

**ADESÃO A PADRÕES ALIMENTARES SEGUNDO CARACTERÍSTICAS
SOCIOEDEMOGRÁFICAS, COMPORTAMENTAIS E ESTADO NUTRICIONAL AOS 18
ANOS: COORTE DE NASCIMENTO DE 1993**

MARIELE DOS SANTOS ROSA XAVIER¹; NATALIA RODRIGUES CARDozo²; DIULIA
ROBERTA RODEGHIERO DAMMERO²; MARIA CECÍLIA FORMOSO ASSUNÇÃO³;
JULIANA DOS SANTOS VAZ⁴

¹*Faculdade de Nutrição, Universidade Federal de Pelotas - marii_xavier@hotmail.com*

²*Faculdade de Nutrição, Universidade Federal de Pelotas*

³*Programa de Pós-graduação em Epidemiologia, Universidade Federal de Pelotas*

⁴*Professora da Faculdade de Nutrição, Universidade Federal de Pelotas*

1. INTRODUÇÃO

A adolescência é um período de mudanças comportamentais e psicossociais que podem influenciar nos hábitos alimentares. Nesta fase da vida, a alimentação representa um dos principais componentes do estilo de vida e estudos sobre o consumo alimentar são fundamentais para reforçar os hábitos saudáveis e identificar fatores de risco (PINHO et al., 2014; SALVATTI et al., 2011).

Uma das formas de avaliar o consumo alimentar populacional é a identificação de padrões alimentares. A análise de padrões procura identificar a inter-relação entre os alimentos que podem ser mais preditiva para a análise de risco para doenças quando comparado à análise de alimentos ou nutrientes isolados. Para isso, a identificação dos alimentos que compõem os padrões é oriunda de métodos estatísticos de agregação e/ou redução de componentes, indicando os alimentos que se interrelacionam dentro do consumo alimentar da população estudada (HU, 2002).

Entretanto, a identificação de padrões alimentares em estudos populacionais apresenta forte correlação com variáveis socioeconômicas, como a renda e a escolaridade, assim como de estilo de vida e estado nutricional. Estudar a influência dessas variáveis em relação aos padrões alimentares é importante, visto que os dados da Pesquisa de Orçamentos Familiares (2008-2009) indicou que o aumento no poder aquisitivo da população brasileira não significou melhora no padrão alimentar; ao contrário, a renda foi associada a aumento na disponibilidade de alimentos semiprontos e de fácil preparo, o que estimula o consumo desequilibrado de nutrientes (PINHO et al., 2014; LEVY et al., 2012).

O objetivo do presente trabalho foi descrever a adesão aos padrões alimentares identificados aos 18 anos entre os adolescentes pertencentes à coorte de nascimento de 1993 segundo variáveis sociodemográficas, comportamental e estado nutricional.

2. METODOLOGIA

A coorte de nascimento de 1993 é um estudo de base populacional prospectivo realizado com todos os recém-nascidos na zona urbana da cidade de Pelotas, RS, no ano de 1993. No acompanhamento dos 18 anos, a amostra final foi composta por 4.106 adolescentes (78% da amostra original).

Para avaliar o consumo alimentar, um questionário de freqüência alimentar semi-quantitativo (QFA) em formato eletrônico foi aplicado (Schneider et al., 2015). O QFA era composto por 88 itens alimentares, e oito opções de resposta, variando entre “cinco ou mais vezes por dia” a “nunca ou menos de uma vez por

mês". Quatro padrões alimentares foram identificados pela análise de componentes principais: 1. **"Carnes e lanches"** caracterizado por alimentos como frutos do mar, carnes processadas, pizza, comidas rápidas, vísceras, carnes de porco e carnes de frango; 2. **"Frutas, legumes e vegetais"** caracterizado por laranja/tangerina, outras frutas, tomate, vegetais, leguminosas e vegetais de cor laranja; 3. **"Doces, refrigerantes e laticínios"** caracterizado por chocolate em pó, refrigerantes, leite e seu derivados, doces, chocolates, e sorvete; 4. **"Comum brasileiro"** caracterizados por café, feijão preto, açúcar branco, margarina/manteiga, arroz branco e pão branco. Cada adolescente recebeu um valor (escore) referente a adesão em cada um dos 4 padrões identificados de forma independente.

Para identificar os adolescentes que mais aderiam a cada um dos 4 padrões alimentares, dividiu-se o escore de cada padrão em tercis. Posteriormente, foi gerada uma variável para identificar o padrão alimentar que cada adolescente era mais aderente, isto é, aquele que cada um se classificava no terceiro tercil de adesão de forma não sobreposta aos demais padrões.

As variáveis socioedemográficas selecionadas para análise foram: sexo (feminino/masculino), renda da família (em tercis), e escolaridade materna (<8; ≥8 anos). O estado nutricional foi categorizado em magro/eutrófico e sobre peso/obeso, seguindo as categorias de IMC em Z-escore para a idade. As variáveis de estilo de vida foram: tabagismo atual (sim/não) e consumo de bebida alcoólica no último mês (nunca/menos de uma vez no mês; 1x/ mês ou mais). A atividade física foi categorizada de acordo com o tempo para as atividades de deslocamento e lazer (<300; ≥300 minutos/semana).

Para as análises estatísticas foram avaliadas a distribuição das frequências de cada variável estudada de acordo com a adesão aos padrões, utilizando-se o teste qui-quadrado. Foram consideradas significativas as diferenças encontradas com valor $P<0,05$.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Do total de adolescentes que tinham dados de consumo alimentar (n=4052), identificou-se 1009 adolescentes com maior adesão a um dos 4 padrões, sem sobreposição aos demais. Destes, 23% (n=231) aderiu mais ao padrão "carnes e lanches", 23% (n=232) a "frutas, legumes e vegetais", 25% (n=250) a "doces, refrigerantes e laticínios" e 29% (n=296) ao padrão "comum brasileiro".

Em relação ao sexo, as meninas aderiram mais ao padrão "frutas, legumes e vegetais" (29%) e os meninos mais ao padrão "comum brasileiro" (32%). Quanto ao estado nutricional, os adolescentes eutróficos/magros aderiram mais ao padrão "comum brasileiro" (32%), enquanto que aqueles com sobre peso/obesos aderiram mais ao padrão "frutas, legumes e vegetais" (32%).

Em relação ao nível socioeconômico, os adolescentes classificados no maior tercil de renda familiar apresentaram maior aderência ao padrão "doces, refrigerantes e laticínios" (29%). Quanto à escolaridade materna, aqueles cujas mães apresentavam uma escolaridade <8 anos aderiram mais ao padrão "comum brasileiro" (38%), e aquele cuja mãe apresentava ≥8 anos de escolaridade tinham maior frequência de adesão ao padrão "doces, refrigerantes e laticínios" (30%).

Em relação ao estilo de vida, observou-se menor frequência de fumantes no padrão "frutas, legumes e vegetais" (9%), e maior frequência de aderência dos não fumantes ao padrão "comum brasileiro" (38%). Quanto ao consumo de bebida

alcoólicas, aqueles que consumiam álcool nunca ou raramente apresentavam maior adesão ao padrão “comum brasileiro” (35%) e menor adesão ao padrão de “carnes e lanches” (18%); em contraste, aqueles que ingeriram bebida alcoólica duas vezes ou mais no mês tinham menor frequência de adesão ao padrão de “frutas, legumes e vegetais” (21%). Em relação à atividade física, aqueles que relataram menor tempo de atividade física por semana (<300 minutos) tinham menor frequência de adesão a “frutas, legumes e vegetais” (17%).

Tabela 1. Frequência de adesão aos padrões alimentares segundo variáveis sociodemográficas e estilo de vida (n=1009).

| Variáveis | PADRÃO ALIMENTAR | | | | P* |
|--------------------------------------|------------------|----------------------------|-----------------------------------|------------------|--------|
| | Carnes e lanches | Frutas, legumes e vegetais | Doces, refrigerantes e laticínios | Comum brasileiro | |
| Renda familiar mensal | | | | | |
| 1º tercil | 24% (n=77) | 20% (n=60) | 19% (n=62) | 36% (n=117) | <0,001 |
| 3º tercil | 23% (n=87) | 27% (n=103) | 29% (n=109) | 21% (n=80) | |
| Escolaridade mãe | | | | | |
| < 8 anos | 27% (n=121) | 18% (n=81) | 16% (n=72) | 38% (n=166) | <0,001 |
| ≥ 8 anos | 20% (n=94) | 26% (n=124) | 30% (n=144) | 24% (n=114) | |
| Tabagismo atual | | | | | |
| Não | 22% (n=198) | 25% (n=221) | 25% (n=221) | 28% (n=252) | 0,002 |
| Sim | 28% (n=33) | 9% (n=11) | 25% (n=29) | 38% (n=44) | |
| Consumo bebida alcoólica | | | | | |
| Nunca/<1 vez/mês | 18% (n=79) | 23% (n=101) | 23% (n=99) | 35% (n=150) | 0,001 |
| 2 vezes ou mais | 27% (n=127) | 21% (n=102) | 27% (n=130) | 25% (n=118) | |
| Atividade física (min/semana) | | | | | |
| < 300 | 23% (n=94) | 17% (n=73) | 28% (n=115) | 32% (n=133) | 0,004 |
| ≥ 300 | 23% (n=137) | 26% (n=159) | 24% (n=135) | 27% (n=163) | |

* P-valor refere-se ao teste de qui-quadrado.

Estudos realizados com adolescentes corroboram com os achados do presente estudo. Um estudo da capital paulista com 239 escolares de 14 a 19 anos encontrou que a eutrofia era mais associada ao padrões tradicionais, e o sobrepeso com o padrão “saudável” e “processado” (SALVATTI et al., 2015). A associação de um hábito mais saudável com o sobrepeso e obesidade pode ser uma tentativa de mudança de hábito alimentar, ou ainda associado ao viés no relato de alimentos considerados pouco saudáveis (PINHO et al., 2014).

Em relação aos dados sociodemográficos e estilo de vida um estudo realizado com 1.139 escolares de 14 a 19 anos da cidade de Cuiabá/MG encontrou que a menor renda estava associada a maior adesão ao padrão “tradicional”, estando em acordo com os achados do presente estudo. Quanto ao consumo de álcool, o mesmo estudo observou uma associação daqueles adolescentes que consumiam álcool com o padrão alimentar “occidental” caracterizado por alimentos mais industrializados, enquanto que aqueles adolescentes que relataram maior prática de atividade física foram associados a um padrão “misto” caracterizado por tubérculos, frutas, ovos, peixes e legumes (RODRIGUES et al., 2012).

4. CONCLUSÕES

As variáveis socioeconômicas, comportamentais e o estado nutricional apresentam uma relação significativa com a adesão a padrões alimentares. Os adolescentes devem ser orientados a melhorar o padrão alimentar, principalmente aqueles de baixa renda. O consumo alimentar deve ser inserido nas campanhas de promoção à saúde.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

HU, FB. Dietary pattern analysis: a new direction in nutritional epidemiology. **Current Opinion in Lipidology**. v. 13, n. 1, p. 3-9, 2002.

LEVY, RB; CLARO, RM; MONDINI, L; SICHLERI, R; MONTEIRO, CA. Distribuição regional e socioeconômica da disponibilidade domiciliar de alimentos no Brasil em 2008-2009. **Revista de Saúde Pública**. v. 46, n.1, p 3-4, 2012.

PINHO, L; FLÁVIO, EF; SANTOS, SHS; BOTELHO, ACC; CALDEIRA, PC. Excesso de peso e consumo alimentar em adolescentes de escolas públicas no norte de Minas Gerais, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**. v. 19, n. 1, p. 68, 2014.

RODRIGUES, PRM; PEREIRA, RA; CUNHA, DB; SICHLERI, R; FERREIRA, MG; VILELA, AAF; SILVA, RMVG. Fatores associados a padrões alimentares em adolescentes: um estudo de base escolar em Cuiabá, Mato Grosso. **Revista Brasileira de Epidemiologia**. v. 15, n.3, p. 8, 2012.

SALVATTI, AG; ESCRIVÃO, MAMC, TADDEI, JAAC; BRACCO, MM. Padrões alimentares de adolescentes na cidade de São Paulo. **Revista de Nutrição**. v. 24, n. 5, p. 704-705, 2011.

SOTERO, AM; CABRAL, PC; DA SILVA, GAP. Fatores socioeconômicos, culturais e demográficos maternos associados ao padrão alimentar de lactentes. **Revista Paulista de Pediatria**. v. 33, n. 4, p. 5-6, 2015.