



UNIVERSIDADE TIRADENTES - UNIT
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE
CURSO DE NUTRIÇÃO

LAÍS UCHÔA SANTA ROSA
LUANA CHIARA DE MELO SANTOS BARROS

COMPORTAMENTO ALIMENTAR DE ADOLESCENTES:
ESTUDO COMPARATIVO ENTRE DOIS ESTADOS BRASILEIROS
DE DIFERENTES REGIÕES

Aracaju

2020

LAÍS UCHÔA SANTA ROSA
LUANA CHIARA DE MELO SANTOS BARROS

COMPORTAMENTO ALIMENTAR DE ADOLESCENTES:
ESTUDO COMPARATIVO ENTRE DOIS ESTADOS BRASILEIROS
DE DIFERENTES REGIÕES

Trabalho de Conclusão do Curso apresentado ao curso de Nutrição da Universidade Tiradentes - Unit, como requisito para obtenção do grau de Bacharel em Nutrição. Sob orientação da Mestre em Saúde Pública Alaide Guilherme dos Santos.

Aracaju
2020

COMPORTAMENTO ALIMENTAR DE ADOLESCENTES: ESTUDO COMPARATIVO ENTRE DOIS ESTADOS BRASILEIROS DE DIFERENTES REGIÕES

RESUMO

Introdução: No período da adolescência diversas mudanças estão acontecendo, sendo elas em seu aspecto físico, psíquico e emocional. É uma fase que ocorre com o indivíduo de maneira rápida e, dentro dessas mudanças é firmado o conhecimento de si, e sobre tudo que está ao seu redor. **Objetivo:** Analisar o comportamento alimentar de adolescentes e identificar características de possíveis riscos que levem ao desenvolvimento de Transtornos Alimentares. **Materiais e Métodos:** O estudo apresentado é resultado de pesquisa bibliográfica integrativa, tendo como objetivo o alcance de informações ligadas ao tema de comportamento alimentar no público adolescente, e coleta de dados na plataforma do SISVAN. **Resultados:** Através da comparação da análise de dados foi possível notar, que o consumo alimentar dos adolescentes de ambos os sexos e Estados se assemelham. Chamando atenção para o “Hábito de realizar no mínimo as três refeições principais do dia” correspondendo apenas 3% para ambos os sexos e Estados. **Discussão:** Mesmo o estado de Sergipe (SE¹) e Santa Catarina (SC²) possuem características peculiares, no entanto quando comparados ao consumo alimentar dos adolescentes de ambos os sexos, as regiões são bem parecidas, no geral, não havendo discrepâncias altamente significativas. **Conclusão:** Não houve muita discrepância entre os adolescentes de ambos os sexos e Estados, pois em maioria os adolescentes possuem o comportamento alimentar inadequado semelhante, estando propícios para risco de desenvolver distúrbios e/ou transtornos alimentares, DCNTs, entre outros. Levando às consequências altamente prejudiciais à saúde.

Palavras-Chave: Comportamento alimentar; Adolescentes; Consumo alimentar, Transtornos Alimentares.

ADOLESCENT FOOD BEHAVIOR:
COMPARATIVE STUDY BETWEEN TWO BRAZILIAN STATES
FROM DIFFERENT REGIONS

ABSTRACT

Introduction: During adolescence, several changes are taking place, being them in their physical, psychological and emotional aspects. It is a phase that occurs with the individual quickly and, within these changes, the knowledge of oneself, and everything around them is established. **Objective:** To analyze the eating behavior of adolescents and to identify characteristics of possible risks that lead to the development of Eating Disorders. **Materials and Methods:** The study presented is the result of an integrative bibliographic research, aiming to reach information related to the theme of eating behavior in the adolescent public, and to collect data on the SISVAN platform. **Results:** By comparing the data analysis it was possible to notice that the food consumption of adolescents of both sexes and states is similar. Drawing attention to the "Habit of having at least the three main meals of the day" corresponding to only 3% for both sexes and states. **Discussion:** Even though the states of Sergipe (SE¹) and Santa Catarina (SC²) have peculiar characteristics, however when compared to the food consumption of adolescents of both sexes, the regions are very similar, in general, with no highly significant discrepancies. **Conclusion:** There was not much discrepancy between adolescents of both sexes and states, as most adolescents have similar inappropriate eating behavior, being prone to risk of developing eating disorders and / or disorders, NCDs, among others. Leading to highly damaging health consequences.

KEYWORD: Feeding behavior; Adolescents; Food consumption, Eating Disorder.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	6
2. OBJETIVOS.....	8
3. MATERIAIS E MÉTODOS	9
4. RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	11
5. CONCLUSÃO.....	18
REFERENCIAS.....	19

1. INTRODUÇÃO

No período da adolescência diversas mudanças estão acontecendo, sendo elas em seu aspecto físico, psíquico e emocional. É uma fase que ocorre com o indivíduo de maneira rápida e, dentro dessas mudanças é firmado o conhecimento de si, e sobre tudo que está ao seu redor. O adolescente muito facilmente também pode ser influenciado por opiniões, de um grupo ou classe por exemplo. Pois, a pressão social em que eles mesmos sujeitam-se, é para alcançar através de um padrão de beleza, um status de contentamento. Em sua maioria, estão sempre tentando fazer parte de um padrão em que possam ser reconhecidos, serem “descolados”, ou até mesmo estarem inclusos em um padrão estabelecido como “top”. É uma fase onde as mudanças acontecem tanto de dentro para fora, assim como sofrem influência de fora para dentro. No entanto, é importante ressaltar que o conhecimento principalmente da insatisfação da imagem corporal entre os adolescentes, está associado a diferentes contextos, e esta percepção da imagem corporal pode ser influenciada pela condição socioeconômica, midiática e cultural.

Muitos adolescentes tendem a possuírem Transtornos Alimentares e estes são caracterizados por desvios de comportamentos inadequados, que em sua maioria estão intimamente ligados à alimentação, que vai de encontro principalmente em relação à figura da autoimagem corporal. É quando o indivíduo encontra-se insatisfeito com sua própria aparência. Este indivíduo, que já possui o transtorno alimentar, não consegue identificá-lo facilmente, nem aceitar que o têm. Fazendo-se necessário para comprovação do caso um diagnóstico clínico, e um acompanhamento profissional. Para que assim, seja dado início ao tratamento, tendo em vista a recuperação da saúde, em todos os seus aspectos. Pois o Transtorno Alimentar (TA) é uma psicopatologia, que atualmente diversos estudos mencionam atingir diretamente o público adolescente, sendo apontado com prevalência entre os adolescentes do sexo feminino. ALVARENGA M. et, al. (2019).

O adolescente que passa a sofrer com algum tipo de TA, está sujeito ao comprometimento da sua saúde tanto física como mental. Nas condições críticas que o adolescente vivencia, podem ocorrer de maneira rápida o ganho ou perda de muito peso, dificuldades no aprendizado, relacionamentos, etc. Dentre os transtornos alimentares mais comuns, destacam-se a bulimia nervosa (BN), o transtorno de compulsão alimentar periódica (TCAP) e anorexia nervosa (AN). Eles significam o terceiro transtorno mental permanente mais habitual entre adolescentes do sexo feminino, e apesar dos seus efeitos fisiológicos e médicos serem bem assinalados, o seu impacto psicológico ainda é algo pouco entendido. FIGUEIREDO (2019).

A conduta do profissional de nutrição é fazer a identificação do TA, e acompanhar o indivíduo em seu tratamento. Pois em alguns casos, o nutricionista poderá estar trabalhando no caso simultaneamente com outros profissionais da saúde, sejam eles médicos psiquiatras, profissional de educação física, entre outros. Que estarão visando recuperar e manter a saúde, gerando uma melhora na qualidade de vida do paciente. O profissional de nutrição habilitado irá trabalhar como um Terapeuta Nutricional (TN), que aborda a perspectiva da nutrição comportamental. Destacando-se como uma nova abordagem de tratamento voltada para as

características nutricionais e comportamentais, psicológicas e físicas do indivíduo. O TN precisa reconhecer sinais e sintomas específicos dos TA, avaliar todos os aspectos alimentares do paciente, estimar e determinar metas de peso apropriadas para cada fase do tratamento, orientar o paciente sobre como manter o peso corporal e a alimentação saudável, e dar suporte no processo de adquirir novas atitudes alimentares. Com embasamento científico sempre direcionado para saúde, e não em modismos direcionados para estética, o TN deve se apropriar de estratégias, trabalhar com o auxílio multidisciplinar, ter supervisão e estar sempre se atualizando ALVARENGA M. et, al. (2019).

Dentro deste contexto, a pesquisa se faz necessária para buscar materiais que possam indicar a tendência de adolescentes sofrerem TA mediante risco de seu comportamento alimentar. Apresentando dados do consumo alimentar desde público, e esclarecendo medidas acerca das possíveis causas que levam ao TA. Deste modo o estudo estará contribuindo para atualização de informações a respeito do comportamento alimentar de adolescentes de diferentes regiões do país, e assim estará colaborando para que haja mais informações a respeito deste público.

2. OBJETIVOS

2.1 Geral:

Analisar o comportamento alimentar de adolescentes e identificar características de possíveis riscos que levem ao desenvolvimento de Transtornos Alimentares.

2.2 Específicos:

Apresentar os riscos causados à saúde do adolescente evidenciado nos hábitos alimentares inadequados.

Comparar o comportamento alimentar de adolescentes em dois estados de diferentes regiões para identificar se existem discrepâncias que levem a perfis nutricionais de risco.

Identificar os principais erros alimentares entre os adolescentes dos Estados pesquisados.

3. MATERIAIS E MÉTODOS

O estudo apresentado é resultado de pesquisa bibliográfica tendo como objetivo o alcance de informações ligadas ao tema de comportamento alimentar no público adolescente. As pesquisas ocorreram no período entre 17 de Agosto a 28 de Novembro de 2020, sendo analisadas de maneira qualitativa e quantitativa em plataformas digitais como: PubMed, Scielo, Google Acadêmico, Revista Adolescente & Saúde, Periódicos Capes, Revista Nutrição Brasil, Livros, Teses de Doutorado e no Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional - SISVAN.

Foi pesquisado como descritor principal "Comportamento Alimentar de Adolescentes" e buscamos no modo avançado pelas palavras: comportamento alimentar de adolescente, transtornos alimentares, hábitos alimentares de adolescentes, riscos para transtorno alimentar em adolescentes, nutrição do adolescente. As medidas de inclusão foram catalogar: artigos de periódicos à disposição na íntegra em meio eletrônico e ano de publicação a partir do ano de 2010 até o ano atual. No segundo momento, realizamos o cruzamento das bases de dados para excluir os estudos que se repetiam. Foram selecionados primeiramente 180 artigos, e após foram selecionados 40 que estiveram dentro de contexto com o objetivo deste estudo.

A revisão integrativa em sua metodologia possibilita resultados satisfatórios, pois, ela consiste em um resumo de informações relevantes que sendo encontradas podem ser incorporadas à aplicabilidade de tais resultados dentro da prática de pesquisa. Ao analisar e sintetizar os dados extraídos do material utilizado é produzido de maneira descritiva, permitindo a observação com a intenção de agregar entendimento a respeito do tema explorado. Como sendo importante garantir uma prática de assistência fundamentada em evidências científicas, a revisão integrativa tem sido indicada como procedimento excepcional na área da saúde, visto que resume as pesquisas acessíveis a respeito da questão estabelecida, e conduz a prática segura firmando-se em conhecimentos científicos.

Entrando na plataforma do SISVAN foi possível realizar a pesquisa onde são filtrados os dados para obter relatórios. A busca começa selecionando os relatórios, clicando em "consolidados", em seguida clicando em: Consumo Alimentar. Logo depois, preenchendo a primeira etapa onde seleciona o Ano e o Mês de Referência / Unidade Geográfica. Filtrando por: Ano de Referência: 2019 > Mês de Referência: TODOS > Agrupar por: ESTADO > Estado: SE > Região de Saúde: TODOS. Posteriormente, abre-se uma segunda etapa para gerar o Consumo Alimentar com as informações a partir do ano de 2015. Filtrando-se pela Faixa etária: 2 anos ou mais > Fases da vida: Adolescentes > Tipo de Relatório. Daí em diante, dentro dos nove tipos de relatórios que podem ser gerados, foram selecionados cinco, que discriminavam: Hábito de realizar no mínimo as três refeições principais; Consumo de bebidas adoçadas; Consumo de macarrão instantâneo, salgadinho de pacote ou biscoito salgado e por último, o Consumo de biscoito recheado, doces ou guloseimas. A busca foi realizada separadamente pelos Sexo: FEMININO e MASCULINO; Raça/Cor: TODAS > Acompanhamento registrado: TODOS > Povo e Comunidade: TODOS > Escolaridade: TODOS. E por último foi possível visualizar os relatórios em tabelas. Totalizando assim 20 relatórios gerados, sendo 10 relatórios do estado de Sergipe (SE), e 10 relatórios do estado de

Santa Catarina (SC), respectivamente. Neste estudo são apresentados em 5 tabelas os resultados da busca e informações de dados do SISVAN. Os resultados estão dispostos em percentual.

O estado de Santa Catarina foi escolhido no meio de tantos outros por ser um dos menores Estados da região sul do país, e possuir características como: localização geográfica, climática, número populacional, economia, cultura local dentre outros, muito diferentes da região nordeste, mais especificamente do estado de Sergipe.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram encontrados informações relevantes acerca do comportamento alimentar de adolescentes, levando em consideração avaliação que justifiquem para diferentes faixas etárias, classes socioeconômicas, regiões do Brasil, entre outras características. Tanto como referências que apresentaram semelhanças, em relação a alguns pontos com dados que igualmente foram extraídos de bases de pesquisas, mas sendo estas de bases internacionais.

Através da coleta de dados dos relatórios públicos gerados na plataforma do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN), foi possível verificar o quantitativo de atividades relacionadas ao consumo alimentar de adolescentes de diferentes regiões, aqui estudadas a região do nordeste, com o estado de Sergipe (SE), e da região sul do país, o estado de Santa Catarina (SC). Ambos são assistidos, pelas equipes de trabalho e ações de saúde, ou seja, são acompanhados de perto pelos profissionais de saúde da atenção básica. Sendo assim, o SISVAN objetiva examinar as características do consumo alimentar dos indivíduos atendidos pelo Sistema Único de Saúde (SUS).

Ao analisar as tabelas, ficou claro as semelhanças de dados acerca do comportamento alimentar dos adolescentes. Isto é, o consumo alimentar do público adolescente das regiões nordeste e sul. Pois, foi possível notar que não houve discrepâncias. Apesar de ambos os estados terem diferenças significantes a respeito da localização geográfica, populacional, climática, socioeconômica, cultural entre outras.

Neste âmbito, Sousa, Suzy Ferreira de et al., 2020 apud Silva DCA et al., (2015, p. 3300) diz

“O monitoramento da qualidade da alimentação durante a adolescência é de fundamental importância, devido ao pouco conhecimento sobre os fatores promotores de mudanças no comportamento alimentar e por serem frequentes as práticas de jejum; dietas irregulares e restritas; e consumo compulsivo ou frequente de alimentos altamente energéticos, ricos em açúcares e gorduras, em substituição a alimentos saudáveis durante essa fase.”

Nas tabelas a seguir, destacam-se as informações a respeito do sexo, número de participantes, a porcentagem que ambos representam, e o número total de participantes cadastrados nos registros do SISVAN de cada estado, SE¹ e SC² respectivamente, que são valores fixos. É importante frisar que houve predominância de adolescentes do sexo feminino acompanhados de ambos os estados. Significando assim, que o público feminino em sua maioria representa boa parte dos dados coletados.

Tabela 1. Sexo, número, porcentagem e total de adolescentes acompanhados, do estado de SE¹ e SC² respectivamente, segundo o consumo alimentar:

Hábito de realizar no mínimo as três refeições principais do dia.

Sexo	n	%	Total
Feminino ¹	154	3%	4.630
Masculino ¹	78	3%	2.680
Feminino ²	268	3%	7.687
Masculino ²	209	3%	6.461

Apenas 3% dos adolescentes realizam as três refeições principais do dia. Ou seja, 97% dos adolescentes têm o hábito de suprimir pelo menos uma das três refeições principais do dia. Isto representa que há uma semelhança significativa entre ambos os Estados, apesar do público de adolescentes do estado de SC está em maior proporção em número total de participantes cadastrados no SISVAN em comparação ao estado de SE. E, analisando os trabalhos que verificam a frequência de refeições consumidas por adolescentes brasileiros e hábitos ligados, “O café da manhã foi a refeição mais omitida pelos adolescentes, e o jantar, a mais substituída por lanches. Entre os lanches intermediários, o da tarde foi o mais consumido.” (SOUSA, Suzy Ferreira de et al., 2020).

“O consumo regular das refeições tem sido fortemente associado com o estado de saúde, principalmente na prevenção de sobrepeso, obesidade e outros fatores de risco metabólico. Os benefícios desse hábito podem ser explicados por melhor controle do apetite, melhora da homeostase da glicose, aumento no efeito térmico dos alimentos e melhor funcionamento do ciclo circadiano.” (SOUSA, Suzy Ferreira de et al., 2020, p. 2).

Tabela 2. Sexo, número, porcentagem e total de adolescentes acompanhados, do estado de SE¹ e SC² respectivamente, segundo o consumo alimentar:

Consumo de hambúrguer e/ou embutidos.

Sexo	n	%	Total
Feminino ¹	1.814	39%	4.630
Masculino ¹	1.081	40%	2.680
Feminino ²	4.736	62%	7.687
Masculino ²	4.323	67%	6.461

Os valores da porcentagem de ambos os sexos para cada Estado aproximaram-se entre si, no entanto, analisando e comparando com os dados entre os Estados, o público adolescente do estado de SC² apresentou maior porcentagem em relação ao consumo de hambúrguer e/ou embutidos do que os adolescentes do estado de SE¹. Este aumento na porcentagem pode significar: melhores condições socioeconômicas, acesso mais facilitado a estes alimentos, questões de cunho cultural, influência por grupos, mídias entre outros.

SANTOS, D. A et al., 2020 p. 13 entende que:

“Quanto ao consumo de alimentos embutidos um valor significativo de adolescentes consome esse grupo alimentar sendo que mais da metade dos adolescentes consomem pelo menos um dia da semana. A ingestão desses alimentos junto aos comportamentos sedentários que podem ser adotados por alguns têm forte associação com obesidade e doenças crônicas, estudos que tentam buscar justificativa para o alto consumo desses alimentos trazem algumas considerações; são de rápido preparo e o quanto os adolescentes estão susceptíveis a publicações e marketing relacionado a esses produtos.”

Tabela 3. Sexo, número, porcentagem e total de adolescentes acompanhados, do estado de SE¹ e SC² respectivamente, segundo o consumo alimentar:

Consumo de bebidas adoçadas.

Sexo	n	%	Total
Feminino ¹	2.892	62%	4.630
Masculino ¹	1.754	65%	2.680
Feminino ²	5.541	72%	7.687
Masculino ²	4.831	75%	6.461

Em relação ao consumo de bebidas adoçadas, a distinção de valores é aproximadamente de 10% entre ambos os Estados, e há apenas uma diferença de 3% entre ambos os sexos. Deste modo, entre ambos os Estados, e ambos os sexos os valores se aproximam significativamente. Estes dados demonstram que independentemente da região, ou quaisquer outros fatores predispostos, o aumento do consumo de bebidas adoçadas é maior que 50% para ambos os Estados. Estes dados afirmam o que recentemente vêm sido evidenciado em estudos sobre o comportamento alimentar de adolescentes, que em sua maioria, os adolescentes que frequentam a escola raramente consomem frutas e vegetais e com maior frequência consomem refrigerantes carbonatados, sendo este um fator existente para grande variabilidade por subpopulação.

“A tendência de consumo das bebidas açucaradas na última década está associada ao Continente no qual o país está inserido e à presença ou ausência de Políticas Públicas que envolvem desde a tributação à

intervenção na disponibilidade de acesso, na publicidade e na educação em saúde, considerando tanto o ambiente escolar quanto o familiar. Os estudos utilizados para identificar a tendência de consumo das bebidas açucaradas por adolescentes na última década consideram características sociais demográficas, econômicas, culturais, ambientais, históricas e epidemiológicas para avaliação deste consumo. Todos os estudos defendem que o consumo elevado de bebidas açucaradas pode ser prejudicial para a saúde dos adolescentes, e as implicações do acesso a eles nos ambientes em que estão inseridos precisam ser bem compreendidas.” (NEVES, 2020, p. 94).

Tabela 4. Sexo, número, porcentagem e total de adolescentes acompanhados, do estado de SE¹ e SC² respectivamente, segundo o consumo alimentar:

Consumo de macarrão, salgadinho de pacote ou biscoito salgado.

Sexo	n	%	Total
Feminino ¹	2.199	47%	4.630
Masculino ¹	1.347	50%	2.680
Feminino ²	3.977	52%	7.687
Masculino ²	3.251	50%	6.461

A dessemelhança entre ambos os sexos e ambos os Estados é muito pequena. Justamente porque os valores entre si aproximam-se bastante, e apontam para um fator interessante, que é a média está entre mais de 40%, e a pouco mais que 50% do público adolescente, de ambos os sexos e ambas as regiões do país, consumirem produtos industrializados, não saudáveis, e ocuparem um estágio parecido. Aumentando assim o risco para o desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT).

“Entretanto, sabe-se que a obesidade e as DCNTs não resultam do consumo de grupos de alimentos isolados, mas de padrões inadequados de alimentação. Sendo assim, a associação entre dieta e saúde de adolescentes não deve considerar apenas a presença ou ausência de determinado nutriente, mas sim o conjunto de alimentos consumidos. Nesse contexto, abordagens analíticas robustas têm sido usadas no intuito de identificar padrões de alimentação possibilitando representar de forma mais ampla como os alimentos são consumidos e avaliar a relação entre estes padrões alimentares com características sociodemográficas, comportamentais e com fatores de risco para DCNT.” (ALVES, Mariane de Almeida et al., 2019, p. 2).

Os adolescentes em sua maioria consomem determinados produtos alimentícios, que são agradáveis ao paladar, no entanto são prejudiciais à saúde, e não se dão conta que estão caminhando para uma geração futura, com tendência ao aparecimento de DCNTs.

Tabela 5. Sexo, número, porcentagem e total de adolescentes acompanhados, do estado de SE¹ e SC² respectivamente, segundo o consumo alimentar:

Consumo de biscoito recheado, doces ou guloseimas.

Sexo	n	%	Total
Feminino ¹	2.544	55%	4.630
Masculino ¹	1.464	55%	2.680
Feminino ²	4.922	64%	7.687
Masculino ²	4.085	63%	6.461

Os dados acima apontam para uma vertente que os adolescentes estão cada vez mais suscetíveis a condutas inadequadas com relação a sua própria alimentação. Nesta última tabela, que evidencia a respeito do consumo de biscoito recheado, doces ou guloseimas, tanto no estado de SE¹, como no estado de SC², a porcentagem sendo e ultrapassando 55% respectivamente, é um valor expressivo, para o consumo entre o público adolescente de ambos os sexos. Por tanto, fica claro que o comportamento alimentar dos adolescentes em sua maioria, mesmo que em diferentes Estados e regiões se assemelham, e em ambos os casos é preocupante. Atualmente a falta de tempo é uma das justificativas para a escolha por alimentos práticos, sendo eles não saudáveis, no entanto a falta de conscientização e organização é o maior desafio para que ocorra mudanças positivas nos hábitos alimentares dos indivíduos.

“Outro indicador que foi considerado como barreira para alimentação saudável foi o fator **tempo**, os resultados apontaram que os indivíduos procuram sempre alimentar-se do que é mais prático e rápido, e a falta de organização do tempo nos tornou reféns dos industrializados, nos tornando parte geração do imediatismo. [...] a deficiência da parte de iniciativa do governo, que mesmo diante de um número crescente de Doenças Crônicas Não transmissíveis no mundo, pouco se tem feito para combater estas doenças, desencadeadas principalmente pela alimentação não adequada.” (Oliveira, Edilaine Samara Pascoal de, 2020, p. 8).

Diversos fatores influenciam na procura de alimentos não saudáveis, e levam a opção de possuírem hábitos alimentares inadequados. Atualmente o público adolescente está cada vez mais voltado ao consumo exacerbado de industrializados. “Fatores como a globalização, publicidade infantil vinculada aos alimentos, ritmo acelerado de vida e maior poder de compra das famílias contribuem para substituição de preparações de refeições caseiras por alimentos industrializados.” (LIBANIO et al. 2019, p. 36)

Alterações no comportamento alimentar de adolescentes em sua maioria sucede de forma natural. É normal que os adolescentes estando em uma fase de transformações e descobrimentos queiram usufruir de uma alimentação um pouco mais “independente”, onde eles mesmos desejam firmar suas decisões. Principalmente no sentido de querer escolher o quê comer, onde comer, quando comer. Em alguns casos, acontece o que não é indicado, os adolescentes já possuem o ato de alimentar-se em horários não estabelecidos pela família, e muitas vezes não estão mais habituados a realizarem as refeições à mesa com a família. Porém, é fundamental que a família do adolescente tenha o olhar voltado para esse aspecto tão importante, que é a alimentação do mesmo. Visto que, o surgimento de oscilações no comportamento alimentar do adolescente pode ser normal, no entanto, oscilações de tendência errônea, desordenada, ocorrendo de maneira habitual no cotidiano do adolescente, demonstra e afirma ser um sinal preocupante.

“Com a entrada na adolescência, as escolhas alimentares se tornam mais autônomas e independentes. Entretanto, essa maior autonomia nas tomadas de decisões parece estar associada a um aumento de comportamentos alimentares inadequados, ao contrário do que seria desejável” (Bittar, C., & Soares, A. 2020, p. 294 apud Neumark-Sztainer et al., 2011).

O indivíduo na contemporaneidade procura atingir as convicções reconhecidas a favor de sua condição. Nesta perspectiva, o sujeito manifesta tendência como meta alcançar uma imagem de corpo e beleza que é certificado pelos ideais impostos dentro da sociedade. “Compreende-se que o desenvolvimento de distúrbios alimentares associa-se às demandas impostas pela sociedade, o que tange além dos processos de construção de identidade e conhecimento do corpo, que são aspectos naturais ao adolescente” (FIGUEIREDO 2019).

Para, Bittar C., & Soares, A. (2020)

“Nos dias atuais, a mídia exerce grande poder na construção da imagem corporal e na formação de padrões estéticos, os quais afetam os adolescentes em sua fase de vulnerabilidade. Considerando essas características e outras relacionadas com a idade, os jovens acabam modificando seus padrões alimentares, tornando-se vulneráveis para o desenvolvimento de transtornos alimentares.”

“Em meio às influências sociais apresentadas através da cultura midiática, o jovem acaba por atender as demandas de beleza ideal e de corpo desejado, almejando por um estilo de vida que foge dos princípios de saúde, adoecendo em meio a esta obsessão corporal” (FIGUEIREDO 2019). “A incidência de transtornos alimentares em adolescentes vem aumentando, por isso ações preventivas merecem a atenção de pais, educadores, profissionais da saúde e pesquisadores” (CARDONI et al., 2015).

De acordo com [Jai K. Das](#) et al., (2017, p. 21)

“A nutrição e a transição do adolescente estão intimamente entrelaçadas, uma vez que os padrões e comportamentos alimentares são influenciados por muitos fatores, incluindo influências dos pares, modelagem dos pais,

disponibilidade de alimentos, preferências alimentares, custo, conveniência, crenças pessoais e culturais, meios de comunicação de massa e imagem corporal.

Jai K. Das et al., (2017, p. 23) diz:

“Além do contexto comportamental, existem outros contextos sociais que afetam direta ou indiretamente a nutrição, o crescimento e o desenvolvimento dos adolescentes. Isso inclui questões como trabalho infantil, segurança alimentar, pobreza, conflitos e emergências humanitárias. A recente série *Lancet* sobre saúde do adolescente sugeriu que fatores estruturais, como riqueza nacional, desigualdade de renda e acesso à educação, são os determinantes mais fortes da saúde do adolescente.”

Com o passar do tempo, estudos vêm demonstrando que na adolescência é o período mais susceptível para o desenvolvimento de transtornos. Comprova-se que tantos TA mostraram-se frequentes na adolescência devido essa ser uma etapa de grande vulnerabilidade emocional, fazendo com que estejam também suscetíveis ao desenvolvimento de outras psicopatologias. Em alguns casos pressupõe como características comportamentais de introspectividade e isolamento, por vezes denotada em meninas abordadas por patologias, demonstrariam uma possível relação entre TA e o desenvolvimento de outros transtornos psicológicos, como os quadros depressivos. (Santos et al., 2019) Por este motivo mais estudos devem ser realizados.

“Os agentes consideram necessário que haja uma conscientização, fazendo uso de ferramentas de marketing social apoiado pelo governo, com intuito de promover uma mudança de comportamento e implantar uma cultura para que se possa trabalhar a prevenção de doenças e adoção de práticas saudáveis.” (Oliveira, Edilaine Samara Pascoal de, 2020, p. 8).

5. CONCLUSÃO

Realizando a comparação entre o estado de Sergipe (SE¹) com o estado de Santa Catarina (SC²), podemos notar que não houve muita discrepância entre os adolescentes de ambos os sexos, citando principalmente o “Hábito de realizar no mínimo as três refeições principais do dia”, quando apenas 3% dos adolescentes demonstraram que realizam as três refeições principais do dia, e 97% dos adolescentes estarem suprimindo alguma refeição, ressaltando este como sendo o principal erro alimentar encontrado neste estudo. Chamando atenção também para o “Consumo de bebidas adoçadas”, onde os valores se aproximam significativamente. Isto significa que mesmo sendo regiões distintas, através dos dados é possível notar pela estimativa do consumo alimentar de determinados alimentos e grupos, que os adolescentes em sua maioria de ambos os sexos e Estados, possuem a tendência de escolhas alimentares errôneas, que por um lado são comuns para o período em que estão inseridos, no entanto são preocupantes. Visto que, os mesmos estão propícios para risco de desenvolver distúrbios e/ou transtornos alimentares, DCNTs, deficiência de algum nutriente essencial, entre outros.

Sabemos que as atitudes alimentares exercidas no período da adolescência, estão envolvidas num processo que serão refletidas durante a vida adulta, e caso o adolescente não venha a ser assistido, as consequências são altamente prejudiciais à saúde. Sendo assim, o papel do Nutricionista é analisar o comportamento alimentar de adolescentes e identificar características de possíveis riscos que levem ao desenvolvimento de Transtornos Alimentares. O profissional habilitado deverá suceder com abordagem propícia, para que se consiga resultados positivos, refletidos na saúde do adolescente. Tal abordagem se estabelece trabalhando seguindo a linha da Nutrição Comportamental.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, C.; FURTADO, C. Comer Intuitivo. UNILUS Ensino e Pesquisa, vol. 14, n. 37, 2017.

ALVARENGA M. et. al. Nutrição Comportamental. 2ª ed. Barueri –SP. Editora Manole, 2019.

APA. **Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais**. 5 ed. Brasil: Artmed, 2015.

ALVES, Mariane de Almeida et al . Padrões alimentares de adolescentes brasileiros por regiões geográficas: análise do Estudo de Riscos Cardiovasculares em Adolescentes (ERICA). **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro , v. 35, n. 6, e00153818, 2019 . Available from

<http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2019000705001&lng=en&nrm=iso>. access on 02 Dec. 2020. Epub May 30, 2019. <https://doi.org/10.1590/0102-311x00153818>.

Barbalho EV, Pinto FJM, Silva FR, Sampaio RMM, Dantas DSG. Influência do consumo alimentar e da prática de atividade física na prevalência do sobrepeso/obesidade em adolescentes escolares. **Cad Saúde Colet**, 2020;28(1):12-23. <https://doi.org/10.1590/1414-462X202028010181v>

Beal T, Morris SS, Tumilowicz A. Global Patterns of Adolescent Fruit, Vegetable, Carbonated Soft Drink, and Fast-Food Consumption: A Meta-Analysis of Global School-Based Student Health Surveys. **Food Nutr Bull**. 2019 Dec;40(4):444-459. doi: 10.1177/0379572119848287. Epub 2019 Oct 16. PMID: 31617415.

Bezerra IN, Moreira TMV, Cavalcante JB, Souza AM, Sichieri R. Consumo de alimentos fora do lar no Brasil segundo locais de aquisição. **Rev Saúde Pública**. 2017;51:15.

BITTAR, Carime; SOARES, Amanda. Mídia e comportamento alimentar na adolescência. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**. Disponível em: <<https://doi.org/10.4322/2526-8910.ctoAR1920>>. Acesso em: 20 ago. 2020.

Brasil. Ministério da Saúde (MS). Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Nota Técnica de 23 de dezembro de 2013. Assunto: Avaliação de marcadores do consumo alimentar e registro nos Sistemas de Informação da Atenção Básica. Disponível em: <http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/notas_tecnicas/nt_consumo_alimentar.pdf>. Acesso em: 20 ago. 2020.

BRAZ, Marici et al . Consumo de açúcares de adição por adolescentes em estudo de base populacional. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro , v. 24, n. 9, p. 3237-3246, Sept. 2019 . Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232019000903237&lng=en&nrm=iso>. access on 01 Dec. 2020. Epub Sep 09, 2019. <https://doi.org/10.1590/1413-81232018249.24692017>.

CATÃO, Larissa Gomes; TAVARES, Renata Leite. Técnicas da Nutrição Comportamental no Tratamento dos Transtornos Alimentares. **Revista Campo do Saber**, v. 3, n.1, p. 244-261, jan. /jun. 2017. Disponível em:

<<http://periodicos.iesp.edu.br/index.php/campodosaber/article/view/259>>. Acesso em: 28 ago. 2020.

CARVALHO, Samantha Dalbosco Lins et al. Qualidade da dieta segundo a autoavaliação de adolescentes: resultados do ISACamp-Nutri. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 25, n. 11, p. 4451-4461, Nov. 2020. Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232020001104451&lng=en&nrm=iso>. access on 30 Nov. 2020. Epub Nov 06, 2020. <http://dx.doi.org/10.1590/1413-812320202511.06792019>.

Costa AN, Lima NV, Pegolo GE. Insatisfação corporal e rastreamento do risco para Transtornos Alimentares em adolescentes. **Adolesc Saude**. 2016;13(Supl. 1):16-26

Cruwys T, Bevelander KE, Hermans RC. Social modeling of eating: a review of when and why social influence affects food intake and choice. *Appetite*. 2015;86:3-18. doi:10.1016/j.appet.2014.08.035

Darfour-Oduro SA, Buchner DM, Andrade JE, Grigsby-Toussaint DS. A comparative study of fruit and vegetable consumption and physical activity among adolescents in 49 Low-and-Middle-Income Countries. **Sci Rep**. 2018 Jan 26;8(1):1623. doi: 10.1038/s41598-018-19956-0. PMID: 29374197; PMCID: PMC5785955.

Darfour-Oduro SA, Andrade JE, Grigsby-Toussaint DS. Do Fruit and Vegetable Policies, Socio-Environmental Factors, and Physical Activity Influence Fruit and Vegetable Intake Among Adolescents? **J Adolesc Health**. 2020 Feb;66(2):172-180. doi: 10.1016/j.jadohealth.2019.07.016. Epub 2019 Sep 27. PMID: 31564617.

Darfour-Oduro SA, Andrade JE, Grigsby-Toussaint DS. Review of policies to increase fruit and vegetable consumption and physical activity in 49 low- and middle-income countries. **J Public Health (Oxf)**. 2019 Mar 1;41(1):119-129. doi: 10.1093/pubmed/fdy039. PMID: 29514251.

Das JK, Salam RA, Thornburg KL, et al. Nutrition in adolescents: physiology, metabolism, and nutritional needs. **New York Academy of Sciences Ann N Y Acad Sci**. 2017;1393(1):21-33. Disponível em: <doi:10.1111/nyas.13330>. Acesso em: 22 ago. 2020.

Departamento de Atenção Básica. Coordenação-geral da Política de Alimentação e Nutrição. **Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional – SISVAN** : Uma visão ampliada. Brasília, DF : Ministério da Saúde, 2006. Disponível em: <<https://sisaps.saude.gov.br/sisvan/>> <<https://sisaps.saude.gov.br/sisvan/relatoriopublico/index>>. Acesso em: 17 nov. 2020.

Esfandiari M, Papapanagiotou V, Diou C, et al. Control of Eating Behavior Using a Novel Feedback System. **J Vis Exp**. 2018;(135):57432. Published 2018 May 8. Disponível em: <doi:10.3791/57432>. Acesso em: 26 ago. 2020.

FIGUEIREDO, Roberta. A obsessão pelo corpo e o desenvolvimento de transtornos alimentares em jovens adolescentes. **Pretextos - Revista da Graduação em Psicologia da PUC Minas**, Minas Gerais, v. 4, n. 7, p. 250-268, jan./jun. 2019. Disponível em: <<http://periodicos.pucminas.br/index.php/pretextos/article/view/18634>>. Acesso em 23 ago. 2020.

FONTENELE, Rafael Mondego, et al. Impacto dos Transtornos Alimentares na Adolescência: uma revisão integrativa sobre a anorexia nervosa. **Revista Enfermagem Atual**. Disponível em: <file:///C:/Users/ACER/Documents/01.ARTIGOS.TCCI/201-Texto%20do%20artigo-442-1-10-20190425.pdf>. Acesso em: 21 nov. 2020.

FONTES, Leonardo de Sousa, et al. Efeitos de diversos fatores sobre o comportamento alimentar de adolescentes. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, vol.18 no.11 Nov. 2013.

GAZIGNATO, Elaine Cristina da Silva et al. “Beleza põe mesa?”: transtornos alimentares e grupo. **Revista da SPAGESP**, Ribeirão Preto, v. 9, n. 1, p. 29-40, jan./jul. 2008. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rspagesp/v9n1/v9n1a05.pdf>. Acesso em: 20 de ago. 2020.

Hermans RC, Larsen JK, Lochbuehler K, Nederkoorn C, Herman CP, Engels RC. The power of social influence over food intake: examining the effects of attentional bias and impulsivity. **Br J Nutr**. 2013;109(3):572-580. doi:10.1017/S0007114512001390

Higgs S. Social norms and their influence on eating behaviours. *Appetite*. 2015;86:38-44. doi:10.1016/j.appet.2014.10.021

Kaisari P, Higgs S. Social modelling of food intake. The role of familiarity of the dining partners and food type. *Appetite*. 2015;86:19-24. doi:10.1016/j.appet.2014.09.020

LIBANIO de Freitas et al. Consumo de Alimentos Ultraprocessados em Crianças atendidas no Serviço de Atenção Básica da Região Sul do Brasil. **International Journal of Nutrology** 2019; 12 (01): 035-040DOI: 10.1055 / s-0039-1693673

Loth KA, MacLehose R, Bucchianeri M, Crow S, Neumark-Sztainer D. Predictors of dieting and disordered eating behaviors from adolescence to young adulthood. **J Adolesc Health**. 2014;55(5):705-712. doi:10.1016/j.jadohealth.2014.04.016

MARQUES, Jaqueline da Silva; CUNHA, Rafaela Lima de Moraes da. Orientador: Walquiria Lene dos Santos. 2019. 22f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharel em Enfermagem) - Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos, 2019.

MENON, Amanda Magnano; BLANCO, Marília Bazan; BERNARDELLI, Marlize Spagolla. Ações De Intervenção E Orientação Nutricional Para Estudantes Com Transtornos Alimentares No Brasil: Uma Revisão Sistemática De Literatura. **Revista Conhecimento Online**, Novo Hamburgo, v. 2, p. 93-113, may 2019. ISSN 2176-8501. Disponível em: <https://periodicos.feevale.br/seer/index.php/revistaconhecimentoonline/article/view/1570>. Acesso em: 28 de ago.. 2020.

Neumark-Sztainer D, Wall M, Larson NI, Eisenberg ME, Loth K. Dieting and disordered eating behaviors from adolescence to young adulthood: findings from a 10-year longitudinal study. **J Am Diet Assoc**. 2011;111(7):1004-1011. doi:10.1016/j.jada.2011.04.012

NEVES, Ana Flávia Gomes de Britto. **Consumo De Bebidas Açucaradas E Associação Com Riscos Cardiovasculares Em Adolescentes**. Tese de Doutorado (Programa de Pós-Graduação em Ciências da Nutrição) - Universidade Federal Da Paraíba. João Pessoa-PB. p. 94. 2020.

Oliveira, Edilaine Samara Pascoal de. **A Gente Não Quer Só Comer: Uma Abordagem De Marketing Social E O Consumo Alimentar De Adolescentes**. Monografia (Curso de Graduação em Administração) - Universidade Federal da Paraíba. p. 8.

Oliveira, Max Moura de et al. Características da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar - PeNSE. **Epidemiologia e Serviços de Saúde** [online]. 2017, v. 26, n. 3 [Acessado 30 Novembro 2020], pp. 605-616. Disponível em: <<https://doi.org/10.5123/S1679-49742017000300017>>. ISSN 2237-9622. <https://doi.org/10.5123/S1679-49742017000300017>.

Pengpid S, Peltzer K. Prevalence and correlates of fruit and vegetable consumption among adolescents in Laos. **Int J Adolesc Med Health**. 2020 Jun 6:/ijamh.ahead-of-print/ijamh-2019-0142/ijamh-2019-0142.xml. doi: 10.1515/ijamh-2019-0142. Epub ahead of print. PMID: 32549152.

PINHO L, Brito MFSF, Silva RRV, Messias RB, Silva CSO, Barbosa DA, et al. Perception of body image and nutritional status in adolescents of public schools. **Rev Bras Enferm**. 2019;72(Suppl 2):229-35. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2018-0644>

ALVES Santos, D.; Terezinha De Souza Francisco, R.; Botelho Brito, A. .; Fagundes Silveira, M.; De Pinho, L.; Fernanda Santos Figueiredo Brito, . M. Análise Da Qualidade Alimentar Em Estudantes De Ensino Médio Do Norte De Minas Gerais. **Revista Unimontes Científica**, P. 9 - 15, 8 Jan. 2020.

ROCHA, T. N.; Etges, B. I. Consumo De Alimentos Industrializados E Estado Nutricional De Escolares. **Biológicas & Saúde**, V. 9, N. 29, 10 Maio 2019.

SANTOS, Maitene Ferreira da Conceição et al. Transtornos Alimentares Em Adolescentes Do Sexo Feminino: Um Estudo De Revisão. **Piscologia.PT O Portal dos Psicólogos**.

SANTOS CC, Ressel LB, Alves CN, Wilhelm LA, Stumm KE, Silva SC. A influência da cultura no comportamento alimentar dos adolescentes: uma revisão integrativa das produções em saúde. **Adolesc Saude**. 2012;9(4):37-43

SILVA, Dayanne Caroline de Assis et al . Percepção de adolescentes sobre a prática de alimentação saudável. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro , v. 20, n. 11, p. 3299-3308, nov. 2015. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232015001103299&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 02 dez. 2020. <https://doi.org/10.1590/1413-812320152011.00972015>.

Silva JAD, Silva KSD, Silva MC, Silveira PMD, Duca GFD, Benedet J, Nahas MV. Consumo de frutas e verduras por adolescentes catarinenses ao longo de uma década [Fruit and vegetable consumption over a decade among adolescents in the State of Santa Catarina, Brazil]. **Cien Saude Colet**. 2020 Feb;25(2):613-621. Portuguese. doi: 10.1590/1413-81232020252.32452017. Epub 2018 May 24. PMID: 32022201.

SILVA, M. C. R.; DOS SANTOS, G. A. Q.; HOTT, K. P. S. Hábitos alimentares entre adolescentes de uma escola privada. **RBONE - Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, v. 13, n. 82, p. 873-880, 16 maio 2020.

Sharpe H, Griffiths S, Choo TH, et al. The relative importance of dissatisfaction, overvaluation and preoccupation with weight and shape for predicting onset of disordered eating behaviors and depressive symptoms over 15 years. **Int J Eat Disord**. 2018;51(10):1168-1175. Disponível em: <doi:10.1002/eat.22936>. Acesso em 22 de ago. 2020.

SOUSA, Suzy Ferreira de et al. Frequência Das Refeições Realizadas Por Adolescentes Brasileiros E Hábitos Associados: Revisão Sistemática. **Rev. paul. pediatr.**, São Paulo , v. 38, e2018363, 2020 . Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-05822020000100512&lng=en&nrm=iso>. access on 02 Dec. 2020. Epub June 19, 2020. <http://dx.doi.org/10.1590/1984-0462/2020/38/2018363>.

Toral, N. (2006). Estágios de mudança de comportamento e sua relação com o consumo alimentar de adolescentes (Dissertação de mestrado). Universidade de São Paulo, São Paulo.

Vaz, D., & Bennemann, R. (2014). Comportamento alimentar e hábito alimentar: uma revisão. **Revista Uningá Review**, 20(1), 108-112.

Vázquez-Velázquez V, Kaufer-Horwitz M, Méndez JP, García-García E, Reidl-Martínez LM. Eating behavior and psychological profile: associations between daughters with distinct eating disorders and their mothers. **BMC Womens Health**. 2017;17(1):74. Published 2017 Sep 6. Disponível em <doi:10.1186/s12905-017-0430-y> Acesso em 26 ago. 2020.

Zappe, J. G., & Dell'Aglio, D. D. (2016). Variáveis pessoais e contextuais associadas a comportamentos de risco em adolescentes. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, 65(1), 44-52. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/0047-2085000000102>> Acesso em 22 ago. 2020.