/responsáveis em responder sobre alimentos agregados, conforme identificado no estudo piloto. Assim,

‘salada crua’ e ‘legumes e verduras cozidas’ foram desmembrados em: alface, repolho, tomate, pepino, couve, moranga, chuchu, cenoura e beterraba; ‘frutas frescas ou salada de fruta’ em frutas e salada de frutas; ‘hambúrguer e embutidos’ em: linguiça/salsichão, mortadela, salsicha, apresuntada/presunto e salame; ‘bolachas/biscoitos salgados ou salgadinhos de pacote’ em: biscoitos salgados e salgadinhos de pacote; e ‘bolachas/biscoitos doces ou recheadas, doces, balas, chocolates (em barra ou bombom)’ em: biscoitos doces, biscoitos recheados, bala, chocolate, chiclete, pirulito e rapadurinha. O item ‘batata frita, batata de pacote e salgados fritos (coxinha, quibe, pastel, etc)’ foi transformado em: algum alimento frito. Além destas modificações, foram incluídos alimentos como arroz, milho, aipim, batata, massa, pães, queijo, carne, frango, peixe, ovo, margarina, manteiga e suco tipo Tang. Para cada alimento, perguntou-se o número de dias, dos últimos sete dias anteriores à entrevista, que o mesmo foi ingerido. Quando a mãe/responsável não soube informar sobre o número de dias de ingestão de um determinado alimento, imputou-se a média da amostra para o mesmo. Embora esse instrumento de avaliação da ingestão alimentar não tenha sido validado, a forma como foi concebido permite identificar a ingestão de alimentos considerados marcadores de alimentação saudável e não saudável, além de ser de fácil aplicação. Como as informações sobre a frequência de ingestão de alimentos exigem um grau de raciocínio abstrato ainda não atingido por crianças da faixa etária do presente estudo^{14,15}, os dados foram fornecidos pela mãe/responsável pelo escolar.

Para avaliar a frequência de realização do “Passo 10”, o qual recomenda que as crianças sejam ativas, foram considerados dois aspectos: nível de atividade física e comportamento sedentário. Crianças menores apresentam atividade física espontânea e esporádica, sendo menos comum a sua participação em atividades estruturadas, o que dificulta a mensuração¹⁶. Por estas razões, optou-se em utilizar a informação da mãe/responsável do escolar quanto ao número de dias da última semana em que o escolar se exercitou ativamente. O comportamento sedentário foi avaliado pelo somatório das horas, em um dia típico, que o escolar fica em frente à TV, no computador e jogando videogame¹⁷.

As variáveis independentes foram: sexo do escolar (feminino/masculino); idade da mãe/responsável e idade do responsável pelo domicílio (coletadas em anos completos e posteriormente categorizadas em faixas etárias de 10 anos); cor da pele da mãe/responsável e cor da pele do responsável pelo domicílio (variável autorreferida e classificada conforme IBGE - branca, preta, parda/mulata, amarela e indígena - e

posteriormente categorizada em branca e não branca), classificação econômica (realizada com base no Critério de Classificação Econômica Brasil da Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa - ABEP, 2010¹⁸: A – 35 a 46 pontos; B – 23 a 34 pontos; C – 14 a 22 pontos; D – 8 a 13 pontos e E – 0 a 7 pontos); escolaridade da mãe/responsável e escolaridade do responsável pelo domicílio (ambas coletadas em anos completos de estudo e posteriormente categorizada em: ≤ 5 anos, 6 a 10 anos e ≥ 11 anos).

Para a coleta e digitação dos dados foram selecionados e treinados alunos de cursos da área da saúde. Com o objetivo de avaliar o questionário, bem como o desempenho dos entrevistadores, conduziu-se um estudo piloto com escolares matriculados no 2º ano do ensino fundamental de uma das escolas municipais.

O controle de qualidade do trabalho de campo foi feito por telefone, em uma amostra aleatória de 10% dos indivíduos participantes do estudo. Aplicou-se um questionário curto, semelhante ao do estudo, incluindo variáveis que não sofriam alteração em curto espaço de tempo.

A digitação dos dados foi realizada com dupla entrada, no Programa EpiData, versão 3.1., com o objetivo de identificar erros de digitação. Para a análise dos dados, utilizou-se o programa SPSS, versão 19.0. A frequência de realização de cada um dos “10 Passos” foi expressa em percentual, com seus respectivos intervalos de confiança. Para a análise de associação das variáveis estudadas com cada Passo, utilizou-se o teste qui-quadrado de Pearson, sendo considerado um nível de significância de 5%.

Por se tratar de pesquisa envolvendo seres humanos, foram observadas as regras previstas na Resolução 196/96 e o protocolo de pesquisa foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa da UNISINOS e aprovado sob o número 11/013. A mães/responsável pelo escolar só respondia à entrevista após a leitura e assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Resultados

Ao todo, foram estudados 847 escolares, porém, 14 foram excluídos por estarem realizando dietas especiais no momento da coleta de dados, restando 813 escolares para as análises. Com este tamanho de amostra foi possível estimar prevalências com precisão de 95% e erros aceitáveis que variaram de 0,4 a 3,5 pontos percentuais. Para as

associações, a amostra teve poder foi de 80% e nível de confiança de 95% para identificar diferenças de 2,8 pontos percentuais ou mais.

Entre as crianças avaliadas, mais da metade (53,3%) era do sexo masculino. Com relação às características das mães/responsáveis pelo escolar, 40,6% tinham entre 30 a 39 anos; a maioria (77,2%) era de pele branca e 39,2% tinham entre 6 e 10 anos de estudo. Quanto ao responsável pelo domicílio, 41,7% tinham entre 30 e 39 anos; a maioria (78,3%) era de cor branca e pouco mais de um terço (37,8%) tinham menos de 5 anos de estudo. A maioria dos escolares (59,4%) pertencia à classe econômica D e nenhum deles pertencia à classe econômica A (Tabela 1).

As frequências de realização de cada Passo variaram de 3,8% (Passo 7) a 99,8% (Passo 2) (Tabela 2). Assim, enquanto um percentual muito baixo de escolares atingiu a recomendação de consumo de refrigerantes, sucos industrializados, biscoitos doces, recheados e salgados, salgadinho de pacote, doces e guloseimas, menor ou igual a duas vezes por semana, quase a totalidade da amostra consumiu carboidratos complexos todos os dias dos últimos sete dias anteriores à entrevista. O Passo 4, o qual se refere ao consumo de arroz com feijão todos os dias, ou no mínimo cinco dias da semana, foi o segundo mais frequentemente realizado pelos escolares (97,1%). Quanto ao Passo 10, somente 14,5% dos escolares atingiram a recomendação de ser ativo.

A Tabela 3 mostra a frequência dos “10 Passos” segundo variáveis demográficas e socioeconômicas. Os escolares que realizaram significativamente mais frequentemente cada “Passo” foram aqueles que: Passo 1 - os responsáveis pelos domicílios tinham entre 20 e 39 anos; Passo 2 – as mães/responsáveis eram mais jovens; Passo 4 - os responsáveis pelos domicílios eram mais velhos; Passo 5 - as mães/responsáveis eram mais jovens e tinham menos escolaridade, os responsáveis pelos domicílios também tinham menos anos de estudo e os escolares pertenciam à classe econômica B/C; Passo 6 – eram do sexo feminino; Passo 8 – as mães/responsáveis eram mais jovens e os responsáveis pelos domicílios tinham entre 6 e 10 anos de estudo; Passo 9 – eram do sexo masculino e pertencentes à classe econômica E; Passo 10 – as mães/responsáveis eram mais velhas, tinham cor da pele não branca e maior escolaridade, os responsáveis pelos domicílios eram mais jovens e os escolares pertenciam à classe econômica E. Nenhuma das variáveis estudadas associou-se estatisticamente com os Passos 3 e 7.

Neste estudo verificou-se que para os marcadores de consumo alimentar saudável, houve maior frequência de ingestão diária de pães (85,1%), arroz (84,5%) e

leite (78,0), e apenas 54,6% dos escolares consumiram frutas diariamente. Marcadores de consumo alimentar não saudável, como margarina e fritura (49,9%), suco industrializado (35,3%) e mortadela (25,1%), estavam entre os alimentos mais consumidos pelos escolares numa frequência diária. Em relação ao componente *variabilidade* do Passo 1, somente um quinto (19,8%) da amostra atingiu a recomendação. Contudo, 79,6% dos escolares realizavam as três refeições principais e 88,8% faziam no mínimo dois lanches por dia (dados não demonstrados em tabela).

Discussão

Este estudo teve como objetivo avaliar a frequência de realização de cada um dos “10 Passos da Alimentação Saudável para Crianças” e fatores associados, em escolares do 1º ano da rede municipal de São Leopoldo, cidade que compõe a Região Metropolitana de Porto Alegre. Para a maioria dos “Passos” houve baixa frequência de realização. Quase a totalidade dos escolares seguiu a recomendação de consumir carboidratos complexos, distribuídos nas refeições ao longo do dia (Passo 2), e de consumir arroz e feijão diariamente ou no mínimo cinco dias na semana (Passo 4), enquanto os dois “Passos” com menor frequência de realização foram aqueles que envolvem medidas restritivas, tais como evitar alimentos gordurosos/frituras (Passo 6) e evitar refrigerantes, balas, biscoitos, etc. (Passo 7), respectivamente, 12,8% e 3,8%. Em geral, escolares cujas mães/responsáveis e responsáveis pelos domicílios eram mais jovens e tinham menos escolaridade realizavam mais frequentemente alguns dos “Passos”.

O resultado obtido para o Passo 2 é consistente com estudo realizado com 570 escolares de 9 a 16 anos, das redes pública e privada de ensino, de São Luís (MA), que observou 100% de adequação para o consumo de carboidratos complexo¹⁹. O contrário foi visto em um estudo realizado em Florianópolis, com 1.232 crianças, onde somente 6,5% delas atingiram as recomendações de cereais (pão, bolacha salgada, arroz e massa)²⁰. É importante destacar que, no nosso estudo, os alimentos que mais contribuíram para a composição do Passo 2 foram os pães e o arroz, o que indica a monotonia deste grupo alimentar e o consumo de alimentos com alta carga glicêmica²¹. Um recente estudo de revisão mostrou que a crescente substituição de gordura saturada por carboidratos refinados, de alta carga glicêmica, aumenta a glicemia pós-prandial, prejudica o controle de peso e aumenta o risco de doença coronariana²².

Chama a atenção a elevada frequência de realização do Passo 4, na medida em que pesquisas nacionais sobre disponibilidade alimentar nos domicílios mostram uma tendência de diminuição no consumo de feijão^{23,24}. Embora conduzido com adultos, estudos têm identificado um efeito protetor do padrão tradicional brasileiro (arroz e feijão) para o excesso de peso²⁵.

Por outro lado, a baixa frequência de realização dos Passos 6 e 7, pelos escolares, indica que eles estão consumindo alimentos processados, com alto teor de açúcares e lipídeos, em quantidades acima do recomendado pelo Guia Alimentar. Estes resultados são consistentes com outros estudos que mostram que alimentos gordurosos e industrializados estão sendo consumidos em excesso^{19,26,27}. Dados das Pesquisas de Orçamentos Familiares revelam um aumento de 400% na disponibilidade domiciliar de alimentos como biscoitos e refrigerantes^{23,24}. Nossos resultados são preocupantes, pois dados de alguns estudos mostraram associação entre ingestão de marcadores alimentares não saudáveis e excesso de peso²⁸. Além disto, nossa amostra apresentou maior frequência de ingestão diária de arroz e pães, o que pode contribuir ainda mais para o aumento do peso. Esta relação foi encontrada em um estudo realizado com 2.000 adolescentes iranianos, no qual o consumo de carboidratos, como arroz e pão, estava linear e positivamente associado com o índice de massa corporal²⁹.

É importante destacar também, que somente 37,8% da amostra consumiam frutas e hortaliças diariamente. Esta situação pode ser até mais crítica, se levarmos em conta que não temos informação sobre o número de porções consumido pelos escolares. Considerando que estes alimentos são fontes importantes de micronutrientes, o seu baixo consumo pode indicar deficiências nutricionais³⁰.

Embora os escolares deste estudo tenham atendido à recomendação quanto ao número de refeições e as realizaram em um número maior do que em outros estudos^{19,20}, verificou-se que um percentual muito baixo (15,5%) tinha uma alimentação diária variada, contendo todos os grupos alimentares. Este resultado foi semelhante ao encontrado em um estudo realizado nos Estados Unidos, no qual 75% das crianças não atenderam às recomendações de ingestão dos grupos da pirâmide alimentar americana³¹, mas superior ao observado em um estudo nacional (2%) com escolares da mesma faixa etária do presente estudo²⁰. Nossos achados atestam a monotonia da alimentação e, consequentemente, a baixa qualidade da dieta desta população.

Assim como a alimentação saudável, a prática de atividade física também é um componente importante para se atingir bem estar e saúde³². O presente estudo revelou

que somente 14,5% dos escolares realizaram o Passo 10. Quando se considerou somente o componente “ser ativo” do Passo, metade dos escolares realizou atividade física todos os sete dias anteriores à entrevista, resultado condizente com o encontrado em outros estudos^{33,34,34,35,36,37}. Entretanto, é difícil fazer comparações, uma vez que diferentes instrumentos foram utilizados na avaliação da atividade física.

Em geral, os dados da literatura mostram que melhor nível de educação dos pais/responsáveis e maior renda estão associados a um padrão alimentar mais saudável. Isto pode ser explicado tanto pelo maior conhecimento sobre a relação entre nutrição e saúde, quanto pelo maior acesso a alimentos que tem custo mais elevado, como é o caso das frutas e verduras^{38,39,40}. Contudo, em nosso estudo, os resultados mostraram que escolares de mães/responsáveis e responsáveis pelos domicílios mais jovens e com menor escolaridade realizavam mais frequentemente os “Passos. Estes dados contrastam com a literatura^{40,41,42,43,44}, necessitando maior investigação para a sua elucidação.

Os resultados deste estudo devem ser considerados à luz de algumas limitações. As perdas foram expressivas, em decorrência do não comparecimento das mães/responsáveis nas entrevistas agendadas na escola, bem como na dificuldade em encontrar os domicílios dos escolares. Contudo, a frequência de excesso de peso entre os escolares que não participaram do estudo (39,7%; IC 95% 37,2%-42,3%) foi semelhante a dos participantes (38,1%; IC 95% 34,7%-41,5%), sugerindo menor probabilidade de viés de seleção. O erro recordatório em relação às informações sobre ingestão alimentar e atividade física do escolar, fornecidas pelas mães/responsáveis, também pode ser considerada uma limitação do nosso estudo. Entretanto, crianças na faixa etária estudada (6 a 7 anos) ainda não têm habilidades cognitivas para responder um inquérito dietético^{14,15}, além de ser menos comum sua participação em atividades estruturadas¹⁶.

Conclusão

Os resultados deste estudo demonstram baixa frequência de realização da maioria dos “Passos”, salientando-se que nenhum escolar realizou todos os “10 Passos”. A combinação entre alguns comportamentos, como ingestão de carboidratos com elevada carga glicêmica, consumo de alimentos processados, baixo consumo de frutas/hortaliças, baixa frequência de atividade física e tempo excessivo em atividades sedentárias, sinaliza um prognóstico desfavorável para esta população, como, por

exemplo, a obesidade. Além disto, a identificação de que escolares de mães/responsáveis e responsáveis pelos domicílios mais jovens e com menor escolaridade realizavam mais frequentemente os “Passos” é um paradoxo e contrasta com a literatura, o que indica a necessidade de mais estudos, inclusive qualitativos, para melhor compreender estes achados.

Fontes de Financiamento

Não houve financiamento.

Colaboradores

A. P. Weber participou da coordenação da pesquisa, do planejamento, delineamento, da logística, coleta de dados, análise, interpretação e discussão dos resultados, redação e revisão do texto.

R. L. Henn coordenou a pesquisa principal, o planejamento, delineamento, a logística, coleta de dados, análise, interpretação e discussão dos resultados, redação e revisão do texto.

K. Vicenzi, V. Backes participaram da coordenação da pesquisa, do planejamento, delineamento, da logística e coleta de dados.

V. M. V. Paniz colaborou na análise e interpretação dos resultados.

M. T. A. Olinto colaborou com a revisão do texto.

Referências

1. Berger S. The implementation of dietary guidelines--ways and difficulties. *Am J Clin Nutr.* 1987 May;45(5 Suppl):1383-9.
2. Keys A. Official collective recommendations on diet in the Scandinavian countries. *Nutrition Review.* 1968;26:163-259.
3. Wretling A. Nutritional problems of adults with low physical activity and low caloric consumption. *Cesk Gastroenterol Vyz.* 1967 Jul;21(5):283-8.
4. FAO/WHO. Preparation and use of food-based dietary guidelines. Report of a joint FAO/WHO consultation. . 1998/10/31 ed. Geneva: FAO/WHO; 1998.
5. Anderson GH, Black R, Harris S. Dietary guidelines: Past experience and new approaches. *J Am Diet Assoc.* 2003 Dec;103(12 Suppl 2):S3-59.
6. Schneeman BO. Evolution of dietary guidelines. *J Am Diet Assoc.* 2003 Dec;103(12 Suppl 2):S5-9.
7. Martins C, Saeki SL. Guias Alimentares e Representações Gráficas. Guias Alimentares e a Pirâmide. Curitiba: NutroClínica; 2005.

8. Horta P, Pascoal M, Dos Santos L. Atualizações em guias alimentares para crianças e adolescentes: uma revisão. *Rev Bras Saúde Matern Infant.* 2011;11(2):115-24.
9. Philippi ST, Latterza AR, Cruz ATR, Ribeiro LC. Pirâmide Alimentar Adaptada: Guia Para Escolha Dos Alimentos. *Rev Nutr.* 1999;12(1):S65-80.
10. BRASIL. Guia alimentar para crianças menores de dois anos. In: Ministério da Saúde SdPdS, Organização Pan Americana da Saúde, editor. Brasília: Ministério da Saúde; 2002.
11. BRASIL. Guia alimentar para a população brasileira: promovendo a alimentação saudável. In: Secretaria de Atenção à Saúde CGdPdAeN, editor. 1 ed. Brasília: Ministério da Saúde; 2006.
12. IBGE. Pesquisa de Orçamentos Familiares, 2008-2009. Antropometria e estado nutricional de crianças, adolescentes e adultos do Brasil. In: Estatística IBGe, editor. Rio de Janeiro 2010.
13. BRASIL. Protocolos do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional - SISVAN na assistência à saúde. In: Secretaria de Atenção à Saúde CGdPdAeN, editor. Brasília: Ministério da Saúde; 2008.
14. Baranowski T, Domel SB. A cognitive model of children's reporting of food intake. *Am J Clin Nutr.* 1994 Jan;59(1 Suppl):212S-7S.
15. Foster E, Adamson AJ, Anderson AS, Barton KL, Wrieden WL. Estimation of portion size in children's dietary assessment: lessons learnt. *Eur J Clin Nutr.* 2009 Feb;63 Suppl 1:S45-9.
16. Biddle S, Goudas M. Analysis of children's physical activity and its association with adult encouragement and social cognitive variables. *J Sch Health.* 1996 Feb;66(2):75-8.
17. Anderson SE, Economos CD, Must A. Active play and screen time in US children aged 4 to 11 years in relation to sociodemographic and weight status characteristics: a nationally representative cross-sectional analysis. *BMC Public Health.* 2008;8:366.
18. ABEP. Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa. Critérios de Classificação Econômica Brasil. 2012 [29 jun 2012]; Available from: <http://www.abep.org/novo/Content.aspx?ContentID=301>.
19. Conceição SIO, dos Santos CJN, da Silva AAM, Silva JS, de Oliveira TC. Consumo alimentar de escolares das redes pública e privada de ensino em São Luís, Maranhão. *Rev Nutr.* nov./dez., 2010; 23(6):993-1004.
20. Assis MA, Calvo MC, Kupek E, Assis Guedes de Vasconcelos F, Campos VC, Machado M, et al. Qualitative analysis of the diet of a probabilistic sample of schoolchildren from Florianopolis, Santa Catarina State, Brazil, using the Previous Day Food Questionnaire. *Cad Saude Publica.* 2010 Jul;26(7):1355-65.
21. Bao J, Atkinson F, Petocz P, Willett WC, Brand-Miller JC. Prediction of postprandial glycemia and insulinemia in lean, young, healthy adults: glycemic load compared with carbohydrate content alone. *Am J Clin Nutr.* 2011 May;93(5):984-96.
22. Brand-Miller J, Buyken AE. The glycemic index issue. *Curr Opin Lipidol.* 2012 Feb;23(1):62-7.
23. Levy-Costa RB, Sichieri R, Pontes Ndos S, Monteiro CA. Household food availability in Brazil: distribution and trends (1974-2003). *Rev Saude Publica.* 2005 Aug;39(4):530-40.
24. IBGE. Pesquisa de Orçamentos Familiares, 2008-2009. Avaliação nutricional da disponibilidade domiciliar de alimentos no Brasil. Rio de Janeiro: IBGE; 2010.

25. Cunha DB, de Almeida RM, Sichieri R, Pereira RA. Association of dietary patterns with BMI and waist circumference in a low-income neighbourhood in Brazil. *Br J Nutr*. 2010 Sep;104(6):908-13.
26. Monteiro V, Mاتيoli G, Costa RBL. Mudança na composição e adequação nutricional da dieta familiar nas áreas metropolitanas do Brasil (1988-1996). *Rev Saude Publica*. 2000;34:251-8.
27. Kelishadi Rea. Association of physical activity and dietary behaviours in relation to the body mass index in a national sample of Iranian children and adolescents: CASPIAN Study. *A Bull World Health Organ*. Jan 2007;85(1):19-26.
28. Mondini L, Levy RB, Saldiva SR, Venancio SI, de Azevedo Aguiar J, Stefanini ML. Overweight, obesity and associated factors in first grade schoolchildren in a city of the metropolitan region of Sao Paulo, Brazil. *Cad Saude Publica*. 2007 Aug;23(8):1825-34.
29. Kelishadi R, Pour MH, Sarraf-Zadegan N, Sadry GH, Ansari R, Alikhassy H, et al. Obesity and associated modifiable environmental factors in Iranian adolescents: Isfahan Healthy Heart Program - Heart Health Promotion from Childhood. *Pediatr Int*. 2003 Aug;45(4):435-42.
30. Costa EC, Silva SPO, Lucena JRM, Batista Filho M, Lira PIC, Ribeiro MA, et al. Consumo alimentar de crianças em municípios de baixo índice de desenvolvimento humano no nordeste do Brasil. *Rev Nutr*. maio-jun. 2011;24(3):395-405.
31. Langevin DD, Kwiatkowski C, McKay MG, Maillet JO, Touger-Decker R, Smith JK, et al. Evaluation of diet quality and weight status of children from a low socioeconomic urban environment supports "at risk" classification. *J Am Diet Assoc*. 2007 Nov;107(11):1973-7.
32. WHO. World Health Organization Global recommendations on physical activity for health. Geneva 2010.
33. Dumith SC. Physical activity in Brazil: a systematic review. *Cad Saude Publica*. 2009;25 Suppl 3:S415-26.
34. Silva DAS, Silva RJS. Padrão de atividade física no lazer e fatores associados em estudantes de Aracajú-SE. *Rev Bras Ativ Física & Saúde*. 2008;13(2):94-101.
35. Hallal PC, Bertoldi AD, Goncalves H, Victora CG. Prevalence of sedentary lifestyle and associated factors in adolescents 10 to 12 years of age. *Cad Saude Publica*. 2006 Jun;22(6):1277-87.
36. Silva RCR, Malina RM. Nível de atividade física em adolescentes de Niterói, Rio de Janeiro, Brasil. *Cad Saude Publica*. 2000;16(4):1091-7.
37. da Silva MAM, Rivera IR, Ferraz MRM, Pinheiro AJT, Alves SWS, Moura AA, et al. Prevalência de Fatores de Risco Cardiovascular em Crianças e Adolescentes da Rede de Ensino da Cidade de Maceió. *Arquivos Brasileiros de Cardiologia*. Maio 2005;84(5).
38. Al Sabbah H, Vereecken C, Kolsteren P, Abdeen Z, Maes L. Food habits and physical activity patterns among Palestinian adolescents: findings from the national study of Palestinian schoolchildren (HBSC-WBG2004). *Public Health Nutr*. 2007 Jul;10(7):739-46.
39. Riediger ND, Shooshtari S, Moghadasian MH. The influence of sociodemographic factors on patterns of fruit and vegetable consumption in Canadian adolescents. *J Am Diet Assoc*. 2007 Sep;107(9):1511-8.
40. Jones LR, Steer CD, Rogers IS, Emmett PM. Influences on child fruit and vegetable intake: sociodemographic, parental and child factors in a longitudinal cohort study. *Public Health Nutr*. 2010 Jul;13(7):1122-30.

41. Northstone K, Emmett P. Multivariate analysis of diet in children at four and seven years of age and associations with socio-demographic characteristics. *Eur J Clin Nutr.* 2005 Jun;59(6):751-60.
42. Moreira P, Santos S, Padrao P, Cordeiro T, Bessa M, Valente H, et al. Food patterns according to sociodemographics, physical activity, sleeping and obesity in Portuguese children. *Int J Environ Res Public Health.* 2010 Mar;7(3):1121-38.
43. Craig LC, McNeill G, Macdiarmid JI, Masson LF, Holmes BA. Dietary patterns of school-age children in Scotland: association with socio-economic indicators, physical activity and obesity. *Br J Nutr.* 2010 Feb;103(3):319-34.
44. Aranceta J, Perez-Rodrigo C, Ribas L, Serra-Majem L. Sociodemographic and lifestyle determinants of food patterns in Spanish children and adolescents: the enKid study. *Eur J Clin Nutr.* 2003 Sep;57 Suppl 1:S40-4.

Quadro 1 - Sumário dos critérios utilizados para realização de cada um “10 Passos para uma Alimentação Saudável”

PASSOS	COMPONENTES	REALIZAÇÃO DO PASSO
Passo 1- Procure oferecer alimentos de diferentes grupos distribuindo-os em pelo menos 3 refeições e 2 lanches por dia.	Variabilidade Número de refeições por dia	Ingestão de 6 grupos alimentares por dia Realização de 3 refeições e 2 lanches por dia
Passo 2- Inclua diariamente alimentos como cereais (arroz, milho), tubérculos (batatas), raízes (mandioca/aipim), pães e massas, distribuindo esses alimentos nas refeições e lanches do seu filho ao longo do dia.	Cereais, raízes e tubérculos (arroz, milho, pães, massas, aipim, batatas)	Ingestão diária
Passo 3- Procure oferecer diariamente legumes e verduras como parte das refeições da criança. As frutas podem ser distribuídas nas refeições, sobremesas e lanches.	Legumes e verduras Frutas	Ingestão diária Ingestão diária
Passo 4- Ofereça feijão com arroz todos os dias, ou no mínimo cinco vezes por semana.	Feijão com arroz	Ingestão de 5 dias ou mais por semana
Passo 5- Ofereça diariamente leite e derivados, como queijo e iogurte, nos lanches, e carnes, aves, peixes ou ovos na refeição principal de seu filho.	Leite e derivados Carne, aves ou ovos	Ingestão diária Ingestão diária
Passo 6- Alimentos gordurosos e frituras devem ser evitados; prefira alimentos assados, grelhados ou cozidos.	Alimentos gordurosos e frituras Carnes gordas e pele de frango	Ingestão de 2 dias ou menos por semana Não ingestão
Passo 7- Evite oferecer refrigerantes e sucos industrializados, balas, bombons, biscoitos doces e recheados, salgadinhos e outras guloseimas no dia a dia.	Refrigerantes e sucos industrializados Biscoitos doces ou recheados Biscoitos salgados e salgadinhos de pacote Balas, bombons e outras guloseimas	Somatório da ingestão de todos os componentes menor ou igual a 2 dias por semana
Passo 8- Diminua a quantidade de sal na comida.	Sal na comida	Não acrescentar sal na comida
Passo 9- Estimule a criança a beber bastante água e sucos naturais de frutas durante o dia, de preferência nos intervalos das refeições, para manter a hidratação e a saúde do corpo.	Água e sucos naturais	Ingestão de 4 copos ou mais por dia
Passo 10- Incentive a criança a ser ativa e evite que ela passe muitas horas assistindo TV, jogando videogame ou brincando no computador.	Ser ativo	Praticar atividade física 7 dias por semana e somatório das “horas assistindo TV”; “horas jogando videogame” e “horas no computador” menor ou igual a 2 horas por dia

Tabela 1 – Características demográficas e socioeconômicas dos escolares de 1º ano de escolas municipais e de suas famílias. São Leopoldo, Rio Grande do Sul, Brasil, 2011. (n=813)

	n	%
Sexo		
Masculino	433	53,3
Feminino	380	46,7
Idade da mãe/responsável		
20-29 anos	301	37,0
30-39 anos	330	40,6
≥ 40 anos	182	22,4
Cor da pele da mãe/responsável*		
Não-Branca	185	22,8
Branca	627	77,2
Escolaridade da mãe/responsável (em anos de estudo)		
≤ 5	284	34,9
6 – 10	319	39,2
≥ 11	210	25,8
Idade do responsável pelo domicílio		
20-29 anos	158	19,4
30-39 anos	339	41,7
40-49 anos	182	22,4
≥50 anos	134	16,5
Cor da pele do responsável pelo domicílio*		
Não-Branca	176	21,7
Branca	636	78,3
Escolaridade do responsável pelo domicílio** (em anos de estudo)		
≤5 anos	307	37,8
6-10 anos	287	35,3
≥11 anos	219	26,9
Nível Econômico**		
E	188	23,2
D	482	59,4
B/C	141	17,4

*1 dado faltante

**2 dados faltantes

Tabela 2 – Frequência de realização de cada um dos “10 Passos da Alimentação Saudável Para Crianças” em escolares de 1º ano de escolas municipais. São Leopoldo, Rio Grande do Sul, Brasil, 2011. (n=813)

PASSOS	n	%	IC ^{95%}
Passo 1- Procure oferecer alimentos de diferentes grupos distribuindo-os em pelo menos 3 refeições e 2 lanches por dia.	126	15,5	13,0-18,0
Passo 2- Inclua diariamente alimentos como cereais (arroz, milho), tubérculos (batatas), raízes (mandioca/aipim), pães e massas, distribuindo esses alimentos nas refeições e lanches do seu filho ao longo do dia.	811	99,8	99,4-100,1
Passo 3- Procure oferecer diariamente legumes e verduras como parte das refeições da criança. As frutas podem ser distribuídas nas refeições, sobremesas e lanches.	307	37,8	34,4-41,1
Passo 4- Ofereça feijão com arroz todos os dias, ou no mínimo cinco vezes por semana.	789	97,1	95,9-98,2
Passo 5- Ofereça diariamente leite e derivados, como queijo e iogurte, nos lanches, e carnes, aves, peixes ou ovos na refeição principal de seu filho.	560	68,9	65,7-72,1
Passo 6- Alimentos gordurosos e frituras devem ser evitados; prefira alimentos assados, grelhados ou cozidos.	104	12,8	10,5-15,1
Passo 7- Evite oferecer refrigerantes e sucos industrializados, balas, bombons, biscoitos doces e recheados, salgadinhos e outras guloseimas no dia a dia.	31	3,8	2,5-5,1
Passo 8- Diminua a quantidade de sal na comida.	691	85,0	82,5-87,5
Passo 9- Estimule a criança a beber bastante água e sucos naturais de frutas durante o dia, de preferência nos intervalos das refeições, para manter a hidratação e a saúde do corpo.	480	59,0	55,7-62,4
Passo 10- Incentive a criança a ser ativa e evite que ela passe muitas horas assistindo TV, jogando videogame ou brincando no computador.	118	14,5	12,1-16,9

Tabela 3- Frequência dos “10 Passos da Alimentação Saudável Para Crianças” segundo variáveis demográficas e socioeconômicas em escolares de 1º ano de escolas municipais. São Leopoldo, Rio Grande do Sul, Brasil, 2011. (n=813)

	PASSO 1	PASSO 2	PASSO 3	PASSO 4	PASSO 5	PASSO 6	PASSO 7	PASSO 8	PASSO 9	PASSO 10
Sexo	<i>0,830</i>	<i>0,926</i>	<i>0,128</i>	<i>0,745</i>	<i>0,425</i>	<i>0,029</i>	<i>0,857</i>	<i>0,848</i>	<i>0,040</i>	<i>0,333</i>
Masculino	15,2	99,8	35,3	97,2	67,7	10,4	3,9	85,2	62,4	13,4
Feminino	15,8	99,7	40,5	96,8	70,3	15,5	3,7	84,7	55,3	15,8
Idade da mãe	<i>0,392</i>	<i>0,032</i>	<i>0,336</i>	<i>0,346</i>	<i>0,035</i>	<i>0,090</i>	<i>0,418</i>	<i>0,021</i>	<i>0,222</i>	<i>0,003</i>
20-29 anos	15,0	100,0	38,9	97,0	72,8	11,0	2,7	87,4	62,8	10,0
30-39 anos	14,2	100,0	38,8	97,9	68,2	12,4	4,5	86,1	56,1	16,1
≥ 40 anos	18,7	98,9	34,1	95,6	63,7	16,5	4,4	79,1	58,2	19,2
Cor da pele da mãe*	<i>0,765</i>	<i>0,404</i>	<i>0,415</i>	<i>0,468</i>	<i>0,251</i>	<i>0,240</i>	<i>0,398</i>	<i>0,402</i>	<i>0,951</i>	<i>0,016</i>
Não-Branca	16,2	99,5	35,1	97,8	65,4	10,3	4,9	87,0	58,9	20,0
Branca	15,3	99,8	38,4	96,8	69,9	13,6	3,5	84,5	59,2	12,9
Escolaridade da mãe/responsável (em anos de estudo)	<i>0,286</i>	<i>0,280</i>	<i>0,352</i>	<i>0,194</i>	<i>0,019</i>	<i>0,657</i>	<i>0,884</i>	<i>0,439</i>	<i>0,161</i>	<i>0,013</i>
≤ 5	14,3	99,5	41,9	95,2	72,9	14,3	4,3	83,8	55,2	10,0
6 – 10	14,4	99,7	36,1	97,8	71,2	11,6	3,4	84,6	63,0	14,4
≥ 11	17,6	100,0	36,6	97,5	63,4	13,0	3,9	86,3	57,4	18,0

(continua)

Tabela 3 (continuação)

	PASSO 1	PASSO 2	PASSO 3	PASSO 4	PASSO 5	PASSO 6	PASSO 7	PASSO 8	PASSO 9	PASSO 10
Idade do responsável pelo domicílio	0,018	0,097	0,397	0,023	0,161	0,209	0,213	0,099	0,787	0,045
20-29 anos	19,4	99,3	34,3	96,3	69,4	15,7	6,7	80,6	57,5	16,4
30-39 anos	20,9	99,5	40,7	94,0	63,2	13,2	2,7	85,7	62,1	16,5
40-49 anos	13,6	100,0	39,5	98,2	72,6	12,4	2,9	83,8	57,8	15,9
≥50 anos	10,1	100,0	33,5	98,7	67,1	10,8	4,4	90,5	59,5	7,6
Cor da pele do responsável pelo domicílio*	0,942	0,378	0,266	0,919	0,342	0,517	0,145	0,440	0,295	0,190
Não-Branca	15,3	99,4	34,1	97,2	65,9	11,4	5,7	86,9	55,7	17,6
Branca	15,6	99,8	38,7	97,0	69,7	13,2	3,3	84,6	60,1	13,7
Escolaridade do responsável pelo domicílio** (em anos de estudo)	0,122	0,489	0,298	0,543	0,010	0,443	0,201	0,003	0,336	0,092
≤5 anos	16,1	100,0	41,9	97,7	74,2	13,8	2,8	80,2	56,2	10,1
6-10 anos	12,2	99,7	35,2	96,9	70,0	10,8	3,5	90,6	59,9	16,7
≥11 anos	18,2	99,7	37,5	96,7	63,8	14,0	4,9	83,1	60,6	15,6
Nível Socioeconômico**	0,842	0,324	0,135	0,631	<0,001	0,477	0,974	0,529	0,006	0,056
E	15,4	99,5	31,9	96,3	59,0	15,4	3,7	86,2	66,5	19,7
D	15,4	99,8	40,2	97,5	70,1	12,0	3,9	84,9	58,5	13,1
B/C	16,3	100,0	37,6	96,5	77,3	12,1	3,5	83,7	51,8	12,8

