



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
PROGRAMA DE PÓS GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO**

KARINE ANDREA ALBIERO

**DESENVOLVIMENTO E VALIDAÇÃO DE CONTEÚDO E DE
FACE DE UM INSTRUMENTO PARA AVALIAÇÃO DAS
PRÁTICAS ALIMENTARES DE ESTUDANTES
UNIVERSITÁRIOS**

DISSERTAÇÃO DE MESTRADO

**Florianópolis
2018**

Karine Andrea Albiero

**DESENVOLVIMENTO E VALIDAÇÃO DE CONTEÚDO E DE
FACE DE UM INSTRUMENTO PARA AVALIAÇÃO DAS
PRÁTICAS ALIMENTARES DE ESTUDANTES
UNIVERSITÁRIOS**

Dissertação submetida ao Programa de Pós Graduação em Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina para a obtenção do Grau de Mestre em Nutrição.

Orientadora: Prof^ª. Marcela Boro Veiros, Dr^ª.

Florianópolis, SC
2018

Ficha de identificação da obra elaborada pelo autor
através do Programa de Geração Automática da Biblioteca Universitária da
UFSC.

Albiero, Karine Andrea

Desenvolvimento e validação de conteúdo e de face
de um instrumento para avaliação das práticas
alimentares de estudantes universitários / Karine
Andrea Albiero ; orientador, Marcela Boro Veiros,
2018.

295 p.

Dissertação (mestrado) - Universidade Federal de
Santa Catarina, Centro de Ciências da Saúde,
Programa de Pós-Graduação em Nutrição, Florianópolis,
2018.

Inclui referências.

1. Nutrição. 2. Desenvolvimento e validação de
instrumento. 3. Ambiente alimentar. 4. Práticas
alimentares. 5. Estudantes Universitários. I. Boro
Veiros, Marcela. II. Universidade Federal de Santa
Catarina. Programa de Pós-Graduação em Nutrição. III.
Título.

Karine Andrea Albiero

**DESENVOLVIMENTO E VALIDAÇÃO DE CONTEÚDO E DE
FACE DE UM INSTRUMENTO PARA AVALIAÇÃO DAS
PRÁTICAS ALIMENTARES DE ESTUDANTES
UNIVERSITÁRIOS**

Esta Dissertação foi julgada adequada para obtenção do Título de Mestre e aprovada em sua forma final pelo Programa de Pós Graduação em Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina.

Florianópolis, 29 de agosto de 2018.

Prof^a. Patrícia Faria di Pietro, Dr^a.

Coordenadora do Programa de Pós Graduação em Nutrição da
Universidade Federal de Santa Catarina - UFSC

Banca Examinadora:

Prof^a. Marcela Boro Veiros, Dr^a.

Orientadora

Universidade Federal de Santa Catarina - UFSC

Prof^a. Patrícia Maria Périco Perez, Dr^a. (*videoconferência)

Universidade do Estado do Rio de Janeiro - UERJ

Prof^a. Patrícia de Fragas Hinnig, Dr^a.

Universidade Federal de Santa Catarina - UFSC

Prof^a. Giovanna Medeiros Rataichesk Fiates, Dr^a.

Universidade Federal de Santa Catarina - UFSC

Dedico este trabalho a Deus, pela graça da vida e por ser meu guia interior. A mim pela superação e perseverança diante das inúmeras adversidades durante esse período.

AGRADECIMENTOS

O desafio para a construção, amadurecimento e finalização dessa pesquisa exigiu muita resiliência e perseverança. Durante o mestrado, pude compartilhar essa jornada com muitas pessoas especiais e contar com o apoio de pesquisadores, amigos, colegas de trabalho e familiares. Expresso aqui os meus sinceros agradecimentos.

À Deus, pela graça da vida e por ser minha principal fonte de sabedoria. Por dar toda força necessária para não cair definitivamente no desânimo diante das inúmeras adversidades, permitindo-me concluir mais um ciclo de enriquecimento pessoal e profissional.

Aos meus pais, Gilberto e Rita, pelo amor incondicional e meu irmão André pela torcida. A minha “filha de quatro patas” Holly, pelo amor, acompanhamento nas incontáveis horas em frente ao computador e pelos “ronrons” de boas vibrações.

Pelo Instituto Federal de Santa Catarina – IFSC, a Pró-Reitoria de Ensino e aos colegas da Diretoria de Assuntos Estudantis (Girlane, Janaína, Milene, Giselli, Carolina, Taira, José, Solange e Ivani) por me proporcionarem, enquanto nutricionista da instituição, oportunidade para concluir este mestrado. Obrigada pelo incentivo, autorização de afastamento e permissão de um horário especial de jornada de trabalho para poder me dedicar aos estudos. Em especial, a Carolina e a Janaína por contribuírem com a leitura de um de meus manuscritos.

À professora Marcela Boro Veiros pela enriquecedora orientação e ao Programa de Pós Graduação em Nutrição da UFSC, incluindo todos seus servidores (professores, técnicos e terceirizados) pela oferta de uma educação gratuita e de qualidade, proporcionando, direta e indiretamente, condições para a condução dessa pesquisa.

Aos membros do Núcleo de Pesquisa de Nutrição em Produção de Refeições – NUPPRE pelos debates e contribuição a minha formação científica.

Às professoras Paula Lazzarin Uggioni, Patrícia de Fragas Hinning, Ana Luiza Curi Hallal e a doutoranda Bianca Bittencourt de Souza pelo acolhimento e contribuições em diferentes momentos da minha pesquisa, que foram fundamentais a mudança de objetivo, ao desenvolvimento e reorganização do método e a conclusão desta dissertação. Às professoras Giovanna Medeiros Rataichesk Fiates e Maria Cristina Calvo pelas ricas e ponderadas contribuições em meu exame de qualificação.

Às pesquisadoras Giovanna Medeiros Rataichesk Fiates, Greyce Luci Bernardo, Gabriela Milhassi Vedonato (UNIFESP), Patrícia de

Fragas Hinnig, Paula Lazzarin Uggioni, Suellen Secchi Martinelli, Francieli Cembranel, Inês Rugani Ribeiro de Castro (UFRJ), Manuela Mika Jomori (UFAL), Patrícia Maria Périco Perez (UERJ), Semiramis Martins Álvares Domene (USP), Lilia Zago (UERJ), Sandra Patrícia Crispim (UFPR), Amanda da Silva Franco (Prefeitura Municipal de Duque de Caxias) e Bianca Bittencourt de Souza por aceitarem participar do meu painel de especialistas e pelas importantes considerações que vieram a enriquecer e qualificar o instrumento de avaliação que propus na presente pesquisa.

À professora Ana Paula Gines Geraldo pela parceria no mestrado, especialmente com relação as avaliações das sugestões dos especialistas e revisão dos artigos. À professora Francieli Cembranel também meu profundo agradecimento com sua parceria e disposição em nos ajudar, trazendo um olhar epidemiológico para nosso instrumento.

Às colegas e amigas Cristiane Samara De Bastiani, Manoella Vieira da Silva, Tânia Regina Prado e a Prof^a. Suellen Secchi Martinelli por terem contribuído imensamente na leitura de meus artigos ou versão final da dissertação. Às colegas mestrandas Rafaella Mafra e Paola Rubiê Gewehr Cargnin, doutoranda Isadora dos Santos Pulz e acadêmica Paula Voigt Espinola pela parceria e contribuição em diversas etapas desse estudo.

À toda nossa divertida turma do mestrado, em especial a Cristiane Samara De Bastiani, Marina Pizzi, Gilciane Ceolin, Anice Milbratz de Camargo e Manoella Vieira da Silva (minha colega também de graduação) pelas sugestões, parceria nos estudos, troca de materiais, compartilhamento de angústias, risadas e momentos de descontração. Grata por essa ímpar cumplicidade!

Aos estudantes universitários que responderam e que contribuíram de forma voluntária para a formatação final do questionário; a todos que serão beneficiados com essa pesquisa e as posteriores, que dela originarem.

Às irmãs de alma Alessandra Barbieri, Alice Rhoden, Elke Yoshida, Sarine Paravisi e Kamila Zulian; amigas Marília Costa de Araújo, Diezica Vargas e o amigo André Soares Alves, que sempre vibraram comigo, acompanhando-me durante as dificuldades do mestrado, mesmo à distância. Obrigada pela profunda amizade, carinho e pelas palavras certas, nas horas certas. À minha amiga e ex-professora Ileana Armindá Mourão Kazapi pelos ensinamentos e conselhos em mais de 15 anos. Tenho uma profunda admiração e respeito pela alma que és!

Por fim, a todos que torcem por mim e que, de alguma forma, permitiram que este sonho se concretizasse. GRATIDÃO!

“Se não puder voar, corra. Se não puder correr, ande. Se não puder andar, rasteje, mas continue em frente de qualquer jeito”.

(Martin Luther King)

RESUMO

O ambiente alimentar universitário, caracterizado frequentemente pela alta disponibilidade de alimentos ultraprocessados e a baixo custo, pode desencorajar escolhas alimentares saudáveis, além de estimular a adoção de práticas alimentares inadequadas e consequente aumento de peso corporal nos estudantes. As práticas alimentares são consideradas as rotinas alimentares, expressas por meio de hábitos de consumo, comportamentos e escolha de alimentos, sendo influenciadas por diversos determinantes, tais como os ambientais. Avaliar essas práticas, inclusive as realizadas no ambiente da universidade, pode identificar aspectos que influenciam a saúde, a qualidade de vida e o perfil alimentar desses jovens. Desta forma, esse estudo teve como objetivo desenvolver e validar um Instrumento para Avaliação das Práticas Alimentares de Estudantes Universitários (IPRAE). O IPRAE foi desenvolvido durante 2017-2018 em três etapas: 1) construção do questionário com base na literatura científica sobre o tema em bases de dados *PubMED* e *Scopus* e em questionários nacionais de vigilância em saúde para grupos populacionais previamente validados; 2) validação de lógica e conteúdo: contribuição de um painel com 15 especialistas nacionais e posteriormente um grupo de 7 revisores; e 3) validação de face: aplicação do instrumento em dois momentos com estudantes ($n_1=48$; $n_2=12$), de diferentes cursos e em todos os centros de ensino da universidade, para avaliar entendimento, clareza, tamanho do questionário (número de questões), tempo para preenchimento e sugestões de melhoria. O instrumento preliminar foi desenvolvido a partir do levantamento da literatura científica sobre o tema, culminando em um estudo de revisão narrativa sobre as práticas alimentares de estudantes universitários, sendo selecionados 41 artigos publicados entre 2013 e 2017 que avaliaram consumo, hábitos, padrões, escolhas e comportamentos de estudantes universitários. Foi identificado que as práticas alimentares inadequadas são reproduzidas por universitários em todo o mundo. Os estudos internacionais destacaram o baixo consumo de frutas e hortaliças e o alto consumo de alimentos ultraprocessados. Dentre os estudos nacionais foram encontrados o consumo frequente de bebidas alcóolicas e o baixo consumo de frutas e hortaliças. O IPRAE, um instrumento autoadministrado, anônimo e em linguagem acessível, foi estruturado em seções (Alimentação na Universidade, Características Gerais da Alimentação, Estado Nutricional e Dados Sociodemográficos), composto por perguntas abertas e fechadas do tipo categóricas de múltipla escolha. Na análise do painel de especialistas, seguida pela avaliação de um grupo de revisores, a versão

preliminar do IPRAE, composta por 59 questões, obteve um ótimo Índice de Validade de Conteúdo (IVC) médio de 0,94. No entanto, como havia espaço para sugestões dos especialistas para melhoria, as sugestões foram analisadas e adotadas pelos revisores, gerando a reordenação das seções, a adição de 11 questões (para complementar a compreensão de alguma variável), a exclusão de 7 (não relacionadas diretamente à temática), modificações na redação do enunciado e alteração na ordenação ou estruturação de alternativas de resposta. A aplicação da versão 2 do IPRAE, que compôs a primeira etapa de validação de face (alunos $n_1=48$; idade $22,4 \pm 4,7$ anos), apontou que 95,8% dos estudantes acharam as questões facilmente compreensíveis e 93,8% que o questionário era simples para responder, com um tempo de aplicação médio de 19 minutos e 28 segundos, sendo conduzidas alterações de redação de algumas questões, conforme sugestão dos participantes. Na sequência, a versão 3 do IPRAE foi aplicada em uma amostra de 25% do número inicial dos estudantes, ou seja, 12 estudantes ($24,6 \pm 6,2$ anos) a fim de verificar novamente os mesmos critérios. Na segunda etapa, todos os estudantes acharam as questões facilmente compreensíveis e o questionário simples para responder. O tempo médio de aplicação desta versão foi de 15 minutos e 45 segundos. Após essa etapa, foi gerada a versão final do instrumento (v4), com um total de 63 questões. Concluiu-se que o IPRAE, primeiro instrumento brasileiro para avaliação das práticas alimentares de universitários, que se tem conhecimento, trouxe uma abordagem específica ao ambiente da universidade e passou por algumas avaliações psicométricas. Por meio das etapas de desenvolvimento e validação mínimas (dimensão de conteúdo e de face) o IPRAE teve diversas etapas de melhorias, podendo ser identificado como uma ferramenta válida, para avaliar as práticas alimentares de estudantes universitários.

Palavras-chave: Alimentação. Hábito alimentar. Questionário. Adultos jovens. Estudantes. Estudos de validação.

ABSTRACT

The university food environment, often characterized by the high availability of ultraprocessed and low-cost food, can discourage healthy food choices and encourage the adoption of inappropriate food practices and consequent increase in body weight among students. The food practices are considered the food routines, expressed through consumption habits, behaviors and food choice, being influenced by several determinants, such as environmental ones. Evaluating these practices, including those realized in the university environment, can identify aspects that influence the health, quality of life and food profile of these young people. Then, this study aimed to develop and validate an Instrument for the Evaluation of Food Practices of University Students (IPRAE). The IPRAE was developed during 2017-2018 in three stages: 1) construction of the questionnaire based on the scientific literature on the subject in PubMed and Scopus databases and in national health surveillance questionnaires for previously validated population groups; 2) validation of logic and content: contribution of a panel with 15 national experts and later a group of 7 reviewers; and 3) face validation: the application of the instrument in two moments with students ($n_1 = 48$; $n_2 = 12$), of different courses and in all university teaching centers, to evaluate understanding, clarity, questionnaire size (number of questions), time for completion, and suggestions for improvement. The preliminary instrument was developed based on a survey of the scientific literature on the subject, culminating in a study of the narrative review on the food practices of university students, selecting 41 articles published between 2013 and 2017 that evaluated consumption, habits, patterns, choices and behaviors of university students. It has been identified that inappropriate food practices are replicated by university students worldwide. The international studies highlighted the low consumption of fruits and vegetables and the high consumption of ultraprocessed foods. Among the national studies were found the frequent consumption of alcoholic drinks and the low consumption of fruits and vegetables. The IPRAE, an anonymous and accessible language instrument, was structured in sections (Food at the University, General Food Characteristics, Nutritional Status and Sociodemographic Data), composed of open and closed-type questions of multiplicative choice. In the expert panel analysis, followed by a review by a group of reviewers, the preliminary version IPRAE, composed of 59 questions, obtained a good Content Validity Index (IVC) of 0.94. However, as there was room for suggestions from the experts for improvement, the suggestions were analyzed and

adopted by the reviewers, generating the reordering of the sections, the addition of 11 questions (to complement the understanding of some variable), the exclusion of 7 (unrelated directly to the topic), modifications in the wording of the statement and change in the ordering or structuring of response alternatives. The application of version 2 of the IPRAE, which composed the first stage of face validation (students $n_1 = 48$, age 22.4 ± 4.7 years), pointed that 95,8% of the students found the questions easily understood and 93,8% that the questionnaire was simple to answer, with an average application time of 19 minutes and 28 seconds, being carried out changes of writing of some questions, as suggested by the participants. Subsequently, version 3 of the IPRAE was applied in a sample of 25% of the initial number of students, in other words, 12 students (24.6 ± 6.2 years) in order to verify again the same criteria. In the second step, all students found the questions easily understandable and the questionnaire simple to answer. The average application time for this version was 15 minutes and 45 seconds. After this step, the final version of the instrument (v4) was generated, with a total of 63 questions. It was concluded that the IPRAE, the first Brazilian instrument to evaluate the food practices of university students, has brought a specific approach to the university environment and received some psychometric evaluations. Through the minimum development and validation stages (content and face dimension), the IPRAE had several stages of improvement and can be identified as a valid tool to evaluate the food practices of university students.

Keywords: Food. Food habit. Questionnaire. Young adults. Students. Validation Studies

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 - Estrutura geral do projeto de mestrado: <i>Desenvolvimento e validação de conteúdo e de face de um instrumento para avaliação das práticas alimentares de estudantes universitários</i> - UFSC, Florianópolis/SC, 2016-2018.....	31
Figura 2 – Classificação do ambiente de acordo com as dimensões.....	48
Figura 3 – Modelo teórico do ambiente e variáveis relacionadas ao comportamento alimentar.....	49
Figura 4 - Rede temática das Universidade Promotora de Saúde.....	53
Figura 5 – Fatores que influenciam o comportamento alimentar de estudantes universitários.....	55
Figura 6 - Projeto intitulado <i>Análise do ambiente nutricional do Campus Sede da Universidade Federal de Santa Catarina</i> e estudos correlacionados, Florianópolis/SC, 2013-2018.....	98
Figura 7 - Etapas da realização do estudo de <i>Desenvolvimento e validação de conteúdo e de face de um instrumento para avaliação das práticas alimentares de estudantes universitários</i> - UFSC, Florianópolis/SC, 2016-2018.....	99
Figura 8 - Estrutura preliminar das seções do Instrumento para Avaliação das Práticas Alimentares de Estudantes Universitários (IPRAE) - UFSC, Florianópolis/SC, 2016-2018.....	101
Figura 1 (Manuscrito 1) - Fluxograma das etapas seguidas para seleção dos artigos	130
Figura 1 (Manuscrito 2) - Fórmulas de cálculo do Índice de Validade de Conteúdo (IVC).....	167

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 - Descritores e termos de busca utilizados para a construção da revisão de literatura do projeto de mestrado: <i>Desenvolvimento e validação de conteúdo e de face de um instrumento para avaliação das práticas alimentares de estudantes universitários</i> - UFSC, Florianópolis/SC, 2016-2018.....	35
Quadro 2 – Estudos que avaliaram práticas alimentares de estudantes universitários no Brasil e no mundo (2013-2017).....	59
Quadro 3 – Classificação do estado nutricional conforme o IMC.....	104
Quadro 4 - Variáveis, conceitos e indicadores relacionados à alimentação na universidade dos estudantes de acordo com o Instrumento para Avaliação das Práticas Alimentares de Estudantes Universitários (IPRAE) - UFSC, Florianópolis/SC, 2016-2018.....	107
Quadro 5 - Variáveis, conceitos e indicadores relacionados às características gerais da alimentação dos estudantes de acordo com o Instrumento para Avaliação das Práticas Alimentares de Estudantes Universitários (IPRAE) - UFSC, Florianópolis/SC, 2016-2018.....	113
Quadro 6 - Variáveis, conceitos e indicadores relacionados ao estado nutricional dos estudantes de acordo com o Instrumento para Avaliação das Práticas Alimentares de Estudantes Universitários (IPRAE) - UFSC, Florianópolis/SC, 2016-2018.....	119
Quadro 7 - Variáveis, conceitos e indicadores relacionados à identificação e aspectos sociodemográficos dos estudantes de acordo com o Instrumento para Avaliação das Práticas Alimentares de Estudantes Universitários (IPRAE) - UFSC, Florianópolis/SC, 2016-2018.....	120
Quadro 8 - Variáveis e estatística descritiva do estudo sobre avaliação das práticas alimentares de estudantes da UFSC, Florianópolis/SC, 2016-2018.....	125
Quadro 9 (Apêndice A) - Sentenças de buscas construídas para a pesquisa sobre o estudo de práticas alimentares de estudantes do Campus Sede da UFSC, Florianópolis/SC, 2016-2018.....	213

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 (Manuscrito 1) – Principais resultados dos estudos nacionais que analisaram as práticas alimentares de estudantes universitários, 2013-2017.....	132
Tabela 2 (Manuscrito 1) – Principais resultados dos estudos internacionais que analisaram as práticas alimentares de estudantes universitários, 2013-2017.....	133
Tabela 3 (Manuscrito 1) – Resultados mais frequentes de acordo com os estudos que avaliaram práticas alimentares dos estudantes universitários, 2013-2017.....	143
Tabela 1 (Manuscrito 2) – IVC por itens, seção e total do IPRAE _{v1}	169
Tabela 2 (Manuscrito 2) – Características dos participantes conforme a validade de face IPRAE _{v2,3}	171
Tabela 3 (Manuscrito 2) – Resultado da validação de face do IPRAE _{v2,33}	172

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

- BDI – *Beck Depression Inventory*
BVS – Biblioteca Virtual em Saúde
CALU – Grupo Colaborativo de Estudos sobre Ambiente Alimentar
Universitário
CCS – Centro de Ciências da Saúde
CDC – Center of Disease Control and Prevention
CEPSH – Comitê de Ética e Pesquisa com Seres Humanos
CF – Constituição Federal do Brasil
CHOICES - *Choosing Healthy Options in College Environments and
Settings*
CS – Campus Saudáveis
DASS – *Depression, Anxiety and Stress Scale*
DCNT – Doenças Crônicas Não Transmissíveis
DHAA – Direito Humano à Alimentação Adequada
GAPB – Guia Alimentar da População Brasileira
GPAQ - *Global Physical Activity Questionnaire*
GTSS – *Global Health Professionals Survey*
HSPH – *Harvard School Public Health*
IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística
IOM – *Institute of Medicine*
IMC – Índice de Massa Corporal
INEP – Instituto Nacional de Estudos e Pesquisa Educacionais Anísio
Teixeira
IPAQ - Questionário Internacional de Atividade Física
IPRAE – Instrumento para Avaliação das Práticas Alimentares de
Estudantes Universitários
ISAQ-A - Indicadores de Saúde e Qualidade de Vida de Acadêmicos
IVC – Índice de Validade de Conteúdo
LDB – Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional
NESM-P – *Perceived Nutrition Environment Measures Survey*
NSMCS - *Nutrition Survey in Mexican College Students*
NUPPRE - Núcleo de Pesquisas de Nutrição em Produções de Refeições
OMS – Organização Mundial da Saúde
ONG – Organização Não-governamental
ONU – Organização das Nações Unidas
OPAS – Organização Pan-Americana da Saúde
PENSE – Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar
PNAD – Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios
PNAN – Política Nacional de Alimentação e Nutrição

PNPS – Política Nacional de Promoção de Saúde
PNS – Pesquisa Nacional de Saúde
POF – Pesquisa de Orçamentos Familiares
PPGN - Programa de Pós Graduação em Nutrição
RIUPS – Rede Iberoamericana de Universidades Promotoras de Saúde
RU – Restaurante Universitário
SAN – Segurança Alimentar e Nutricional
SC – Santa Catarina
TCC – Trabalho de Conclusão de Curso
TCLE – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido
UERJ – Universidade do Estado do Rio de Janeiro
UFAL – Universidade Federal de Alagoas
UFF – Universidade Federal Fluminense
UFPE – Universidade Federal de Pernambuco
UFPR – Universidade Federal do Paraná
UFRJ – Universidade Federal do Rio de Janeiro
UFSC – Universidade Federal de Santa Catarina
UNB – Universidade de Brasília
UNIFESP – Universidade Federal de São Paulo
UNIRIO – Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro
USP – Universidade de São Paulo
UPS – Universidades Promotoras de Saúde
US – Universidades Saudáveis
USP – Universidade de São Paulo
YRBSS - *Youth Risk Behavior Surveillance*
WHO – *World Health Organization*

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	25
1.1 APRESENTAÇÃO DO PROBLEMA E JUSTIFICATIVA.....	25
1.2 INSERÇÃO DO ESTUDO	29
1.3 ESTRUTURA GERAL DA DISSERTAÇÃO.....	30
2 OBJETIVOS	33
2.1 OBJETIVO GERAL	33
2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	33
3 REVISÃO DA LITERATURA	35
3.1 BUSCA SISTEMÁTICA	35
3.2 ESTADO DE SAÚDE E PRÁTICAS ALIMENTARES DE DIFERENTES GRUPOS POPULACIONAIS.....	37
3.2.1 Estado geral de saúde da população	37
3.2.2 Práticas alimentares em diferentes grupos populacionais.....	38
3.2.3 Alimentação saudável e estratégias de promoção de saúde.....	42
3.3 AMBIENTE ALIMENTAR, UNIVERSIDADES PROMOTORAS DE SAÚDE E PRÁTICAS ALIMENTARES.....	46
3.3.1 Ambiente alimentar: conceito, classificação e modelos teóricos....	46
3.3.2 Ambiente alimentar universitário e o papel das Universidades Promotoras de Saúde.....	50
3.3.3 Ambiente alimentar universitário e sua relação com as práticas alimentares.....	54
3.4 AVALIAÇÃO DAS PRÁTICAS ALIMENTARES EM UNIVERSITÁRIOS.....	56
3.4.1 Instrumentos de avaliação das práticas alimentares em universitários.....	57
4 MÉTODO	93
4.1 CARACTERIZAÇÃO DO ESTUDO.....	93
4.2 DEFINIÇÃO DOS TERMOS RELEVANTES DESTA PESQUISA.....	93
4.3 DESCRIÇÃO DO LOCAL E POPULAÇÃO EM ESTUDO.....	96
4.4 DEFINIÇÃO DO PROCESSO DE AMOSTRAGEM PARA A VALIDAÇÃO DE FACE.....	97
4.5 ETAPAS DA PESQUISA.....	98
4.6 INSTRUMENTO E TÉCNICA DE COLETA DE DADOS.....	99
4.6.1 Elaboração do questionário.....	100
4.6.2 Validação do questionário	104
4.7 MODELO DE ANÁLISE.....	106
4.8 PROCESSO DE COLETA DE DADOS.....	124
4.8.1 Aplicação do questionário	124

4.9 PROCESSAMENTO E ANÁLISE DOS DADOS	124
4.10 PROCEDIMENTOS ÉTICOS DA PESQUISA.....	125
5 RESULTADOS	127
5.1 ARTIGO – REVISÃO NARRATIVA.....	127
5.2 ARTIGO – DESENVOLVIMENTO E VALIDAÇÃO DO IPRAE.....	163
6 CONSIDERAÇÕES FINAIS	181
6.1 CONCLUSÕES	181
6.2 RECOMENDAÇÕES.....	182
REFERÊNCIAS.....	184
APÊNDICE A – DESCRITORES E SENTENÇAS DE BUSCAS.....	213
APÊNDICE B – VALIDAÇÃO DE CONTEÚDO E PAINEL DE ESPECIALISTAS.....	219
APÊNDICE C – MANUAL DE ORIENTAÇÃO PARA APLICADORES.....	234
APÊNDICE D – PROTOCOLO PARA VALIDADE DE FACE.....	238
APÊNDICE E – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO.....	240
APÊNDICE F – NOTA DE IMPRENSA.....	242
APÊNDICE G – IPRAEv1.....	244
APÊNDICE H – IPRAEv2.....	257
APÊNDICE I – IPRAEv3.....	271
APÊNDICE J – IPRAEv4.....	283

1 INTRODUÇÃO

1.1 APRESENTAÇÃO DO PROBLEMA E JUSTIFICATIVA

As práticas alimentares saudáveis e o estilo de vida exibem um papel importante na promoção da saúde e prevenção de doenças (WHO, 2010; WHO, 2015). No entanto, o que se observa mundialmente é um cenário oposto, já que as mudanças no consumo alimentar e no nível de atividade física da população tem sido observadas em estudos epidemiológicos, principalmente em países de baixa e média renda. Essas condições contribuem para a transição nutricional, marcada por alterações no estado de saúde geral e prevalência crescente do excesso de peso e das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) (POPKIN; GORDON-LARSEN, 2004; POPKIN; ADAIR; NG, 2012; WHO 2013), responsáveis por 70% das causas de mortes evitáveis no Brasil (BRASIL, 2011a) e no mundo (WHO, 2016b). As DCNT, representadas pelas doenças respiratórias, circulatórias, cânceres e diabetes (BRASIL, 2011a; IOM, 2012), juntamente com o sobrepeso e a obesidade, caracterizam-se como uma problemática mundial de saúde pública (WHO, 2016b).

Resultados divulgados pela Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF 2008/2009), realizada pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), evidenciam inadequações no estilo de vida e nas práticas alimentares da população do país. Observa-se uma crescente tendência na alimentação fora do lar e no consumo de alimentos ultraprocessados, principalmente entre os adolescentes (IBGE, 2010a;b). Além disso, a Pesquisa Nacional de Saúde (PNS) (2013), utilizando uma amostra da Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios (PNAD) (IBGE, 2014a;b), identificou que os adultos jovens são o grupo mais sedentário e que apenas 37,3% deles consomem as porções diárias recomendadas de frutas e hortaliças (BRASIL, 2014a).

A faixa etária de 18 a 24 anos, representada pela fase adulta jovem ou adolescência tardia (TAM et al., 2017), coincide com o período de vida em que ocorre o ingresso de alguns jovens à universidade. Conforme apontam estudos¹, trata-se de um momento crítico, marcado pelo estresse e ansiedade; maus hábitos alimentares e vulnerabilidade no controle do

¹VELLA-ZARB; ELGAR, 2009; VELLA-ZARB; ELGAR, 2010; BENNETT; GREENE; SCHWARTZ-BARCOTT, 2013; BOYCE; KUIJER, 2015; EL-KASSAS; ZIADE, 2016; VADEBONCOEUR; FOSTER TOWNSEND, 2016; ACEIJAS et al., 2017.

peso corporal, que podem ser mantidos na idade adulta. Esse momento se bem trabalhado, pode ser uma importante oportunidade para a prevenção das DCNT e das condições associadas, tal como o excesso de peso corporal (FREUDENBERG et al., 2013). Por um lado, na ausência de intervenções ambientais e educativas consistentes durante o percurso universitário, pouca melhora nos comportamentos de saúde dos estudantes pode ser identificada (NELSON et al., 2009).

A obesidade é considerada um importante fator de risco no desenvolvimento de diversas doenças, apresentando relação direta com as DCNT. É multifatorial e sua gênese é justificada por uma tríade de influências: biológicas, ambientais e comportamentais (EGGER; SWINBURN, 1997). As causas biológicas (idade, sexo e genética) e ambientais influenciam diretamente os comportamentos, que caracterizam os hábitos, atitudes e crenças sobre saúde e alimentação de um indivíduo ou de um grupo (EGGER; SWINBURN, 1997; SWINBURN; EGGER; RAZA, 1999).

Estudos caracterizam os determinantes das práticas alimentares que se relacionam a essa rede de complexas influências. Pode-se destacar fatores individuais, como estresse, autodisciplina, limitações de tempo e conveniência; convívio social, por meio da família e dos amigos; falta de conhecimento; e ambiente físico, representado pela disponibilidade, acessibilidade e preço de comercialização dos alimentos (GREANEY et al., 2009; DELIENS et al., 2014; ROY et al., 2015; BECERRA-BULLA; PINZÓN-VILLATE; VARGAS-ZÁRATE, 2015; MURRAY et al., 2016; ROY et al., 2017). Além disso, o estresse e a ansiedade, resultado das elevadas responsabilidades acadêmicas e dificuldade de gerenciamento do tempo, são importantes gatilhos para um consumo alimentar emocional (*comfort food*) e nutricionalmente desequilibrado (BENNETT; GREENE; SCHWARTZ-BARCOTT, 2013; PAPIER et al., 2015; EL-KASSAS; ZIADE, 2016). Portanto, o conjunto desses determinantes pode atuar como barreira para a manutenção do peso corporal e de uma alimentação saudável (GREANEY et al., 2009).

Essa dificuldade de manutenção do peso corporal dos estudantes é uma problemática frequentemente demonstrada na literatura científica, principalmente no primeiro ano do período universitário (estudante *freshman*). Uma recente meta-análise constatou que 61% dos estudantes ganharam peso durante esse período (VADEBONCOEUR; TOWNSEND; FOSTER, 2015). Além disso, é possível identificar a persistência de ganho de peso também nas fases mais avançadas (EL-KASSAS; ZIADE, 2016), agravado pela tendência de aumento de peso e

da prevalência de obesidade com o avançar dos anos dos indivíduos (NELSON et al., 2009; LOW; CHIN; DEURENBERG-YAP, 2009), como constatado também no estudo de coorte brasileiro de nascidos vivos de 1982 (n=5.914), realizado na cidade de Pelotas (Rio Grande do Sul) (LIMA et al., 2015).

Nas últimas décadas, o Estado Brasileiro² e os Organismos Internacionais³ têm apoiado agendas em prol da criação de ambientes favoráveis à saúde e à sustentabilidade, que promovam práticas corporais, alimentares, de saúde e atividade física ao longo do curso de vida dos indivíduos. Essas ações reforçam a atuação do ambiente como um preditor comportamental.

Como podemos identificar, um dos ambientes organizacionais de destaque é a universidade. O Brasil possui uma legislação específica que fomenta a promoção da saúde e consumo saudável em escolas de Educação Básica (BRASIL, 2006a). No entanto, na Educação Superior o tema não se encontra regulamentado. De acordo com o Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (2016), o Brasil possui 53,7% das matrículas em cursos de Educação Superior vinculadas às universidades. Esse nível de ensino possui uma lacuna jurídica e política sobre os temas “ambiente alimentar e alimentação saudável”, mesmo considerando que 17,3% dos jovens brasileiros de 18 a 24 anos estudam (IBGE, 2010c; INEP, 2016) e destes, 58,5% na universidade (IBGE, 2016c). Além disso, todas as unidades federativas do país possuem instituições de ensino superior, públicas e/ou privadas, em seu território (INEP, 2016), reforçando a necessidade de estudar esse grupo populacional (estudantes universitários) e as relações estabelecidas no ambiente em que estão inseridos (universidade).

Diante do exposto, o ambiente em que os indivíduos estão inseridos e suas repercussões na saúde e nas práticas alimentares são temas que vêm se destacando no meio científico. Esses estudos⁴ têm sido realizados com grupos populacionais, justificados pela característica potencialmente obesogênica identificada em ambientes coletivos e

²BRASIL, 1988; BRASIL, 2006a;b; BRASIL, 2010; BRASIL, 2011a; BRASIL, 2012a; BRASIL, 2014a.

³WHO, 1986; WHO, 1997b; WHO, 1998b; WHO, 2004; WHO, 2013; WHO, 2014a; WHO, 2015; WHO, 2016a; OPAS, 2003.

⁴EGGER; SWINBURN, 1997; SWINBURN; EGGER; RAZA, 1999; BOOTH et al., 2001; BOEHMER et al., 2006; ELINDER; JANSSON, 2008; CASPI et al., 2012; BELON et al., 2016.

organizacionais da contemporaneidade, como instituições de ensino; vizinhança ao local de moradia, trabalho ou estudo; bem como estabelecimentos de venda de alimentos. Assim, a compreensão das relações estabelecidas entre os indivíduos e o ambiente é fundamental para auxiliar na implementação de práticas que assegurem benefícios à saúde da população (WHO, 1986; BRASIL, 2011a).

A avaliação de comportamentos de saúde, como as práticas alimentares dos estudantes, permite identificar a complexidade do problema (EGGER; SPARK; DONOVAN, 1999), visto que o ambiente no qual os indivíduos estão sujeitos podem oferecer um cenário favorável ao ganho de peso corporal e, por consequência, ao desenvolvimento das DCNT (FISBERG et al., 2016). Além disso, as universidades constituem organizações estratégicas, propícias para a implementação de um ambiente de aprendizagem promotor de saúde para toda a comunidade, devendo ser explorado como um propósito permanente pelas instituições (OKANAGAN CHARTER, 2015; DOORIS, et al., 2010).

Destaca-se que, até o momento, existem poucas pesquisas voltadas ao desenvolvimento de instrumentos para a análise das práticas alimentares de estudantes brasileiros, sobretudo as realizadas no ambiente alimentar da universidade. Neste contexto surge essa pesquisa, sendo que a aplicação de questionários apresenta-se como uma alternativa metodológica⁵. No entanto, a maioria dos estudos conduzem a aplicação de instrumentos que não passaram por alguma análise psicométrica, ou seja, não consideram os aspectos relacionados à validade e confiabilidade do instrumento (SOUSA; JOSÉ; BARBOSA, 2013; PELLETIER; LASKA, 2013; THORPE et al., 2014; NANNEY et al., 2015; DA SILVA GASPAROTTO, et al., 2015; MUSAIGER et al., 2015; PAPIER et al., 2015; TAM et al., 2017), requisitos para qualificação de um instrumento de pesquisa (DI IORIO, 2005). Além disso, poucos estudos identificados, estrangeiros (PELLETIER; LASKA, 2013; TAM et al., 2017), incluíram questões abordando aspectos relacionados ao ambiente alimentar

⁵PARO; BITTENCOURT, 2013; SOUSA; JOSÉ; BARBOSA, 2013; PELLETIER; LASKA, 2013; AMANKWAA; ANNAN, 2014; THORPE et al., 2014; MOKHTARI; JAMALUDDIN; SAAD, 2015; NANNEY et al., 2015; SCHNETTLER et al., 2015; BECERRA-BULLA; PINZÓN-VILLATE; VARGAS-ZÁRATE, 2015; DA SILVA GASPAROTTO, et al., 2015; LUPI, et al., 2015; MUSAIGER et al., 2015; PAPIER et al., 2015; YAHIA et al., 2016; MAHFOUZ et al., 2016; KOWALCZE; TURYK; DRYWIEN, 2016; EL-KASSAS; ZIADE, 2016; ACEIJAS et al., 2017; TAM et al., 2017; HALL; TEJADA-TAYABAS; MONÁRREZ-ESPINO, 2017.

universitário. Portanto, os achados desse estudo poderão colaborar na definição de um instrumento válido de avaliação dessas práticas e, em segundo momento, fornecer subsídios para elaboração de estratégias para auxiliar na construção de um ambiente alimentar universitário mais saudável melhorando a alimentação e o estado nutricional dos estudantes do ensino superior.

Dessa forma, considerando que o ambiente alimentar universitário pode, muitas vezes, apresentar uma característica potencialmente obesogênica e que influencia as práticas alimentares dos estudantes. Tal ambiente pode refletir nas escolhas, consumo alimentar e estado nutricional. Vale destacar que o ambiente universitário internacional, e de acordo com cada país, é diferente do ambiente alimentar universitário brasileiro. Geralmente as universidades públicas nacionais tem restaurantes universitários com refeição completa. A presente pesquisa teve como finalidade desenvolver e validar um instrumento para avaliação dessas práticas, inclusive as realizadas no ambiente da universidade.

1.2 INSERÇÃO DO ESTUDO

Nessa perspectiva, a presente pesquisa está inserida na linha de pesquisa III (Nutrição em Produção de Refeições e Comportamento Alimentar) do Programa de Pós Graduação em Nutrição (PPGN/UFSC) e na linha de pesquisa Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) do Núcleo de Pesquisas de Nutrição em Produções de Refeições (NUPPRE). A trajetória desse estudo tem como base trabalhos anteriores realizados pelo grupo de pesquisa NUPPRE. O ambiente alimentar da UFSC começou a ser estudado por Basqueroto (2013) em seu trabalho de conclusão de curso (TCC), onde avaliou a qualidade nutricional dos produtos comercializados das lanchonetes da universidade. Estudos complementares, com análises da qualidade nutricional, detalhadas e específicas por grupos de alimentos, foram realizados por Veiros et al. (2013a,b;c). Esses pesquisadores verificaram que mais da metade dos salgados comercializados eram provenientes de massa refinada e 67% continham recheios considerados nutricionalmente inadequados. Em seguida, Pulz (2014) caracterizou objetivamente o ambiente alimentar do Campus Sede da UFSC, por meio de um método de auditoria, identificando a qualidade alimentar e nutricional, os tipos e preços de bebidas e alimentos comercializados nas lanchonetes e restaurantes, inclusive os Restaurantes Universitários (RU's) servindo como estudo

norteador para o presente estudo. Posteriormente, Silva (2015) avaliou a concentração de gordura trans disponíveis nos produtos de panificação (salgados) de um dos maiores fornecedores e fabricantes desses alimentos para as lanchonetes da instituição, propondo uma formulação economicamente viável e nutricionalmente adequada para a produção de salgados sem gordura trans em sua massa e recheio. Paralelamente, Patrício (2015) em seu TCC analisou a diferença de concentração de gordura trans nos salgados, bem como a diferença na composição nutricional dos salgados de massa refinada e integral, com variados tipos de recheios.

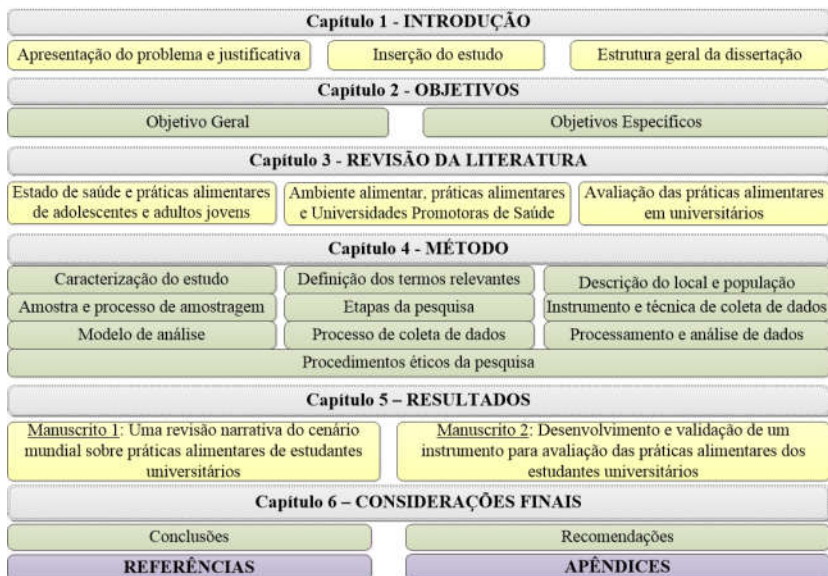
1.3 ESTRUTURA GERAL DA DISSERTAÇÃO

Essa dissertação foi estruturada em seis capítulos (Figura 1). O capítulo inicial contempla a problemática, a justificativa do tema de estudo e a apresentação da estrutura do projeto. Na sequência, o segundo capítulo trata sobre os objetivos gerais e específicos definidos para a pesquisa.

Em seguida, aborda-se da revisão da literatura que gera embasamento ao estudo, trazendo referências sobre o estado de saúde e as práticas alimentares dos adolescentes e adultos jovens; o conceito multidimensional de alimentação saudável e as estratégias globais e nacionais de promoção de saúde. No tópico posterior, discorre-se sobre o ambiente alimentar e nutricional, a relação com as práticas alimentares e o papel das universidades na implementação de ações e práticas promotoras de saúde. Em seguida, trata-se da avaliação das práticas alimentares em universitários, os instrumentos utilizados para tal objetivo e estudos analisados com finalidades semelhantes.

Na sequência é descrito o método da pesquisa, contendo a caracterização do estudo, a definição de termos relevantes e as etapas da pesquisa, bem como o detalhamento metodológico pertinente. No quinto capítulo são apresentados os resultados, por meio de dois manuscritos e, em seguidas, as considerações finais, referências e apêndices estão dispostos.

Figura 1. Estrutura geral da dissertação de mestrado: *Desenvolvimento e validação de conteúdo e de face de um instrumento para avaliação das práticas alimentares dos estudantes universitários* - UFSC, Florianópolis/SC, 2016-2018.



Fonte: Elaborada pela autora.

2. OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GERAL

Desenvolver e validar um instrumento para avaliação das práticas alimentares de estudantes universitários.

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Realizar revisão narrativa sobre práticas alimentares de estudantes universitários.
- Desenvolver um artigo de revisão narrativa sobre o cenário mundial das práticas alimentares de estudantes universitários.
- Desenvolver um instrumento autoadministrado para avaliação das práticas alimentares de estudantes universitários.
- Verificar a validade de conteúdo e de face do instrumento desenvolvido para avaliação das práticas alimentares de estudantes universitários.

3. REVISÃO DA LITERATURA

A temática relacionada a revisão de literatura está dividida em três eixos norteadores. O primeiro eixo aborda o estado de saúde e as práticas alimentares de adolescentes e adultos jovens. O segundo eixo trata sobre o ambiente alimentar, o ambiente universitário, as relações com as práticas alimentares e o papel das Universidades Promotoras de Saúde. Na sequência, o terceiro eixo traz como tema a avaliação e o desenvolvimento de instrumentos para avaliação das práticas alimentares de estudantes no ambiente universitário.

3.1 BUSCA SISTEMÁTICA

Essa revisão da literatura fundamentou-se na busca em bases de dados, entre outubro de 2016 a junho de 2018 e seus descritores e termos de busca foram combinados e estão identificados no Quadro 1.

Quadro 1. Descritores e termos de busca utilizados para a construção da revisão de literatura da dissertação de mestrado: “Desenvolvimento e validação de conteúdo e de face de um instrumento para avaliação das práticas alimentares dos estudantes universitários” - UFSC, Florianópolis/SC, 2016-2018.

Descritores e termos de busca em inglês	Descritores e termos de busca em português
Feeding behavior(s) / Eating behavior(s)	Comportamento(s) alimentar(es)
Feeding pattern(s)	Padrão(ões) alimentar(es)
Food choice(s) ¹	Escolha(s) alimentar(es)
Food habit(s)	Hábito(s) alimentar(es)
Dietary habit(s) / Diet habit(s)	Hábito(s) dietético(s)
Food preference(s)	Preferência(s) alimentar(es)
Food selection(s)	Seleção(ões) alimentar(es)
Nutritional	Nutricional
Nutrition	Nutrição
Food	Alimento
Undergraduate(s) / College student(s) ¹	Universitário (s) – estudante(s) de graduação
University or college student(s) ¹	Estudante(s) universitário(s)
Perception(s) ²	Percepção(ões)

(continuação)

Descritores e termos de busca em inglês	Descritores e termos de busca em português
Attitude(s) ²	Atitude(s)
Environment	Ambiente
Healthy university(ies) ¹	Universidade(s) saudável(is)
Health promoting university ¹	Universidade promotora de saúde
Questionnaire(s) ³	Questionário(s)
Checklist(s) ³	Checklist ou lista de verificação
Validation studies ⁴	Estudo de validação
Reability and validity or validity and reability ⁴	Confiabilidade e validade ou validade e confiabilidade

Fonte: Elaborado pela autora.

¹ Palavras-chave não indexadas no *MeSH* Database ou no DeCS.

² Não utilizados a partir da 3^a. busca.

³ Utilizados a partir da 5^a. busca.

⁴ Utilizados a partir da 6^a. busca.

Foram realizadas buscas iniciais nas seguintes bases de dados: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), *Pubmed*, *Medline/Bireme*, *Lilacs*, *Web of Science*, *Scielo* e *Scopus*. Teses e dissertações foram obtidas por meio do acesso à Biblioteca Digital de Teses e Dissertações da Universidade de São Paulo (USP) e no *Google Acadêmico*. Não houve restrição de período de busca e não foram utilizados filtros de busca, pois o objetivo era ter um amplo contato com o objeto de estudo. Nessa etapa, no decorrer das leituras, referências a outros estudos relacionados ao tema foram observados e, por meio da técnica de pesquisa *snowball*, outros potenciais estudos foram incluídos na busca científica e leitura.

A partir da terceira busca, definiram-se as bases *Pubmed* e *Scopus* para consulta, obtida sem o uso de alguns descritores (*perception*, *perceptions*, *attitude* e *attitudes*) e utilizando filtros de tempo (nos últimos 10 anos). Da quinta busca em diante, definiu-se como padrão a base de dados *Scopus*. Os artigos que apresentaram títulos não relacionados com o tema foram excluídos. Em seguida à análise dos títulos, os resumos foram avaliados, bem como as palavras-chaves e conclusões dos artigos encontrados. Foram descartados os que não se enquadravam na temática do estudo, resultando em uma seleção de potenciais artigos para leitura. A estrutura de buscas encontra-se disponível no Apêndice A (Quadro 9).

3.2 ESTADO DE SAÚDE E PRÁTICAS ALIMENTARES DE DIFERENTES GRUPOS POPULACIONAIS

Este tópico traz um panorama geral do estado de saúde da população, especialmente o cenário de obesidade e das DCNT no Brasil e no mundo. Em seguida, associa esse quadro epidemiológico com as práticas alimentares, direcionando sua abordagem ao grupo de adolescentes e adultos jovens.

3.2.1 Estado geral de saúde da população

As transformações socioeconômicas, culturais, ambientais e tecnológicas definem o processo de transição demográfica, epidemiológica e nutricional como tendências mundiais ao estado global de saúde da população (POPKIN, 2001; GARCIA, 2003). Essas transformações influenciam no perfil de morbimortalidade e são citadas há décadas como causadores das mudanças (OMRAN, 1971) nos padrões de alimentação e nutrição da população (POPKIN, 2001). Esse novo significado e modo de comer (GARCIA, 2003; WHO, 2010; LACHA et al., 2012) podem trazer malefícios à saúde da população, levando ao desenvolvimento das DCNT, consideradas as maiores causas de morte evitável no Brasil e no mundo e, que estão associadas ao excesso de peso corporal (WHO, 2013; WHO, 2014a).

Estima-se um índice de mortalidade de 74% no mundo e 83% nas Américas para 2030 (WHO, 2016b), confirmando sua progressão. As DCNT, representadas pelas doenças cardiovasculares, respiratórias crônicas, cânceres e diabetes, também atingem 1,4% dos jovens de 15 a 29 anos no mundo e são doenças que impactam na qualidade de vida dos indivíduos e aumentam os custos com a saúde (CDC, 2014). Têm como fatores de risco o tabagismo; o consumo de álcool; a inatividade física; um padrão alimentar predominantemente não saudável, como a alta ingestão de sódio e açúcar; e a obesidade, confirmando sua múltipla e complexa etiologia (WHO, 2013; BRASIL, 2011a,c; BRASIL, 2010).

A prevalência mundial de sobrepeso e da obesidade é uma crescente epidemiológica. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), o sobrepeso está presente em 38% dos homens e 40% das mulheres; e a obesidade em 11% dos homens e 15% das mulheres adultas no mundo (WHO, 2014a). No Brasil, o quadro de sobrepeso foi identificado em 52,3% e de obesidade em 17% da população, sem diferença significativa entre os sexos (BRASIL, 2017).

Como agravante a esse cenário, destaca-se que a população vêm apresentando um comportamento sedentário em sua rotina de vida e desequilíbrio em seu consumo alimentar. O Guia Alimentar para a População Brasileira (GAPB) (BRASIL, 2014a) destaca a importância do consumo de alimentos in natura, como frutas e hortaliças e alimentos minimamente processados, bem como o consumo reduzido de alimentos processados e ultraprocessados. No entanto, estudos tem demonstrado uma realidade no consumo alimentar da população oposta ao preconizado por órgãos de saúde (IBGE, 2014a; BRASIL, 2017).

Um desafio para os estudantes adultos jovens, após o ingresso na universidade, é abdicar da vida sedentária e conseguir disponibilizar um tempo para praticar atividade física (EL-KASSAS; ZIADE, 2016). Referente as recomendações globais para essa prática, os resultados da PNS de 2013 demonstraram que entre os indivíduos acima de 18 anos no Brasil, apenas 22,5% praticam o nível recomendado de atividade física no lazer. Portanto, quase metade da população de adultos brasileiros (46%) são classificados como insuficientemente ativos (BRASIL, 2014a) e com comportamentos predominantemente sedentários. Além disso, estudos já identificaram associação positiva entre a prática de atividade física regular e o consumo de frutas e hortaliças (AMANKWAA; ANNAN, 2014; DA SILVA GASPAROTTO, et al. 2015).

Assim, considerando que as DCNT se desenvolvem gradualmente e que a exposição aos fatores de riscos apresentam caráter acumulativo ao longo dos anos, observa-se que o fomento aos hábitos de vida mais saudáveis (HERNÁNDEZ-ESCOLAR; HERAZO-BELTRÁN; VALERO, 2010) são estratégias necessárias a serem implementadas nos ambientes organizacionais, como o universitário.

3.2.2 Práticas alimentares em diferentes grupos populacionais

Um importante fator de risco relacionado ao desenvolvimento das DCNT são as práticas alimentares. As práticas alimentares são o agrupamento das rotinas alimentares, expressas por hábitos de consumo, comportamentos e escolha de alimentos (BECERRA-BULLA; PINZÓN-VILLATE; VARGAS-ZÁRATE, 2015; PEREZA et al., 2016), relacionando-se ao estado de saúde de uma população. Essas práticas não saudáveis, juntamente com a insuficiente atividade física são preocupações globais, e tais parâmetros auxiliam na composição de um estilo de vida mais saudável (WHO, 2004; WHO, 2014a).

No Brasil, resultados da POF 2008/2009 apontam os adolescentes como o grupo com o maior consumo alimentar diário (per capita) de alimentos processados e ultraprocessados, tais como bolachas recheadas, refrigerantes e refrescos; e o menor de feijão e hortaliças (IBGE, 2010a;b). Um estudo complementar analisou o primeiro dia de registro alimentar de um grupo de 34 mil brasileiros e observou que sucos e refrescos (39,8%) e refrigerantes (23%) fazem parte do grupo de alimentos mais consumidos e, ao contrário, as frutas (16%) e hortaliças (16%) como os menos consumidos (SOUZA et al., 2013). Além disso, de acordo com a PNS de 2013 (IBGE, 2014a), apenas 33,7% dos jovens adultos consomem frutas e hortaliças de acordo com as recomendações diárias, e ainda, 32% consomem doces frequentemente. A pesquisa VIGITEL de 2015 (BRASIL, 2017) identificou que 17,3% da população adulta consome refrigerantes em cinco ou mais dias da semana e 16,3% substitui comida por lanches em sete ou mais vezes na semana.

Práticas alimentares inadequadas são reproduzidas por jovens universitários em todo o mundo. As principais características são: a não regularidade na prática do café da manhã (PELLETIER; LASKA, 2013; AMANKWAA; ANNAN, 2014; MUSAIGER et al., 2015; SCHNETTLER et al., 2015; MAHFOUZ et al., 2016); o baixo consumo de frutas e hortaliças (RAMALHO; DALAMARIA; SOUZA, 2012; SMALL et al., 2013; BECERRA-BULLA; PINZÓN-VILLATE; VARGAS-ZÁRATE, 2015; PEREZ et al., 2016; ACEIJAS et al., 2017) e o alto consumo de alimentos tipo ultraprocessados (EL ANSARI; STOCK; MIKOLAJCZYK, 2012; PEREZ et al., 2016; TAM et al., 2017; HALL; TEJADA-TAYABAS; MONÁRREZ-ESPINO, 2017). Paralelamente, esse padrão alimentar pode se relacionar aos fatores associados ao risco metabólico, como a obesidade (DA SILVA GASPAROTTO et al., 2015).

Além disso, observa-se uma tendência para a alimentação fora de casa. Esse comportamento de consumo ganha importância em todo o mundo, sendo associada a redução da qualidade da alimentação, com uma representatividade crescente entre o público adolescente e de adultos jovens (LACHA et al., 2012). Frequentemente, a alimentação fora de casa está relacionada a maior disponibilidade e acessibilidade de alimentos com alto conteúdo energético, de gorduras, açúcares e sódio; e com baixa concentração de micronutrientes (BURNS et al., 2002; ORFANOS et al., 2009; BEZERRA et al., 2013; LACHA et al., 2012). De acordo com a POF 2008/2009, os alimentos relatados como os mais consumidos no país, fora do domicílio, são os salgados fritos e assados, salgadinhos

industrializados, chocolates, refrigerantes, pizzas e sanduíches (IBGE, 2010a;b), confirmando essa relação.

Dessa forma, os indivíduos que têm como hábito comer fora de casa podem ser mais expostos aos ambientes que aumentam a propensão em realizar escolhas alimentares menos saudáveis (SAELENS et al., 2007). Estudos australianos observaram que a qualidade geral da alimentação dos jovens que frequentavam a universidade era inferior ao recomendado (TAM et al., 2017; ROY et al., 2017). Os alimentos adquiridos pelos estudantes dentro do Campus, categorizados como mais saudáveis, tem menor disponibilidade quando comparado aos alimentos não saudáveis (NELSON et al., 2009), e por consequência, são os mais comprados e consumidos pelos estudantes (TAM et al., 2017). Pulz et al (2016) em um estudo realizado na UFSC também identificaram essa característica, visto que a maioria das lanchonetes, localizadas dentro dessa universidade, dispunham desses alimentos de baixa qualidade alimentar e nutricional para comercialização.

Pesquisadores observam que a qualidade da alimentação pode ser melhor entre os jovens australianos que não comem em restaurantes, estabelecimentos de conveniência ou pelo sistema *takeaway* (refeições retiradas nas lanchonetes e restaurantes para serem consumidas em outro local) (THORPE et al., 2014). No entanto, não se pode afirmar que a limitada disponibilidade de alimentos mais saudáveis nesses ambientes é o único fator que está associado à frequência de consumo fora do domicílio ou à epidemia da obesidade, pois existe uma complexidade de outras variáveis associadas a esse fenômeno (BURNS et al., 2002; MANCINO; TODD; LIN, 2009; MURAKAMI et al., 2011).

Como visto, autores demonstram preocupação em relação ao estilo de vida dos estudantes universitários. Com o aumento expressivo da prevalência de obesidade em todas as faixas etárias, comumente se observa estudantes que já ingressam na universidade acima do peso recomendado (NELSON et al., 2009). Além disso, observa-se um declínio nas práticas alimentares saudáveis dos adultos jovens, principalmente após ingressar nesse ambiente, potencializando as chances de ganho de peso e a manutenção de hábitos alimentares inadequados (BOYCE; KUIJER, 2015; PEMBER, KNOWLDEN, 2017).

Os indivíduos que se encontram na universidade passam a apresentar um comportamento alimentar de maior risco, caracterizado pelo alto consumo de alimentos processados e ultraprocessados, com inadequada composição nutricional (VIEIRA et al., 2002; MONTEIRO et al., 2009; EL ANSARI; STOCK; MIKOLAJCZYK, 2012;

LEIBOVICH, 2015; TANTON et al., 2015) e redução no engajamento em atividades físicas no decorrer dos semestres, conforme aponta o estudo longitudinal realizado em uma universidade americana (SMALL et al., 2013). Os danos causados por essas modificações alimentares e do estilo de vida podem ser mantidos e intensificados com o tempo (VELLA-ZARB; ELGAR, 2009; VELLA-ZARB; ELGAR, 2010; BOYCE; KUIJER, 2015; VADEBONCOEUR; FOSTER TOWNSEND, 2016; ACEIJAS et al., 2017) e não parece apresentar melhorias durante toda a trajetória universitária (NELSON et al., 2009; SMALL et al., 2013).

Especificidades das práticas alimentares são observadas em estudantes de diferentes classes socioeconômicas (RAMALHO; DALAMARIA; SOUZA, 2012); formas de ingresso à universidade (PEREZ et al., 2016); condições de moradia (VELLA-ZARB; ELGAR, 2010; EL ANSARI; STOCK; MIKOLAJCZYK, 2012; LASKA et al., 2012; THORPE et al., 2014; LUPI et al., 2015; MURRAY et al., 2016), áreas de conhecimento e etapas dos cursos (SAJWANI et al., 2009; PARO; BITTENCOURT, 2013; MUSAIGER et al., 2014; EL-KASSAS; ZIADE, 2016). Além disso, estudos enfatizam diferenças de gênero entre universitários, justificadas pelos diferentes níveis de conhecimento, consciência, interesse e preocupação com a alimentação e o peso corporal por parte de um grupo em detrimento de outro (WARDLE; STEPTOE, 1991; YAHIA et al., 2016; TAM et al., 2017). Um estudo transversal em quatro países europeus observou que as estudantes do sexo feminino relataram maior consumo de frutas e hortaliças e alguns alimentos reconhecidos como não saudáveis, como doces e tortas (EL ANSARI; STOCK; MIKOLAJCZYK, 2012). Resultados similares foram encontrados no estudo italiano de Lupi et al. (2015) que igualmente observou uma menor ingestão de bebidas alcóolicas e bebidas açucaradas nas mulheres universitárias, quando comparadas a ingestão dos homens.

Estudantes de diferentes áreas e estágios do curso podem apresentar comportamentos e práticas de saúde distintos. Infere-se que estudantes das ciências da saúde apresentam maior conhecimento nessa temática (EL KASSAS; ZIADE, 2016), presumindo que isso possa ser visualizado na adoção de um estilo de vida mais saudável (SAJWANI et al., 2009). Diferenças entre alguns padrões de consumo alimentar nas diferentes fases dos cursos (fases iniciais e finais) também podem ser identificados. El-Kassas e Ziade (2016) identificaram uma tendência de comportamentos alimentares mais saudáveis nos estudantes das fases finais no norte do Líbano, bem como, no estudo brasileiro realizado em Campinas (PARO; BITTENCOURT, 2013). No entanto, os estudos ainda

são conflitantes sobre esses pressupostos e embora o grupo de estudantes dessa área possuam mais discernimento sobre as práticas saudáveis, outros estudos também revelam comportamentos de saúde e práticas alimentares não favoráveis (SAJWANI et al., 2009; MUSAIGER et al., 2014; EL-KASSAS; ZIADE, 2016) e similares nas diferentes etapas do percurso universitário (FRANCA; COLARES, 2008).

A forma de ingresso dos estudantes na universidade e sua associação com as práticas alimentares também foram investigadas. Perez et al. (2016) identificaram que estudantes não cotistas e cotistas apresentam práticas similares e desfavoráveis para a saúde, embora os cotistas tivessem um maior consumo de feijão e menor consumo de frutas e hortaliças, quando comparado aos não cotistas. Adicionalmente, pesquisas⁶ revelam que as mudanças nos hábitos alimentares dos estudantes foram mais acentuadas naqueles que vivem longe de casa, por ser um momento marcado pelo início de sua independência, responsabilidade na aquisição de seus alimentos, planejamento e preparação de suas próprias refeições. Ao residirem longe da casa dos pais, sofrem maior influência das restrições orçamentárias e das inabilidades culinárias, o que conduz os jovens a adotarem hábitos alimentares menos saudáveis, que levam ao ganho ponderal.

Assim, observa-se que o ambiente da universidade destaca-se como um importante elemento nesse processo. Além disso, a redução da convivência familiar, a não adaptação ao contexto universitário (MIHALOPOULOS; AUINGER; KLEIN, 2008) e o não atendimento às recomendações nutricionais mínimas são prejudiciais ao estudante, principalmente porque as diretrizes que preconizam a alimentação saudável e a prática de atividade física são unânimes e mundialmente reconhecidas na promoção da saúde e prevenção de doenças (WHO, 2014a).

3.2.3 Alimentação saudável e estratégias para promoção de saúde

A alimentação saudável e adequada é considerada uma das estratégias mundiais de promoção da saúde. Esse conceito pode ser marcado por cinco dimensões: dimensão do direito humano; dimensão biológica; psicossocial ou cultural; dimensão econômica e dimensão

⁶VELLA-ZARB; ELGAR, 2010; EL ANSARI; STOCK; MIKOLAJCZYK, 2012; LASKA et al., 2012; THORPE et al, 2014; LUPI et al., 2015; MURRAY et al., 2016.

ambiental (CASTRO; CASTRO; GUGELMIN, 2011). O conceito é amplo (AZEVEDO et al., 2014) e representa os diversos critérios estabelecidos e priorizados em estudos científicos (GLANZ et al., 2005). O ato de se alimentar expressa esses diversos elementos (BRASIL, 2005; BRASIL, 2014a) em relações simbólicas e por esse motivo não deve ser analisado unicamente no âmbito do suprimento nutricional (WHO, 2004; CARVALHO; LUZ; PRADO, 2011).

A alimentação saudável e adequada é assegurada desde 1948 pela Declaração Universal dos Direitos Humanos (ONU, 1948) como direito humano (DHAA) e anos após pela Constituição Federal (CF) (BRASIL, 2006b). A dimensão desse direito fundamental abrange o simbolismo e as relações entre o individual e o coletivo (CASTRO; CASTRO; GUGELMIN, 2011); a oferta de alimentos produzidos por tecnologias sustentáveis e menos agressivas ao meio ambiente; a disponibilidade de nutrientes necessários para satisfazer as necessidades nutricionais e prevenir doenças nos indivíduos (CARVALHO; LUZ; PRADO, 2011; AZEVEDO, 2011). Além disso, envolve o consumo diário de frutas, hortaliças e grãos integrais e, reduzido consumo de gorduras saturadas, sal, açúcares e carboidratos refinados (BRASIL, 2014a; WHO, 2015).

As ações voltadas à garantia do DHAA, às práticas alimentares saudáveis e à promoção de saúde são consideradas um grande desafio e, por esse motivo, tanto o Estado brasileiro⁷, quanto os organismos internacionais⁸, têm apoiado diversas estratégias voltadas à essa finalidade.

Em 1977 foi realizada a I Conferência Internacional sobre Cuidados Primários de Saúde, que culminou na elaboração da Declaração de Alma-Ata (1978), documento que instituiu a saúde como um direito humano fundamental e um desafio mundial. A partir desse momento, várias outras iniciativas surgiram, como a I Conferência Internacional sobre Promoção da Saúde, realizada em Ottawa/Canadá, que trouxe como resultado uma carta com a proposta de ações voltadas à saúde, sendo a concepção de ambientes e entornos saudáveis uma delas (WHO, 1986). Posteriormente, a Declaração de Jacarta, trouxe como prioridade a

⁷BRASIL 1988; BRASIL, 2006a;b; BRASIL 2010; BRASIL, 2011a;c; BRASIL, 2012a; BRASIL, 2014a;b; BRASIL, 2017.

⁸WHO, 1986; WHO, 1997a;b; WHO, 1998; WHO, 2004; WHO, 2010; WHO, 2013; WHO, 2014a; WHO, 2015; WHO, 2016a; OPAS, 2003.

participação popular e a garantia pública de uma infraestrutura mínima para a implementação dessas ações (WHO, 1997b).

A Carta de Ottawa e a Declaração de Jacarta foram marcos históricos, e em 1994, surgem os primeiros avanços significativos em relação a promoção da saúde voltada aos entornos coletivos e organizacionais saudáveis. Destacam-se as instituições de ensino superior com o movimento Universidade Saudável (US) que foi iniciado em 1995 no Reino Unido (DOORIS et al., 2010). O objetivo desse conjunto de ações é melhorar a saúde dos estudantes e toda a comunidade acadêmica, reconhecendo o papel das instituições promotoras de saúde (WHO, 1998b).

Em contrapartida, os movimentos estratégicos de implementação de ações promotoras de saúde no Brasil são mais recentes. De acordo com o art. 208 da CF (1988), as instituições de ensino têm o dever de estimular práticas alimentares saudáveis, convergindo com o DHAA (BRASIL, 1988; BRASIL, 2013). Nesse contexto, a Portaria Interministerial nº 1.010 (BRASIL, 2006a) instituiu diretrizes para a promoção da alimentação saudável nas instituições de Educação Básica das redes públicas e privadas do país, anos depois culminando com o Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as políticas públicas (BRASIL, 2012b). Trata-se de um movimento inicial e que deve ser executado em parceria com órgãos e entidades políticas e administrativas, tais como ministérios, universidades, estados e municípios. Essas ações apresentam-se em progresso e ascensão, sendo incorporadas gradativamente pelo ensino superior (WHO, 2004; BUSS; CARVALHO, 2009). No mesmo período, ocorre a formalização da Política Nacional de Promoção de Saúde (PNPS) (BRASIL, 2006c) com a finalidade de estimular a criação de uma rede de troca de experiências no desenvolvimento de estratégias em prol à saúde, apoiando iniciativas das instituições promotoras de saúde e de ambientes saudáveis, como as escolares e universitárias (BUSS; CARVALHO, 2009).

No Brasil, em 2013 foi atualizada a Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN), com o destaque a promoção da alimentação adequada e saudável, envolvendo a educação alimentar e nutricional e a criação de ambientes promotores de saúde em escolas, cantinas, universidades e outros espaços institucionais (BRASIL, 2013). Em 2014 surge um movimento direcionado aos jovens a partir de 15 anos, intitulado “Comer pra quê?”, com o objetivo de gerar consciência crítica sobre as práticas alimentares. Esse movimento teve a iniciativa do Ministério do Desenvolvimento Social e Agrário, em parceria com

algumas universidades do estado do Rio de Janeiro e atualmente possui um sítio eletrônico disponibilizando recursos e canais de comunicação para estabelecer o diálogo com esses jovens (BRASIL, 2014b).

Dando seqüência, em 2015 a Carta de Okanagan agrupou a maioria das recomendações de saúde preconizadas pela WHO, para que pudessem ser adotadas pelas universidades e outras instituições de ensino superior em todo o mundo (OKANAGAN CHARTER, 2015). Em 2016, paralelamente ocorreu a 9ª. Conferência Global sobre a Promoção de Saúde na China, resultando na Declaração de Shangai sobre a Promoção da Saúde na Agenda de 2030 para o desenvolvimento sustentável das cidades. O entendimento é que as cidades mais saudáveis geram ambientes mais saudáveis, fortalecendo a execução de atividades promotoras de saúde em diversos espaços públicos (WHO, 2016a).

Da mesma maneira, iniciativas pontuais e em menor proporção são observadas no Brasil, tendo os princípios da promoção da saúde como denominador comum (BUSS; CARVALHO, 2009). O Estado de Santa Catarina (SC) não apresenta uma política específica de promoção de saúde para a comunidade em geral, escolar e universitária. No entanto, ações pontuais voltadas às cantinas escolares e o movimento “Se cuida” trouxe como finalidade proporcionar autonomia à população com maior informação sobre os fatores de risco para o desenvolvimento das DCNT e a prática de hábitos de vida mais saudáveis (SANTA CATARINA, 2016). Em menor proporção, o município de Florianópolis atua sob o âmbito do Programa Saúde na Escola, na perspectiva de promover e articular essas ações com estudantes da Educação Básica da rede pública de ensino (BRASIL, 2007). Nesse sentido, destaca-se que todas essas ações abrem espaço para a construção de programas específicos em nível universitário. Além disso, Florianópolis foi a cidade pioneira na implementação de normas referente à comercialização de alimentos nas cantinas escolares de instituições públicas e privadas que atendam a Educação Básica, com a publicação da Lei nº 5.853 de 2001 (SANTA CATARINA, 2001a). Posteriormente, essas normativas foram incorporadas pelo estado de Santa Catarina, com a Lei Estadual nº 12.061 de 2001 (SANTA CATARINA, 2001b) e, em seguida, estratégias semelhantes foram adotadas por diferentes municípios e estados brasileiros (GABRIEL et al., 2010).

Sabemos que, além das instituições de ensino, os estabelecimentos que comercializam alimentos também precisam estar envolvidos nesse processo educativo, sendo que regulamentações voltadas à construção de um comércio mais saudável e sustentável são

indispensáveis. Considerando que as instituições de ensino superior são espaços que influenciam os comportamentos alimentares dos indivíduos, essas estratégias devem criar possibilidades orientar fornecedores e proprietários desses estabelecimentos de venda, localizados nessas instituições. O objetivo é fomentar ações de educação nutricional e alimentar (TAM et al, 2017) e melhorar a acessibilidade e disponibilidade de alimentos saudáveis na universidade (LACAILLE et al., 2011; ROY et al., 2017), criando uma modalidade de incentivo para a aquisição desses alimentos (PELLETIER; LASKA, 2013; TSENG et al., 2016), por meio da redução de custos e manutenção dos lucros, trazendo como resultado escolhas alimentares convenientes, agradáveis, conscientes e, ao mesmo tempo, saudáveis pelos estudantes (SPARLING, 2007).

3.3 AMBIENTE ALIMENTAR, UNIVERSIDADES PROMOTORAS DE SAÚDE E PRÁTICAS ALIMENTARES

Esse capítulo abrange o conceito de ambiente alimentar, especificando sua importância no contexto da universidade. Na sequência é tratada a influência do ambiente universitário no estilo de vida e nas escolhas alimentares dos estudantes, enfatizando a importância de serem fomentadas práticas sob o prisma da saudabilidade e promoção da saúde.

3.3.1 Ambiente alimentar: conceito, classificação e modelos teóricos

O ambiente alimentar⁹ caracteriza as circunstâncias que envolvem a aquisição e o consumo de alimentos, abrangendo o conjunto

⁹A maioria dos estudos utilizam o termo “ambiente alimentar” (VAN DER HORST et al., 2008; CHARREIRE et al., 2010; CASPI et al., 2012; TSENG et al., 2016) e em outros estudos, os termos “ambiente alimentar” e “ambiente nutricional” são usados de maneira análoga, sem distinção conceitual (GLANZ et al., 2005; SAELENS et al., 2007; GLANZ, 2009; GREEN; GLANZ, 2015; YOONG et al., 2015). A expressão “nutricional” aparece vinculada à vitalidade e função biológica da alimentação, ou seja, a necessidade de fornecimento de energia e nutrientes para a manutenção da saúde e prevenção de doenças. A expressão “alimentar” amplia essa concepção, compreendendo a alimentação inserida no ambiente como um ato político, econômico, social e cultural. Identifica-se na literatura o uso conjunto das expressões para alguns conceitos, como “sistema alimentar e nutricional”, “educação alimentar e nutricional” e “segurança alimentar e nutricional”, justamente para trazer um conceito mais

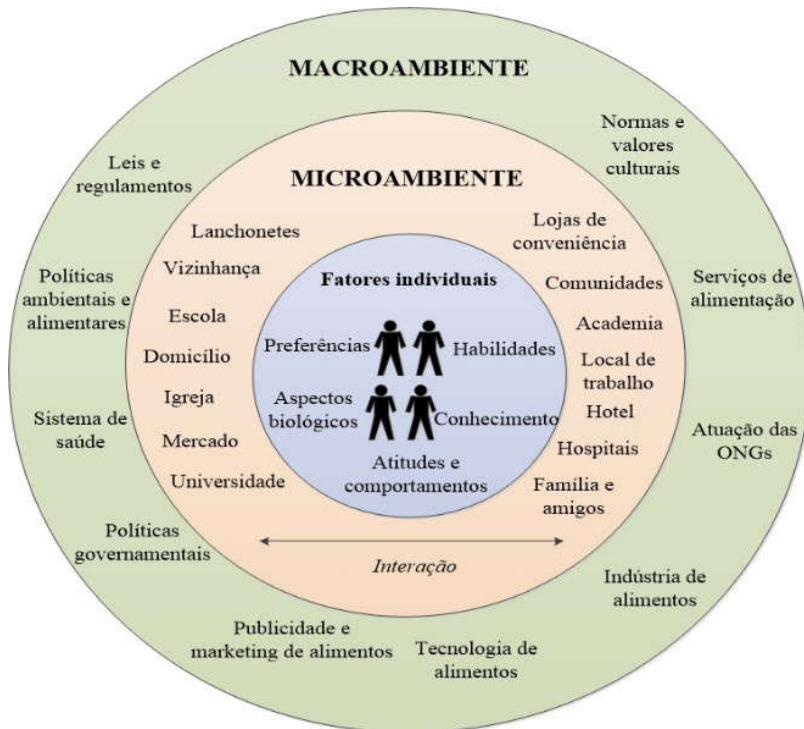
das variáveis físicas, econômicas, políticas, culturais e psicossociais que podem impactar nas escolhas alimentares, determinando as práticas dos indivíduos e da coletividade (SWINBURN; EGGER; RAZA, 1999; GLANZ, et al., 2005; HOLSTEN, 2009). O conceito relaciona-se ao acesso, número, tipo, qualidade e promoção dos produtos alimentares em um determinado espaço (GLANZ, et al., 2005). O acesso aos alimentos está relacionado às dimensões da disponibilidade, acessibilidade, custo, aceitabilidade e instalação (conveniência/comodidade). A disponibilidade refere-se à oferta dos alimentos nos estabelecimentos; a acessibilidade à localização e facilidade dos indivíduos chegarem ao local; o custo, às percepções dos indivíduos em relação ao preço; a aceitabilidade, às atitudes das pessoas sobre as características do seu ambiente local de acordo com sua individualidade; e a instalação, à dimensão final que compreende como os estabelecimentos se adaptam à necessidade da comunidade local (CASPI et al., 2012).

Estudos destacam a atuação dos ambientes obesogênicos no sedentarismo e nas inadequadas escolhas alimentares dos indivíduos, configurando-se como contribuintes diretos para a epidemia da obesidade (SWINBURN; EGGER; RAZA, 1999; ELINDER; JANSSON, 2008; FISBERG, et al., 2016). No entanto, os ambientes alimentares são complexos e a sua avaliação voltada aos espaços coletivos é recente na literatura científica (GLANZ, 2009).

O conceito de ambiente alimentar subdivide-se em duas dimensões e em quatro tipos, de acordo com o modelo teórico que considera os diferentes níveis de influência ambiental (SWINBURN; EGGER; RAZA, 1999) (Figura 2). A interação dos indivíduos ocorre no microambiente, e por sua vez, esse espaço coletivo é influenciado pelo macroambiente, representado pelas políticas governamentais, normas e atuação das Organizações não governamentais (ONGs).

amplo referindo-se a qualidade biológica, sanitária, nutricional, sustentável, social e cultural da alimentação no contexto ambiental (SOBAL; KETTEL; BISOGNI, 1998; BRASIL, 2006b; BOOG, 2015). Dessa forma, entende-se que poderia ser apropriado o uso do conceito mais amplo (ambiente alimentar e nutricional), porém, esse estudo utilizará o termo “ambiente alimentar” por ser mais frequentemente citado pela literatura sobre o tema.

Figura 2. Classificação do ambiente de acordo com as dimensões.



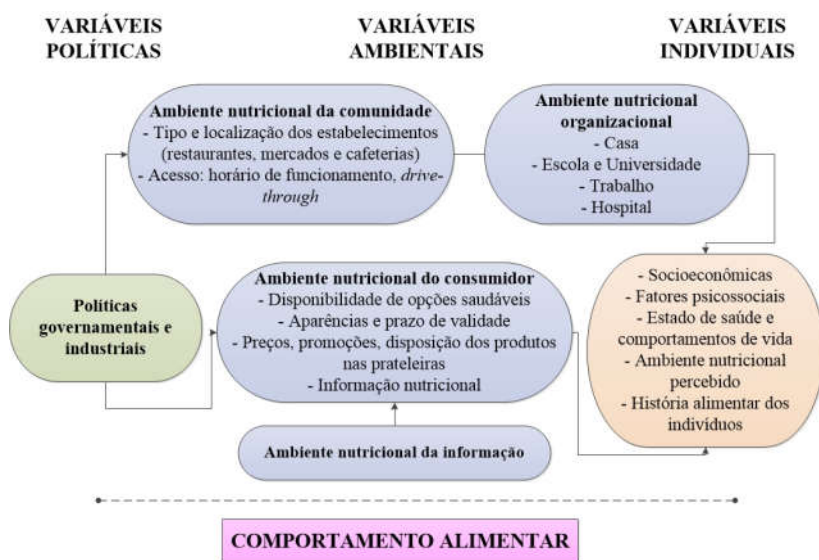
Fonte: Elaborada pela autora, baseado em Swinburn; Egger; Raza (1999); Story et al. (2008).

Nessas dimensões, destacam-se os tipos de ambientes: o ambiente físico (recursos disponíveis no ambiente: *foodmachine* e equipamentos, local de preparo e de distribuição dos alimentos); ambiente sociocultural (valores, atitudes e crenças relacionadas à alimentação); ambiente econômico (custos relacionados aos alimentos, inerentes ao ciclo do plantio até a venda ao consumidor) e ambiente político (regras formais e informais relacionadas à alimentação).

Uma outra classificação identificada na literatura é a proposta por Glanz et al. (2005), que divide o ambiente nutricional em quatro subambientes: o ambiente da comunidade, do consumidor, organizacional e de informação. Esse modelo ecológico (Figura 3) postula que os aspectos políticos ambientais podem moderar os hábitos e

comportamentos alimentares, por intermédio das características socioeconômicas, psicossociais, estado de saúde, ambiente nutricional percebido, comportamentos de vida e história alimentar dos indivíduos. Dessa forma, esse modelo considera diversos níveis de influência, permitindo uma concepção combinada sobre os comportamentos de saúde e as práticas alimentares (SALLIS; OWEN, 2002; GLANZ et al., 2005; GRAHAM et al., 2013; GREEN; GLANZ, 2015).

Figura 3. Modelo teórico do ambiente e variáveis relacionadas ao comportamento alimentar.



Fonte: Traduzido e adaptado de Glanz et al., 2005 e Green; Glanz, 2015.

O ambiente nutricional da comunidade corresponde à distribuição dos alimentos em espaços de acesso coletivo, como os restaurantes, mercados, lanchonetes e cafeterias, considerando o tipo, proximidade, densidade e acessibilidade aos estabelecimentos. Já o ambiente do consumidor reflete os determinantes que os consumidores encontram no interior e ao redor dos estabelecimentos, tais como a disponibilidade, qualidade nutricional, preço, aparência, promoções, variedade para a escolha, prazo de validade dos alimentos e motivações de compra (GLANZ et al., 2005; GREEN; GLANZ, 2015). Esses dois

ambientes apresentam importância investigacional, decorrente das diversas variáveis correlacionadas e a amplitude dos efeitos sistêmicos a serem mensurados (GLANZ et al., 2005) e estão sendo considerados pela presente pesquisa.

O ambiente organizacional desempenha um importante papel, pois são espaços que fazem parte da rotina das pessoas, como os locais de trabalho, domicílio, creches, escolas, universidades, hospitais e outros que oferecem serviços institucionais de alimentação. Por último, o ambiente de informação, caracteriza-se pela influência direta da mídia e publicidade da indústria de alimentos no ambiente no consumidor (GLANZ et al., 2005; GLANZ, 2009).

Esses mesmos determinantes do comportamento alimentar, observados nesse modelo classificatório, também foram citados por estudantes universitários belgas em uma pesquisa conduzida por Deliens et al. (2014). Os determinantes socioeconômicos podem atuar paralelamente com os ambientais, destacando a importância de ser avaliado mais detalhadamente a interação de todas as variáveis do comportamento. Reidpath et al. (2002) exemplificam com um estudo ecológico na Austrália, que os indivíduos socialmente mais vulneráveis apresentavam maior exposição aos alimentos de maior densidade energética, disponíveis em redes fast foods.

3.3.2 Ambiente universitário e o papel das Universidades Promotoras de Saúde

A educação escolar no Brasil é composta por duas modalidades (LDB/BRASIL, 1996): educação básica e educação superior. Esta última - faculdades, institutos e universidades - atua como um centro de aprendizagem com a importante atribuição no desenvolvimento de políticas públicas de promoção (DOORIS, et al., 2010; OKANAGAN CHARTER, 2015) e formação de uma conduta consciente de saúde dos indivíduos (LANGE; VIO, 2006). As relações entre o ambiente alimentar e suas repercussões na alimentação e na saúde dos estudantes já foram observadas em pesquisas em instituições de Educação Básica (VAN DER HORST et al., 2008; PARK et al. 2010; MINAKER et al., 2011; YOONG, et al., 2015) e Superior (NELSON; STORY, 2009; PULZ et al., 2016; ROY et al, 2016; LO et al. 2016).

A universidade é um importante espaço para implementação de ações educativas e multiplicadoras em saúde. Segundo estatísticas do Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira

– INEP, o Brasil em 2015 possuía 2.364 instituições de ensino superior com mais de oito milhões de estudantes matriculados em cursos de graduação presencial e a distância (INEP, 2016). Além disso, entende-se que a transição da adolescência para a fase adulta é reconhecida com um momento favorável para a execução das estratégias de promoção da saúde, envolvendo o incentivo a uma alimentação saudável e prevenção de doenças (NELSON et al., 2008). Embora seja um espaço favorável para ações em prol da saúde, o que se observa é o oposto. Roy et al. (2016) destacam que a indisponibilidade de opções alimentares mais saudáveis é um fator preocupante nas universidades, pois as escolhas são facilitadas pela conveniência e praticidade e, sofrem com as limitações ambientais.

A promoção de saúde nas universidades extrapola as ações estratégicas e ferramentas apropriadas para dar visibilidade a um ambiente saudável. Essa concepção apresenta uma abordagem mais ampla, exigindo uma integração da saúde na cultura institucional, nos processos e em todas as políticas desenvolvidas pela universidade. A universidade possui habilidade e competência para promover o diálogo saudável com a sua comunidade (TSOUROS, 1998; OKANAGAN CHARTER, 2015), em consonância com os compromissos assumidos na Carta de Ottawa (WHO, 1986).

Nessas circunstâncias, destaca-se o conceito das Universidades Promotoras de Saúde (UPS). As UPS são instituições de ensino que estimulam a criação de um aprendizado e cultura organizacional que melhora a saúde, o bem-estar geral da comunidade e que ofereça ações contínuas de formação de indivíduos conscientes em relação à saúde e à alimentação. Os termos conceituais são diversos e variam conforme o território. O termo Universidade Promotora de Saúde é reconhecido na América do Sul e na Europa; Universidade Saudável (US) no Reino Unido e na Espanha; e Campus Saudáveis (CS) na América do Norte (OKANAGAN CHARTER, 2015).

Como marco das primeiras iniciativas, destacam-se a Universidade de Lancaster e a Universidade Central de Lancashire que em 1994 desenvolveram um programa que incorporou um conjunto de aspectos relacionados à saúde no ambiente organizacional universitário e nas atividades cotidianas dos estudantes e funcionários, além de mudanças curriculares (DOORIS et al., 2010). Uma década após, a Carta de Edmonton, resultante do II Congresso Internacional de Universidades Promotoras de Saúde, no Canadá, foi redigida para ampliar a compreensão desse conceito de UPS pela comunidade internacional. Essa carta trouxe uma lista de metas voltadas ao reconhecimento da saúde

como um direito universal, sem discriminação, em toda a comunidade universitária - interna e externa (OPAS, 2005). Posteriormente, esse documento auxiliou na formação da Rede Iberoamericana de Universidades Promotoras de Saúde (RIUPS), constituída após o III Congresso Internacional de Universidades Promotoras da Saúde, no México (OPAS, 2007). Os membros dessa rede são universidades comprometidas com a implementação dessas iniciativas e outras redes que fomentem essas ações em seus países.

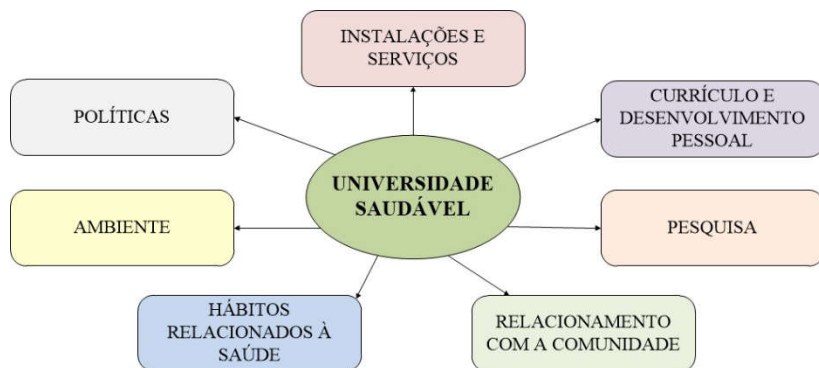
Nesse mesmo ano, outra estratégia promotora de saúde na universidade aparece em evidência. A Universidade da Cidade de Nova Iorque (CUNY), considerada a maior universidade pública urbana dos Estados Unidos, lançou a iniciativa *Healthy CUNY* com o objetivo de oferecer proteção permanente contra as DCNT e reduzir as barreiras relacionadas à saúde na comunidade universitária. Por intermédio da mobilização de estudantes, familiares, professores, funcionários e outros agentes educacionais, a universidade instalou novas políticas de saúde no campus e estabeleceu um diálogo construtivo sobre a importância da saúde no desempenho acadêmico. Estratégias criativas de incentivo ao uso de escadas, construção de mensagens que desestimulem o consumo das bebidas açucaradas, campanhas de marketing pró-saúde, dentre outras foram implementadas (FREUDENBERG et al., 2013).

No Brasil, em 2014 foi criado o Grupo Colaborativo de Estudos sobre Ambiente Alimentar Universitário (CALU), um coletivo de pesquisadores das universidades públicas do Rio de Janeiro, incluindo a Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ - Campus Rio de Janeiro e Campus Macaé), Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO), Universidade Federal Fluminense (UFF) e Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ), em cooperação com a *University of Wollongong* (Austrália). Esse grupo tem o propósito de contribuir para o desenvolvimento de ambientes alimentares universitários saudáveis e sustentáveis, tendo como resultado de estudos a elaboração da matriz teórica, sendo sistematizadas as dimensões do ambiente alimentar universitário, tais como: a disponibilidade de alimentos (fornecida pela universidade ou comercializada no campus); a acessibilidade física e financeira de alimentos (preços dos alimentos); políticas (subsídios para a compra de alimentos, preparações ou refeições) e o ambiente físico (locais para realizar as refeições).

Com o objetivo de conceituar a UPS, sob a percepção dos estudantes, Holt et al. (2015) realizaram uma pesquisa nas universidades europeias do Reino Unido. Os estudantes apontaram como aspectos

relacionados a UPS desde a oferta de instalações e serviços de alimentação, disponibilidade de água e de práticas esportivas, até a promoção de saúde no currículo escolar. Como resultado deste estudo, obteve-se um modelo conceitual, conforme observa-se abaixo.

Figura 4. Rede temática da Universidade Promotora de Saúde.



Fonte: Adaptado e traduzido de Holt et al. (2015).

O entendimento de UPS surge como um espaço seguro e acolhedor para estudar e viver. De acordo com a percepção dos estudantes, as universidades precisam disponibilizar espaços que ofereçam acesso a alimentos variados e com preços razoáveis, destacando os saudáveis por meio de mensagens encorajadoras; ofereçam acesso de água com qualidade livremente; garantam atendimento de saúde e viabilizem um bicicletário, dentre outras instalações para a prática de atividades físicas. Os estudantes destacaram que é essencial que a universidade construa políticas de incentivo para estudantes e funcionários se manterem saudáveis, respeitando a individualidade e a equidade no atendimento e que o professor apoie os estudantes no desenvolvimento pessoal e acadêmico (HOLT et al., 2015). Além disso, as universidades precisam desempenhar uma atuação ativa na concepção e também na avaliação das estratégias de intervenção e promoção de saúde (NELSON et al., 2009).

3.3.3 Ambiente alimentar universitário e sua relação com as práticas alimentares dos universitários

A transição da fase escolar (adolescente) para a universitária (adulto jovem) coincide com um momento de importantes alterações na estrutura de vida dos estudantes. A inserção desse jovem nesse ambiente é considerada uma fase crítica, pois os maus hábitos de vida e o ganho de peso corporal adquirido podem ser mantidos posteriormente (MCTIGUE; GARRETT; POPKIN, 2002; MIKOLAJCZYK; EL ANSARI; MAXWELL, 2009; VELLA-ZARB; ELGAR, 2010; ACEIJAS et al., 2017). Jovens que frequentam a universidade são mais suscetíveis ao ganho de peso (STRONG et al., 2008), dado também identificado em estudo brasileiro, que identificou que 44,4% dos estudantes do sexo masculino e 49,7% das estudantes do sexo feminino ganharam peso após o ingresso na universidade (CHELI et al., 2014). Além disso, foram identificadas diferenças de gênero na alteração ponderal (GIRZ et al., 2013) durante os anos do percurso universitário.

Alguns determinantes para o comportamento alimentar foram apontados em um estudo belga (DELIENS et al., 2014). Fatores individuais ou intrapessoais; sociais ou interpessoais; físicos ou da comunidade; macroambiente e características inerentes à universidade foram abordados pelos estudantes participantes na pesquisa (Figura 5), sendo que combinados podem atuar como um obstáculo (GREANEY et al., 2009), inclusive em estudantes motivados em manter a alimentação e hábitos culinários mais saudáveis (MURRAY et al., 2016).

Figura 5. Fatores que influenciam o comportamento alimentar de estudantes universitários.



Fonte: Traduzido e adaptado de Deliens et al., 2014.

Considerando os determinantes citados pela pesquisa, entende-se que a prerrogativa da liberdade de escolha (fatores individuais) moldam os comportamentos dos indivíduos (GEDRICH, 2003), o que pode impactar em sua disciplina (GREANEY et al., 2009), motivação e capacidade de gerar comportamentos positivos perante à saúde e à alimentação (STORY et al., 2008). Considerando o ambiente social ou interpessoal, os autores destacam que os indivíduos podem ser influenciados pelos grupos que gostariam ou não de se relacionar (FALK et al., 1996; JOMORI; PROENÇA; CALVO, 2008; GREANEY et al., 2009).

Sobre o ambiente físico (ambiente da comunidade), observa-se que os alimentos ultraprocessados e mais convenientes (práticos e de fácil acesso) são os disponíveis na universidade (STORY et al., 2008; GREANEY et al., 2009), em maiores porções e menores preços (STORY et al., 2008), fornecendo calorias a um baixo custo. O preço dos alimentos é um critério importante para os estudantes, pois após o sabor, é o fator de decisão mais predominante para suas escolhas (GLANZ et al., 1998; GLANZ et al., 2005). Strong et al. (2008) corroboram que os alimentos mais disponíveis nas universidades são os que apresentam maior

concentração de açúcares, gorduras e sódio e, adicionalmente, Roy et al. (2017) destacam que o hábito de aquisição de alimentos e bebidas na universidade, em comparação com compras realizadas externas a esse ambiente, está associado ao maior consumo desses nutrientes. Adicionalmente, Murakami et al., (2011) identificaram que a exposição de estudantes japoneses aos estabelecimentos comerciais de refeições pode levar ao desencorajamento do consumo saudável e contribuir para padrões inadequados de alimentação.

Muitos estudantes realizam grande parte de suas refeições na universidade ou perto dela, mesmo os que residem com familiares (PELLETIER; LASKA, 2013). Um estudo alemão observou que 51,8% declararam almoçar na cantina da universidade, motivados pela proximidade, economia de tempo e possibilidade de estar com seus colegas (HILGER; LOERBROKS; DIEHL, 2017). Cheli et al. (2014) analisaram os hábitos alimentares de 501 estudantes brasileiros matriculados em cursos da área da saúde da maior cidade brasileira (São Paulo) e constataram que o almoço, lanche da tarde e jantar eram as refeições que os estudantes mais realizavam na universidade.

Aumentar a disponibilidade e oferecer uma maior variedade de alimentos com preços mais acessíveis nos restaurantes e lanchonetes universitárias pode resultar em hábitos alimentares mais saudáveis, promovendo saúde (GUAGLIARDO et al., 2011; MICHELS et al., 2008; ROY et al., 2015; TAM et al., 2017), uma vez que os estudantes são mais influenciados às barreiras do que aos facilitadores para a manutenção de uma alimentação saudável e do peso corporal (GREANEY et al., 2009). Entretanto, alimentos frescos e saudáveis normalmente são associados a um custo mais elevado e, por isso, políticas e estratégias para redução de preço, também por instituições, precisam ser aplicadas, a fim de aumentar a capacidade de compra dos estudantes e auxiliá-los na adoção de hábitos de vida mais saudáveis (TAM et al., 2017).

3.4 AVALIAÇÃO DAS PRÁTICAS ALIMENTARES EM UNIVERSITÁRIOS

O ambiente em que as pessoas vivem, trabalham e estudam têm papel direto na sua saúde. O número de instituições de ensino superior no país, bem como a expressividade de jovens brasileiros que se encontram na universidade podem ser apontadas como justificativas sólidas para que ambientes universitários sejam avaliados, controlados e melhorados. Além disso, as universidades apresentam um cenário complexo e um

contexto característico para a resolução de problemas de saúde da comunidade inserida (WHO, 1986; TSOUROS, 1998; HOLT et al., 2015; IBGE, 2016c).

Diante da capacidade do ambiente em determinar os comportamentos de saúde e as práticas alimentares dos indivíduos, percebe-se um esforço mundial em avaliar tais aspectos e, desenvolver diretrizes de incentivo à construção de ambientes promotores de saúde. A Declaração de Shangai de Promoção de Saúde destaca a importância de construir ambientes que estimulem práticas saudáveis por meio de políticas educativas de conscientização e regulamentação de preços (WHO, 1986; WHO, 2013; WHO, 2014a; WHO, 2016a). Considerando a possível influência negativa do ambiente às práticas alimentares, que consistem no agrupamento de rotinas alimentares (BECERRA-BULLA; PINZÓN-VILLATE; VARGAS-ZÁRATE, 2015; PEREZ et al., 2016); essas práticas e o ambiente alimentar relacionado precisam ser avaliados e, por consequência, modificados (SWINBUM; EGGER; RAZA, 1999; EGGER et al., 1997; GLANZ et al., 2005).

Avaliar os ambientes alimentares é medir algumas dimensões do acesso aos alimentos (CASPI et al., 2012); investigar práticas, barreiras e facilitadores no desenvolvimento de uma alimentação saudável e examinar como o indivíduo decide se comportar quando influenciado por esses elementos (LYTLE, 2009). Caspi et al (2012), adaptando a definição conceitual de acesso proposto por Penchansky e Thomas (1981), delimitou as dimensões relevantes no acesso à alimentação: disponibilidade, acessibilidade, custo, aceitabilidade e instalação. A disponibilidade refere-se à oferta dos alimentos nos estabelecimentos; a acessibilidade à localização e facilidade dos indivíduos chegarem ao local; o custo, às percepções dos indivíduos em relação ao preço; a aceitabilidade, às atitudes das pessoas sobre as características do seu ambiente local e o provimento alimentar de acordo com sua individualidade; e a instalação, à dimensão final que compreende como os estabelecimentos se adaptam à necessidade da comunidade local.

Desta forma, pesquisas relacionadas aos fatores sociodemográficos, comportamentais, alimentares e ambientais em universitários são importantes na avaliação do seu estado de saúde e esse entendimento pode auxiliar na construção de programas de intervenção e políticas institucionais (SOUSA et al., 2013). Esses estudos também podem avaliar as relações entre o ambiente e as práticas alimentares; estado nutricional; acesso aos alimentos (CHARREIRE et al., 2010); e a

presença de facilitadores e barreiras ambientais que interferem nesses elementos (SAELENS, 2007).

As barreiras podem contribuir para o desenvolvimento da obesidade, como a baixa disponibilidade e acessibilidade de alimentos saudáveis; alto preço de frutas e hortaliças; influência social e familiar e preparações baratas e de livre consumo (KAMPHUIS et al., 2006; SAELENS, 2007; CASPI et al., 2012; SLEDDENS et al., 2015; BECERRA-BULLA; PINZÓN-VILLATE; VARGAS-ZÁRATE, 2015). Como facilitadores são identificados a disposição de informações nutricionais nos cardápios, a caracterização de preparações saudáveis, a existência de cardápios com tamanho reduzido de porções, a disponibilidade de lanches com frutas in natura, como sucos naturais ou salada de frutas (SAELENS, 2007); além do incentivo de preços nos alimentos mais saudáveis (ROY et al., 2015).

3.4.1 Instrumentos de avaliação das práticas alimentares em universitários

A literatura aponta que estudos que exploram a relação do ambiente e das práticas alimentares têm utilizado diversas metodologias para mensurar as dimensões de acesso aos alimentos pelos indivíduos (CASPI et al., 2012). Como métodos identificam-se o uso da tecnologia dos Sistemas de Informação Geográfica (SIG), que mede a acessibilidade espacial (densidade e proximidade) aos estabelecimentos de alimentos (CHARREIRE et al., 2010); as auditorias, por meio de medidas observacionais que medem a disponibilidade, acessibilidade, preço e qualidade dos alimentos no ambiente (GLANZ et al., 2007; PULZ et al., 2016), ambos não estudados nessa pesquisa; bem como as medidas percebidas baseadas nos relatos dos participantes sobre o ambiente e suas práticas alimentares (LYTLE, 2009; GREEN; GLANZ, 2015; BELON et al., 2016).

Alguns estudos que avaliaram práticas alimentares de estudantes universitários no Brasil e no mundo, apresentados abaixo no Quadro 2 (n=28), foram obtidos por meio da consulta à literatura utilizando descritores apontados no Apêndice A. Esses estudos utilizaram diferentes instrumentos avaliativos e apresentaram um caráter multifatorial. Além disso, evidenciaram o papel do ambiente alimentar universitário, pois se sabe que as mudanças positivas nos ambientes fortalecem as políticas de alimentação, pois estimulam as pessoas a superarem as barreiras para

realizarem escolhas conscientes a adotarem comportamentos mais saudáveis (HAWKES et al., 2015; EL-KASSAS; ZIADE, 2016).

Diversos instrumentos podem ser utilizados para a condução desses métodos e a aplicação de questionários. Instrumentos avaliativos que contêm itens a serem preenchidos pelos próprios respondentes apresentam-se como uma opção (DI IRIO et al., 2005). O autorrelato e a percepção dos indivíduos sobre variáveis que envolvem a alimentação, também medidos pelos questionários, podem esclarecer aspectos limitantes apresentados nos estudos objetivos (GLANZ, 2009).

Quadro 2. Estudos que avaliaram as práticas alimentares de estudantes universitários no Brasil e no mundo (2013-2017):

Autor (ano)	Local	Amostra	Objetivos	Métodos	Principais resultados
Strawson, et al. (2013)	Universidade de Alberta, Canadá	36 estudantes do sexo feminino do Curso de Nutrição com pelo menos um ano de curso (<u>conveniência</u>)	Examinar os padrões dietéticos dos estudantes semelhantes ao recomendado pelo Guia alimentar do Canadá ou pela Pirâmide de Dieta Mediterrânea Saudável Tradicional.	<u>Questionário de frequência alimentar (semiquantitativo e autoadministrado)</u> . O questionário foi baseado em um <u>instrumento validade</u> para uso em mulheres albertanas e foi adicionado uma pergunta aberta sobre a ingestão de azeite.	- Nenhum estudante consumiu o número mínimo das porções recomendadas de leguminosas, sementes e nozes, azeite ou grãos integrais. - Não foi atendida a ingestão mínima recomendada da maioria dos grupos alimentares.

(continuação)

Autor (ano)	Local	Amostra	Objetivos	Métodos	Principais resultados
Sousa; José; Barbosa (2013)	Universidade pública da região sul do Estado da Bahia, Brasil.	5.461 estudantes matriculados no segundo semestre letivo de 2010 (cursos presenciais de graduação) (<u>probabilística</u>).	Estimar as prevalências e os fatores associados aos menores níveis de atividades físicas no lazer, consumo insuficiente de frutas e de verduras, consumo excessivo de bebidas alcoólicas e o hábito de fumar em estudantes.	Dados resultantes do <u>Questionário Isaq-A (Indicadores de Saúde e Qualidade de Vida de Acadêmicos)</u> (<u>questionário validade</u>) (Sousa et al., 2013).	Condutas negativas foram identificadas nos estudantes: - 54,1% com menor nível de atividade física no lazer. - 81,2% com consumo insuficiente de frutas e 7% com consumo insuficiente de hortaliças. - 41,3% prevalência de consumo de bebidas alcoólicas.

(continuação)

Autor (ano)	Local	Amostra	Objetivos	Métodos	Principais resultados
Deliens et al. (2013)	Vijre Universidade de Brussel, Bélgica.	207 estudantes universitários do primeiro ano da universidade (<u>conveniência</u>).	Avaliar as mudanças de peso, IMC, composição corporal e circunferência da cintura nos estudantes durante o primeiro semestre na universidade.	<ul style="list-style-type: none"> - <u>Questionário online autoadministrado</u>, com questões sobre atividade física, hábitos alimentares, hábitos de sono, estresse mental, tabagismo, dieta e dados demográficos. - Consistiu em <u>questões derivadas de 5 questionários validados</u> e citados pelo estudo. - Avaliação antropométrica e bioimpedância (% de gordura, massa magra e massa gorda). 	<ul style="list-style-type: none"> - 68,3% ganharam peso e 66,3% aumentaram o IMC após 20 semanas. - Correlatos significativos com aumento de IMC: sexo masculino, estudantes que realizavam refeições no restaurante universitário, em restaurantes de fast food ou em algum lugar com um amigo e maior consumo de batata frita; - Correlatos significativos com aumento na % de gordura: estudantes que moravam em residência estudantil ou que comem no restaurante estudantil com mais frequência; - Menores aumento de % de gordura: estudantes que leem e estudam mais, comem mais em casa ou dormem mais nos dias de fim de semana.

(continuação)

Autor (ano)	Local	Amostra	Objetivos	Métodos	Principais resultados
Pelletier; Laska (2013)	Faculdade comunitária e universidade pública das Cidades Gêmeas (Minnesota), Estados Unidos.	1.059 estudantes universitários que residem fora do Campus (<u>conveniência</u>).	Examinar a associação entre os comportament os alimentares dos estudantes e sua frequência em comprar alimentos e bebidas no Campus, de comprar o fast food e de trazer lanches de casa.	<u>Questionário online</u> que avaliou características sociodemográficas, alimentação (compra de alimentos e bebidas no Campus e arredores, compra de fast food e alimentos trazidos de casa), atividade física, comportamentos de controle de peso e fatores sociais, pessoais e ambientais que influenciam nos comportamentos alimentares (<u>desenvolvido pelos autores, baseado na literatura sobre o tema e com testes psicométricos</u>)	<ul style="list-style-type: none"> - Mais da metade dos estudantes que moravam com os pais compravam alimentos/bebidas no Campus. - 45% dos estudantes compravam alimentos/bebidas no Campus $\geq 3x$/semana. - A compra frequente no Campus foi associada a uma menor realização do café da manhã e maior ingestão de gordura e açúcares. - Trazer alimentos de casa foi associado com padrões alimentares mais saudáveis. - Identificou a necessidade de melhorar o ambiente alimentar universitário.

(continuação)

Autor (ano)	Local	Amostra	Objetivos	Métodos	Principais resultados
Arshad, et al. (2014)	Sargodha, Paquistão.	240 estudantes universitários de 16 departamentos de sete universidades <u>(conveniência e departamentos sorteados)</u> .	Descobrir os hábitos do café da manhã dos estudantes e seu desempenho acadêmico.	<u>Questionário desenvolvido com 126 itens sobre padrão, hábitos e desempenho escolar. Foram questões sociodemográficas e de frequência de consumo. (Não trouxe detalhamento sobre método, construção e validação de questionário)</u> .	<ul style="list-style-type: none"> - A maioria dos estudantes não realizava o café da manhã e consumia menos frutas, peixe, alface e sopa. - Forte associação entre os hábitos de café da manhã e o desempenho e concentração nos estudos.

(continuação)

Autor (ano)	Local	Amostra	Objetivos	Métodos	Principais resultados
Burriel, et al. (2014)	Universidade Virtual da Tunísia, país norte-africano em transição nutricional.	51 estudantes universitários (<u>conveniência</u>).	Caracterizar os hábitos alimentares e avaliar a qualidade da dieta de estudantes universitários.	<u>Questionário</u> contendo dados socioeconômicos, demográficos, antropométricos, hábitos alimentares e dieta habitual (avaliado pelo Recordatório de 24h, específico de cada refeição do dia). A avaliação da qualidade da dieta foi realizada pelo Índice de Alimentação Saudável e pela Classificação da Dieta do Mediterrâneo. (<u>Não trouxe detalhamento sobre método, construção e validação de questionário</u>).	<ul style="list-style-type: none"> - Dieta hipocalórica: 18% de proteínas e 40% de carboidratos. - Alimentação alta em açúcares simples, gorduras saturadas e colesterol. - Baixo consumo de peixes. - De acordo com a classificação do Índice de Alimentação Saudável, mais de 50% dos estudantes obtiveram alimentação "pobre" e mais de 40% "precisam de melhoria". - Baixa taxa de adesão à Dieta Mediterrânea.

(continuação)

Autor (ano)	Local	Amostra	Objetivos	Métodos	Principais resultados
Márquez-Sandoval, et al. (2014)	Universidade de Guadalajara, México	333 estudantes do sexto semestre de Medicina ou Nutrição (<u>probabilística</u>)	Conceber e validar um questionário para avaliar o comportamento alimentar em estudantes universitários mexicanos	Fase I: Elaboração do questionário, baseado na literatura científica. Fase II: exploração dos temas do questionário após aplicação de uma entrevista com 10 estudantes. Fase III: 1ª. versão aplicada em 10 estudantes para avaliar clareza e compreensão – Validade de face. Fase IV: Questionário readequado passou pela validade de <u>conteúdo determinada por avaliação de 15 especialistas</u> . Fase V: aplicado em duas ocasiões com um intervalo de 4 semanas para os 333 estudantes. Avaliada a reprodutibilidade (concordância teste-reteste). Fase VI: validade da construção (Análise de <i>Rasch</i>) e a Consistência interna (<i>Alfa de Cronbach</i>).	<ul style="list-style-type: none"> - 333 estudantes, (17,4% da Nutrição e 82,6% da Medicina). - Questionário final com 31 perguntas (múltipla escolha). - Coeficiente de correlação interclasse do instrumento foi de 0,76 (Reprodutibilidade)- <i>Alfa Cronbach</i> foi de 0,98 para a consistência interna dos itens. - Questionário mede a <u>baixo</u> custo e, de maneira prática, aspectos relacionados do comportamento alimentar em universitários mexicanos.

(continuação)

Autor (ano)	Local	Amostra	Objetivos	Métodos	Principais resultados
Guimarães, et al. (2014)	Universidade Federal do Pará, Belém, Amazônia, Brasil	22 estudantes de graduação da UFPA, <u>(conveniência)</u>	Descrever e analisar os hábitos alimentares de uma amostra de estudantes universitários.	<p>- <u>Questionário</u> <u>semiestruturado</u> sobre <u>frequência e comportamento alimentar</u> (preocupação com o valor nutricional na hora da aquisição de determinado alimento; costume de consumir líquidos durante as refeições e quais; e quantidade de ingestão diária de água)</p> <p>- Amostragem foi finalizada usando a técnica de saturação e a interpretação das informações seguiu a técnica de análise de conteúdo.</p> <p><u>(Não trouxe detalhamento sobre método, construção e validação de questionário).</u></p>	<p>- 54,5% realiza suas refeições em número e 59% em intervalo de tempo adequado.</p> <p>- Elevado consumo de alimentos com alto teor calórico.</p> <p>- Baixo consumo de frutas, verduras e hortaliças.</p> <p>- 59% não se preocupa com o valor nutricional dos alimentos na hora de fazer as refeições.</p>

(continuação)

Autor (ano)	Local	Amostra	Objetivos	Métodos	Principais resultados
Amankwaa; Annan (2014)	Kumasi, Gana.	66 Estudantes de pós-graduação (<u>conveniência</u>)	Examinar padrões alimentares e Fatores de Risco Metabólico entre estudantes.	<u>Questionário de frequência alimentar de 81 itens</u> (itens alimentares obtidos a partir dos resultados do grupo focal realizados com 10 estudantes). Instrumento desenvolvido pelos pesquisadores com base na literatura sobre o tema. (Não trouxe detalhamento sobre validação de questionário).	<ul style="list-style-type: none"> - Os padrões alimentares estavam relacionados ao risco metabólico. - Maior ingestão de frutas e vegetais foi associada a participantes mais fisicamente ativos (41,9%). - 78,8% pulavam frequentemente o café da manhã. - 27,3% comiam em restaurantes ou fast food $\geq 3x$/semana. - O padrão alimentar por "conveniência", com pouca ou nenhuma entrada de frutas e vegetais, pular o café da manhã (46,2%) e alto consumo de bebidas alcólicas foi associada a maior triglicérideo sérico ($p = 0,021$) e colesterol total ($p = 0,005$) nos homens.

(continuação)

Autor (ano)	Local	Amostra	Objetivos	Métodos	Principais resultados
Thorpe et al. (2014)	Melbourne, Austrália.	309 Estudantes universitários matriculados em uma aula de nutrição (<u>conveniência</u>).	Determinar a qualidade da dieta de um grupo de jovens adultos e explorar suas associações com dois comportamentos relacionados à alimentação.	<u>Questionário autoadministrado</u> (baseado na Pesquisa Nacional de Nutrição, realizada na Austrália): características da amostra, comportamentos relacionados à alimentação e a ingestão alimentar (com frequência alimentar). Foi avaliada a qualidade da dieta por meio de um índice, de acordo com as diretrizes australianas.	- Cozinhar refeições para si mesmo estava relacionado a uma maior qualidade da dieta entre os jovens adultos, enquanto o consumo de refeições preparadas comercialmente estava associado a uma menor qualidade da dieta.

(continuação)

Autor (ano)	Local	Amostra	Objetivos	Métodos	Principais resultados
El Ansari; Suominen; Samara (2015)	Universidade de Turku no sudoeste da Finlândia.	1.189 Estudantes Universitários (conveniência).	Examinar hábitos alimentares dos estudantes de graduação.	<p>Questionário autoadministrado e online, sobre consumo de 12 grupos de alimentos; número de porções diárias de frutas / vegetais e quão importante é comer saudável.</p> <p>- Frequência de consumo: escala de 5 pontos: “várias vezes ao dia”, “diariamente”, “1x/semana”, “1-4x/mês” e “nunca”.</p> <p>- Aderência dietética avaliada com base nas recomendações da OMS. <u>(Questionário em inglês, não traduzido ao finlandês. Foi desenvolvido pelos pesquisadores, sem testes de validade).</u></p>	<p>- Alta aderência dietética (>70%) para "alimentos não saudáveis" (bolo / biscoitos, lanches, fast food / enlatados e refrigerantes) e moderada adesão para a maioria dos "alimentos saudáveis" (>50%) (produtos lácteos, frutas / legumes, frutas frescas, vegetais crus e cereais).</p> <p>- Peixe, carnes / salsicha e legumes cozidos tinham níveis < 50% de adesão.</p> <p>- Mulheres tinham melhor aderência para "alimentos saudáveis", e homens para doces.</p> <p>- 78,8% dos estudantes consideraram importante comer saudável.</p>

(continuação)

Autor (ano)	Local	Amostra	Objetivos	Métodos	Principais resultados
Mokhtari; Jamaluddin; Saad (2015)	Escola de Pós Graduação da Universidade Putra (Malásia).	310 estudantes universitários – pós graduação (<u>conveniência</u>).	Determinar os fatores associados (sociodemográficos, de estilo de vida, alimentares e comportamentais) ao estado de peso corporal entre universitários.	<u>Questionário autoadministrado</u> , composto por quatro seções (aspectos sociodemográficos, estilo de vida (<i>Global Physical Activity Questionnaire - GPAQ</i>), características alimentares e psicológicas (baseado no <i>Beck Depression Inventory - BDI</i> e coleta de medidas antropométricas.	<ul style="list-style-type: none"> - Relação significativa entre IMC e consumo de energia, carboidratos, proteína, gordura, atividade física, tabagismo, duração do tabagismo, ansiedade, idade, nível de escolaridade, sexo, estado civil e nível de renda dos entrevistados. - Destaca a etiologia multifatorial da Obesidade: alimentação, atividade física, estado psicológico, ambiente, cultura e condições socioeconômicas.

(continuação)

Autor (ano)	Local	Amostra	Objetivos	Métodos	Principais resultados
Nanney et al. (2015)	Faculdades comunitárias Cidades Gêmeas (Minnesota), Estados Unidos.	441 estudantes universitários da faculdade em duas ondas: outono de 2011 e primavera de 2012 (<u>conveniência</u>).	Descrever os indicadores associados ao peso corporal (alimentação – fast food, realização de refeições e consumo de álcool, atividade física, sono, estresse, satisfação corporal) em estudantes universitários.	- Estudo CHOICES (<i>Choosing Healthy Options in College Environments and Settings</i>): <u>Entrevista</u> realizada por entrevistadores capacitados e <u>Questionário semiestruturado</u> baseado em pesquisas anteriores e validadas.	<ul style="list-style-type: none"> - Jovens na sua maioria do sexo feminino, de baixa renda, residindo com os pais. - 47% com Obesidade ou Sobrepeso. - 68,2% realizam café da manhã $\geq 3x$/semana. - 51% compram fast food na frequência de 1-2x/semana. - Alto consumo de bebida alcoólica. - Insuficiente prática de atividade física.

(continuação)

Autor (ano)	Local	Amostra	Objetivos	Métodos	Principais resultados
Schnettler et al. (2015)	Chile.	369 estudantes universitários de cinco universidades chilenas (<u>conveniência</u> – primeiro ou terceiro ano).	Caracterizar os tipos de estudantes universitários de acordo com sua satisfação com a vida, saúde geral e hábitos alimentares.	<p><u>Questionário online:</u> aplicação de três instrumentos realizados em outras pesquisas, devidamente validados para o público chileno e inclusão de questões sobre o local de residência, importância dos alimentos para a saúde, frequência e local de consumo alimentar (grupos alimentares baseados em uma pesquisa nacional).</p> <p>Teve aplicação de um piloto com 30 estudantes (avaliou o conteúdo e itens do instrumento).</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Taxa de resposta de 39%, menor por ser instrumento online. - 53,1%: café da manhã e 30,9% almoçaram diariamente em casa. - A maior proporção não jantou (35,9%) em sua residência, enquanto que 25,8% jantaram diariamente - Consumo diário de pão; cereais e macarrão 2 ou 3x/vezes por semana; carne 2 ou 3x/vezes por semana; peixe e frutos do mar ocasionalmente. - Frutas diariamente - 29,3% e verduras e legumes – 47,2%.

(continuação)

Autor (ano)	Local	Amostra	Objetivos	Métodos	Principais resultados
Becerra-Bulla; Pinzón-Villate; Vargas-Zárate (2015)	Universidade Nacional da Colômbia.	142 estudantes universitários (<u>probabilística</u>)	Determinar as condições nutricionais e práticas alimentares de estudantes matriculados em programas de estilo saudável.	<u>Questionário autoadministrado</u> de frequência do consumo de alimentos e coleta de dados antropométricos – desenvolvido pelos pesquisadores e baseados na literatura sobre o tema. (<u>Não trouxe detalhamento sobre validação de questionário</u>).	<ul style="list-style-type: none"> - 15% dos estudantes com sobrepeso. - Baixo consumo de frutas e legumes e uma alta ingestão de doces. - Barreiras para a alimentação saudável: falta de tempo e conhecimento, questões econômicas, costumes baixa disponibilidade de alimentos mais saudáveis.

(continuação)

Autor (ano)	Local	Amostra	Objetivos	Métodos	Principais resultados
Da Silva Gasparotto, et al. (2015)	Universidade Federal do Paraná, Brasil.	6.641 estudantes universitários (<u>conveniência</u> – primeiro e último ano)	Investigar a associação entre os hábitos alimentares dos estudantes, excesso de peso corporal, pressão arterial elevada e a atividade física.	<p>- <u>Entrevista</u>: variáveis sociodemográficas e <u>IPAQ - International Physical Activity Questionnaire</u> - e peso, altura, IMC e CC.</p> <p>- <u>Questionário YRBSS-C (Youth Risk Behavior Surveillance)</u> – criado pelo CDC - <i>Center for Disease Control and Prevention</i>, validado e utilizado em estudos brasileiros (avalia hábitos alimentares e risco cardiovascular).</p>	<p>- Associação com o consumo de frutas, verduras e legumes com atividade física regular.</p> <p>- Associação com o consumo de doces e empanados com IMC e CC elevada (fatores associados com o sobrepeso).</p>

(continuação)

Autor (ano)	Local	Amostra	Objetivos	Métodos	Principais resultados
Lupi, et al. 2015	Universidade de Ferrara, Itália.	258 estudantes de graduação – cursos da área da saúde <u>(conveniência)</u>	Analisar hábitos alimentares dos estudantes universitários e investigar diferenças entre estudantes que vivem em e fora de casa.	<u>Questionário online.</u> Seções sobre características demográficas, hábitos alimentares (frequência alimentar – seção baseada em outro estudo) e percepção do peso corporal. <u>(Não trouxe detalhamento sobre validação de questionário).</u>	- Estudantes que moravam em casa praticavam mais esportes e consumiam mais frequentemente vegetais, peixe, carne e aves, frutas, ovos, pão e cereais. - Estudantes vivendo longe de casa consumiram mais frequentemente alimentos industrializados (ultraprocessados), cerveja e bebidas, leite e batatas fritas. Relataram modificação dos hábitos alimentares desde a saída da família. Muitos percebiam seu peso diferente do recomendado (acima do peso).

(continuação)

Autor (ano)	Local	Amostra	Objetivos	Métodos	Principais resultados
Musaiger et al. (2015)	Bahrein, Oriente Médio.	642 estudantes universidades (todos os estudantes do colégio de saúde) <u>(conveniência)</u>	Investigar os padrões alimentares e os comportamentos sedentários entre estudantes universitários no Bahrein.	<u>Questionário autoadministrado, pré-testado e validado anteriormente</u> (Comitê de especialistas, teste e reteste) - para coletar informações sobre a ingestão de café da manhã, lanches, consumo de frequência alimentar e hábitos sedentários dos estudantes.	<ul style="list-style-type: none"> - Estudantes da área saúde apresentavam hábitos alimentares e comportamentos sedentários não saudáveis. - Mais de 50% dos estudantes não consumiram café da manhã diariamente. - Não houve diferenças significativas de gênero em relação à frequência de ingestão alimentar, com exceção do consumo de refrigerantes ($p < 0,001$) e nozes ($p < 0,047$). - Mulheres eram mais propensas a assistirem televisão, usar a Internet, usar um telefone celular e dormir. - Ser fisicamente ativo foi mais prevalente nos homens.

(continuação)

Autor (ano)	Local	Amostra	Objetivos	Métodos	Principais resultados
Papier et al. (2015)	Austrália	728 estudantes universitários (<u>conveniência</u> – primeiro ano).	Examinar a relação entre o estresse e os padrões de seleção de alimentos por sexo entre estudantes de primeiro ano de graduação que estudam em uma universidade australiana.	<u>Questionário autoadministrado</u> em sala de aula – taxa de resposta alta de 91%. - Instrumento composto por seções: questões sociodemográficas, medidas de estresse (Escala de Estresse de Ansiedade e Depressão – DASS), hábitos alimentares (questionário de frequência alimentar de 7 dias, validado para os australianos), estado de saúde, exercício e consumo de tabaco.	- Alta taxa de resposta de 91%. - Associação entre o nível de estresse e o consumo de cereais e carne, negativo para o consumo de vegetais, legumes e frutas. - As estudantes do sexo feminino que apresentaram estresse leve a moderado foram 2,22 vezes mais propensas a comer alimentos industrializados (ultraprocessados) do que as mulheres não estressadas.

(continuação)

Autor (ano)	Local	Amostra	Objetivos	Métodos	Principais resultados
Yahia et al. (2016)	Universidad e Central de Michigan, Estados Unidos.	237 estudantes universitários (<u>conveniência</u>).	Avaliar o estado de peso, hábitos alimentares, atividade física, crenças dietéticas e conhecimento nutricional de estudantes universitários.	<u>Questionário online</u> , baseado em um estudo italiano de 2008, com 32 perguntas distribuídas em seções: aspectos sociodemográficos, hábitos alimentares, atividade física, estilo de vida, crenças dietéticas e conhecimento nutricional. Foi realizada a coleta das medidas antropométricas.	<ul style="list-style-type: none"> - 78% das mulheres e 52% dos homens estavam dentro da faixa de peso saudável. - 39% consomem três refeições ao dia. - Maioria dos estudantes bebem vinho ou cerveja nas refeições. - A maioria dos estudantes não eram fisicamente ativo. - Os homens eram mais ativos que as mulheres. - Estudantes apresentavam conhecimento suficiente sobre alimentação saudável.

(continuação)

Autor (ano)	Local	Amostra	Objetivos	Métodos	Principais resultados
Mahfouz et al. (2016)	Universidade Jazan, Gizan, Sudoeste da Arábia Saudita.	436 estudantes universitários (<u>probabilística</u>).	Avaliar a prevalência de baixo peso, sobrepeso e obesidade e avaliar os hábitos nutricionais e fatores relacionados entre os estudantes.	<u>Questionário autoadministrado, (desenvolvido pelos autores, baseado na literatura sobre o tema)</u> com seções de hábitos alimentares, estilo de vida e características sociodemográficas. Peso e altura foram coletados. (<u>Não trouxe detalhamento sobre validação de questionário</u>).	<ul style="list-style-type: none"> - 45% apresentavam peso dentro da normalidade. - 33,6% eram obesos. - realizar o café da manhã: 14,8% no sexo masculino e 13,4% no sexo feminino. - regularidade das refeições: 16,5% no sexo masculino e 20,4% no sexo feminino. - consumo de lanches durante o dia: 83,3% no sexo masculino e 95,1% no sexo feminino.

(continuação)

Autor (ano)	Local	Amostra	Objetivos	Métodos	Principais resultados
Al-Qahtani (2016)	Faculdade de Medicina da Universidad e de Dammam, província oriental, Reino da Arábia Saudita.	562 estudantes de Medicina do primeiro, terceiro e sexto ano (<u>conveniência</u>).	Avaliar os hábitos alimentares e o estilo de vida dos estudantes de medicina.	<u>Questionário autoadministrado</u> , com questões sobre dados demográficos, fatores sociais, hábitos alimentares, estilo de vida e conscientização de informações de saúde - desenvolvido pelos pesquisadores e baseados na literatura sobre o tema. (<u>Não trouxe detalhamento sobre validação de questionário</u>).	<ul style="list-style-type: none"> - 91,3% comem fast foods. - 59,25% consomem leite e derivados regularmente. - 65,15% consomem frutas e vegetais regularmente. - 65% do sexo masculino e 80% sexo feminino não realizavam atividade física. - Alto percentual de maus hábitos alimentares, consumo de fast food e refrigerantes. - Não houve diferença significativa entre os estudantes do 1º e 3º ano em relação ao comportamento, exercício e até consumo fast food.

(continuação)

Autor (ano)	Local	Amostra	Objetivos	Métodos	Principais resultados
Kowalcze; Turyk; Drywień (2016)	Universidade de Ciências Naturais e Humanidades (UPH) de Siedlce, Polônia.	100 estudantes do sexo feminino (<u>conveniência</u> – segundo e terceiro ano).	Determinar e avaliar hábitos alimentares de estudantes universitários que estudam nutrição em comparação com outros estudantes que estudam nutrição e outros centros acadêmicos.	<u>Questionário autoadministrado, (desenvolvido pelos autores, baseado na literatura sobre o tema) sobre comportamentos dietéticos (frequência de consumo - número e regularidade de refeições, consumo diária). (Não trouxe detalhamento sobre validação de questionário).</u>	<ul style="list-style-type: none"> - 44% seguem dietas inadequadas. - 67% realizam café da manhã. - 50% consomem um lanche no jantar. - 58% consomem grãos integrais com frequência. - 58% consomem frutas diariamente. - 65% consomem verduras diariamente. - 46% nunca comem ou comem esporadicamente peixes. - 52% usam a fritura como a prática culinária mais comum.

(continuação)

Autor (ano)	Local	Amostra	Objetivos	Métodos	Principais resultados
El-Kassas; Ziade (2016)	Universidad es públicas e privadas, Líbano.	369 estudantes da área da saúde de quatro universidades públicas e privadas no norte do Líbano (<u>conveniência – segundo e quinto semestre</u>)	Identificar o impacto do ambiente universitário sobre o estilo de vida e o comportamento alimentar dos estudantes da área da saúde.	<u>Questionário autoadministrado (desenvolvido pelos autores, baseado na literatura sobre o tema):</u> determinar características sociodemográficas, comportamentos alimentares, estilo de vida, alterações do apetite, estresse, autopercepção da adequação dietética, peso corporal e atividade física. (<u>Não trouxe detalhamento sobre validação de questionário</u>).	<ul style="list-style-type: none"> - Diferenças entre alguns padrões de consumo alimentar e peso nas diferentes fases dos curso (fases iniciais e finais). - Tendência de comportamentos alimentares mais saudáveis nos estudantes das fases finais. - 32,2% apresentam sobrepeso ou obesidade. - Destacou a importância de construir um ambiente alimentar universitário mais saudável.

(continuação)

Autor (ano)	Local	Amostra	Objetivos	Métodos	Principais resultados
Perez et al. (2016)	Brasil	1.336 estudantes de uma Universidade pública (<u>conveniência</u>)	Avaliar as práticas alimentares de estudantes universitários e examiná-las de acordo com os meios que os estudantes foram admitidos na universidade.	<u>Questionário autoadministrado</u> sobre práticas alimentares (incluindo a realização e substituição de refeições, consumo de grupos alimentares) (<u>desenvolvido pelos autores, baseado na literatura sobre o tema. Foi testado previamente e realizada uma validade de face</u>).	<ul style="list-style-type: none"> - Não comiam no café da manhã. - Jantar era substituído por lanches. - Baixo consumo de frutas, vegetais e feijão. - Alto consumo de bebidas açucaradas, doces, biscoitos e lanches salgados embalados. - Os estudantes de cotas consumiam com mais frequência feijão, biscoitos e lanches salgados embalados e com frequência substituíam o jantar com lanches. - Diferenças em práticas alimentares nos estudantes de cotas ou não cotas.

(continuação)

Autor (ano)	Local	Amostra	Objetivos	Métodos	Principais resultados
Aceijas et al. (2017)	Middlesex University London, Reino Unido.	468 estudantes universitários (<u>conveniência</u>)	Investigar os estilos de vida relacionados à saúde dos estudantes e identificar barreiras e determinantes sociais de estilo de vida mais saudáveis.	Métodos mistos: <u>questionário online</u> (67 itens – recorte de questionários sobre os temas), dois grupos focais e três entrevistas. O questionário foi subdividido em seções: características sociodemográficas, prática de atividade física, alimentação, tabagismo, aspectos mentais e consumo de bebidas alcóolicas. <u>(Não trouxe detalhamento sobre a construção e validação de questionário).</u>	<ul style="list-style-type: none"> - 40% dos estudantes residiam com os pais e 16% eram fumantes. - 60% eram insuficientemente ativos fisicamente e 30% tinham um baixo bem-estar mental. - 47% tinham uma alimentação desequilibrada (não realizavam a refeição do almoço e comiam poucas frutas e verduras). - Revelou como determinantes no comportamento e do estilo de vida: transição para a nova vida universitária, ambiente universitário, finanças e renda, estresse e pressão acadêmica. - Os estudantes destacaram prejuízo na saúde decorrente do ambiente universitário (alta disponibilidade de alimentos não saudáveis e alto custo dos saudáveis).

(continuação)

Autor (ano)	Local	Amostra	Objetivos	Métodos	Principais resultados
Tam et al. (2017)	Universidade urbana na Austrália (composta por 7 Campus).	653 estudantes universitários (<u>conveniência</u>)	Identificar estratégias para incentivar a alimentação saudável em ambientes alimentares da universidade	<p><u>Questionário online com 44 perguntas</u> (fechadas e abertas - desenvolvido pelos autores, baseado na literatura sobre o tema), para avaliar a compra e escolhas alimentares e as opiniões sobre o ambiente alimentar do Campus. Quatro seções: características sociodemográficas, comportamento de compra, determinantes de compra de alimentos e ambiente alimentar universitário.</p> <p><u>Instrumento validado: teste piloto com 10 estudantes (manutenção, modificação ou exclusão de questões) e Comitê de especialistas.</u></p>	<ul style="list-style-type: none"> - 93% dos estudantes compram alimentos ou bebidas no Campus, principalmente o almoço. - 90% trazem alimentos de casa. - Influências aos hábitos de compra: sabor, custo-benefício, conveniência e custo. - Alimentos e bebidas mais consumidos: sanduíches e refrigerantes. - Melhorias sugeridas: baixar preço dos alimentos, aumentar variedade e criar um sistema de descontos para opções saudáveis. - Necessidade de construir um ambiente alimentar mais saudável.

(continuação)

Autor (ano)	Local	Amostra	Objetivos	Métodos	Principais resultados
Hall; Tejada-Tayabas; Monárrez-Espino (2017)	Estudantes universitários da Universidade Autônoma de San Luis Potosí (UASLP) e Universidade Autônoma de Yucatán (UADY) - México.	450 estudantes universitários de Enfermagem e Nutrição (<u>probabilística</u>)	Avaliar a alimentação e a qualidade alimentar dos estudantes universitários e investigar a relação entre os fatores sociodemográficos e comportamentais na saúde e nos comportamentos alimentares.	<u>Questionário autoadministrado</u> – (baseado no <i>Nutrition Survey in Mexican College Students</i> (NSMCS) e <u>entrevistas presenciais</u> . Composto por 46 questões fechadas, em seções: características sociodemográficas, hábitos e comportamentos alimentares (Recordatório 24h), atividade física e medidas antropométricas (45-60 minutos de preenchimento).	<ul style="list-style-type: none"> - um terço dos estudantes bebem mais de 250ml de refrigerantes diariamente. - Mais de 40% apresentam risco de depressão. - Risco de deficiência de micronutrientes na alimentação. - Observou-se a relação entre pular refeição (café da manhã), estresse e inatividade física, com a baixa qualidade na alimentação. - Fatores relacionados em pular refeições: tempo limitado e baixa disponibilidade de dinheiro e alimentos.

Fonte: Elaborado pela autora.

Diferentes instrumentos podem ser utilizados para subsidiar o desenvolvimento dessas pesquisas. A aplicação de questionários apresenta-se como uma opção pertinente para grupos populacionais estudantis, conforme observado nos estudos apresentados. Todos esses estudos utilizaram questionários como instrumento metodológico e apenas quatro deles optaram por métodos combinados, como questionários associados a entrevistas (n=3) (NANNEY et al.; 2015; DA SILVA GASPAROTTO, et al.; 2015; HALL; TEJADA-TAYABAS; MONÁRREZ-ESPINO; 2017) e grupos focais (n=1) (ACEIJAS et al.; 2017). Uma única medida pode ser insuficiente para descrever as múltiplas variáveis relacionadas ao tema e por este motivo, os estudos podem optar pela combinação de métodos objetivos e subjetivos simultaneamente (CHARREIRE et al., 2010; CASPI et al., 2012).

Considerando esses estudos, apenas dois deles incluíram questões abordando aspectos relacionados ao ambiente alimentar universitário, sendo um estudo americano (PELLETIER; LASKA, 2013) e outro australiano (TAM et al., 2017). Observa-se que os estudos utilizaram questionários baseados em pesquisas locais e recortes de instrumentos já validados (n=9)¹⁰; foram desenvolvidos com base na literatura sobre o tema, sem detalhamento das possíveis propriedades psicométricas (testes de validade e confiabilidade) (n=9)¹¹ ou não apresentaram nenhum detalhamento sobre o desenvolvimento e validação do instrumento (n=3)¹². Entretanto, esses elementos relacionados à praticidade, clareza e viabilidade precisam ser considerados na elaboração de um instrumento, bem como, os aspectos estatísticos de validade e confiabilidade (SOUSA et al., 2013), como foi identificado em alguns estudos (n=7)¹³.

A evidência de validade indica se o instrumento está medindo o que se propõe a avaliar (STREINER; NORMAN; CAIRNEY, 2015). Essa

¹⁰STRAWSON et al., 2013; DELIENS et al., 2013; THORPE et al., 2014; MOKHTARI; JAMALUDDIN; SAAD, 2015; PAPIER et al., 2015; NANNEY et al., 2015; DA SILVA GASPAROTTO, et al., 2015; YAHIA et al.; 2016; HALL; TEJADA-TAYABAS; MONÁRREZ-ESPINO, 2017.

¹¹AMANKWAA; ANNAN, 2014; BECERRA-BULLA; PINZÓN-VILLATE; VARGAS-ZÁRATE, 2015; EL ANSARI; SUOMINEN; SAMARA, 2015; LUPI et al., 2015; MAHFOUZ et al.; 2016; AL-QAHTANI, 2016; KOWALCZE; TURYK; DRYWIEŃ, 2016; EL-KASSAS; ZIADE, 2016; ACEIJAS et al., 2017.

¹²ARSHAD et al., 2014; BURRIEL et al., 2014; GUIMARÃES et al., 2014.

¹³SOUSA et al., 2013; PELLETIER; LASKA, 2013; MÁRQUEZ-SANDOVAL et al., 2014; MUSAIGER et al., 2015; SCHNETTLER et al., 2015; PEREZ et al., 2016; TAM et al., 2017.

análise pode apresentar diversas abordagens, como a validade simultânea, de face, de conteúdo, de critério e de construto. Nesse contexto, tanto a validade de conteúdo como a de face são pré-requisitos mínimos para a admissão de um instrumento qualificado e eficiente (DI IORIO, 2005).

A validade de face examina superficialmente a forma que os entrevistados percebem o instrumento, identificando se mede o que se propõe a medir. Por outro lado, a validade de conteúdo envolve a conferência e o julgamento dos itens escritos para o instrumento, averiguando se adequadamente representam os conteúdos ou domínios relevantes para a investigação. Trata-se de uma abordagem realizada por meio de um Painel ou Comitê de Especialistas no tema e auxilia na redução de erros de medidas (DI IORIO, 2005).

A literatura científica traz estudos que optaram pela adoção de distintos passos no desenvolvimento dos instrumentos. Desta forma, essas abordagens podem ser adotadas pelos pesquisadores, com ou sem adaptações. Sousa e colaboradores (2013) utilizaram quatro etapas no desenvolvimento do questionário Isaq-A (Indicadores de Saúde e Qualidade de Vida de Acadêmicos), voltado aos estudantes universitários e composto por 71 questões distribuídas em sete seções. Esses estudantes participaram do estudo longitudinal denominado Monitoramento dos Indicadores de Saúde e Qualidade de Vida de Acadêmicos (MONISA), realizado no estado da Bahia (Brasil). A primeira etapa foi a construção do instrumento baseado na literatura científica e em outras pesquisas que aplicaram instrumentos em adultos jovens e estudantes universitários. O próximo passo foi a validade de face e de conteúdo, por meio de pareceres de seis especialistas da área, definidos por critério de conveniência. Posteriormente, verificou a clareza do instrumento mediante uma consulta a 10 estudantes de diversos cursos e fases. Por último foi conferida a reprodutibilidade do instrumento, por meio de um teste aplicado em 50 estudantes da área de Educação Física e Enfermagem, estudantes não participantes nas etapas anteriores.

Pelletier e Laska (2013) examinaram a associação entre os padrões alimentares gerais dos estudantes universitários americanos; prática de trazer alimentos de casa e frequência de compra de fast food, alimentos e bebidas nos estabelecimentos do Campus, trazendo uma abordagem voltada ao ambiente alimentar da universidade. O questionário, com aplicação média de 30 minutos, foi desenvolvido pela equipe de pesquisadores baseado na literatura, incluindo itens adaptados de estudos prévios sobre o tema e após conversa formativa com alguns estudantes. Houve a administração de um piloto antes da aplicação

definitiva e reprodutibilidade teste e reteste com 48 adultos jovens de idade similar ao público relacionado ao estudo.

Em um estudo mexicano, Márquez-Sandoval et al. (2014) avaliaram o comportamento alimentar de estudantes universitários de Medicina e Nutrição. Para isso, o instrumento aplicado passou por algumas etapas até sua definição final. Inicialmente, o questionário foi elaborado baseado na literatura científica e em seguida, os temas foram explorados com a aplicação de uma entrevista semiestruturada com 10 estudantes. O questionário preliminar foi definido e testado em 10 estudantes a fim de avaliar a clareza e compreensão, caracterizando-se como uma etapa de validade de face. Após, o questionário foi readequado e passou por um processo de validação de conteúdo com 15 especialistas, sendo posteriormente aplicado em 333 estudantes em duas ocasiões distintas, com um intervalo de quatro semanas (teste e reteste) para atestar sua reprodutibilidade.

Schnettler et al. (2015) aplicaram três questionários online pré validados, provenientes de outras pesquisas locais, investigando a importância da alimentação para a saúde, frequência e local do consumo alimentar dos estudantes universitários de cinco universidades chilenas. Além disso, os pesquisadores aplicaram os instrumentos em um piloto com 30 estudantes, sendo avaliado o conteúdo abordado e os itens contemplados pelos instrumentos.

Musaiger et al. (2015) investigaram os padrões alimentares e os comportamentos sedentários de 642 estudantes universitários da área da saúde no Bahrein (Oriente Médio). O questionário elaborado baseou-se em outro previamente validado no país. Em seguida, o instrumento foi revistado por um Comitê composto por cinco especialistas para verificação dos conceitos e após, verificada sua estabilidade por meio da confiabilidade teste e reteste, com intervalo de aplicação de uma semana.

Em um estudo brasileiro, Perez et al. (2016) elaboraram um questionário autoadministrado e aplicável em sala de aula, com base em instrumentos utilizados em sistemas de vigilância sobre fatores de risco para as DCNT em adolescentes e adultos brasileiros e de outros países. Foi um instrumento previamente testado com 21 estudantes de Nutrição do segundo semestre e apresentou revisão de alguns termos incompreendidos por eles (validade de face). A versão final do questionário era composta por 39 questões que avaliaram as práticas e rotinas alimentares e o consumo de determinados alimentos pelos estudantes, baseado nos sete dias anteriores aos dados coletados.

O último estudo avaliado que realizou testes psicométricos e também trouxe questões sobre o ambiente alimentar universitário, em

detaque no Quadro 2, foi o conduzido por Tam et al. (2017) na Austrália, com o objetivo de identificar estratégias para incentivar a alimentação saudável em ambientes alimentares universitários. Um questionário online com 44 questões foi desenvolvido pelos pesquisadores, baseado na literatura sobre o tema, sendo estruturado em quatro seções. O instrumento foi validado em dois momentos: na aplicação do teste piloto com 10 estudantes, visando avaliar os itens a serem mantidos, modificados ou excluídos e, em seguida, a definição de um Comitê de quatro especialistas na área para avaliação de seu conteúdo.

Outros estudos conduzidos em temáticas e públicos similares também foram considerados para subsidiar o entendimento metodológico para a construção e validade de questionários. Mackison e colaboradores (2010) elaboraram um questionário curto e autoadministrado para medir o uso e a compreensão dos consumidores adultos sobre os rótulos dos alimentos. O conteúdo do questionário foi determinado com base em uma revisão da literatura sobre o tema e passou pelas etapas de validade de conteúdo com 26 especialistas da área; validade de face com entrevistas pós-questionário em 20 adultos representativos da população e confiabilidade interna com uma amostra de conveniência de 97 adultos (teste e reteste e cálculo do *Alfa de Cronbach*).

Green e Glanz (2015), pesquisadoras reconhecidas internacionalmente no tema sobre o ambiente alimentar, desenvolveram um importante instrumento sobre a percepção do ambiente, composto por 118 itens, conhecido como NEMS-P. Para o seu desenvolvimento, as autoras utilizaram cinco etapas: a) desenvolvimento de um modelo conceitual com base na literatura sobre o tema; b) revisão por 12 especialistas, compondo a etapa de validade de face e conteúdo; c) condução do teste-piloto e entrevistas cognitivas com 15 participantes (validade de face); d) revisão do instrumento; e) administração do instrumento final em uma amostra de conveniência de 233 adultos, em duas ocasiões (teste e reteste).

Richards et al. (2017) desenvolveram um questionário online para medir diversos fatores relacionados ao consumo de alimentos enlatados. O questionário foi estruturado com base na literatura sobre o tema e uma de suas seções foi adaptada de questões de um questionário validado pelo Instituto Nacional do Câncer. Os autores também incluíram no questionário itens sobre a avaliação dos estudantes sobre a duração e o nível de facilidade ou dificuldade em seu preenchimento. Além disso, realizaram entrevistas cognitivas com oito estudantes de graduação da universidade; validade de conteúdo com quatro especialistas na área e análise da confiabilidade por meio de um teste e reteste

(reprodutibilidade) com uma amostra de conveniência de 301 estudantes, em um intervalo de uma semana entre as aplicações.

Desta forma, nota-se que as publicações relacionadas aos instrumentos de avaliação de hábitos, comportamentos ou práticas alimentares de estudantes universitários apresentam diferentes conduções e abordagens, porém, identifica-se um modelo comum de validação, que é a validade de face e de conteúdo. No entanto, nenhum instrumento poderia ser adotado ou adaptado para uso na presente pesquisa, principalmente porque os instrumentos consultados, na sua maioria, tratam de um contexto ambiental e populacional específico de outros países (Canadá, Bélgica, Estados Unidos, Paquistão, Tunísia, México, Gana, Austrália, Finlândia, Malásia, Chile, Colômbia, Itália, Bahrein, Arábia Saudita, Polônia, Líbano, Reino Unido) e na sua maioria, não incorporam a avaliação das práticas alimentares também no ambiente universitário. Além disso, os enfoques desses estudos foram diferentes e com grande variação entre os países, pois avaliaram os padrões alimentares comparados aos guias e recomendações de órgãos de regulamentação nacionais; as mudanças de peso corporal e os aspectos alimentares relacionados a prevalência de fatores de risco para DCNT; e ainda, os comportamentos de saúde e os hábitos alimentares no contexto geral.

Algumas considerações sobre os estudos serão realizadas. Referente aos estudos nacionais avaliados, Perez et al. (2016) desenvolveram um questionário para avaliação das práticas alimentares baseados na literatura sobre o tema, testando-o previamente e realizando um teste de validade de face. Esse instrumento trouxe questões sobre a frequência de consumo de alguns grupos alimentares e a realização de importantes refeições, tais como o café da manhã. Esses itens também serão adotados pela presente pesquisa. Dois estudos conduzidos por Da Silva Gasparotto et al. (2015) e Sousa, José e Barbosa (2013) objetivaram avaliar condutas associadas à doenças crônicas e cardiovasculares, como alimentação, prática de atividade física, consumo de álcool e tabagismo, por meio de instrumentos validados no cenário científico internacional e nacional, respectivamente. Por fim, o instrumento de Guimarães et al. (2014), que também objetivou avaliar os hábitos alimentares de estudantes universitários, não trouxe detalhamento sobre o seu método, construção e validação. Por outro lado, considerando os estudos internacionais, dois estudos trouxeram uma abordagem voltada ao ambiente alimentar universitário (PELLETIER; LASKA, 2013; TAM et al., 2017) investigando alguns determinantes para a escolha de alimentos, compra de alimentos e bebidas na universidade e seus arredores, quais

alimentos mais consumidos e o hábito de trazer lanches de casa, aspectos que foram trazidos pela presente pesquisa, considerando o contexto nacional.

Desta forma, optou-se em desenvolver e validar um instrumento de avaliação das práticas alimentares dos estudantes universitários, abordando simultaneamente questões sobre o consumo de alimentos de grupos alimentares específicos (leguminosas, salgados fritos, hortaliças, frutas frescas ou salada de frutas, alimentos integrais doces ou guloseimas, bebidas industrializadas diet/light/zero e açucaradas, carnes vermelhas, aves, pescados, alimentos ultraprocessados e *fast food*); realização das refeições, principalmente o café da manhã e o almoço; substituição de refeições por lanches práticos e de baixo valor nutricional; hábito de trazer lanches e fazer refeições em casa; frequência de consumo e alimentos consumidos nas lanchonetes da universidade, de acordo com os tipos de alimentos identificados pela auditoria da universidade (PULZ, 2014) e ainda, aspectos complementares inerentes ao estado nutricional e o ganho de peso corporal após ingresso à universidade.

4. MÉTODO

Esse capítulo aborda o percurso metodológico da pesquisa: caracterização do estudo; termos relevantes; etapas da pesquisa; população e processo amostral para a validação de face; modelo de análise e definição das variáveis incluídas no instrumento; coleta, processamento e análise dos dados; e procedimentos éticos.

4.1 CARACTERIZAÇÃO DO ESTUDO

O estudo caracteriza-se como metodológico, envolvendo a construção e validação de um questionário para avaliação das práticas alimentares de estudantes universitários. Em seguida, esse instrumento poderá ser utilizado em estudos primários e populacionais, na instituição onde foi desenvolvido ou em outras, desde que sejam realizadas as adaptações necessárias e que o instrumento passe por novas etapas de validação aplicadas ao novo contexto.

4.2 DEFINIÇÃO DE TERMOS RELEVANTES DESTA PESQUISA

- **Alimentação:** relaciona-se à ingestão de nutrientes; à escolha, à preparação, ao modo de comer e às dimensões biológicas, culturais e sociais das práticas alimentares (BRASIL, 2014a).
- **Alimentação saudável:** conceito multidimensional, que pode consistir em acesso físico, econômico, ambiental, sustentável e sociocultural aos alimentos; seguindo critérios de qualidade biológica, sanitária e nutricional (BRASIL, 2005; BRASIL, 2006a;b), favorecendo o apropriado desenvolvimento e funcionamento do organismo (BRASIL, 2005; CANNON; LEITZMANN, 2005).
- **Alimentos processados:** alimentos que passaram por processos industriais antes de seu consumo com o objetivo de ampliar sua durabilidade e palatabilidade. Apresentam diversidade de ingredientes, entre eles o sal, açúcar, conservantes e aditivos alimentares. Como alguns exemplos, incluem-se as conservas de legumes, frutas em calda, carnes defumadas, queijos e pães (BRASIL, 2014a).
- **Alimentos saudáveis:** para este estudo será considerada a dimensão biológica e nutricional da saudabilidade. São alimentos

predominantemente in natura; minimamente processados; ausentes de gorduras trans; com pequena quantidade de sal e açúcares de adição; ricos em fibras e reduzido teor de gordura saturada. Caracteriza-se os alimentos in natura como aqueles que não passam por alterações após a retirada da natureza, enquanto os minimamente processados passam por pequenas alterações. Alguns exemplos: frutas e hortaliças (preferencialmente da estação, produzidas localmente e orgânicas); grãos integrais; carnes magras; tubérculos; leguminosas; oleaginosas; ovos e leite (HSPH, 2011; BRASIL, 2014a).

- **Alimentos ultraprocessados:** alimentos que passaram por inúmeros processos industriais e adição de ingredientes como sal, açúcar, óleos, gorduras e outras substâncias de uso industrial, com a função de ampliar a durabilidade dos alimentos e dotá-los de cor, sabor, aroma e textura, tornando-os atraentes e altamente palatáveis. Alguns exemplos: refrigerantes, salgadinhos do tipo “chips”, bolachas recheadas, cereais matinais, guloseimas e macarrão “instantâneo” (BRASIL, 2014a).
- **Alimentação fora do domicílio:** abrange o atendimento alimentar dos indivíduos por meio do fornecimento de refeições fora do domicílio, por motivo de praticidade, conveniência, doença, trabalho, educação ou viagem (PROENÇA et al., 2005). É citada na literatura como uma situação associada ao consumo alimentar, redução da qualidade nutricional e ganho de peso corporal (BURNS et al., 2002; ORFANOS et al., 2009; BEZERRA et al., 2013; LACHA et al., 2012).
- **Ambiente alimentar:** conjunto de circunstâncias individuais, físicas, econômicas, políticas, sociodemográficas e culturais que impactam as escolhas e influenciam as práticas alimentares dos indivíduos (SWINBURN; EGGER; RAZA, 1999; SWINBURN et al., 2013; GLANZ et al., 2005).
- **Barreiras para alimentação saudável:** fatores físicos, individuais, psicológicos, socioculturais e ambientais que podem atuar desencorajando os indivíduos nas escolhas alimentares saudáveis, contribuindo para o desenvolvimento da obesidade. Alguns exemplos: frases que estimulem o consumo e mostrem promoções de alimentos ricos em açúcares, gorduras e sal (SAELENS et al., 2007; PRIDGEON; WHITEHEAD, 2013; MUSAIGER et al., 2014; MAZZOLA; MOORE; ALEXANDER, 2016).

- **Comportamento de saúde:** conjunto de atitudes e condutas práticas que impactam a saúde dos indivíduos (WHO, 1998a).
- **Determinantes da escolha alimentar:** fatores que influenciam o indivíduo na decisão de compra e nas escolhas de alimentos para o consumo. Podem ser variáveis relacionadas aos alimentos (higiene, aparência); aos aspectos econômicos e socioculturais (valores, hábitos, cultura, preço); psicológicos (prazer, emoção); ambientais (disponibilidade, acessibilidade, facilitadores) e biológicos (valor nutricional) (SAELENS et al., 2007; JOMORI; PROENÇA; CALVO, 2008).
- **Estado nutricional:** condição do indivíduo em relação sua saúde nutricional, analisada pela proporção do consumo alimentar e o seu dispêndio energético (BRASIL, 2011b). Pode ser avaliado por meio da antropometria (peso e altura), podendo refletir um estado de adequação nutricional (eutrofia) ou de desequilíbrio nutricional (baixo peso, sobrepeso ou pré-obesidade e obesidade) (WHO, 1995; WHO, 2000).
- **Facilitadores para alimentação saudável:** fatores que promovem ou facilitam comportamentos alimentares mais saudáveis. Englobam facilitadores físicos, individuais, psicológicos, socioculturais e ambientais. Exemplos: informação nutricional disponível no cardápio, tamanho reduzido de porções, possibilidade de substituição por ingredientes ou alimentos mais saudáveis e disponibilidade de frutas e hortaliças (MAZZOLA; MOORE; ALEXANDER, 2016; SAELENS et al., 2007).
- **Práticas alimentares:** agrupamento das rotinas alimentares, expressas por meio de hábitos de consumo, comportamentos e escolha de alimentos (BECERRA-BULLA; PINZÓN-VILLATE; VARGAS-ZÁRATE, 2015; PEREZ et al., 2016). É a maneira que o indivíduo responde aos estímulos, sendo influenciado por diversos determinantes, como os individuais, emocionais, socioculturais, econômicos, físicos e ambientais (SWINBURN; EGGER; RAZA, 1999; DELIENS et al., 2014).
- **Qualidade alimentar e nutricional:** aspecto quantitativo e qualitativo sobre a composição dos alimentos, referente ao

fornecimento de nutrientes que satisfaçam as necessidades fisiológicas dos indivíduos (PROENÇA et al., 2005).

- **Questionário:** instrumento avaliativo que contém itens a serem preenchidos pelos respondentes. Pode ser administrado de maneira impressa ou eletrônica. (DI IORIO, 2005).
- **Universidade:** instituição de ensino pluridisciplinar, pesquisa e extensão. Forma profissionais de ensino superior e contribui para a grandeza da nação e o aperfeiçoamento da humanidade (BRASIL, 1931; BRASIL, 1996).
- **Universitário:** acadêmico, estudante ou membro do corpo discente, matriculado regularmente e ativo em determinado curso, com um vínculo formalizado com a instituição de ensino (BRASIL, 1931).

4.3 DESCRIÇÃO DO LOCAL E POPULAÇÃO DO ESTUDO

O estudo foi desenvolvido no Campus Sede da UFSC, localizado na cidade de Florianópolis (SC). A cidade é a capital do Estado de Santa Catarina, com uma área territorial de 675.409 km² (IBGE, 2010c), sendo considerada a segunda cidade mais populosa do estado, com um número estimado de 477.798 habitantes (IBGE, 2016b). A UFSC, maior instituição de ensino do estado, composta por cinco Campus, possui 5.615 servidores (docentes e técnico-administrativos) e atende 45.096 estudantes de graduação e pós-graduação, distribuídos em 11 centros de ensino (UFSC, 2015).

Durante o ano de 2015, o Campus sede apresentou um fluxo diário de 43.330 pessoas, sendo majoritariamente estudantes (88%) (UFSC, 2015). Além disso, em uma pesquisa de mestrado, identificou-se que, entre 2013 e 2014, esse Campus contava com 19 estabelecimentos (13 lanchonetes e seis restaurantes) de comercialização de alimentos e/ou refeições para o atendimento da comunidade acadêmica. A maioria dos estabelecimentos apresentaram elevada disponibilidade de alimentos com alto teor em gorduras, açúcares e sódio com baixo custo, quando comparado aos alimentos de melhor qualidade alimentar e nutricional (PULZ; 2014; PULZ et al., 2016). No entanto, deve ser reconhecido os RU's localizados no Campus Sede – Trindade e Centro de Ciências Agrárias (CCA), que têm como principal atividade o fornecimento de refeições seguras, balanceadas e diversificadas aos estudantes da

universidade, sendo produzidas com baixo custo e alto controle de qualidade.

Considerando esses indicadores, o Campus sede foi selecionado como local para o desenvolvimento desse estudo pelo expressivo número de estudantes atendidos, potenciais consumidores desses estabelecimentos alocados no ambiente na universidade e pela existência de um contexto dual, por um lado os RU que oferecem uma alimentação de alta qualidade nutricional e de outro lado, os estabelecimentos de venda de alimentos de baixa qualidade nutricional. Além disso, o Campus conta com cursos em período integral e diversas modalidades de bolsas de apoio à permanência na universidade, o que aumenta o tempo que o estudante passa na instituição durante o dia, podendo se estender por muitos anos.

4.4 DEFINIÇÃO DO PROCESSO DE AMOSTRAGEM PARA VALIDAÇÃO DE FACE

Como foi observado, a maioria dos estudos sobre as práticas alimentares é voltado aos estudantes de graduação¹⁴ (Quadro 2), pois há uma tendência desses estudantes sentirem mais profundamente a transição do período escolar para o universitário, o que reflete diretamente nas práticas e no aumento de peso corporal (DELIENS et al., 2013; VADEBONCOEUR; TOWNSEND; FOSTER, 2015; EL-KASSAS; ZIADE, 2016), além de estarem expostos ao ambiente universitário por anos. Assim, para efeito de validação, o questionário foi aplicado na população de estudantes universitários de diferentes cursos de graduação presenciais da UFSC. O instrumento foi preenchido após a leitura, assinatura e devolução do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) (Apêndice E).

O processo amostral para a validade de face foi de conveniência, de adesão voluntária, sendo convidados a fazer parte do estudo estudantes

¹⁴STRAWSON et al., 2013; SOUSA; JOSÉ; BARBOSA, 2013; DELIENS et al., 2013; PELLETIER; LASK, 2013; ARSHAD et al., 2014; BURRIEL et al., 2014; MÁRQUEZ-SANDOVAL et al., 2014; GUIMARÃES et al., 2014; THORPE et al., 2014; EL ANSARI; SUOMINEN; SAMARA, 2015; NANNEY et al., 2015; SCHNETTLER et al., 2015; BECERRA-BULLA; PINZÓN-VILLATE; VARGAS-ZÁRATE, 2015; DA SILVA GASPAROTTO et al., 2015; MUSAIGER et al., 2015; PAPIER et al., 2015; YAHIA et al., 2016; MAHFOUZ et al., 2016; AL-QAHTANI, 2016; KOWALCZE; TURYSK; DRYWIENÍ, 2016; EI-KASSAS; ZIADE, 2016; PEREZ et al., 2016; ACEIJAS et al., 2017; TAM et al., 2017.

matriculados e ativos dos diferentes cursos de graduação e centros de ensino da UFSC, conforme disponibilidade para participação. Para essa etapa foram utilizadas duas diferentes amostragens, sendo a primeira marcada pela aplicação do instrumento nos primeiros 48 estudantes voluntários, homogeneamente distribuídos entre homens e mulheres e centro de ensino e, no segundo momento, em um amostra de conveniência que representasse 25% da amostra anterior (n=12).

4.5 ETAPAS DA PESQUISA

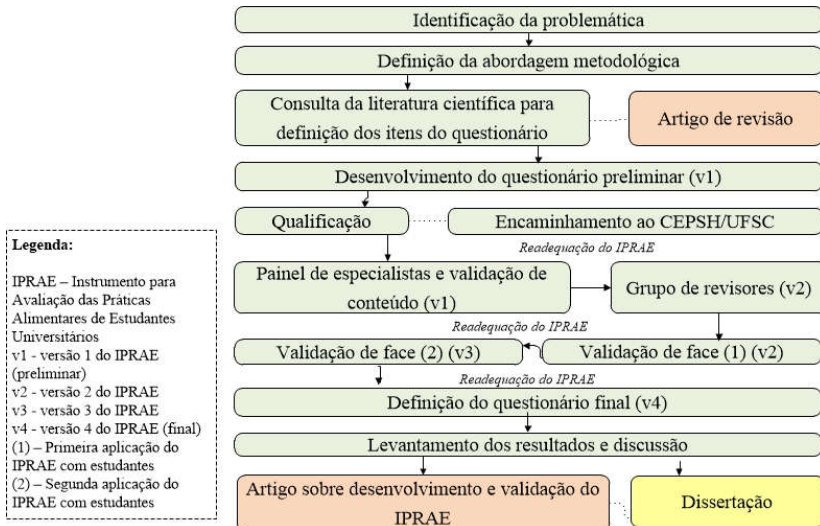
Esse projeto é envolvido por um estudo mais amplo intitulado *Análise do ambiente nutricional do Campus Sede da Universidade Federal de Santa Catarina*, que até o momento, originou três dissertações de mestrado (Figura 6), inclusive a presente pesquisa (Figura 7).

Figura 6. Projeto intitulado *Análise do ambiente nutricional do Campus Sede da UFSC* e estudos correlacionados, Florianópolis/SC, 2013-2018.



Fonte: Elaborada pela autora.

Figura 7. Etapas da realização do estudo *Desenvolvimento e validação de conteúdo e de face de um instrumento para avaliação das práticas alimentares dos estudantes universitários - UFSC, Florianópolis/SC, 2016-2018.*



Fonte: Elaborada pela autora.

4.6 INSTRUMENTO E TÉCNICA DE COLETA DE DADOS

O desenvolvimento desse instrumento foi dividido em etapas: 1) levantamento na literatura científica sobre os instrumentos de avaliação de hábitos, escolhas e comportamentos alimentares de universitários; 2) elaboração do questionário baseado na literatura sobre o tema e questionários de avaliação nacional validados; 3) validação de conteúdo (painel de especialistas); 4) ajustes de acordo com as sugestões dos especialistas com um grupo de revisores; 5) aplicação do instrumento com estudantes (1ª. validade de face); 6) ajustes de redação de acordo com as sugestões dos estudantes; 7) aplicação do instrumento com estudantes (2ª. validade de face); 8) novo ajuste de redação e estruturação do questionário final proposto. Para verificar a validade de face (etapas 5ª e 7ª), a aplicação do questionário foi autoadministrado e aplicado em estudantes de graduação da universidade.

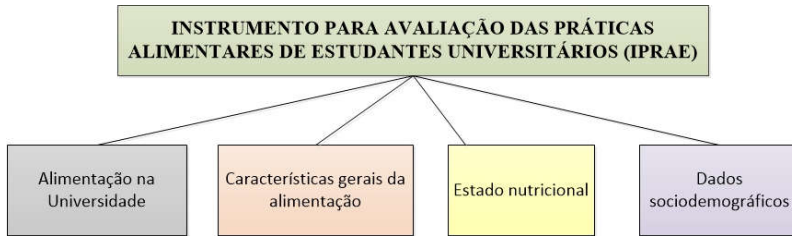
4.6.1 Elaboração do questionário

Em um primeiro momento, para o desenvolvimento do instrumento foi utilizada a mesma abordagem trazida por estudos prévios (MÁRQUEZ-SANDOVAL et al., 2014; SOUSA et al., 2013; PEREZ et al., 2016; SÁNCHEZ SOCARRÁS et al., 2016; RICHARDS et al., 2017). Foi realizada uma revisão da literatura científica sobre as práticas alimentares de universitários, conforme etapas descritas no manuscrito de revisão narrativa (Resultado 1), buscando estudos que utilizaram questionários como método de avaliação de aspectos relacionados a alimentação dos estudantes universitários. A partir desse levantamento, o instrumento preliminar foi desenvolvido com base nos elementos levantados por esta revisão, dentre outros estudos consultados (GREEN; GLANZ, 2015) e pesquisas do sistema de vigilância nacional e de base populacional (IBGE, 2016a; BRASIL, 2017) que fizeram o uso de instrumentos validados previamente.

Trata-se de um questionário autoadministrado e anônimo (sem identificação), codificado apenas para fins de pesquisa, composto por perguntas abertas e fechadas do tipo categóricas de múltipla escolha. Foi organizado de acordo com alguns critérios de viabilidade: linguagem acessível e aplicação impressa, em sala de aula e com duração de até 20 minutos. Esses critérios foram adotados com o objetivo de aumentar a participação dos estudantes respondentes, garantindo uma maior taxa de resposta (ZHANG; FANG; 2013).

O questionário preliminar, antes da etapa de validação de conteúdo, foi estruturado em seções temáticas, organização adotada em outros estudos com universitários (SOUSA et al., 2013; MOKHTARI; JAMALUDDIN; SAAD, 2015; PEREZ et al., 2016; RICHARDS et al., 2017; TAM et al., 2017; HALL; TEJADA-TAYABAS; MONÁRREZ-ESPINO, 2017). Deste modo, o questionário proposto apresenta quatro seções: 1. Alimentação na universidade; 2. Características gerais da alimentação; 3. Estado nutricional e; 4. Dados sociodemográficos. (Figura 8).

Figura 8. Estrutura preliminar das seções do Instrumento para Avaliação das Práticas Alimentares de Estudantes Universitários (IPRAE).



Fonte: Elaborada pela autora.

Alimentação na Universidade: Nessa seção são identificadas as práticas alimentares dos estudantes realizadas no ambiente universitário, tais como: local de realização das refeições; frequência de consumo nas lanchonetes e restaurantes da UFSC, dentro e nos arredores da universidade; frequência de trazer alimentos de casa para comer na universidade; motivos que direcionam a frequência nas lanchonetes dentro da universidade e por trazer alimentos de casa; alimentos e bebidas consumidos nas lanchonetes da UFSC; gastos em alimentação; e frequência de consumo de doces após a refeição. A verificação dos valores gastos em lanches e almoços na UFSC poderia fornecer informações sobre o perfil econômico e de consumo dos estudantes (se trazem alimentos de casa ou compram na universidade) e a condição financeira para aquisição desses alimentos. Além disso, todos os alimentos e bebidas selecionados para a avaliação das escolhas alimentares dos estudantes na universidade foram baseados no estudo de auditoria do ambiente da UFSC realizado por Pulz (2014). Além disso, todos os itens disponíveis nesses estabelecimentos de comercialização de alimentos (lanchonetes) foram revisados pelo grupo de pesquisadores em 2017.

As questões dessa seção foram fundamentadas no estudo de Pelletier e Laska (2013), que avaliou as características de alimentação dos estudantes no Campus da universidade e arredores, compra de fast food e alimentos trazidos de casa; Tam et al. (2017) que avaliaram escolhas alimentares e determinantes de compra de alimentos no ambiente alimentar universitário; e Green e Glanz (2015) que desenvolveram uma medida de percepção do ambiente nutricional, o *Perceived Nutrition Environment Measures Survey* (NEMS-P). As frequências de consumo dos alimentos e grupos alimentares são avaliadas tendo como referência

o número de dias durante a semana, conforme identificado em outros estudos, refletindo o hábito usual e reduzindo o viés de memória.

Características Gerais da Alimentação: Essa seção aborda as características gerais da alimentação dos estudantes, como a ingestão hídrica; a prática e o local de consumo do café da manhã, lanche da manhã, almoço, lanche da tarde e jantar; o hábito de realizar suas refeições assistindo televisão ou estudando e a substituição de refeições por lanches. A frequência de consumo de leguminosas; salgados fritos; hortaliças; frutas frescas ou salada de frutas; alimentos integrais; doces ou guloseimas; bebidas industrializadas diet/ligt/zero; bebidas industrializadas açucaradas; carnes vermelhas; aves; pescados; alimentos ultraprocessados e *fast food* também foram investigadas. Estes foram os mesmos grupos avaliados também pelas pesquisas do sistema de vigilância nacional e de base populacional utilizadas, consultadas pela presente pesquisa (IBGE, 2016a; BRASIL, 2017) e classificação do GAPB (BRASIL, 2014a).

Desta forma, os aspectos considerados para subsidiar o desenvolvimento dessa seção foram baseados nos estudos que investigaram a frequência de algumas refeições, principalmente o café da manhã¹⁵; que avaliaram a frequência de consumo de alimentos e grupos alimentares¹⁶, frutas, legumes e verduras¹⁷, de lanches, *fast foods* e

¹⁵PELLETIER; LASKA, 2013; ARSHAD et al., 2014; AMANKWAA; ANNAN, 2014; NANNEY et al., 2015; SCHNETTLER et al., 2015; MUSAIGER et al., 2015; MAHFOUZ et al., 2016; KOWALCZE; TURYK; DRYWIEŃ, 2016; PEREZ et al., 2016; HALL; TEJADA-TAYABAS; MONÁRREZ-ESPINO, 2017.

¹⁶STRAWSON, et al., 2013; SOUSA; JOSÉ; BARBOSA, 2013; ARSHAD et al., 2014; GUIMARÃES et al., 2014; AMANKWAA; ANNAN, 2014; EL ANSARI; SUOMINEN; SAMARA, 2015; SCHNETTLER et al., 2015; BECERRA-BULLA; PINZÓN-VILLATE; VARGAS-ZÁRATE, 2015; DA SILVA GASPAROTTO et al., 2015; LUPI et al., 2015; MUSAIGER et al., 2015; PAPIER et al., 2015; AL-QAHTANI, 2016; KOWALCZE; TURYK; DRYWIEŃ, 2016; PEREZ et al., 2016; ACEIJAS et al., 2017.

¹⁷GUIMARÃES et al., 2014; ARSHAD et al., 2014; LUPI et al., 2015; BECERRA-BULLA; PINZÓN-VILLATE; VARGAS-ZÁRATE, 2015; PEREZ et al., 2016; SCHNETTLER et al., 2015; MUSAIGER et al., 2015; ACEIJAS et al., 2017.

substituição de refeições por lanches rápidos¹⁸. As questões elaboradas utilizam como padrão a frequência de consumo conforme o número de dias na semana, refletindo o seu hábito usual e auxiliando na redução do viés de memória.

Estado Nutricional: Essa seção traz questões sobre o estado nutricional dos participantes. Investigar o estado nutricional e a variação de peso corporal desse grupo populacional, após o ingresso à universidade, é um assunto trazido frequentemente pela literatura¹⁹, sendo utilizado por diversos estudos considerados no desenvolvimento da presente pesquisa²⁰.

Os estudantes serão questionados sobre seu peso, altura, alteração de peso após o ingresso à universidade e fatores associados a essa alteração (NELSON et al., 2009). Nesse caso, o autorrelato foi escolhido por motivo logístico e econômico, sendo uma prática válida e utilizada pelos estudos populacionais epidemiológicos (BOWMAN, 1992; DANUBIO et al., 2008).

Com os valores de peso e altura, posteriormente, poderá ser calculado o Índice de Massa Corporal (IMC) dos estudantes, indicador da relação do peso e altura que expressa a classificação do estado nutricional. O IMC (kg/m^2) é utilizado para identificar baixo peso, eutrofia ou excesso de peso (sobrepeso e obesidade) nos indivíduos, sendo recomendado pela OMS (WHO, 2000) e pelo Ministério da Saúde (BRASIL, 2011b). A classificação seguirá a preconizada pela OMS (WHO, 2010) (Quadro 3).

¹⁸DELIENS et al., 2013; PELLETIER; LASKA, 2013; AMANKWAA; ANNAN, 2014; MUSAIGER et al., 2015; NANNEY et al., 2015; AL-QAHTANI, 2016; MAHFOUZ et al., 2016; KOWALCZE; TURYK; DRYWIEN, 2016; PEREZ et al., 2016.

¹⁹NELSON et al., 2008; STRONG et al., 2008; VELLA-ZARB; ELGAR, 2009; VELLA-ZARB; ELGAR, 2010; EL ANSARI; STOCK; MIKOLAJCZYK, 2012; CHELI VETTORI et al., 2014; DELIENS et al., 2015; MOKHTARI; JAMALUDDIN; SAAD, 2015; BOYCE; KUIJER, 2015; HILGER; LOERBROKS; DIEHL, 2017.

²⁰NELSON et al., 2009; DELIENS et al., 2013; PELLETIER; LASKA, 2013; BURRIEL et al., 2014; MOKHTARI; JAMALUDDIN; SAAD, 2015; NANNEY et al., 2015; BECERRA-BULLA; PINZÓN-VILLATE; VARGAS-ZÁRATE, 2015; DA SILVA GASPAROTTO et al., 2015; LUPI, et al., 2015; YAHIA et al., 2016; MAHFOUZ et al., 2016; EL-KASSAS; ZIADE, 2016; HALL; TEJADA-TAYABAS; MONÁRREZ-ESPINO, 2017; YANG et al., 2017.

Quadro 3. Classificação do estado nutricional conforme o IMC.

Classificação	IMC	Risco de comorbidades
Abaixo do peso	<18,50	Baixo
Peso Normal / Eutrofia	18,50-24,99	Médio
Excesso de peso	≥25,00	Aumentado Moderado Severo Muito severo
Pré obesidade (Sobrepeso)	25,00-29,99	
Obesidade classe I	30,00-34,99	
Obesidade classe II	35,00-39,99	
Obesidade classe III	≥40,00	

Fonte: Traduzido de WHO (2000).

Dados Sociodemográficos: Essa seção pretende obter informações referentes a idade, sexo, tipo de ingresso na universidade, curso e período (iniciante e intermediário/concluente, tempo de permanência na UFSC, situação de trabalho, moradia, situação conjugal, escolaridade dos pais, renda familiar mensal e recebimento de auxílio estudantil ou bolsa do governo. A distribuição da população estudada, representada pelas variáveis auxiliares, como sexo e idade, forneceria elementos importantes para definir alguns indicadores que caracterizam o perfil da população universitária (IBGE, 2010c). Em relação a idade, a variável será obtida em anos (pergunta aberta) e confirmada com a data de nascimento, sendo que juntamente com escolaridade e estado civil serão categorizadas de acordo com o Censo do IBGE (IBGE, 2010c). Posteriormente, as faixas de renda serão definidas conforme o IBGE (2010c) e atualizadas de acordo com o salário mínimo vigente. A situação de trabalho será avaliada conforme o *Global Health Professionals Survey* (GTSS COLLABORATIVE GROUP, 2006) e complementada com a avaliação dos estudantes beneficiados por algum tipo de bolsa ou auxílio público (bolsa estudantil da UFSC, isenção de alimentação do RU, moradia estudantil, auxílio moradia). A avaliação da situação de moradia permitirá compreender se os estudantes residem com pais, parentes, amigos, sozinhos, em república, moradia estudantil ou pensionato, condições encontradas no meio universitário.

4.6.2 Validação do questionário

Em seguida, na segunda etapa (validade de conteúdo) foi constituído um painel de especialistas que avaliaram o instrumento preliminar (v1 – Apêndice G) e trouxeram melhorias para a construção

das próximas versões do instrumento. Foram convidados 23 especialistas, pesquisadores da área de nutrição e saúde coletiva de diferentes universidades brasileiras: UFSC (n = 11), UERJ (n = 4), UNIFESP (n = 3), UFAL (n = 1), UFPR (n = 1), USP (n = 1), UNB (n = 1) e UFPE (n = 1). Esses foram selecionados com base na sua experiência nos temas: ambiente alimentar, práticas alimentares, desenvolvimento de instrumentos de avaliação, estudos epidemiológicos e com universitários. Os 15 especialistas que aceitaram participar da pesquisa eram das seguintes instituições brasileiras: UFSC (n = 7), UERJ (n = 4), UNIFESP (n = 2), UFAL (n = 1), UFPR (n = 1).

Um breve resumo e descrição dos conceitos relevantes do estudo foram encaminhados via correio eletrônico a esses pesquisadores, que tiveram um prazo de 20 a 30 dias para retornarem com o seu parecer. Os especialistas avaliaram cada questão do questionário com base em 3 critérios: adequação ao que pretende ser avaliado e relevância e clareza da questão, com foco no objeto da pesquisa. Para essa finalidade foi utilizada a avaliação de relevância em uma escala de quatro pontos, variando de 1 (não relevante/não atende) a 4 (muito relevante/atende muito). Além disso, os especialistas forneceram comentários e sugeriram revisões, incluindo adição ou exclusão de questões para as seções do questionário (Apêndice B).

Como resultado desses pareceres, foi calculado o Índice de Validade de Conteúdo para cada critério e questão ($IVC = \text{número de "3" e "4" respostas} / \text{número de especialistas} \times 100$) e para o conjunto total de questões dentro de cada índice ($IVC = \Sigma \text{porcentagem de respostas "3" e "4" de cada especialista} / \text{número de especialistas}$). Seguiu-se a recomendação de um valor de IVC mínimo de 0.90 para o questionário (DI IORIO, 2005) e de 0.62 para questão (LAWSHE, 1975) e que, se não contemplados, exigiriam a reformulação do instrumento e uma nova avaliação.

Em seguida, foi adaptada a técnica de Oficina de Consenso (FINK et al., 1984), sendo realizadas reuniões com um grupo de 7 revisores (3 professores doutores da UFSC, 2 estudantes de mestrado, 1 de doutorado e 1 de graduação que trabalha com a temática) como uma estratégia para estabelecer um nível aceitável de concordância sobre todas as sugestões trazidas pelo painel de especialistas, gerando a segunda versão do instrumento (v2 – Apêndice H)

Na sequência houve a aplicação do questionário revisado (v2), compondo o segundo estágio da validade, em uma amostra de conveniência dos 48 primeiros estudantes voluntários dos 11 Centros de Ensino da Universidade, homogeneamente distribuída entre homens e

mulheres. Foram convidados 4 estudantes de cada centro de ensino e de diferentes cursos de graduação da instituição (Nutrição, Ciências Biológicas, Farmácia, Odontologia, Engenharia Sanitária e Ambiental, Engenharia Civil, Engenharia Química, Geologia, Psicologia, Engenharia de Aquicultura, Oceanografia, Design, Educação Física, Direito, Ciências Econômicas e Pedagogia) que apresentavam disponibilidade temporal para a participação da pesquisa no momento da abordagem pelos pesquisadores. A definição dessa população amostral ultrapassou a amostragem identificada ($n = 8$ a 28) em alguns estudos prévios (SOUSA et al., 2013; MÁRQUEZ-SANDOVAL et al., 2014; PEREZ et al., 2016; SÁNCHEZ SOCARRÁS et al., 2016; RICHARDS et al., 2017).

Os participantes foram orientados por dois pesquisadores, responsáveis pelas coletas, devidamente treinados (Apêndice C), quanto ao preenchimento do questionário, do protocolo de validade de face e o TCLE, como condição para participação na pesquisa. O questionário foi entregue impresso, em 12 páginas (frente e verso) e preenchido a caneta, disponibilizada pelos pesquisadores. Todos os participantes foram esclarecidos sobre as questões éticas, anonimato e sigilo dos dados da pesquisa. Foi medida a validade de face (ou aparente), como uma análise subjetiva do instrumento, utilizando um protocolo (Apêndice D) construído pelo grupo de pesquisadores, fundamentando-se em alguns critérios definidos em estudos (SOUSA et al., 2013; RICHARDS et al., 2017). Portanto, os participantes julgaram a clareza e legibilidade (entendimento das questões), a facilidade (simplicidade) para o preenchimento, o tempo de aplicação e o número de perguntas que compunham o instrumento, para que, posteriormente, fosse revisado pelo grupo de revisores. Na sequência, a terceira versão (v3 - Apêndice I) foi estruturada e reaplicada em uma amostra de conveniência de 12 estudantes de 5 centros de ensino e 7 diferentes cursos da universidade, representando 25% da amostra da coleta anterior, a fim de verificar novamente esses critérios, gerando, em seguida, a versão final do instrumento (v4 - Apêndice J).

4.7 MODELO DE ANÁLISE

O modelo de análise consiste em um conjunto de conceitos e indicadores, interligados entre si, de maneira a identificar os fenômenos da investigação. Nessa etapa, definiram-se variáveis e indicadores envolvidos para alcançar os objetivos traçados (QUIVY; CAMPENHOUDT, 2008) descritos nos Quadros 4, 5, 6 e 7.

Quadro 4. Variáveis, conceitos e indicadores relacionados à alimentação na universidade dos estudantes incluídos no Instrumento para Avaliação das Práticas Alimentares de Estudantes Universitários (IPRAE) - UFSC, Florianópolis/SC, 2016-2018.

Variáveis	Definição	Categoria das variáveis	Indicadores
Uso do RU	Frequência de uso do Restaurante Universitário da UFSC, para almoço e/ou jantar, local com refeições subsidiadas e saudáveis, de 2 ^a . a 6 ^a . feira	Qualitativa ordinal politômica	Não comi, número de dias que frequentou de 2 ^a . a 6 ^a . feira (1 dia, 2 dias, 3 dias 4 dias e 5 dias)
Uso do RU no final de semana	Frequência de uso do Restaurante Universitário da UFSC, para almoço e/ou jantar, local com refeições subsidiadas e saudáveis (no final de semana)	Qualitativa ordinal politômica	Não comi, 1 dia, 2 dias
Uso de restaurantes dentro da UFSC	Frequência de uso dos restaurantes disponíveis dentro do campus da universidade, de 2 ^a . a 6 ^a . feira	Qualitativa ordinal politômica	Não comi, número de dias que frequentou de 2 ^a . a 6 ^a . feira (1 dia a 5 dias)

(continuação)

Variáveis	Definição	Categoria das variáveis	Indicadores
Uso de restaurante aos arredores (entorno) da UFSC	Frequência de uso dos restaurantes nos arredores da universidade, de 2 ^a . a 6 ^a . feira	Qualitativa ordinal politômica	Não comi, número de dias que frequentou de 2 ^a . a 6 ^a . feira (1 dia a 5 dias)
Uso de lanchonetes dentro da UFSC	Frequência de uso das lanchonetes dentro do campus da universidade, de 2 ^a . a 6 ^a . feira	Qualitativa ordinal politômica	Não comi, número de dias que frequentou de 2 ^a . a 6 ^a . feira (1 dia a 5 dias)
Gasto com lanche	Despesa média semanal com lanche, de 2 ^a . a 6 ^a . feira	Quantitativa contínua	Pergunta aberta: valor em reais (R\$) Distribuído em categorias conforme frequência
Gasto com almoço	Despesa média semanal com almoço, de 2 ^a . a 6 ^a . feira	Quantitativa contínua	Pergunta aberta: valor em reais (R\$) Distribuído em categorias conforme frequência

(continuação)

Variáveis	Definição	Categoria das variáveis	Indicadores
Determinantes para comprar alimentos e bebidas nas lanchonetes	Fatores que influenciam a decisão de comprar alimentos e bebidas nas lanchonetes	Qualitativa nominal politômica	Para cada fator avaliar e marcar X: tempo disponível para comer, conveniência e praticidade, preço, habilidade para preparar alimentos em casa, tempo disponível para preparar alimentos em casa, disponibilidade de alimentos mais saudáveis, sabor e aparência, preferências alimentares, condições higiênico-sanitárias, propaganda, promoções ou ofertas, comer com os amigos, outro
Alimentos consumidos na UFSC	Alimentos ou produtos alimentícios consumidos pelo indivíduo como fonte energética, de 2 ^a . a 6 ^a . feira	Qualitativa nominal politômica	Pão de queijo, Salgados assados massa refinada, Salgados assados massa integral, Salgados fritos, Sanduíches de pão integral, Sanduíches, Lanches, Doces assados ou fritos, Bolos integrais, Bolos simples sem cobertura e sem recheio, Bolos com cobertura e sem recheio, Bolos ou tortas com cobertura e com recheio, Biscoitos integrais, Biscoitos sem recheios, Biscoitos com recheio, Salgadinhos/chips ou pipoca de micro-ondas, Doces ou guloseimas, Frutas frescas e/ou salada de frutas, Frutas secas e/ou desidratadas, Salada de frutas com leite condensado, Açaí, Picolé e/ou Sorvete, Oleaginosas, Sopas, Porções, Refeição (prato feito ou peso), Refeição pronta congelada, Macarrão instantâneo, Outro

(continuação)

Variáveis	Definição	Categoria das variáveis	Indicadores
Bebidas consumidas na UFSC	Bebidas consumidas pelo indivíduo como fonte energética, para sede e hidratação, de 2 ^a . a 6 ^a . feira	Qualitativa nominal politômica	Vitaminas de frutas, Smoothies/Frozen, Iogurte/Bebida láctea, Achocolatados/Cappuccino, Bebidas à base de leite, Café puro ou com leite, Bebidas industrializadas à base de café, Chás de infusão, chá industrializados, Água mineral, Água de coco, Sucos naturais ou integrais, Sucos industrializados, Bebidas açucaradas, Bebidas dietéticas, Isotônico, Energético, Outro
Trazer alimentos de casa	Ato de levar alimentos/lanches para serem consumidos na universidade, de 2 ^a . a 6 ^a . feira	Qualitativa ordinal politômica	Não trouxe, número de dias que trouxe de 2 ^a . a 6 ^a . feira (1 dia a 5 dias)

(continuação)

Variáveis	Definição	Categoria das variáveis	Indicadores
Determinantes para a escolha de trazer lanches de casa	Fatores que influencia a escolha de trazer lanches de casa	Qualitativa nominal politômica	Para cada fator avaliar e marcar X: pouco tempo disponível para comer, conveniência e praticidade, facilidade em transportar alimentos, baixo custo, motivação para planejar e organizar a alimentação, habilidade para preparar alimentos em casa, tempo disponível para preparar alimentos em casa, qualidade e alimentos mais saudáveis, sabor, preferências alimentares, restrição alimentar, condições higiênico-sanitárias, comer com os amigos, outro
Alimentos e bebidas trazidos de casa	Alimentos e bebidas trazidos de casa para a UFSC como fonte energética, de 2 ^a . a 6 ^a . feira	Qualitativa nominal politômica	Bebidas à base de leite ou soja, Iogurte ou bebida láctea, Café, Chá caseiro, Chá industrializado, Água, Água de coco, Suco natural ou integral, Suco industrializado, Refrigerante, Energético, Bebidas dietéticas, Isotônico, Biscoitos ou bolos industrializados, Biscoitos ou bolos caseiros, Sanduíches, Ovo, Frutas frescas, Frutas secas, Oleaginosas, Barras de cereais ou de proteína, Doces, Salgadinhos ou Chips, Outro

(continuação)

Variáveis	Definição	Categoria das variáveis	Indicadores
Comer doce após refeição	Comer doce (docinhos, biscoitos, chocolate, picolé, paçoca) após a refeição, de 2 ^a . a 6 ^a . feira	Qualitativa ordinal politômica	Não comi, número de dias que consumiu de 2 ^a . a 6 ^a . feira (1 dia a 5 dias)
Onde compra doces	Local de compra/aquisição	Qualitativa nominal politômica	Não compro, Trago de casa, Dos ambulantes ao redor do RU, Nas lanchonetes da universidade, Dos alunos ou ambulantes que vendem na sala
Melhorias para o ambiente alimentar da universidade	Sugestões de melhorias para o ambiente alimentar da universidade	Qualitativa nominal dicotômica	Sim e Não.

Fonte: Desenvolvido pela autora.

Quadro 5. Variáveis, conceitos e indicadores relacionados às características gerais da alimentação dos estudantes incluídos no Instrumento Instrumento para Avaliação das Práticas Alimentares de Estudantes Universitários (IPRAE) - UFSC, Florianópolis/SC, 2016-2018.

Variáveis	Definição	Categoria das variáveis	Indicadores
Realização do café da manhã	Avalia se o estudante realiza essa refeição e qual a frequência.	Qualitativa ordinal politômica	Não costumo tomar café da manhã, número de dias que realizou nos últimos 7 dias (1 dia a todos os dias)
Local do café da manhã	Local aonde o estudante costuma tomar seu café da manhã.	Qualitativa nominal politômica	Não faço, em casa ou trago de casa, perto de casa, nas lanchonetes dentro da universidade, no entorno da universidade
Realização do lanche da manhã	Avalia se o estudante realiza essa refeição e qual a frequência.	Qualitativa ordinal politômica	Não costumo lanchar, número de dias que realizou nos últimos 7 dias (1 dia a todos os dias)
Local do lanche da manhã ou da tarde	Local aonde o estudante costuma realizar seus lanches.	Qualitativa nominal politômica	Não faço, em casa ou trago de casa, perto de casa, nas lanchonetes dentro da universidade, no entorno da universidade

(continuação)

Variáveis	Definição	Categoria das variáveis	Indicadores
Realização do almoço	Avalia se o estudante realiza essa refeição e qual a frequência.	Qualitativa ordinal politômica	Não costumo almoçar, número de dias que realizou nos últimos 7 dias (1 dia a todos os dias)
Substituição do almoço por lanches	Avalia se há substituição do almoço pelo consumo de lanches rápidos, tais como sanduíches, pizzas e cachorro quente	Qualitativa ordinal politômica	Não substituo, número de dias que realizou nos últimos 7 dias (1 dia a todos os dias)
Local do almoço	Local aonde o estudante costuma almoçar.	Qualitativa nominal politômica	Não almoço, em casa ou trago de casa, perto de casa, restaurantes universitários, restaurantes dentro da universidade, restaurante no entorno da universidade, lanchonetes dentro da universidade, lanchonetes no entorno da universidade
Realização do jantar	Avalia se o estudante realiza essa refeição e qual a frequência.	Qualitativa ordinal politômica	Não costumo jantar, número de dias que realizou nos últimos 7 dias (1 dia a todos os dias)

(continuação)

Variáveis	Definição	Categoria das variáveis	Indicadores
Substituição do jantar por lanches	Avalia se há substituição do jantar pelo consumo de lanches rápidos, tais como sanduíches, pizzas e cachorro quente	Qualitativa ordinal politômica	Não substituo, número de dias que realizou nos últimos 7 dias (1 dia a todos os dias)
Local do jantar	Local aonde o estudante costuma jantar.	Qualitativa nominal politômica	Não janto, em casa ou trago de casa, perto de casa, restaurantes universitários, restaurantes dentro da universidade, lanchonetes dentro da universidade, restaurantes, lanchonetes/delivery/fast-food
Comer assistindo TV/estudando	Costume e frequência do estudante fazer suas refeições assistindo TV ou estudando	Qualitativa ordinal politômica	Não costumo comer, número de dias que realizou nos últimos 7 dias (1 dia a todos os dias)
Consumo de água	Ingestão de água por dia	Qualitativa ordinal politômica	Não costumo, menos de 500mL, de 500mL a 1 litro, mais de 1 litro até 1,5 litro, mais de 1,5 até 2 litros, mais de 2 litros

(continuação)

Variáveis	Definição	Categoria das variáveis	Indicadores
Consumo de bebidas açucaradas	Consumo e frequência de ingestão das bebidas açucaradas (refrigerantes, isotônicos, energéticos, sucos ou chás, industrializados convencionais)	Qualitativa ordinal politômica	Não costumo beber, número de dias que realizou nos últimos 7 dias (1 dia a todos os dias)
Consumo de bebidas diet/light/zero	Consumo e frequência de ingestão das bebidas açucaradas (refrigerantes, energéticos, sucos, água saborizada ou chás e industrializados diet/light/zero)	Qualitativa ordinal politômica	Não costumo beber, número de dias que realizou nos últimos 7 dias (1 dia a todos os dias)
Consumo de doces ou guloseimas	Consumo e frequência de doces e guloseimas, tais como, bolo, biscoito recheado, barra de real, gelatina e pudim.	Qualitativa ordinal politômica	Não costumo comer, número de dias que realizou nos últimos 7 dias (1 dia a todos os dias)
Consumo de leguminosas	Consumo e frequência de consumo de leguminosas (feijão, lentilha, grão de bico)	Qualitativa ordinal politômica	Não costumo comer, número de dias que realizou nos últimos 7 dias (1 dia a todos os dias)
Consumo de salgados fritos	Consumo e frequência de consumo de salgados fritos	Qualitativa ordinal politômica	Não costumo comer, número de dias que realizou nos últimos 7 dias (1 dia a todos os dias)

(continuação)

Variáveis	Definição	Categoria das variáveis	Indicadores
Consumo de hortaliças	Consumo e frequência de consumo de hortaliças	Qualitativa ordinal politômica	Não costumo comer, número de dias que realizou nos últimos 7 dias (1 dia a todos os dias)
Consumo de frutas frescas/salada de frutas	Consumo e frequência de consumo de frutas frescas/salada de fruta	Qualitativa ordinal politômica	Não costumo comer, número de dias que realizou nos últimos 7 dias (1 dia a todos os dias)
Consumo de alimentos do tipo fast food	Consumo e frequência de consumo de fast food (cachorro quente, hambúrguer, sanduíche, pizza e batata frita)	Qualitativa ordinal politômica	Não costumo comer, número de dias que realizou nos últimos 7 dias (1 dia a todos os dias)
Consumo de alimentos integrais	Consumo e frequência de consumo de alimentos integrais (pão, arroz, macarrão integral)	Qualitativa ordinal politômica	Não costumo comer, número de dias que realizou nos últimos 7 dias (1 dia a todos os dias)
Consumo de carnes vermelhas	Consumo e frequência de consumo de carnes vermelhas (bovina, suína ou caprina)	Qualitativa ordinal politômica	Não costumo comer, número de dias que realizou nos últimos 7 dias (1 dia a todos os dias)

(continuação)

Variáveis	Definição	Categoria das variáveis	Indicadores
Consumo de aves	Consumo e frequência de consumo de aves	Qualitativa ordinal politômica	Não costumo comer, número de dias que realizou nos últimos 7 dias (1 dia a todos os dias)
Consumo de pescados	Consumo e frequência de consumo de pescados (tainha, anchova, sardinha e atum)	Qualitativa ordinal politômica	Não costumo comer, número de dias que realizou nos últimos 7 dias (1 dia a todos os dias)
Consumo de alimentos ultraprocessados	Consumo e frequência de consumo de alimentos ultraprocessados	Qualitativa ordinal politômica	Marcar X nos alimentos consumidos: presunto, frango empanado, linguiças, salsichas, carne de hambúrguer, hambúrguer pronto para consumo, macarrão instantâneo, salgadinho de pacote, biscoitos doces simples, biscoitos doces recheados, biscoitos doces integrais, biscoitos salgados simples, biscoitos salgados recheados, biscoitos salgados integrais, barra de real, pipoca de micro-ondas, pizzas prontas, lasanha congelada

Fonte: Desenvolvido pela autora.

Quadro 6. Variáveis, conceitos e indicadores relacionados ao estado nutricional dos estudantes incluídos no Instrumento para Avaliação das Práticas Alimentares de Estudantes Universitários (IPRAE) - UFSC, Florianópolis/SC, 2016-2018.

Variáveis	Definição	Categoria das variáveis	Indicadores
Peso corporal e Altura	Medidas utilizadas para avaliar o estado nutricional	Quantitativa contínua	Peso em kg e altura em cm autorrelatados / Não sabe, não quer responder
Alteração de peso após ingresso à universidade	Alteração de peso após ingresso à universidade	Qualitativa nominal politômica	Não (mantive), Sim (aumentou), Sim (diminuiu), Sim (aumentou e retornou ao usual), Sim (diminuiu e retornou ao usual), Eu não sei/não quero responder
Fatores que interferiram na alteração de peso	Fatores que interferiram na alteração de peso corporal	Qualitativa nominal politômica	Pouco tempo para comer, para preparar alimentos em casa, para praticar atividade física, Pouca habilidade para preparar alimentos em casa, Consumo de lanches e fast food, Consumo de bebidas alcóolicas, Consumo de bebidas açucaradas, Consumo de doces e guloseimas, Pular refeições, Substituir refeições por lanches, Restrição alimentar, Alimentação fora de casa, Não morar com os pais, Conhecimento sobre alimentação, Disponibilidade de alimentos menos saudáveis na universidade, Preferências, Sabor, Estresse e ansiedade, Outro

Quadro 7. Variáveis, conceitos e indicadores relacionados à identificação e aspectos sociodemográficos dos estudantes incluídos no Instrumento para Avaliação das Práticas Alimentares de Estudantes Universitários (IPRAE) - UFSC, Florianópolis/SC, 2016-2018.

Variáveis	Definição	Categoria das variáveis	Indicadores
Faixa etária	Categoria que se relaciona à idade dos estudantes	Quantitativa contínua	Pergunta aberta: em anos Distribuída em categorias (16-19, 20-24, 25-29, 30-34 e acima de 35)
Data de nascimento	Categoria que se relaciona à idade dos estudantes	Quantitativa contínua	Pergunta aberta: descrição da data de nascimento
Sexo	Conjunto de características anatomofisiológicas que distinguem o homem e a mulher	Qualitativa nominal dicotômica	Feminino ou Masculino
Curso de graduação	Curso que o estudante frequenta	Qualitativa nominal politômica	Pergunta aberta
Ingresso por política de ações afirmativas	Modalidade de ingresso: cotas raciais e escola pública	Qualitativa nominal dicotômica	Sim ou Não

(continuação)

Variáveis	Definição	Categoria das variáveis	Indicadores
Auxílio estudantil	Recebimento de um recurso governamental para auxiliar nas despesas de estudo	Qualitativa nominal politômica	Bolsa Estudantil UFSC, Isenção de Alimentação no RU, Moradia Estudantil, Auxílio Moradia, Não recebe, Outro
Fase do curso	Em qual fase do curso o estudante está matriculado	Qualitativa ordinal politômica	1 ^a . fase, 2 ^a . fase, 3 ^a . fase, 4 ^a . fase, 5 ^a . fase, 6 ^a . fase, 7 ^a . fase, 8 ^a . fase, 9 ^a . fase, 10 ^a . fase, 11 ^a . fase e 12 ^a . fase
Horas na UFSC	Tempo de permanência do estudante para as atividades estudantis na UFSC	Quantitativa contínua	Número de horas Distribuído em categorias conforme frequência
Dias na Universidade	Média de dias na universidade	Qualitativa ordinal politômica	Não veio, 1 dia, 2 dias, 3 dias, 4 dias, 5 dias, 6 dias nos últimos 7 dias, todos os dias
Trabalho	Atividade física ou intelectual, realizada pelo indivíduo, com o objetivo de obter renda	Qualitativa nominal politômica	Não trabalha, bolsa de monitoria, bolsa estágio, bolsa PIBIC/PET/Extensão, estágio remunerado, trabalho formal, trabalho informal, outro

(continuação)

Variáveis	Definição	Categoria das variáveis	Indicadores
Moradia	Condição de domicílio	Qualitativa nominal politômica	Com pais, parentes, companheiro(a) ou esposo(a), sozinho(a), amigos, república, moradia estudantil, pensionato, outro
Situação conjugal	Situação do indivíduo em relação ao matrimônio	Qualitativa nominal politômica	Solteiro(a), casado(a)/mora com companheiro(a), separado(a)/divorciado(a), viúvo(a)
Escolaridade do pai	Cumprimento de um determinado nível de estudo do pai	Qualitativa ordinal politômica	Nunca estudou, Ensino Fundamental Incompleto, Ensino Fundamental Completo, Ensino Médio ou Técnico Incompleto, Ensino Médio ou Técnico Completo, Ensino Superior ou Tecnólogo Incompleto, Ensino Superior ou Tecnólogo Completo, Pós Graduação, Não sabe/não quer responder

(continuação)

Variáveis	Definição	Categoria das variáveis	Indicadores
Escolaridade da mãe	Cumprimento de um determinado nível de estudo da mãe	Qualitativa ordinal politômica	Nunca estudou, Ensino Fundamental Incompleto, Ensino Fundamental Completo, Ensino Médio ou Técnico Incompleto, Ensino Médio ou Técnico Completo, Ensino Superior ou Tecnólogo Incompleto, Ensino Superior ou Tecnólogo Completo, Pós Graduação, Não sabe/não quer responder
Renda familiar	Soma da renda individual dos moradores do mesmo domicílio familiar	Qualitativa ordinal politômica	Sem rendimento, não sabe/não quer responder, distribuído em categorias conforme frequência e salário mínimo vigente

Fonte: Desenvolvido pela autora.

4.8 PROCESSO DE COLETA DE DADOS

A equipe de pesquisadores foi composta pelo pesquisador orientador (Departamento de Nutrição), professores parceiros do Departamento de Nutrição, pós graduandos do Programa de Pós-Graduação em Nutrição (PPGN-UFSC) e estudantes de Graduação em Nutrição da UFSC. Todos os pesquisadores participaram da revisão do instrumento conforme sugestões trazidas pelo painel de especialistas e os estudantes de pós-graduação e graduação, participantes da equipe de pesquisadores, foram os responsáveis pela condução da aplicação do IPRAE para avaliação da validade de face.

4.8.1 Aplicação do questionário

A participação foi voluntária e nenhum tipo de recompensa ou remuneração foi oferecida aos estudantes que participaram da etapa de validação de face. Os pesquisadores explicaram o estudo, esclarecendo as dúvidas dos estudantes e destacaram a voluntariedade da participação. Todos os estudantes participantes assinaram o TCLE antes de responder o questionário.

4.9 PROCESSAMENTO E ANÁLISE DOS DADOS

Os dados resultantes da aplicação do protocolo de validade de face e a seção do questionário sobre os aspectos sociodemográficos foram digitados, inseridos e analisados no programa *Microsoft Excel 2013*®. Por meio da estatística descritiva foi caracterizada a amostra de respondentes do teste de validação de face (Quadro 8). A estatística descritiva foi apresentada com uso de medidas de tendência central (média) e de dispersão (desvio padrão) das variáveis quantitativas (discretas e contínuas) e frequência absoluta (%) das variáveis categóricas.

Quadro 8. Variáveis e estatística descritiva do estudo sobre avaliação das práticas alimentares e estado nutricional de estudantes da Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis/SC, 2016-2018.

Seção	Variáveis	Tipo de análise
Protocolo de validade de face	Fácil de entender as perguntas / Simples de responder o questionário / Tempo gasto para o preenchimento / Número de perguntas do questionário / Pensou em desistir	Frequência absoluta (%) e relativa
Cabeçalho do IPRAE	Tempo para aplicação (minutos e segundos)	Diferença entre o horário inicial e final de aplicação e medida de tendência central (média)
Dados sociodemográficos	Idade (anos)	Medida de tendência central (média) e de dispersão (desvio padrão)
	Horas na UFSC (horas)	Medida de tendência central (média)
	Sexo / Situação conjugal / Curso de graduação / Fase do curso / Ingresso pela política de ações afirmativas / Auxílio estudantil / Atividade remunerada / Condição de moradia / Renda familiar / Escolaridade do pai / Escolaridade da mãe	Frequência absoluta (%) e relativa

Fonte: Desenvolvido pela autora.

4.10 PROCEDIMENTOS ÉTICOS DA PESQUISA

Os princípios éticos seguidos na pesquisa fundamentaram-se no consentimento voluntário dos participantes, na confidencialidade das informações obtidas, no respeito aos direitos humanos e na garantia da

integridade científica (BONITA; BEAGLEHOLE; KJELLSTROM, 2010). Os participantes estudantes que aceitaram participar da pesquisa assinaram o TCLE, tendo assegurados os direitos de anonimato.

O projeto intitulado **“Análise do ambiente alimentar das cantinas dos Campus da Universidade Federal de Santa Catarina, SC”**, foi aprovado inicialmente pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos (CEPSH) da UFSC (protocolo n° 5.429/2012), seguindo os preceitos éticos da Resolução n° 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde (BRASIL, 2012a). Posteriormente, foram submetidas duas emendas deste protocolo ao Comitê: uma ampliando a caracterização do ambiente para lanchonetes e restaurantes e a outra, incluindo a aplicação de um questionário de avaliação das práticas alimentares dos estudantes universitários. Esta última emenda foi aprovada sob o parecer n° 2.308.502/2017.

5. RESULTADOS

A presente dissertação de mestrado originou duas publicações científicas a serem submetidas para publicação. O manuscrito 1 trata de uma revisão narrativa do cenário mundial sobre práticas alimentares de estudantes universitários. O manuscrito 2 trata de um artigo original, metodológico, abordando os resultados do desenvolvimento e validação do instrumento para avaliação das práticas alimentares dos estudantes universitários. Além disso, no intuito de maior divulgação pública dos resultados dessa dissertação, foi elaborada uma nota de imprensa (Apêndice F).

5.1 Artigo – Revisão Narrativa

Uma revisão narrativa do cenário mundial sobre práticas alimentares de estudantes universitários

A narrative review of the world scenario on eating habits of university students

RESUMO

O período universitário pode oferecer um momento propício ao declínio das práticas alimentares saudáveis e ao ganho de peso corporal dos jovens estudantes. O objetivo deste estudo foi elaborar uma revisão narrativa sobre as práticas alimentares de estudantes, inclusive as realizadas no ambiente da universidade. Foi realizada revisão nas bases de dados PubMed e Scopus, com artigos que avaliaram consumo, hábitos, padrões, escolhas, comportamentos e práticas alimentares de estudantes universitários, publicados no período de 2013 a 2017. Foram selecionados 41 artigos, 12% nacionais e 88% internacionais, identificando-se que as práticas alimentares inadequadas são reproduzidas por universitários em todo o mundo, tais como o baixo consumo de frutas e hortaliças e o alto consumo de alimentos ultraprocessados e bebidas alcóolicas, com diferenças entre sexo e a situação de moradia (morar com os pais ou não). Além disso, a compra de alimentos e bebidas ou a realização de refeições fora de casa e na universidade foram identificadas e que algumas barreiras, tais como o contexto ambiental, podem potencializar as escolhas alimentares menos saudáveis. Esses resultados caracterizam as práticas alimentares de

universitários em todo mundo, podendo auxiliar na concepção de um modelo avaliativo das práticas alimentares de estudantes universitários, conduzir intervenções futuras voltadas à promoção da saúde na universidade e fornecer subsídios para a construção de um ambiente universitário mais saudável, com maior disponibilidade e variedade de alimentos saudáveis, a um menor custo.

Palavras-chave: alimentação, comportamento alimentar, hábito alimentar, adultos jovens, universidades.

ABSTRACT

The university study period can help weight the exercise of healthy eating practices and the gain of body weight of young students. The object of this study was to review the narrative about the eating habits of students, including business in the university environment. PubMed and Scopus databases were revised from 2013 to 2017. 41 articles were selected, 12% national and 88% international, identifying how inappropriate food practices are reproduced by university students worldwide, such as the high consumption of fruits and vegetables and the high consumption of ultraprocessed foods and alcoholic beverages, with differences between the sex and the housing situation (lived with parents or not). In addition, the purchase of food and beverages or meals outside the home and university have been identified and some barriers, such as the environmental context, may potentiate less healthy food choices. These results characterize the eating habits of university students around the world. They can help in the design of an evaluative model of the eating habits of university students, conduct future interventions aimed at health promotion in the university and provide subsidies for the construction of a healthier university environment, with greater availability and variety of healthy foods by a lower cost.

Keywords: food, eating behavior, food habits, young adults, universities.

INTRODUÇÃO

O ingresso dos jovens na universidade coincide com um período de vida de transição da adolescência para a vida adulta. Pode ser considerado um momento crítico, marcado por modificações nas rotinas de vida, estresse e adoção de maus hábitos alimentares^(1,2), componentes

esses relacionados ao estado de saúde⁽³⁾. Essas mudanças podem aumentar o risco de desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT)^(4,5) e potencializar as chances de ganho de peso nesses jovens, que pode ser mantido ou acentuado na idade adulta^(1,2).

O ambiente no qual os indivíduos estão inseridos tem papel direto nesse processo. O ambiente alimentar caracteriza as circunstâncias que envolvem a disponibilidade, a acessibilidade física e financeira, promoção de alimentos e outras variáveis políticas e socioculturais que podem impactar nas escolhas alimentares dos indivíduos⁽⁶⁻⁹⁾. Esse ambiente pode desencorajar as práticas alimentares saudáveis e promover maus hábitos, podendo comprometer o estado de saúde e levar ao ganho de peso corporal⁽¹⁰⁾, inclusive em estudantes mais motivados na manutenção de uma alimentação saudável^(11,12). Alimentos ultraprocessados, ricos em gorduras, açúcares e sódio^(10,11,13,17) e acessíveis em maiores porções são encontrados nas universidades, encorajando os jovens a adotarem um consumo alimentar baseado no fornecimento de calorias a um baixo custo⁽¹⁶⁾.

Além da disponibilidade, estudos têm identificado práticas alimentares inadequadas em estudantes universitários. Esses jovens apresentam alto consumo de alimentos ultraprocessados, como refrigerantes e salgadinhos^(15,17); substituição de refeições por lanches rápidos⁽¹⁸⁻²³⁾; baixo consumo de frutas, hortaliças e leguminosas⁽²⁴⁾ e hábito de comer fora de casa⁽²⁵⁾, o que os torna mais expostos aos ambientes, desencorajando-os ao consumo saudável^(26,27).

Portanto, tendo em vista as repercussões do ambiente alimentar universitário sobre as práticas alimentares e o incremento mundial de 113% no número de estudantes matriculados no ensino superior entre 2010 e 2015⁽²⁸⁾, o presente estudo teve como objetivo realizar uma revisão narrativa sobre as práticas alimentares de estudantes, inclusive as realizadas no ambiente da universidade, contribuindo para a concepção de um modelo avaliativo e a construção de evidências científicas sobre essa temática.

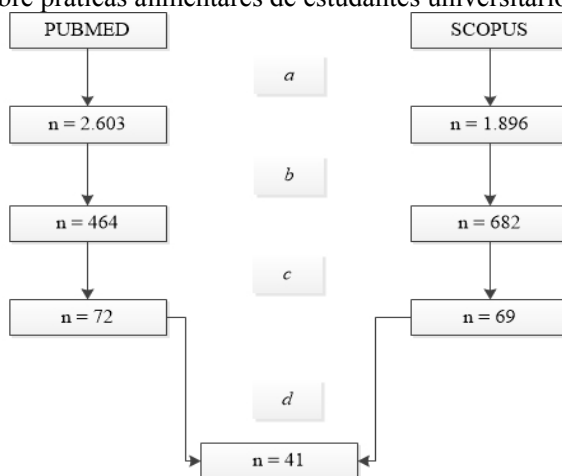
MÉTODOS

Trata-se de uma revisão narrativa sobre as práticas alimentares de universitários, conceituada em estudos prévios^(6,11,18,24). Nesse estudo, as práticas alimentares foram consideradas o agrupamento das rotinas na alimentação, expressas por meio de hábitos de consumo, padrões, comportamentos e escolha de alimentos, que podem sofrer a influência de

determinantes individuais, socioculturais, econômicos, físicos e ambientais. As principais características da alimentação saudável consideradas referem-se ao acesso físico, econômico, ambiental e sociocultural aos alimentos, de acordo com critérios de qualidade biológica, sanitária, nutricional⁽²⁹⁾.

A busca sistematizada ocorreu em dezembro de 2017, nas bases de dados PubMed e Scopus. Alguns termos de indexação (*Medical Subject Headings* - MeSH; Descritores em Ciências da Saúde - DeCS) foram utilizados nas estratégias de buscas: feeding behavior, eating behavior, feeding pattern, food habit, dietary habit, diet habit, food preference, food selection, nutritional, nutrition, food, undergraduate, college student e university student. Os critérios de inclusão para a seleção foram: estudos originais dos últimos cinco anos (entre 2013 e 2017), destacando a contemporaneidade do tema, publicados na língua portuguesa, inglesa ou espanhola. Com a aplicação dos critérios de refinamento conforme a Figura 1, obtiveram-se 72 artigos potenciais para leitura no Pubmed e 69 no Scopus. Após análise e exclusão das publicações em duplicidade, obteve-se o resultado de 41 artigos incluídos na presente revisão para a temática em pesquisa.

Figura 1. Fluxograma das etapas e critérios de refinamento para a seleção dos artigos sobre práticas alimentares de estudantes universitários.



Refinamento: (a) Descritores; (b) Área (enfermagem, ciências biológicas e ambientais, medicina); artigos dos últimos 5 anos em língua portuguesa, inglesa ou espanhol, textos completos online; (c) Análise do título, leitura do abstract e avaliação das conclusões; (d) Exclusão de artigos repetidos.

Para a extração dos dados foi realizada uma consulta *ad-hoc* dos autores, ano de publicação, localização (continente e país), delineamento, objetivo, tipo de instrumento e população amostral. Além disso, foi utilizado um protocolo aberto incluindo todas as variáveis relacionadas às práticas alimentares de estudantes universitários e os estudos foram categorizados em nacionais e internacionais, comparando os principais resultados comuns encontrados. Além disso, foi investigado quais e quantos estudos incluíam esses principais resultados em sua avaliação.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Essa revisão incluiu 41 estudos, sendo que 13 foram realizados na Europa (3 espanhóis); 13 na América (5 brasileiros); 9 na Ásia (4 sauditas); 3 na Oceania (todos australianos) e 3 na África. A maioria dos estudos selecionados é de delineamento transversal (95%), com amostragem por conveniência (88%), tamanho amostral variando de 22 a 5.174 estudantes e predominância do sexo feminino (87%).

Em relação aos instrumentos utilizados, 81% utilizaram a aplicação de um questionário autoadministrado (n=33) e estruturado em seções^(15,18–21,24,30–56); 12% utilizaram uma metodologia mista (n=5), composta pela aplicação do questionário autoadministrado e/ou de frequência de consumo alimentar, associada à condução de entrevistas e grupos focais^(22,57–60) e 7% dos estudos (n=3) aplicaram apenas questionários de frequência alimentar^(23,61,62) para a avaliação dessas variáveis. Verificou-se que 44% (n=18) dos estudos incluíram a avaliação do estado nutricional do estudantes por meio da coleta objetiva ou pelas medidas antropométricas autorreferidas^(22,24,30,33,35,36,38–41,46,49–51,53–55,58). Além disso, 41% (n=17) investigaram a situação de moradia dos estudantes^(18,22,30–42,57,58), sendo que 27% (n=11) apontaram que a maioria dos estudantes residiam com seus pais ou familiares^(36,39,41,42,57,58).

Os estudos nacionais e internacionais que analisaram as práticas alimentares dos universitários e que compuseram a estrutura dessa pesquisa estão apresentados na Tabela 1 e 2, respectivamente.

Tabela 1. Principais resultados dos estudos nacionais que analisaram as práticas alimentares de estudantes universitários, 2013-2017.

Autor / Ano / Local	Descrição da amostra	Principais resultados sobre as práticas alimentares
Sousa et al. (2013) ⁽⁴³⁾ , Bahia, Brasil	n=1.084; diversos cursos (55% F)	- consumo insuficiente de frutas (81%) e hortaliças (57%); - 41% consumiam bebidas alcóolicas; - homens comiam menos frutas e hortaliças quando comparado às mulheres.
Guimarães et al. (2014) ⁽⁴⁴⁾ , Pará, Brasil	n=22; diversos cursos (55% M)	- consumo diário: leguminosas (68%), hortaliças (50%), frutas (32%); - 82% consumiam alimentos calóricos; - 18% consumiam bebidas alcóolica; - 14% adicionavam sempre sal em seus alimentos após preparados; - refeições: 3-4 refeições/dia (55%), realizavam o café da manhã (91%), realizavam refeições em casa (27%), no Restaurante Universitário (23%) e em ambos locais (50%).
Cheli et al. (2014) ⁽⁴⁰⁾ , São Paulo, Brasil	n=501; cursos da área da saúde (73% F)	- 66% consumiam bebidas alcóolicas; - refeições: 2 refeições/dia eram realizadas no Campus, 84% consumiam café da manhã (sendo 4% no Campus), 100% almoçavam (sendo 83% no Campus) e 70% faziam lanche da tarde (sendo 42% no Campus).
Da Silva Gasparotto et al. (2015) ⁽⁵⁹⁾ , Paraná, Brasil	n=1.599; diversos cursos (primeiro e último ano)	- consumo de frutas e hortaliças foi associado à prática regular de atividade física; - consumo de doces e empanados foi associado ao excesso de peso.

Perez et al. (2016) ⁽¹⁸⁾ , Rio de Janeiro, Brasil	n=1.336; diversos cursos (56% F)	- consumo diário: bebidas açucaradas (46%), feijão (28%), hortaliças (21%), refrigerantes (16%), frutas (12%), batatas e salgados fritos (4%) - refeições: café da manhã diariamente (52%); - 12% substituíam o almoço por lanches (2 dias nos últimos 7 dias) e 5% com regularidade (≥ 5 dias nos últimos 7 dias); - 33% substituíam o jantar por lanches com regularidade (≥ 5 dias nos últimos 7 dias).
---	--	---

Tabela 2. Principais resultados dos estudos internacionais que analisaram as práticas alimentares de estudantes universitários, 2013-2017.

Autor / Ano / Local	Descrição da amostra	Principais resultados sobre as práticas alimentares
Strawson et al. (2013) ⁽⁶¹⁾ , Alberta, Canadá	n=36; ≥ 1 ano de curso de Nutrição (100% F)	- a maioria não consumiam as porções mínimas recomendadas pelo Guia Alimentar do Canadá (grupos: leguminosas, sementes e oleaginosas, azeite e grãos integrais); - 14% consumiam as recomendações mínimas de frutas e hortaliças;
Pelletier; Laska (2013) ⁽¹⁹⁾ , Minnesota, Estados Unidos	n=1.059; diversos cursos (53% F)	- 45% compram $\geq 3x$ /semana alimentos/bebidas no Campus; - bebidas eram as compras mais frequentes no Campus; - compra regular de alimentos/bebidas no Campus era mais presente em estudantes de período integral (associação com menor realização do café da manhã e maior consumo de açúcares e gorduras); - trazer alimentos de casa estava associado com menor consumo de açúcares e gorduras, e maior realização do café da manhã e consumo de frutas e hortaliças.
Burriel et al. (2013) ⁽³⁰⁾ , Cidade	n=80; primeiro ano, curso	- baixo consumo: frutas e hortaliças; - alto consumo: carnes, produtos lácteos e açúcares; - 29% consumiam bebidas lights;

Real, Espanha	de Enfermagem (79% F)	- refeições diárias: ≥ 4 refeições (75%); café da manhã (99%).
Bagordo et al. (2013) ⁽³¹⁾ , Lecce, Itália	n=193; segundo ao quinto ano; curso de Ciências Biológicas (78% F)	- alimentos mais consumidos: pães e cereais; frutas e hortaliças cruas; café; bolos; batatas, macarrão e arroz; e produtos lácteos; - estudantes que residiam com a família: maior consumo de hortaliças, peixes, carnes, batatas fritas, pão e cereais, refeições quentes e sanduíches; 64% almoçam em casa ou levavam almoço de casa para a universidade; - estudantes que residiam longe de casa: maior consumo de hortaliças cruas, refeições cruas, frias, congeladas e prontas; - refeições: 82% realizavam o café da manhã; 25% comiam nas cantinas universitária e 17% no bar do campus; - 23% mudaram seus hábitos alimentares após o ingresso à universidade (79% nos que residiam longe da família).
Zaragoza- Martí et al. (2013) ⁽⁶²⁾ , San Vicente del Raspeig, Espanha	n=396; diversos cursos (primeiro e segundo ano) (64% F)	- consumo semanal: bebidas alcóolicas (65%); - consumo semanal à diário: refrigerantes (67%); - homens: mais bebidas açucaradas; - mulheres: mais bebidas de baixa calorias.
Onurlubaş; Yilmaz (2013) ⁽³²⁾ , Keşan, Turquia	n=265; cursos das Ciências Aplicadas (55% M)	- 98% consumiam fast food (principalmente hambúrguer, sanduíche, pizza e refeições congeladas); - fatores associados ao consumo: preço; conveniência e acessibilidade; produto e serviço e escassez de tempo; - substituição do almoço por lanche rápido (67%) e do jantar (32%).
Arshad et al. (2014) ⁽⁴⁵⁾ , Sargodha, Paquistão	n=240; diversos cursos (52% F)	- baixo consumo (quase nunca): peixes (91%), ovos (69%), leite (51%) e frutas (42%); - consumo 1-2x/semana: frutas (25%);

		<ul style="list-style-type: none"> - consumo algumas vezes na semana: carnes (40%); - associação positiva entre o consumo alimentar de carnes, peixes, sucos, leite e frutas e desempenho escolar; - a maioria não realizava o café da manhã diariamente; - associação positiva entre os hábitos de café da manhã e a concentração nos estudos.
Burriel et al. (2014) ⁽³³⁾ , Tunísia, África	n=54; diversos cursos (54% M)	<ul style="list-style-type: none"> - baixo consumo: peixes; - consumo durante dias letivos: fast food (24%); - alto consumo: alimentos ricos em açúcares simples, gorduras saturadas e colesterol; - a maioria tiveram um baixo Índice de Alimentação Saudável; - refeições diárias: café da manhã (91%).
Amankwaa; Annan (2014) ⁽²³⁾ , Kumasi, Gana	n=66; diversos cursos (53% F)	<ul style="list-style-type: none"> - 8% consumiam bebidas alcólicas; - consumo $\geq 3x$/semana: fast food (27%); - padrões alimentares associados ao risco metabólico; - associação entre o baixo consumo de frutas e hortaliças, e não realização do café da manhã com elevado colesterol total e triglicerídeos séricos em homens; - maior amplitude no consumo dos grupos alimentares variados associada a atividade física e maior ingestão de frutas e hortaliças; - refeições diárias: não realização do café da manhã (79%).
Thorpe et al. (2014) ⁽⁴⁶⁾ , Melbourne, Austrália	n=309; matriculados em uma aula de nutrição (81% F)	<ul style="list-style-type: none"> - 75% realizavam uma refeição principal por semana por <i>take away</i> (refeição rápida) e 53% consumiam preparações de conveniência; - 72% preparavam suas refeições (49% diariamente); - associação positiva entre preparar sua refeição com maior qualidade alimentar;

		- associação negativa entre o consumo de alimentos <i>take away</i> e de conveniência e menor qualidade da dieta.
Evagelou et al. (2014) ⁽⁴⁷⁾ , Atenas, Grécia	n=435; curso de Enfermagem (83% F)	- consumo raro: frutas (13%); - consumo 1-2x/semana: fast food (47%); - consumo 2-3x/semana: refeições fora de casa (30%); - consumo moderado: refeições prontas (42%); - consumo diário: vegetais (39%), frutas (36%), doces (16%); - mulheres: mais refeições caseiras e hortaliças; - homens: mais carnes e fora de casa; - alimentos preferidos nas cantinas: pizzas, lanches, chips, sanduíches, doces, chocolates, refrigerantes, café, frutas e iogurte; - maior determinante para as escolhas alimentares: sabor; - refeições diárias: café da manhã (69%).
El Ansari et al. (2015) ⁽⁴⁸⁾ , Turku, Finlândia	n=1.104; primeiro, segundo e terceiro ano; diversos cursos (71% F)	- consumo diário: hortaliças cruas (51%), frutas (36%), hortaliças cozidas (24%), doces (6%); - adequação dietética elevada (>70%) para alimentos não saudáveis (bolos, biscoitos, fast food, enlatados, sucos industrializados e refrigerantes); - adequação dietética moderada (>50%) para alimentos saudáveis (produtos lácteos, fruta, hortaliças e cereais); - adequação dietética baixa (<50%) para peixes, frutos do mar, carnes e embutidos; - 79% consideravam importante comer de modo saudável; - mulheres: maior aderência aos alimentos saudáveis; - homens: maior aderência aos doces.
Mokhtari et al. (2015) ⁽⁴¹⁾ ,	n=310; diversos cursos (53% M)	- associação positiva entre o IMC, atividade física e consumo de energia, carboidratos, proteínas e gorduras.

Putra, Malásia		
Nanney et al. (2015) ⁽²²⁾ , Minnesota, Estados Unidos	n=441; diversos cursos (68% F)	- consumo nos últimos 30 dias: bebidas alcoólicas (50%); - compra ≥ 1 x/semana: fast food (51%); - refeições ≥ 3 x/semana: café da manhã (68%).
Schnettler et al. (2015) ⁽³⁴⁾ , Chile	n=369; primeiro e terceiro ano; diversos cursos (54% F)	- consumo ocasional: peixes e frutos do mar (51%); - consumo 2-3x/semana: cereais e massas (57%) e carnes (50%); - consumo diário: pão (74%), refrigerantes (55%), hortaliças (47%) e frutas (29%); - refeições diárias: café da manhã (53%); almoço (31%) e jantar (26%).
Becerra- Bulla et al. (2015) ⁽²⁴⁾ , Colômbia	n=142; matriculados em uma aula de vida saudável (77% F)	- consumo 1x/semana: leite (73%), refrigerantes (41%), ovos (40%) e peixes (18%); - consumo diário: doces (38%), hortaliças (34%), frutas (14%) e leguminosas (11%); - barreiras para a alimentação saudável: falta de tempo, limitação financeira, desconhecimento, costumes e baixa disponibilidade de alimentos mais saudáveis.
Lupi et al. (2015) ⁽⁴²⁾ , Ferrara, Itália	n=258; cursos da área da Saúde e Ciências Biológicas (69% F)	- consumo semanal: frutas (4-5 porções), vegetais crus (4-5 porções), vegetais cozidos (3 porções) e refrigerantes (3 porções); - mulheres: mais frutas e hortaliças e menos bebidas alcoólicas e refrigerantes; - estudantes que vivem com os pais: maior consumo de hortaliças, peixes, carnes, aves, frutas, ovos e cereais; - estudantes que vivem longe da família: maior consumo de alimentos industrializados, bebidas alcoólicas, leite e batatas fritas; - refeições: 85% realizavam o café da manhã em casa e 8% não realizavam e 8%

		<p>realizavam o almoço nas lanchonetes da universidade;</p> <p>- mudanças nos hábitos alimentares desde a saída do ambiente familiar.</p>
Musaiger et al. (2015) ⁽²⁰⁾ , Bahrein, Oriente Médio	n=642; cursos da área da saúde (86% F)	<p>- consumo $\geq 4x$/semana: leite (67%), doces (51%), vegetais (46%), frutas (44%), fast food (23%), refrigerantes (23%), oleaginosas (21%), legumes (15%);</p> <p>- homens: mais refrigerantes;</p> <p>- refeições diárias: café da manhã (44%), lanche da tarde (33%) e lanche da manhã (27%);</p> <p>- hábitos não saudáveis e comportamentos sedentários.</p>
Papier et al. (2015) ⁽³⁶⁾ , Austrália	n=728; primeiro ano de curso; diversos cursos (55% F)	<p>- homens: mais cereais, carnes, aves, peixes, produtos lácteos, ovos, alimentos processados e bebidas alcólicas;</p> <p>- mulheres: mais frutas e hortaliças;</p> <p>- associação positiva entre o estresse e o consumo de cereais refinados e carnes; e negativa para o consumo de frutas e hortaliças.</p>
Alsunni; Badar (2015) ⁽³⁵⁾ , Arábia Saudita	n=367; diversos cursos (61% M)	<p>- consumo ≤ 1 porção/dia: frutas e hortaliças (85%);</p> <p>- associação entre morar com os pais, planejar suas refeições e maior ingestão de frutas e hortaliças.</p>
Yahia et al. (2016) ⁽⁴⁹⁾ , Michigan, Estados Unidos	n=237; matriculados em uma aula sobre alimentos e nutrição (73% F)	<p>- consumo 1x/semana: fast food (30%), peixes (30%) e carnes (30%);</p> <p>- consumo diário: frutas e hortaliças (70%);</p> <p>- maioria bebiam bebidas alcólicas (vinho ou cerveja) nas refeições;</p> <p>- refeições diárias: 3 refeições/dia (39%) e café da manhã (53%).</p>
Mahfouz et al. (2016) ⁽⁵⁰⁾ , Gizan, Arábia Saudita	n=436; cursos das Ciências Médicas (50% F)	<p>- consumo ≥ 1 porção/dia: frutas (24%).</p> <p>- consumo regular: refrigerantes (85%);</p> <p>- 88% consumiam lanches rápidos durante o dia;</p> <p>- café da manhã: às vezes (60%), nunca (25%) diariamente (14%);</p>

		- 72% pioraram a alimentação após ingresso à universidade.
Al-Qahtani (2016) ⁽³⁷⁾ , Dammam, Arábia Saudita	n=562; curso de Medicina; primeiro, terceiro e sexto ano (59% M)	- consumo regular: fast food (90%), refrigerantes (75%), frutas e hortaliças (65%), leite e derivados (59%); - 77% substituíam as refeições por fast food 2x/semana; - consumo de refrigerantes (≥ 3 latas/semana) (29%).
Kowalcze et al. (2016) ⁽²¹⁾ , Siedlce, Polônia	n=100; segundo e terceiro ano de curso; matriculados em uma aula de nutrição (100% F)	- consumo ≤ 1 x/semana: peixes (46%); - consumo frequente: grãos integrais (58%); - consumo diário: hortaliças (65%) e frutas (58%); - uso da fritura como prática culinária mais comum (52%); - refeições: 3 a 4 refeições/dia (67%), café da manhã diário (67%) e café da manhã irregular (33%); - 50% substituíam o jantar por lanche rápido; - 94% comiam frequentemente em casa e 6% nas lanchonetes universitárias.
El-Kassas; Ziade (2016) ⁽³⁸⁾ , Líbano	n=369; segundo e quinto semestre; cursos da área da saúde (86% F)	- diferenças no consumo alimentar em estudantes de fases iniciais e finais dos cursos; - comportamentos alimentares mais saudáveis em estudantes de fases finais; - refeições diárias: 2 a 3 refeições (90%), 1 a 2 lanches (66%), café da manhã (62%).
Breitenbach et al. (2016) ⁽⁵¹⁾ , Hungria	n=5.174; cursos das Ciências de Alimentos e Saúde (59% F)	- consumo 1x/semana: bebidas alcoólicas (36%); - consumo ≥ 3 x/semana: alimentos ricos em açúcar (50%); - consumo diário: frutas e hortaliças (≤ 2 porções/dia) (71%) e produtos integrais (39%); - mulheres: mais vegetais, frutas, grãos integrais e lanches açucarados; - refeições diárias: ≥ 3 refeições (65%);

		- associação positiva entre o número de refeições e o IMC.
Torres-Mallma et al. (2016) ⁽⁵²⁾ , Lima, Peru	n=820; primeiro e sexto ano de curso; curso de Ciências Médicas (52% F)	- consumo diário: frutas (37%), legumes (10%), refrigerantes (8%); - consumo frequente: refrigerantes (38%) e fast food (29%); - refeições diárias: 3-4 refeições (80%) e fora de casa (50%); - refeições: café da manhã (51%), almoço (83%) e jantar (40%); - associação negativa entre realizar o café da manhã e o consumo de fast foods e refrigerantes.
Musaiger et al. (2016) ⁽⁵³⁾ , Cartum, Sudão	n=400; cursos da área da Educação (54% F)	- consumo $\geq 3x$ /semana: legumes (60%), vegetais (45%) e frutas (22%); - consumo $\geq 4x$ /semana: fast food (37%), doces (28%) e refrigerantes (24%); - mulheres: mais doces e fast food e realizam o almoço; - refeições: café da manhã (86%), lanche da manhã (19%), lanche da tarde (12%) - 91% realizavam o café da manhã nas lanchonetes da universidade.
Aceijas et al. (2016) ⁽⁵⁷⁾ , Londres, Reino Unido	n=468; diversos cursos (70% F)	- 47% não realizavam a refeição do almoço e consumiam poucas frutas e hortaliças; - determinantes do comportamento e estilo de vida: transição para a nova vida universitária, ambiente universitário (disponibilidade de alimentos não saudáveis e alto custo), renda, estresse e pressão acadêmica; - alta disponibilidade de alimentos não saudáveis e alto custo dos alimentos saudáveis: influência negativa na saúde.
Tam et al. (2017) ⁽¹⁵⁾ , Austrália	n=653; diversos cursos (77% F)	- 93% compram alimentos ou bebidas no Campus, principalmente no almoço; - alimentos e bebidas mais consumidos: sanduíches e refrigerantes; - influências para os hábitos de compra: sabor, custo-benefício e conveniência.

		- melhorias sugeridas: redução de preços, aumento da variedade e descontos para opções saudáveis.
Hall et al. (2017) ⁽⁵⁴⁾ , México	n=450; cursos de Enfermagem e Nutrição (81% F)	- associação entre irregularidade do café da manhã e baixa qualidade alimentar; - consumo diário >250ml: refrigerantes (33%); - relação entre irregularidade nas refeições e reduzida disponibilidade de alimentos, tempo e recursos financeiros.
Khabaz et al. (2017) ⁽⁵⁵⁾ , Arábia Saudita	n=116; diversos cursos	- consumo $\geq 1x$ /semana: frutas e hortaliças (maioria), fast food (57%); bebidas açucaradas e energéticas (43%); - consumo $\geq 3-4x$ /semana: refeições rápidas (57%); - refeições diárias: 3 a 4 refeições (66%).
Hilger et al. (2017) ⁽⁶⁰⁾ , Alemanha	n=689; diversos cursos (69% F)	- consumo $\leq 1x$ /semana: fast food (53%); - consumo 1-3x/semana: peixes (43%); - consumo 4-7x/semana: carnes (13%); - consumo diário: legumes (4%); - mulheres: mais hortaliças, frutas e iogurte; - homens: mais fast foods, carnes, aves, salsichas, peixes e queijos; - refeições: café da manhã raramente (9%) e 52% almoçavam na cantina da universidade. Motivos: comer com amigos, economizar tempo, praticidade e realizar refeições quentes; - barreiras à alimentação saudável: falta de tempo, baixa disponibilidade e preços elevados de alimentos saudáveis na universidade; - 66% apontaram alteração no comportamento alimentar após ingressar à universidade (menor consumo de carnes, aves, peixes e regularidade das refeições).
Parmar et al. (2017) ⁽³⁹⁾ , Gujarat, Índia	n=293; diversos cursos (56% F)	- consumo 3-4x/semana: snacks (67%), doces (37%) e refrigerantes (23%); - mulheres: maior hábito de não realizar o café da manhã e substituir as refeições principais por lanches;

		- 42% apontam que o sedentarismo e o hábito de comer fora de casa levaram ao aumento de peso.
De et al. (2017) ⁽⁵⁸⁾ , Madrid, Espanha	n=390; diversos cursos (60% F)	- consumo diário: vegetais (97%, sendo 31% representado pelas batatas), legumes (80%), frutas (79%), bebidas açucaradas (69%); - 89% consumiam preparações industrializadas; - aves eram as maiores fontes proteicas consumidas; - mulheres: mais frutas, hortaliças, água, queijo, iogurte e peixes; - homens: mais carnes.
Ilow et al. (2017) ⁽⁵⁶⁾ , Wrocław, Polônia	n=1.168; curso de Medicina (77% F)	- consumo recomendado: frutas e hortaliças (62% das mulheres e 75% dos homens); - uso de sal sem restrições (8% das mulheres e 11% dos homens); - uso de açúcar para adoçar bebidas (58% das mulheres e 64% dos homens); - refeições: ≥ 3 refeições diariamente (90%) e irregularidade do café da manhã (9% das mulheres e 18% dos homens).

Legenda: n – número amostral; F- Feminino; M – Masculino; IMC - Índice de Massa Corporal; Fast food: alimentos com alta concentração calórica e baixo valor nutricional.

Identificou-se que as práticas alimentares inadequadas são reproduzidas por jovens universitários em todo o mundo. As principais práticas alimentares evidenciadas nos resultados dos estudos analisados estão apresentadas na Tabela 3.

Tabela 3. Resultados mais frequentes de acordo com os estudos que avaliaram práticas alimentares dos estudantes universitários, 2013-2017.

Resultados encontrados	Frequência					
	Estudos nacionais (12%; n=5)		Estudos internacionais (88%; n=36)		Todos estudos (n=41)	
	Item incluído na avaliação	Resultado da prática alimentar	Item incluído na avaliação	Resultado da prática alimentar	Item incluído na avaliação	Resultado da prática alimentar
Baixo consumo de frutas e/ou hortaliças ^(18,20,21,23,24,30,34,35,37,42-45,47-53,55-61)	4(80%)	4(80%)	26(72%)	23(64%)	30(73%)	25(66%)
Consumo de alimentos ultraprocessados ^(8,23,27-29,32,34,42-47,49-53,55,57-59,61,62)	3(60%)	3(60%)	24(67%)	21(58%)	27(66%)	24(59%)
- Doces - Fast food - Bebidas açucaradas - Refrigerantes						
Diferenças no consumo alimentar entre homens e mulheres ^(20,36,39,42,43,47,48,51,53,56,58,60,62)	1(20%)	1(20%)	12(33%)	12(33%)	13(32%)	13(32%)

- Mulheres: maior consumo de bebidas de baixa calorias, hortaliças, frutas, alimentos integrais, peixes.
 - Homens: maior consumo de refrigerantes, bebidas alcóolicas, fontes proteicas, fast food.

Compra de alimentos/bebidas e realização de refeições fora de casa e/ou na universidade ^(15,19,31,40,42,44,47,52,53,60)	2(40%)	2(40%)	8(22%)	8(22%)	10(24%)	10(24%)
--	--------	--------	--------	--------	---------	---------

Consumo regular de bebidas alcóolicas ^(22,23,40,43,44,47,49,51,62)	3(60%)	3(60%)	8(22%)	6(17%)	11(27%)	9(22%)
---	--------	--------	--------	--------	---------	--------

Realização de 3 ou mais refeições ao dia ^(21,30,38,44,51,52,55,56)	2(40%)	1(20%)	12(33%)	7(19%)	14(34%)	8(20%)
---	--------	--------	---------	--------	---------	--------

Barreiras e facilitadores (determinantes) para adoção de uma alimentação saudável ^(8,10,27,31,52,56,59)	-	-	7(19%)	7(19%)	7(17%)	7(17%)
--	---	---	--------	--------	--------	--------

- Conveniência, acessibilidade,

disponibilidade, custo, poucos recursos, estresse, pressão acadêmica, preferências alimentares e ambiente alimentar						
Realização do café da manhã	3(60%)	1(20%)	21(58%)	6(17%)	24(59%)	7(17%)
- Prática diária ou frequente ^(18,21,22,33,38,49,53)	-	-		5(14%)		5(12%)
- Prática ausente ou pouco frequente ^(20,23,39,45,50)						
Mudanças alimentares ou no peso corporal após ingresso à universidade e/ou saída do ambiente familiar ^(31,40,42,57,60)	1(20%)	1(20%)	4(11%)	4(11%)	5(12%)	5(12%)
Substituição de refeições por lanches rápidos ^(18,30,37,45,50-51)	1(20%)	-	5(14%)	4(11%)	5(12%)	5(12%)

Os principais achados dos estudos estrangeiros mostram o baixo consumo de frutas e hortaliças^(20,21,23,24,30,34,35,37,42,45,47-53,55-58,60,61) e o alto consumo de alimentos ultraprocessados, tais como doces, fast food, bebidas açucaradas e refrigerantes^(8,23,27-29,32,34,42-47,49-53,55,57-59,61,62), quando comparado às recomendações nutricionais vigentes em seu país. Por outro lado, os dados dos estudos nacionais mostram o baixo consumo de frutas e hortaliças^(18,43-44,59), além do consumo frequente de bebidas alcóolicas^(40,43-44,47,49,62) e alimentos ultraprocessados^(18,44,59).

As práticas alimentares dos estudantes atuam como desafios, principalmente após o ingresso à universidade^(1,2,38,63-66). De maneira geral, os estudos demonstraram o não atendimento das recomendações nutricionais da maioria dos grupos alimentares, principalmente das frutas e hortaliças, considerados marcadores primários de uma alimentação saudável. A análise dos 41 estudos dessa revisão demonstra de maneira consistente o consumo insuficiente desse grupo alimentar (n=25)^(18,20,21,23,24,30,34,35,37,42-45,47-53,55-61), principalmente por estudantes do sexo masculino^(23,36,42,43,47,48,58,60).

As diretrizes mundiais^(67,68) e o Guia Alimentar para a População Brasileira (GAPB)⁽⁶⁹⁾ preconizam o consumo de frutas e hortaliças como uma estratégia preventiva de doenças, sendo o seu cumprimento um desafio de saúde pública^(5,69). Os achados dos estudos nacionais corroboram os resultados apresentados pela Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF, 2008/2009)⁽⁷⁰⁾ e o sistema de vigilância (VIGITEL, 2015)⁽⁷¹⁾ ao apontarem que a tradicional dieta brasileira tem perdido espaço para uma alimentação rica em alimentos ultraprocessados. Uma associação positiva ao consumo desses alimentos, trazida pelos estudos, foi a prática regular de atividade física^(23,45,59) e uma associação negativa foi a ansiedade e o estresse⁽³⁶⁾.

Além disso, frutas e hortaliças são ricas fontes de fibras, vitaminas e minerais, antioxidantes, flavonóides e fitoquímicos⁽⁷²⁾ e evidências científicas apontam sua associação negativa com doenças crônicas, incluindo cardiovasculares, diabetes tipo 2 e cânceres^(72,73). Além das frutas e hortaliças, outros alimentos reconhecidos como fontes de fibras e micronutrientes benéficos também apresentaram baixo consumo, como sementes, oleaginosas, grãos integrais^(18,24,44,51,61). Adicionalmente, uma pesquisa de base populacional, conduzida no Canadá e distribuída em cinco ondas, sugeriu o potencial papel do consumo desses nutrientes nas menores chances de depressão, sofrimento psicológico, má saúde mental percebida e transtornos de humor e ansiedade autorrelatados⁽⁷⁴⁾, condições frequentes no ambiente universitário.

O consumo de alimentos de baixo valor nutricional também foi um resultado presente nesses estudos. O elevado e regular consumo de alimentos ultraprocessados^(18,20,22-24,32-34,37,39,46-55,58-60,62) e de bebidas alcoólicas^(22,23,40,43,44,47,49,62) foi identificado, independentemente da quantidade ou frequência de consumo, principalmente em estudantes do sexo masculino^(20,20,36,42,43,47,60,62). Esses alimentos apresentam consumo crescente em todo o mundo, compreendendo alimentos pobres em fibras, proteínas, micronutrientes e compostos bioativos; e ricos em calorias, açúcares, sódio, gorduras não saudáveis e aditivos. São mais baratos, práticos, atraentes, palatáveis e com longa vida de prateleira, possuindo um marketing agressivo que promove o seu alto consumo, estando associado a implicações negativas de saúde, como a obesidade e as DCNT⁽⁷⁵⁾.

A tendência de consumo de bebidas açucaradas e alcólicas também aumentou entre os jovens⁽⁷⁵⁾. Souza et al. (2013)⁽⁷⁶⁾ identificaram as bebidas açucaradas são facilmente encontradas nas universidades⁽¹³⁻¹⁵⁾ e altamente consumidas pela população jovem brasileira. Estudantes que moram dentro do campus, uma realidade não presente no Brasil, que passam mais tempo na universidade e que não trazem lanches de casa possuem maiores chances de comprar esses itens⁽¹⁹⁾, justamente pela facilidade de acesso que, muitas vezes, pode ser agravada com a disponibilidade de máquinas de venda nas universidades^(77,78). Essas bebidas, juntamente com as alcólicas, são importantes contribuintes calóricos de baixo valor nutricional⁽⁷⁹⁾, podendo comprometer o estado de saúde dos jovens e associar-se a obesidade, transtornos de ansiedade, depressão e doenças cardiovasculares, crônicas e gastrointestinais⁽⁸⁰⁾.

Ainda, os estudos apontaram diferenças no consumo alimentar entre os estudantes do sexo masculino e feminino^(20,36,39,42,43,47,48,51,53,56,58,60,62). As mulheres consumiam mais hortaliças^(36,42,47,48,58,60), frutas^(36,42,48,51,60), bebidas de mais baixas calorias⁽⁶²⁾, alimentos integrais⁽⁵¹⁾, peixes⁽⁵⁸⁾ e refeições caseiras⁽⁴⁷⁾. Em contrapartida, os homens consumiam mais fast food^(36,47,60), refrigerantes^(20,42,62), bebidas alcólicas^(42,43), carnes vermelhas^(36,47,60), frango^(36,60), peixes^(36,60), ovos⁽³⁶⁾ e adicionavam mais sal e açúcar nas preparações⁽⁵⁶⁾.

Para justificar parte desses resultados encontrados, estudos apontam que as mulheres demonstram maior consciência e conhecimento alimentar, e ainda, interesse e preocupação com o peso corporal quando comparadas aos homens^(15,49,81). Pedrosa et al. (2011) justificam que o maior consumo de bebidas alcólicas em estudantes do sexo masculino pode estar relacionada à maior exposição à publicidade do álcool em

diversos meios de comunicação⁽⁸²⁾. No entanto, os resultados não são uniformes, já que os dois estudos conduzidos com uma amostra inteiramente feminina também destacaram o não cumprimento das recomendações nutricionais no que tange ao consumo dos grupos alimentares^(21,61).

Regularidade nas refeições

O número médio de refeições realizadas diariamente pelos universitários foi investigada pelos estudos. Dos 34% dos estudos que avaliaram o número de refeições diárias (n=14), 20% observaram que a maioria realizava pelo menos três refeições ao dia^(21,30,38,44,51,52,55,56,56). Um estudo mexicano encontrou associação entre pular refeições, tempo e recursos limitados e baixa disponibilidade de alimentos⁽⁵⁴⁾.

A regularidade na realização das refeições principais (café da manhã, almoço e jantar) também foi apontada nos estudos avaliados. As refeições investigadas foram o café da manhã (54%)^(18,20-23,30,31,33,34,38-40,42,44,45,47,49,50,52,53,56,60), o almoço (17%)^(18,34,40,52,53,60), o jantar (7%)^(18,34,52), o lanche da tarde (7%)^(20,40,53) e o lanche da noite (5%)^(20,53). O tempo destinado para a realização das refeições cotidianas é cada vez mais escasso, tornando a comensalidade e a regularidade dessas rotinas um desafio⁽⁸³⁾. Associações foram apontadas entre pular refeições, menor concentração nos estudos⁽⁴⁵⁾, aumento de peso⁽⁵¹⁾ e baixa qualidade nutricional da alimentação⁽⁵⁴⁾ entre estudantes.

O café da manhã foi a refeição mais investigada, sendo apontada como uma prática diária ou frequente em poucos estudos (17%)^(18,21,22,33,38,49,53) e prática ausente ou pouco frequente em 12% dos estudos^(20,23,39,45,50). Além disso, 24% dos estudos identificaram que a maioria dos estudantes realizavam o café da manhã, porém, sem especificação sobre a sua frequência^(31,33,34,40,42,44,47,52,56,60).

Em decorrência desses resultados, pode-se concluir que a realização do café da manhã foi uma prática frequentemente abordada nos estudos, mas sem consenso sobre a sua frequência em universitários. Evidências científicas apontaram associação dessa rotina e maior concentração nos estudos⁽⁴⁵⁾, redução no consumo de alimentos ultraprocessados e refrigerantes^(19,52) e menor frequência de compra de alimentos e bebidas na universidade⁽¹⁹⁾, refletindo maior alinhamento com as práticas alimentares saudáveis⁽⁵⁴⁾.

A regularidade do almoço foi apontada em apenas quatro estudos^(18,40,52,60), sendo dois deles brasileiros^(18,40). Um estudo brasileiro⁽⁴⁰⁾ e um alemão⁽⁶⁰⁾ identificaram que a maioria dos estudantes

tinham o hábito de almoçar na universidade, decorrente da praticidade. Em resposta a vida moderna, a regularidade de horários de refeições tem desaparecido. Além disso, algumas culturas não possuem o hábito de dispor tempo para algumas refeições, como o almoço, em países como o Reino Unido e Estados Unidos⁽⁸³⁾.

A substituição de refeições por lanches e preparações rápidas também foi levantada nos estudos. Um estudo brasileiro⁽¹⁸⁾ e cinco internacionais^(30,37,45,50-51) identificaram que os estudantes substituíam suas refeições, tais como almoço e jantar, por lanches rápidos, de baixo valor nutricional.

Em resumo, as evidências desses estudos apontam inadequação nas práticas alimentares, ressaltando-se a necessidade de estudar ainda mais o ambiente alimentar do qual estes estudantes estão inseridos, com vistas à intervenções voltadas para a promoção da alimentação adequada e saudável.

Consumo alimentar e relação com a situação de moradia

Estudos compararam as práticas alimentares de estudantes que residiam com sua família ou distante dela. Os estudantes que moravam com sua família apresentaram maior consumo de frutas, hortaliças^(31,35,42), peixes, carnes, pães, cereais^(31,42), sanduíches, refeições quentes⁽³¹⁾, aves e ovos⁽⁴²⁾. Uma associação ao residir com a família, citada por Alsunni e Badar (2015)⁽³⁵⁾, foi o consumo moderado a alto de frutas e hortaliças e o maior planejamento de suas refeições. Além disso, de acordo com um estudo italiano, a maioria desses estudantes realizavam a refeição do almoço em casa ou levavam sua refeição para consumir na universidade⁽³¹⁾.

Os estudantes que saem do ambiente da família percebem mudanças em seu hábito alimentar^(31,42). Os estudos apontaram que esses jovens consumiram mais alimentos ultraprocessados, bebidas alcólicas^(31,42) e leite⁽⁴²⁾. Isso porque o ingresso a universidade é uma fase marcada pela maior responsabilidade para compra de alimentos, planejamento e preparo das próprias refeições, elementos relacionados a promoção de práticas saudáveis entre jovens⁽¹⁹⁾. No entanto, restrições orçamentárias e limitadas habilidades culinárias podem estar acentuadas nesse momento, favorecendo práticas alimentares menos saudáveis e ganho de peso corporal^(12,63,84). Além disso, estudantes que passam mais tempo na universidade, tem maior probabilidade de comprar alimentos e bebidas nesse ambiente⁽¹⁹⁾. Assim, o desenvolvimento dessas habilidades culinárias podem ajudar a construir práticas alimentares mais saudáveis

entre esses jovens durante o período em que estudam, como após, quando ingressam no mercado de trabalho⁽¹⁹⁾.

Além disso, um estudo de coorte longitudinal com 10 anos de acompanhamento, realizado nos Estados Unidos, concluiu que as refeições realizadas em conjunto com a família, durante a adolescência, foram protetivas ao desenvolvimento de excesso de peso corporal até a idade adulta jovem⁽⁸⁵⁾. É possível que, o jovem conecte-se emocionalmente com sua família, criando um ambiente favorável para as práticas saudáveis. Além disso, pode se envolver com as rotinas familiares, quando consolidadas, tendo suporte para as etapas que envolvem o preparo de refeições, acessando, em parte, alimentos mais naturais e frescos e menos processados.

Ambiente alimentar universitário e barreiras e facilitadores para alimentação saudável

De uma maneira geral, estudos têm demonstrado que o consumo alimentar dos universitários não atende as recomendações nutricionais da maioria dos grupos alimentares. No entanto, El Ansari et al. (2015)⁽⁴⁸⁾ identificaram que a maioria dos estudantes finlandeses avaliados consideravam essencial comer de modo mais saudável, deduzindo que possa existir uma consciência alimentar saudável nesses jovens, mas mesmo assim, algumas barreiras podem estar presentes e influenciar esse processo⁽⁸⁶⁾.

As principais barreiras para adoção de uma alimentação saudável, apontadas nos estudos foram a conveniência, acessibilidade e disponibilidade de alimentos menos saudáveis^(15,24,32,54); falta de tempo^(24,32,54,60); custo e limitação de recursos financeiros^(15,24,32,60); estresse e pressão acadêmica^(36,54,57); preferências alimentares^(15,32) e um ambiente que estimule escolhas menos saudáveis^(57,60). Essas barreiras estão relacionadas com as tendências alimentares da contemporaneidade. O consumo de refeições fora de casa é uma prática que apresenta crescimento e representatividade entre jovens em todo o mundo⁽²⁵⁾. Além disso, comprar alimentos e bebidas^(15,19,31,40,42,44,47,52,53,60) e realizar refeições, como o café da manhã⁽⁵³⁾, o almoço^(15,31,40,42,60) e o lanche da tarde⁽⁴⁰⁾ fora de casa ou na universidade são práticas comuns entre universitários. Os motivos podem estar relacionados à conveniência, acessibilidade, custo, preferência e valorização do sabor, economia de tempo e possibilidade de se socializar com os colegas^(15,60).

Nesse contexto, os alimentos comumente preferidos pelos estudantes são os ultraprocessados, tais como pizzas, snacks, chips, doces,

chocolates e refrigerantes⁽⁶⁰⁾, facilmente disponíveis em ambientes organizacionais e educacionais, como da universidade. Tais alimentos são comercializados normalmente em maiores porções e reduzidos preços⁽¹⁴⁾, fornecendo mais calorias a um menor custo.

Portanto, os estudantes que têm o hábito de comer fora de casa podem ser mais expostos às limitações ambientais que aumentam a propensão em realizar escolhas alimentares menos saudáveis^(83,84). Uma associação ao comprar ou realizar suas refeições na universidade foi o aumento no consumo de açúcares e gorduras saturadas e redução na frequência de consumo do café da manhã⁽¹⁹⁾. Por outro lado, a prática de trazer lanches de casa⁽¹⁹⁾; organizar e cozinhar suas refeições⁽⁴⁶⁾ foram associados aos melhores comportamentos de saúde e qualidade da alimentação.

Aliado a esse cenário, o estudo alemão mostrou que a maioria dos estudantes relataram alteração em seus hábitos alimentares após ingressar a universidade, principalmente em relação a menor frequência e regularidade das refeições⁽⁶⁰⁾. Ainda, o estresse^(36,54,57), como consequência das altas responsabilidades acadêmicas, pode atuar como gatilho para um consumo alimentar que busca recompensas emocionais (*comfort food*)⁽¹⁾. Esse aspecto associado às limitações financeiras dos estudantes proporciona o baixo consumo de alimentos de melhor qualidade nutricional, tais como frutas e hortaliças^(15,36), que são pouco consumidos e percebidos como opções mais caras e menos acessíveis⁽⁸⁸⁾ pelos estudantes.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Essa revisão resumiu os principais resultados encontrados em estudos sobre práticas alimentares de estudantes universitários, publicados entre 2013 e 2017. Tais evidências sinalizam a prevalência de práticas menos saudáveis, caracterizadas pelo reduzido consumo de frutas e hortaliças, e alto consumo de alimentos ultraprocessados e bebidas alcólicas, com diferenças entre os sexos e a situação de moradia (morar com os pais ou não).

Embora sejam reconhecidos os inúmeros benefícios de uma alimentação saudável, as barreiras e o contexto ambiental podem impedir essa adoção de maneira efetiva. Os resultados dessa revisão podem auxiliar na compreensão de alguns fatores associados à adoção de práticas mais saudáveis e fornecer subsídios para a construção de um ambiente alimentar promotor de saúde na universidade. Assim, o ambiente universitário, além de poder potencializar escolhas alimentares saudáveis,

pode oportunizar intervenções e criação de políticas educativas em saúde e nutrição.

Uma importante contribuição de ordem científica é que os resultados obtidos nessa revisão podem auxiliar a concepção de um modelo avaliativo das práticas alimentares de estudantes universitários em estudos futuros. Como limitação do estudo, pode-se enfatizar a inexistência de um padrão nos dados, principalmente referente à frequência das práticas alimentares, dificultando a quantificação, agrupamento e comparação dos resultados entre estudos e países avaliados. Além disso, destaca-se que os instrumentos utilizados para a avaliação dessas práticas foram diferentes (questionário autoadministrado, questionário de frequência alimentar e métodos mistos). Embora possam oferecer informações sobre essas práticas, a inexistência de um padrão de variáveis avaliadas nesses instrumentos pode explicar, em parte, a divergência entre os achados a frequência dos resultados, prejudicando a comparabilidade dos resultados entre os estudos. Desta forma, vale ressaltar a importância de um instrumento que possa avaliar as práticas alimentares dos estudantes universitários de forma mais homogênea, com indicadores semelhantes e comparáveis, bem como a necessidade de dados nacionais mais abrangentes com o mesmo instrumento.

REFERÊNCIAS

1. Bennett J, Greene G, Schwartz-Barcott D. Perceptions of emotional eating behavior. A qualitative study of college students. *Appetite*. 2013 Jan;60(1):187–92.
2. Vadeboncoeur C, Foster C, Townsend N. Freshman 15 in England: a longitudinal evaluation of first year university student's weight change. *BMC Obes*. 2016;3:45.
3. Nahas MV, Barros MVG de, Francalacci V. O Pentágulo do Bem-estar - base conceitual para avaliação do estilo de vida de indivíduos ou grupos. *Rev Bras Atividade Física Saúde*. 2000;5(2):48–59.
4. Popkin BM, Adair LS, Ng SW. NOW AND THEN: The Global Nutrition Transition: The Pandemic of Obesity in Developing Countries. *Nutr Rev*. 2012 Jan;70(1):3–21.
5. WHO | *Global action plan for the prevention and control of NCDs 2013–2020*. Geneva: World Health Organization, 2013. [Internet].

WHO. [cited 2018 Jul 31]. Available from:
http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/94384/1/9789241506236_eng.pdf?ua=1

6. Swinburn B, Egger G, Raza F. Dissecting obesogenic environments: the development and application of a framework for identifying and prioritizing environmental interventions for obesity. *Prev Med*. 1999 Dec;29(6 Pt 1):563–70.
7. Glanz K, Sallis JF, Saelens BE, Frank LD. Healthy nutrition environments: concepts and measures. *Am J Health Promot*. 2005 Jun;19(5):330–3, ii.
8. Holsten JE. Obesity and the community food environment: a systematic review. *Public Health Nutrition*. 2009 Mar;12(3):397–405.
9. Caspi CE, Sorensen G, Subramanian SV, Kawachi I. The local food environment and diet: a systematic review. *Health Place*. 2012 Sep;18(5):1172–87.
10. Fisberg M, Maximino P, Kain J, Kovalskys I, Fisberg M, Maximino P, et al. Obesogenic environment – intervention opportunities. *J Pediatr*. 2016 Jun;92(3):30–9.
11. Deliens T, Clarys P, De Bourdeaudhuij I, Deforche B. Determinants of eating behaviour in university students: a qualitative study using focus group discussions. *BMC Public Health*. 2014 Jan 18;14:53.
12. Murray DW, Mahadevan M, Gatto K, O’Connor K, Fissinger A, Bailey D, et al. Culinary efficacy: an exploratory study of skills, confidence, and healthy cooking competencies among university students. *Perspect Public Health*. 2016 May;136(3):143–51.
13. Pulz IS, Martins PA, Feldman C, Veiros MB. Are campus food environments healthy? A novel perspective for qualitatively evaluating the nutritional quality of food sold at foodservice facilities at a Brazilian university. *Perspect Public Health*. 2016 Mar 15;
14. Roy R, Rangan A, Hebden L, Yu Louie JC, Tang LM, Kay J, et al. Dietary contribution of foods and beverages sold within a university

campus and its effect on diet quality of young adults. *Nutr Burbank Los Angel Cty Calif*. 2017 Feb;34:118–23.

15. Tam R, Yassa B, Parker H, O'Connor H, Allman-Farinelli M. University students' on-campus food purchasing behaviors, preferences, and opinions on food availability. *Nutrition*. 2017;37:7–13.

16. Roy R, Kelly B, Rangan A, Allman-Farinelli M. Food Environment Interventions to Improve the Dietary Behavior of Young Adults in Tertiary Education Settings: A Systematic Literature Review. *J Acad Nutr Diet*. 2015 Oct;115(10):1647-1681.e1.

17. El Ansari W, Stock C, Mikolajczyk RT. Relationships between food consumption and living arrangements among university students in four European countries - A cross-sectional study. *Nutr J*. 2012;11:28.

18. Perez PMP, de C, Franco AS, Bandoni DH, Wolkoff DB. Dietary practices of quota and non-quota students at a Brazilian public university. *Cienc e Saude Coletiva*. 2016;21(2):531–42.

19. Pelletier JE, Laska MN. Campus food and beverage purchases are associated with indicators of diet quality in college students living off campus. *Am J Health Promot AJHP*. 2013 Dec;28(2):80–7.

20. Musaiger AO, Awadhalla MS, Al-Mannai M, Al S, Asokan GV. Dietary habits and sedentary behaviors among health science university students in Bahrain. *Int J Adolesc Med Health*. 2015;2015.

21. Kowalcze K, Turyk Z, Drywień M. Nutrition of students from dietetics profile education in the Siedlce University of Natural Sciences and Humanities compared with students from other academic centres. *Rocz Panstw Zakl Hig*. 2016;67(1):51–8.

22. Nanney MS, Lytle LA, Farbakhsh K, Moe SG, Linde JA, Gardner JK, et al. Weight and weight-related behaviors among 2-year college students. *J Am Coll Health J ACH*. 2015;63(4):221–9.

23. Amankwaa AO, Annan RA. Dietary patterns and metabolic risk factors for cardiovascular disease among University Students in Ghana. *Asian J Clin Nutr*. 2014;6(1):18–28.

24. Becerra-Bulla F, Pinzón-Villate G, Vargas-Zárate M. Food practices of a group of college students and the perceived difficulties for healthy eating. *Rev Fac Med*. 2015 Jul;63(3):457–63.
25. Lachat C, Nago E, Verstraeten R, Roberfroid D, Van Camp J, Kolsteren P. Eating out of home and its association with dietary intake: a systematic review of the evidence. *Obes Rev Off J Int Assoc Study Obes*. 2012 Apr;13(4):329–46.
26. Murakami K, Sasaki S, Takahashi Y, Uenishi K, Japan Dietetic Students' Study for Nutrition and Biomarkers Group. Neighborhood restaurant availability and frequency of eating out in relation to dietary intake in young Japanese women. *J Nutr Sci Vitaminol*. 2011;57(1):87–94.
27. Saelens BE, Glanz K, Sallis JF, Frank LD. Nutrition Environment Measures Study in restaurants (NEMS-R): development and evaluation. *Am J Prev Med*. 2007 Apr;32(4):273–88.
28. United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization. *Global Education Monitoring Report 2017/2018*. Accountability in education: Meeting Our Commitments. Unesco: Paris, 2017.
29. BRASIL. Ministério da Saúde. *O que é alimentação saudável? Considerações sobre o conceito, princípios e características: uma abordagem ampliada*. Ministério da Saúde, Coordenação geral da Política de Alimentação e Nutrição, Brasília, 2005. [Internet]. [cited 2018 Jul 31]. Available from: <http://189.28.128.100/nutricao/docs/geral/oQueEAlimentacaoSaudavel.pdf>
30. Cervera B, Serrano U, Vico G, Milla T, García M. Food habits and nutritional assessment in a university population. *Nutr Hosp*. 2013;28(2):438–46.
31. Bagordo F, Grassi T, Serio F, Idolo A, De D. Dietary habits and health among university students living at or away from home in Southern Italy. *J Food Nutr Res*. 2013;52(3):164–71.
32. Onurlubaş E, Yılmaz N. Fast food consumption habits of university students. *J Food Agric Environ*. 2013;11(3–4):12–4.

33. Burriel FC, Urrea RS, Daouas T, Soria AD, Meseguer MJG. Food habits and nutritional assessment in a tunisian university population. *Nutr Hosp*. 2014;30(6):1350–8.
34. Schnettler B, Miranda H, Lobos G, Orellana L, Sepúlveda J, Denegri M, et al. Eating habits and subjective well-being. A typology of students in Chilean state universities. *Appetite*. 2015 Jun;89:203–14.
35. Alsunni AA, Badar A. Fruit and vegetable consumption and its determinants among Saudi university students. *J Taibah Univ Med Sci*. 2015;10(2):201–7.
36. Papier K, Ahmed F, Lee P, Wiseman J. Stress and dietary behaviour among first-year university students in Australia: sex differences. *Nutr Burbank Los Angel Cty Calif*. 2015 Feb;31(2):324–30.
37. Al-Qahtani MH. Dietary Habits of Saudi Medical Students at University of Dammam. *Int J Health Sci*. 2016 Jul;10(3):353–62.
38. El-Kassas G, Ziade F. Exploration of the Dietary and Lifestyle Behaviors and Weight Status and Their Self-Perceptions among Health Sciences University Students in North Lebanon. *BioMed Res Int*. 2016;2016.
39. Parmar PC, Damor RB, Modi AM, Patel D, Godara NR, Kosambiya JK. Exploring the dietary habit of medical students' and their perception about its effect on health. *Indian J Public Health Res Dev*. 2017;8(1):154–8.
30. Cheli V, Covolo N, Savegnago M, Jordao AA Jr. Nutritional status, weight evolution and eating behavior in university students of health careers in Ribeirao Preto, Sao Paulo, Brazil. *Nutr Clin Diet Hosp*. 2014;34(2):52–62.
41. Mokhtari T, Jamaluddin R, Saad HA. Lifestyle and psychological factors associated with body weight status among university students in Malaysia. *Pak J Nutr*. 2015;14(1):18–28.
42. Lupi S, Bagordo F, Stefanati A, Grassi T, Piccinni L, Bergamini M, et al. Assessment of lifestyle and eating habits among undergraduate students in northern Italy. *Ann Ist Super Sanita*. 2015;51(2):154–61.

43. Sousa TF de, José HPM, Barbosa AR. Risk behaviors to health in Brazilian college students. *Ciênc e Saúde Coletiva*. 2013 Dec;18(12):3563–75.
44. Guimarães RCR, Valente GF, Da S, Palheta RCS, Castilho SR, Da S. Hábitos alimentares de universitários da Amazônia Brasileira. *Antropol Port*. 2014;30:99–112.
45. Arshad N, Ahmed U, Yasin G, Manj YN, Umair A. Impacts of food intake pattern on education performance of university students. *Pak J Nutr*. 2014;13(12):746–51.
46. Thorpe MG, Kestin M, Riddell LJ, Keast RS, McNaughton SA. Diet quality in young adults and its association with food-related behaviours. *Public Health Nutr*. 2014 Aug;17(8):1767–75.
47. Evagelou E, Vlachou E, Polikandrioti M, Koutelekos I, Dousis E, Kyritsi E. Exploration of Nursing students' dietary habits. *Health Sci J*. 2014;8(4):452–68.
48. El Ansari W, Suominen S, Samara A. Eating Habits and Dietary Intake: Is Adherence to Dietary Guidelines Associated with Importance of Healthy Eating among Undergraduate University Students in Finland? *Cent Eur J Public Health*. 2015 Dec;23(4):306–13.
49. Yahia N, Wang D, Rapley M, Dey R. Assessment of weight status, dietary habits and beliefs, physical activity, and nutritional knowledge among university students. *Perspect Public Health*. 2016 Jul;136(4):231–44.
50. Mahfouz MS, Makeen AM, Akour AY, Madkhly TM, Hakami HM, Shaabi WM, et al. *Nutritional Habits and Weight Status among Jazan University Students: Eating Patterns and Healthy lifestyle Assessment*. *Epidemiology, Biostatistics and Public Health*. 2016;13(2):e11658-1-e11658-7.
51. Breitenbach Z, Raposa B, Szabó Z, Polyák É, Szűcs Z, Kubányi J, et al. Examination of Hungarian college students' eating habits, physical activity and body composition. *Eur J Integr Med*. 2016;8:13–7.

52. Torres-Mallma C, Trujillo-Valencia C, Urquiza-Díaz AL, Salazar-Rojas R, Taype-Rondán A. Food habits in medical students in first and sixth year of a private university of Lima, Peru. *Rev Chil Nutr.* 2016;43(2):146–54.
53. Musaiger AO, Al-Khalifa F, Al-Mannai M. Obesity, unhealthy dietary habits and sedentary behaviors among university students in Sudan: growing risks for chronic diseases in a poor country. *Environ Health Prev Med.* 2016 Jul;21(4):224–30.
54. Hall L, Tejada-Tayabas LM, Monárrez-Espino J. Breakfast Skipping, Anxiety, Exercise, and Soda Consumption are Associated with Diet Quality in Mexican College Students. *Ecol Food Nutr.* 2017 Mar 22;1–20.
55. Khabaz MN, Bakarman MA, Baig M, Ghabrah TM, Gari MA, Butt NS, et al. Dietary habits, lifestyle pattern and obesity among young Saudi university students. *J Pak Med Assoc.* 2017;67(10):1541–6.
56. Iłow RA, Regulska-Iłow B, Róžańska D. Dietary habits of Wrocław Medical University students (Poland). *Rocz Panstw Zakł Hig.* 2017;68(1):23–32.
57. Aceijas C, Waldhäusl S, Lambert N, Cassar S, Bello-Corassa R. Determinants of health-related lifestyles among university students. *Perspect Public Health.* 2016 Sep 5;1757913916666875.
58. De M, Del CLE, Magdalena CSR, De D, Herreros PV. University students' food consumption assessment and the relation with their academic profile. *Nutr Hosp.* 2017;34(1):134–43.
59. Da Silva Gasparotto G, Pereira da Silva M, Miranda Medeiros Cruz R, de Campos W. Overweight and physical activity practice associated with eating behavior of Brazilian college students. *Nutr Hosp.* 2015 Aug 1;32(2):616–21.
60. Hilger J, Loerbroks A, Diehl K. Eating behaviour of university students in Germany: Dietary intake, barriers to healthy eating and changes in eating behaviour since the time of matriculation. *Appetite.* 2017 Feb 1;109:100–7.

61. Strawson C, Bell R, Downs S, Farmer A, Olstad D, Willows N. Dietary patterns of female university students with nutrition education. *Can J Diet Pract Res*. 2013;74(3):138–42.
62. Zaragoza-Martí A, Norte-Navarro A, Fernández-Sáez J, Hurtado-Sánchez JA, Ortiz-Moncada R. Types of beverages consumed by university students. *Rev Espanola Nutr Comunitaria*. 2013;19(2):114–9.
63. Vella-Zarb RA, Elgar FJ. Predicting the ‘freshman 15’: Environmental and psychological predictors of weight gain in first-year university students. *Health Educ J*. 2010 Sep 1;69(3):321–32.
64. Vella-Zarb RA, Elgar FJ. The “freshman 5”: a meta-analysis of weight gain in the freshman year of college. *J Am Coll Health*. 2009 Oct;58(2):161–6.
65. Boyce JA, Kuijer RG. Perceived stress and freshman weight change: the moderating role of baseline body mass index. *Physiol Behav*. 2015 Feb;139:491–6.
66. Bernardo GL, Jomori MM, Fernandes AC, Proença RP da C. Food intake of university students. *Revista de Nutrição*. 2017 Dec;30(6):847–65.
67. WHO | *The Global Strategy on Diet, Physical Activity and Health (DPAS)*. Geneva: World Health Organization, 2017. [Internet]. WHO. [cited 2018 Jul 31]. Available from: https://www.who.int/dietphysicalactivity/strategy/eb11344/strategy_english_web.pdf
68. WHO | Healthy diet [Internet]. Geneva: World Health Organization, 2017. [Internet]. WHO. [cited 2018 Jul 31]. Available from: <http://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>
69. BRASIL. Ministério da Saúde. *Guia Alimentar para a população brasileira*. 2ª. Ed. Brasília: Coordenação-Geral da Política de Alimentação e Nutrição, 2014. 158p.
70. IBGE. *Pesquisa nacional de saúde do escolar*. 2015 [Internet]. Portal IBGE. [cited 2017 Apr 25]. Available from:

<http://biblioteca.ibge.gov.br/biblioteca-catalogo?view=detalhes&id=297870>

71. BRASIL. Ministério da Saúde. *Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico*, 2015. (Vigitel) [Internet]. [cited 2018 Jul 31]. Available from: <http://portalms.saude.gov.br/vigilancia-em-saude/indicadores-de-saude/vigilancia-de-fatores-de-risco-e-protecao-para-doencas-cronicas-por-inquerito-telefonico-vigitel>
72. Patel H, Chandra S, Alexander S, Soble J, Williams KA. Plant-Based Nutrition: An Essential Component of Cardiovascular Disease Prevention and Management. *Curr Cardiol Rep*. 2017 Oct 1;19(10):104.
73. Veronese N, Solmi M, Caruso MG, Giannelli G, Osella AR, Evangelou E, et al. Dietary fiber and health outcomes: an umbrella review of systematic reviews and meta-analyses. *Am J Clin Nutr*. 2018 Mar 1;107(3):436–44.
74. McMartin SE, Jacka FN, Colman I. The association between fruit and vegetable consumption and mental health disorders: Evidence from five waves of a national survey of Canadians. *Prev Med*. 2013 Mar 1;56(3):225–30.
75. Monteiro CA, Cannon G, Moubarac J-C, Levy RB, Louzada MLC, Jaime PC. The UN Decade of Nutrition, the NOVA food classification and the trouble with ultra-processing. *Public Health Nutr*. 2018 Jan;21(1):5–17.
76. Souza A de M, Pereira RA, Yokoo EM, Levy RB, Sichieri R. Most consumed foods in Brazil: National Dietary Survey 2008-2009. *Rev Saúde Pública*. 2013 Feb;47:190s-199s.
77. Byrd-Bredbenner C, Johnson M, Quick VM, Walsh J, Greene GW, Hoerr S, et al. Sweet and salty. An assessment of the snacks and beverages sold in vending machines on US post-secondary institution campuses. *Appetite*. 2012 Jun 1;58(3):1143–51.
78. Ali A, Al-Siyabi MS, Waly MI, Kilani HA. Assessment of nutritional knowledge, dietary habits and nutrient intake of university student athletes. *Pak J Nutr*. 2015;14(5):293–9.

79. Popkin BM, Hawkes C. The sweetening of the global diet, particularly beverages: patterns, trends and policy responses for diabetes prevention. *Lancet Diabetes Endocrinol*. 2016 Feb;4(2):174–86.
80. WHO | World Health Organization. *Global status report on alcohol and health*. Geneva: World Health Organization. 2014. 392p.
81. Wardle J, Steptoe A. The European Health and Behaviour Survey: rationale, methods and initial results from the United Kingdom. *Soc Sci Med* 1982. 1991;33(8):925–36.
82. Pedrosa AA da S, Camacho LAB, Passos SRL, Oliveira R de VC de. Alcohol consumption by university students. *Cadernos de Saúde Pública*. 2011 Aug;27(8):1611–21.
83. Moreira SA. Alimentação e comensalidade: aspectos históricos e antropológicos. *Ciênc e Cult*. 2010 Oct;62(4):23–6.
84. Laska MN, Larson NI, Neumark-Sztainer D, Story M. Does involvement in food preparation track from adolescence to young adulthood and is it associated with better dietary quality? Findings from a 10-year longitudinal study. *Public Health Nutr*. 2012 Jul;15(7):1150–8.
85. Berge JM, Wall M, Hsueh T-F, Fulkerson JA, Larson N, Neumark-Sztainer D. The Protective Role of Family Meals for Youth Obesity: 10-Year Longitudinal Associations. *J Pediatr*. 2015 Feb 1;166(2):296–301.
86. Greaney ML, Less FD, White AA, Dayton SF, Riebe D, Blissmer B, et al. College students' barriers and enablers for healthful weight management: a qualitative study. *J Nutr Educ Behav*. 2009 Aug;41(4):281–6.
87. Roy R, Hebden L, Kelly B, De Gois T, Ferrone EM, Samrout M, et al. Description, measurement and evaluation of tertiary-education food environments. *Br J Nutr*. 2016 May;115(9):1598–606.
88. Kamphuis CBM, Giskes K, de Bruijn G-J, Wendel-Vos W, Brug J, van Lenthe FJ. Environmental determinants of fruit and vegetable consumption among adults: a systematic review. *Br J Nutr*. 2006 Oct;96(4):620–35.

5.2 Artigo – Desenvolvimento e validação do IPRAE

Desenvolvimento e validação de um instrumento para avaliação das práticas alimentares de estudantes universitários

Development and validation of an instrument to evaluate the eating practices of university students

RESUMO:

Objetivo: Esse artigo descreve o desenvolvimento e a validação de um Instrumento para Avaliação das Práticas Alimentares de Estudantes Universitários (IPRAE).

Métodos: O IPRAE foi desenvolvido durante 2017-2018. As etapas foram: a) construção do questionário com base na revisão da literatura científica sobre o tema; b) validação de lógica e conteúdo: painel com 15 especialistas e 7 revisores; c) validação de face: 2 etapas de aplicação com estudantes ($n_1=48$; $n_2=12$) de diferentes cursos da universidade, para avaliar entendimento, clareza, número de questões, tempo para preenchimento e sugestões de melhoria.

Resultados: Foi desenvolvido um instrumento autoadministrado, estruturado em quatro seções e composto por 63 perguntas de múltipla escolha. A versão preliminar, composta por 59 questões, passou pela análise dos especialistas, obtendo um Índice de Validade de Conteúdo (IVC) médio de 0,94 e sugestões de alterações que foram avaliadas pelos revisores, gerando a adição de 11 questões, exclusão de 7 e pequenas modificações nas demais. A validação de face apontou que a maioria dos estudantes achou o questionário simples para responder e fácil compreensão. Pequenas alterações na redação foram realizadas para aprimoramento, e o tempo de preenchimento reduziu em média 4 minutos entre a primeira e a segunda aplicação.

Conclusões: O IPRAE apresenta características psicométricas de aplicabilidade e validade satisfatórias, sendo útil para a avaliação das práticas alimentares de estudantes universitários. Pode ser aplicado em outras regiões do país com pequenas adaptações à realidade local, por ter sido desenvolvido e testado em uma grande universidade do sul do Brasil.

Palavras-chave: alimentação, hábito alimentar, universidades, estudos de validação, questionário.

ABSTRACT:

Objective: This study describes the development and validation of an Instrument for the Evaluation of University Student Food Practices (IPRAE).

Methods: The IPRAE was developed during 2017-2018: The steps were: a) construction of the questionnaire based on a review of the scientific literature; b) validation of logic and content: panel with 15 experts and 7 reviewers; c) face validation: 2 stages of application with students ($n_1 = 48$; $n_2 = 12$) of different university courses, to evaluate understanding, clarity, number of questions, time to complete and suggestions for improvement.

Results: A self-administered instrument was developed, structured in four sections and composed by 63 multiple-choice questions. The preliminary version, composed by 59 questions, was analyzed by the specialists, obtaining an average Content Validity Index (IVC) of 0.94 and suggestions for changes that were evaluated by the reviewers, generating the addition of 11 questions, exclusion of 7 and small changes in the others. Face validation pointed out that most students found that the questionnaire simple to answer and easy to understand. Minor changes in the essay were performed for refinement, and the filling time reduced on average 4 minutes between the first and second applications.

Conclusions: The IPRAE presents satisfactory applicability and validity psychometric characteristics, being useful for the evaluation of the feeding practices of university students. It can be applied in other regions of the country with small adaptations to the local reality, having been developed and tested in a large university in southern Brazil.

Keywords: food, food habits, universities, validation studies, questionnaire.

INTRODUÇÃO

O ingresso dos jovens à universidade associa-se com um momento marcado pelo alto grau de estresse e ansiedade, adoção de práticas alimentares inadequadas e dificuldade de manutenção do peso corporal, que pode se estender na vida adulta⁽¹⁻³⁾. As responsabilidades acadêmicas, a dificuldade de gerenciamento do tempo e o ambiente alimentar universitário desfavorável podem ser importantes gatilhos para um consumo alimentar desequilibrado nutricional e voltado ao conforto emocional (comfort food)^(3,4).

As práticas alimentares, representadas pelo agrupamento das rotinas alimentares, expressas por hábitos de consumo, comportamentos e escolha de alimentos^(5,6), são reproduzidas de maneira inadequada por jovens em todo o mundo. As principais características são o baixo consumo de frutas e hortaliças^(5,6), o alto consumo de alimentos processados⁽⁶⁻⁸⁾, a omissão do café da manhã^(9,10) e a substituição de refeições principais por lanches rápidos de baixa qualidade nutricional^(6,9,11). Diante disso, os fatores individuais, o convívio social e o contexto ambiental são aspectos que interferem nessas práticas e merecem cuidado^(5,12,13), principalmente em etapas de vida específicas, como a universitária⁽¹⁾.

Além disso, o ambiente alimentar em que os indivíduos estão inseridos é um tema em destaque no meio científico. A avaliação conjunta das práticas alimentares dos estudantes e o impacto do ambiente universitário, representado pela disponibilidade, acessibilidade física e preço dos alimentos⁽¹⁴⁾, possibilita identificar aspectos que interferem na saúde, qualidade de vida e alimentação desse grupo populacional e portanto, precisa ser monitorado⁽¹⁵⁾.

Existem diferentes métodos para avaliar a alimentação de uma população. No entanto, a avaliação das práticas alimentares, representadas pelas rotinas alimentares, tais como os hábitos de consumo, comportamentos e escolha de determinados alimentos^(5,6), relacionadas com o ambiente em que os jovens estão inseridos, é prejudicada pela ausência de uma medida adequada de avaliação para estudantes universitários. Até o momento, foram encontrados apenas um estudo americano⁽⁹⁾ e outro australiano⁽⁷⁾ que contemplassem a avaliação das práticas alimentares de estudantes universitários, incluindo as práticas realizadas no ambiente da universidade. No entanto, nenhum instrumento brasileiro validado foi identificado. Além disso, a maioria das pesquisas encontradas sobre desenvolvimento de instrumentos avaliativos da alimentação em universitários não evidenciam os critérios psicométricos considerados em seu desenvolvimento^(3,5,10,16,17), o que reduz a validade de avaliação e replicação dos instrumentos e dados. Ainda, os estudos não apresentam as mesmas variáveis de avaliação, o que dificulta a comparação entre os estudos.

Dessa forma, considerando a crescente população universitária, a característica obesogênica do ambiente universitário e a influência das práticas alimentares no estado nutricional e de saúde dos jovens estudantes^(15,18), essa pesquisa teve como objetivo desenvolver e validar um instrumento para avaliar essas práticas, inclusive as realizadas no ambiente universitário.

MÉTODO

Trata-se de um estudo metodológico, realizado entre 2017 e 2018, dividido em etapas: 1) desenvolvimento do instrumento de avaliação; 2) validação de lógica e conteúdo; 3) validação de face. O estudo obteve aprovação do Comitê de Ética da universidade local (nº 2.308.502/2017) e a aplicação dos questionários foi consentida pelos estudantes.

1) Desenvolvimento do questionário

O instrumento foi desenvolvido com base na literatura científica, metodologia adotada por estudos prévios^(6,19-22). Foi realizada uma revisão da literatura sobre práticas alimentares de universitários, conforme etapas descritas em manuscrito anterior (“ALBIERO et al, 201X”), busca de estudos que utilizaram questionários como método de avaliação da alimentação dos estudantes e pesquisas de vigilância e base populacional^(23,24). Como práticas foram consideradas as rotinas alimentares, expressas por hábitos de consumo, comportamentos e escolha de alimentos^(5,6), que podem ser influenciadas por determinantes, como os ambientais^(12,15).

O questionário foi planejado com 59 questões de múltipla escolha, com linguagem acessível. Ele traz a proposta de ser autoadministrado e impresso. O questionário possui quatro seções e contempla constructos associados a avaliação das práticas alimentares de estudantes. O mesmo modelo de organização foi adotado em outros estudos conduzidos com universitários^(6-8,20,22,25).

2) Processo de validação

Para a validação de lógica e conteúdo foi constituído um painel de especialistas. Foram convidados 23 especialistas (pesquisadores doutores) de diferentes regiões e universidades do Brasil. Desses, 15 aceitaram participar da avaliação e revisão do material. Os especialistas foram selecionados com base na experiência acadêmica e científica dos temas: ambiente alimentar, práticas alimentares, desenvolvimento de instrumentos de avaliação, estudos epidemiológicos e com universitários. Os membros do painel receberam via correio eletrônico um breve resumo e descrição dos conceitos relevantes do estudo e tiveram um prazo de 20 a 30 dias para retornarem com o seu parecer sobre a versão do instrumento (v1), avaliando sua compreensão e trazendo melhorias para a definição da versão revisada do instrumento (v2).

Os especialistas avaliaram as questões, com foco no objeto da pesquisa, baseados em 3 critérios: relevância, clareza da questão e adequação ao que se pretendia avaliar. A escala Likert de quatro pontos foi utilizada para a avaliação dos 3 critérios, indo de “não relevante ou não atende” a “muito relevante ou atende muito”. Houve ainda a disponibilidade de espaço para sugestões dos pesquisadores para cada questão.

A primeira avaliação do questionário foi a de conteúdo. Para cada critério, questão e conjunto total de questões foi calculado o Índice de Validade de Conteúdo (IVC) (Figura 1). O ponto de corte utilizado para o IVC foi de no mínimo 0.90 para o questionário⁽²⁶⁾ e de 0.62 para cada questão⁽²⁷⁾. Índices menores exigiriam a repetição desta etapa. Em seguida, foi utilizada a técnica de Oficina de Consenso, adaptada de Fink et al. (1984)⁽²⁸⁾, com um grupo de 7 revisores (três professores, dois estudantes de pós-graduação e um de graduação que trabalham na temática). Essa foi a estratégia adotada para estabelecer concordância sobre as sugestões para melhoria, adequação ou reformulação das questões.

Figura 1. Fórmulas de cálculo do Índice de Validade de Conteúdo (IVC).

$\text{IVC}_{\text{item}} = (\Sigma \text{IVC por critério de cada questão} / \text{número de critérios}) \times 100$ $\text{IVC}_{\text{total}} = (\Sigma \text{IVC por questão} / \text{número de questões}) \times 100$
--

Fonte: Adaptado de Di Iorio (2005)⁽²⁶⁾.

A terceira etapa contemplou a aplicação do questionário revisado em uma amostra de conveniência dos primeiros 48 estudantes voluntários de 16 cursos e diferentes áreas. O primeiro e segundo estágio dessa etapa apresentou uma distribuição homogênea de estudantes de ambos os sexos. A validade de face (aparente) foi medida como uma análise subjetiva do instrumento, utilizando um protocolo construído pelos pesquisadores, baseado em critérios de outras pesquisas^(20,22).

Os participantes foram orientados por dois pesquisadores, responsáveis pelas coletas e devidamente treinados, quanto ao preenchimento do questionário, protocolo de avaliação e termo de consentimento. O questionário foi entregue impresso aos estudantes, com 6 folhas (frente e verso) para ser preenchido a caneta. Os participantes avaliaram o instrumento quanto a: clareza, facilidade para preenchimento, tempo de aplicação e número de perguntas. Após essa etapa, o mesmo grupo de revisores revisou o questionário e definiu uma nova versão final (v3). Esta versão foi reaplicada em uma amostra de conveniência com

25% dos estudantes da coleta anterior ($n = 12$) de 7 cursos e áreas diferentes, para mais uma verificação das alterações incluídas, gerando então a versão final do instrumento (v4).

RESULTADOS

O instrumento preliminar e autoadministrado, foi desenvolvido baseado em estudos prévios sobre práticas alimentares de estudantes universitários. Foi estruturado em seções temáticas, com base em critérios de simplicidade e viabilidade, linguagem acessível, aplicação impressa em sala de aula, recomendado para essa população, e duração de até 20 minutos⁽²⁹⁾.

Na validação de conteúdo convidados 23 pesquisadores, doutores em nutrição ou saúde coletiva e desses, 65% ($n=15$) retornaram com o parecer sobre o questionário preliminar (v1) para um pool inicial de 59 questões. O IVC para cada critério foi calculado (adequação, relevância e clareza) ($IVC_{\min}=0,60$ e $IVC_{\max}=1$) e item ($IVC_{\min}=0,78$ e $IVC_{\max}=1$), resultando em um IVC médio do instrumento de 0,94 (de $IVC_{\max} = 1$) (Tabela 1).

Os especialistas sugeriram pequenas alterações para a maioria das questões ($n=58$), bem como adição ou exclusão de algumas questões (e alteração no ordenamento das seções. Para complementar essa etapa foram estruturadas reuniões de consenso com revisores para avaliar as contribuições da etapa de validação de conteúdo com os especialistas, visando adequar e aprimorar as questões ao público alvo, revisando semântica, organização e opções de respostas, antes da etapa de validação de face, ou seja, a aplicação do instrumento (v2) com uma amostra de estudantes. Assim, 7 questões foram excluídas por não estarem diretamente relacionadas à temática investigada, 11 questões foram adicionadas e as demais foram aprimoradas para facilitar a compreensão. A ordenação das seções foi alterada com maior enfoque ao objetivo principal do estudo, com a seguinte disposição: 1. Alimentação na universidade (questões 1 a 17); 2. Características gerais da alimentação (questões 18 a 44); 3. Estado nutricional (questões 45 a 48) e 4. Dados sociodemográficos (questões 49 a 63).

Tabela 1. IVC por questões, seção e total do IPRAE_{v1}.

Seção	Questão	IVC	Seção	Questão	IVC	Seção	Questão	IVC
Sociodemográfica (n = 14) IVC = 0,91	1	1	Características da alimentação (n = 23) IVC = 0,95	23	0,98	Alimentação na universidade (n = 14) IVC = 0,97	46	1
	2	0,98		24	0,93		47	1
	3	0,96		25	1		48	1
	4	1		26	0,98		49	1
	5	0,93		27	0,95		50	0,91
	6	0,78		28	0,93		51	0,98
	7	0,82		29	0,96		52	1
	8	0,89		30	0,91		53	0,96
	9	0,96		31	0,91		54	1
	10	0,96		32	0,98		55	0,93
	11	0,84		33	0,96		56	0,98
	12	1		34	0,91		57	0,82
	13	0,8		35	0,98		58	1
	14	0,84		36	1		59	0,95
Estado nutricional (n = 8) IVC = 0,92	15	0,87	37	0,98				
	16	0,87	38	1				
	17	1	39	0,91				
	18	1	40	1				
	19	0,98	41	1				
	20	0,82	42	1				
	21	0,80	43	0,98				
	22	0,93	44	0,98				
			45	0,98				

IVC_{total} = 0,94

A primeira seção do questionário identifica práticas alimentares no ambiente universitário; local de realização das refeições frequência, motivos e tipos de alimentos e bebidas trazidos de casa ou consumidos nas lanchonetes e restaurantes (dentro e no entorno da universidade); o gasto médio para lanches e refeições; consumo de doce após o almoço e sugestões para melhoria do ambiente alimentar universitário.

Os alimentos e bebidas listados no questionário, disponíveis no ambiente da universidade, foram definidos com estudo prévio de auditoria do ambiente alimentar⁽³⁰⁾. As frequências de consumo dos alimentos e grupos alimentares foram baseadas em um consumo retrospectivo, da semana anterior, reduzindo o viés de memória, com as seguintes opções de resposta: “a) não comi; b) 1 dia; c) 2 dias; c) 3 dias; d) 4 dias; ou e) 5 dias”.

A segunda seção avalia as características retrospectivas e gerais da alimentação dos estudantes, como a prática e o local de consumo das refeições; prática de substituição de refeições por lanches rápidos; hábito de realizar suas refeições assistindo televisão, usando computador/celular ou estudando. O consumo de água e de bebidas industrializadas açucaradas e diet/light/zero; doces e guloseimas; leguminosas; salgados fritos; legumes ou verduras; frutas frescas ou salada de frutas; alimentos ultraprocessados e *fast food*; alimentos integrais; carnes vermelhas; aves e pescados foram investigados. Tais grupos avaliados seguiram o padrão das pesquisas do sistema de vigilância nacional e de base populacional utilizadas, consultadas pela presente pesquisa^(23,24) e classificação do GAPB⁽³¹⁾.

A terceira seção traz questões sobre o estado nutricional dos participantes. Investigar essa variável e a alteração de peso corporal dos estudantes após o ingresso à universidade é um assunto abordado na literatura, inclusive nos estudos que subsidiaram o desenvolvimento dessa pesquisa^(3,5,8-12,16,17,25,32-35). Assim, as questões dessa seção são autorreferidas em relação ao peso, altura, alteração de peso após o ingresso à universidade e possíveis motivos relacionados a essa alteração.

A última seção abrange questões referentes aos dados sociodemográficos: idade; sexo; curso; ingresso por política de ações afirmativas; frequência e tempo de permanência na universidade; situação de trabalho; moradia; estado civil; escolaridade dos pais; renda familiar mensal e recebimento de auxílio estudantil ou bolsa do governo.

Quanto à validação de face, a fim de determinar a clareza e compreensibilidade, o questionário (v2) foi aplicado a 48 estudantes universitários, com idade média de $22,4 \pm 4,7$ anos, sendo 52 % do sexo

feminino (Tabela 2). Os principais resultados dessa etapa, apontaram que 96 % dos estudantes acharam as questões de fácil compreensão e 94 % que o questionário era simples de responder. O tempo médio de preenchimento foi 19 minutos e 28 segundos ($t_{\min}=12$ min.; $t_{\max}=32$ min) e 77 % não fizeram considerações relativas a isso (Tabela 3). Desta forma, as contribuições dos estudantes foram utilizadas para melhorias. Após essas alterações, o instrumento foi reaplicado (v3) em uma amostra de 12 estudantes com idade média de $24,6 \pm 6,2$ anos, com um tempo médio de preenchimento de 15 minutos e 45 segundos ($t_{\min}=10$ min.; $t_{\max}=24$ min), sem apontarem algo quanto ao tempo de resposta.

Tabela 2. Características dos participantes conforme a validade de face IPRAE_{v2,3}.

Variáveis	Primeira rodada (n=48)		Segunda rodada (n=12)	
	n ₁	% ₁	n ₂	% ₂
Sexo				
Masculino	23	48	5	42
Feminino	25	52	7	58
Idade	Aplicação₁		Aplicação₂	
Média (anos) e desvio padrão	22,4 ± 4,7		24,6 ± 6,2	
Ingresso por políticas afirmativas	n₁	%₁	n₂	%₂
Sim	22	46	3	25
Não	26	54	9	75
Recebimento de auxílios	n₁	%₁	n₂	%₂
Não recebe	36	75	10	83
Recebem auxílio	12	25	2	17
Fase do curso	n₁	%₁	n₂	%₂
1 ^a . a 3 ^a . fase	18	37	4	33
4 ^a . fase a 6 ^a . fase	19	40	2	17
7 ^a . fase em diante	11	23	6	50
Tempo na universidade	Aplicação₁		Aplicação₂	
Média (horas)	7,6h		7,8h	
Atividade remunerada	n₁	%₁	n₂	%₂
Não	25	52	7	58
Alguma atividade remunerada (monitoria, estágio, trabalho)	23	48	5	42

formal ou informal, entre outros)

Situação de moradia	n₁	%₁	n₂	%₂
Sozinho	10	21	4	33
Com pais	21	44	3	25
República e dividindo com amigos	8	17	4	33
Com parentes	5	10	0	0
Outros	4	8	1	9
Situação conjugal	n₁	%₁	n₂	%₂
Solteiro(a)	44	92	12	100
Casado(a) ou morando com companheiro(a) ou união estável	4	8	0	0

Tabela 3. Resultado da validação de face do IPRAE_{v2,3}.

	Primeira rodada (n=48)		Segunda rodada (n=12)	
	n₁	%₁	n₂	%₂
Facilidade em entender as questões	n₁	%₁	n₂	%₂
Sim, todas	16	33	6	50
Sim, a maioria	30	63	6	50
Sim, poucas	1	2	0	0
Não	1	2	0	0
Simplicidade para responder o IPRAE	n₁	%₁	n₂	%₂
Sim, muito simples	23	48	10	83
Sim, simples	22	46	2	17
Sim, pouco simples	3	6	0	0
Não	0	0	0	0
Tempo para responder o IPRAE	n₁	%₁	n₂	%₂
Rápido	7	15	2	17
Normal	30	62	10	83
Demorado	11	23	0	0
Número de perguntas do IPRAE	n₁	%₁	n₂	%₂
Poucas	1	2	0	0
Suficiente	35	73	9	75
Muitas	12	25	3	25
Vontade de desistir em	n₁	%₁	n₂	%₂

responder o IPRAE				
Sim	7	15	0	0
Não	41	85	12	100

DISCUSSÃO

O presente estudo concebeu um questionário autoaplicável, que pode ser considerado o primeiro instrumento, com algumas etapas de validação, sobre avaliação das práticas alimentares de universitários. O IPRAE teve seu desenvolvimento pautado em uma busca científica criteriosa que refletiu em múltiplos elementos relacionados às práticas alimentares, adaptados ao contexto da presente pesquisa. Esse processo rigoroso permitiu atingir níveis satisfatórios de desenvolvimento, validade de conteúdo e face do instrumento, como pré-requisitos mínimos na admissão de uma ferramenta de avaliação relevante e válida⁽²⁶⁾.

A validação de conteúdo envolveu a avaliação das questões para garantir a representatividade semântica e conceitual das práticas alimentares realizadas por estudantes universitários. O painel com especialistas de diferentes áreas do conhecimento teve um resultado favorável. Essa etapa de validação trouxe para o instrumento importantes domínios à investigação⁽²⁶⁾ e foi relatada em outros estudos^(19,22). O IPRAE obteve bons níveis de validade de conteúdo (0,94) e pouca variação entre as questões ($IVC_{\min}=0,78$; $IVC_{\max}=1$), demonstrando que estava de acordo com o objetivo do instrumento, como outros estudos que validaram instrumentos voltados a estudantes universitários. Márquez-Sandoval et al. (2014)⁽¹⁹⁾ verificaram um IVC de 0,94 no questionário de avaliação do comportamento alimentar de estudantes universitários mexicanos e Richards et al. (2017)⁽²²⁾ obtiveram uma congruência de 93% no instrumento desenvolvido (PUCF), porém, com grande variação entre as seções ($IVC_{\min}=0,67$; $IVC_{\max}=1$), o que diferiu do IPRAE que apresentou constância nesses índices ($IVC_{\min}=0,91$ / sociodemográfica; $IVC_{\max}=0,97$ / alimentação na universidade).

Na presente pesquisa foram utilizados pareceres de 15 pesquisadores, como outro estudo⁽¹⁹⁾, acima do número encontrado em estudos prévios⁽²⁰⁻²²⁾. A utilização de um maior número de participantes pode ampliar e aprofundar as reflexões sobre o conteúdo e a formatação do instrumento. Assim, essa etapa contemplou a participação de profissionais experientes nas áreas relacionadas ao tema, internos e externos à universidade. De maneira adicional, demandou a análise

consensual de revisores, compondo a segunda etapa de validação de conteúdo, a fim de reduzir erros e readequar as questões.

Além disso, o questionário passou por duas validações de face, conduzidas em uma amostra do público alvo, servindo também como um pré-teste cognitivo, que gerou alterações na forma e semântica do instrumento. Foi utilizada uma amostra de estudantes maior do que identificada em outras pesquisas ($n_{\min} = 8$; $n_{\max} = 28$)^(6,19-22) bem como, um perfil amostral homogêneo entre sexo e cursos de graduação da universidade.

O tempo médio de preenchimento do IPRAE na primeira aplicação foi de 19 minutos e 28 segundos, enquanto os instrumentos consultados apresentaram um tempo médio de 30 minutos ($t_{\min}=15$ min.; $t_{\max}=40$ min)⁽²⁰⁾. Já a segunda aplicação apresentou uma redução, com tempo médio de 15 minutos e 45 segundos e um melhor resultado em relação aos critérios avaliados na validade de face, em consequência das alterações na redação dos enunciados e alternativas apontados e revisados na primeira aplicação. Dessa forma, pode-se considerar que o tempo médio de aplicação do IPRAE e a amplitude entre o tempo mínimo e máximo foi favorável à pesquisa e não houve reclamações da variável tempo de resposta do questionário pelos participantes dessas etapa de validação. A maioria dos estudantes que participaram da etapa de validade de face acharam o IPRAE fácil, simples e com um número adequado de perguntas. Outros estudos^(20,22) apresentaram resultados similares com relação a clareza e compreensibilidade. O índice médio de clareza observado no Isaq-A⁽²⁰⁾ foi de 96% e Richards et al. (2017)⁽²²⁾ identificaram que a maioria dos estudantes avaliaram o instrumento como de fácil compreensão. Portanto, essa etapa comprovou a percepção favorável do IPRAE pelos participantes, visto ele estar medindo o que se propõe a avaliar de maneira compreensível, com simples preenchimento e tempo aceitável de aplicação⁽³⁷⁾.

É importante destacar que tanto no estudo de Richards et al. (2017)⁽²²⁾, quanto de Márquez-Sandoval et al. (2014)⁽¹⁹⁾, o encaminhamento dessa etapa com os estudantes ocorreu antes da validação de conteúdo com especialistas. Por outro lado, o presente estudo conduziu a etapa de validação de conteúdo inicialmente, buscando consolidar o instrumento com relação ao tema para que pudesse proporcionar contribuições mais pontuais dos estudantes referente a forma e a semântica do instrumento.

Reconhecemos a existência de outros métodos e instrumentos para avaliação do comportamento, escolha e consumo alimentar. No entanto,

o objetivo desse estudo foi construir uma ferramenta que avaliasse as práticas alimentares de estudantes, com enfoque nas práticas realizadas durante o tempo que os estudantes permanecem na universidade. Portanto, o destaque e inovação desse questionário foi a importância dada ao ambiente universitário na determinação das escolhas alimentares dos estudantes. Além disso, foi dado espaço ao estudante para sugestões que aprimorassem o ambiente alimentar da universidade, podendo ser aproveitado em futuras ações de intervenção para um ambiente alimentar universitário mais saudável.

Limitações do estudo

Por se tratar de uma amostra de conveniência, restrita a um estado do sul do país, apesar de ser em uma grande universidade pública e pessoas de todos os estados do Brasil, sua validade externa fica limitada, contudo para aplicação em outros ambientes e populações. Determinadas questões de caracterização da alimentação realizada no ambiente da universidade exigem adequação, a fim de incluir os itens alimentares disponíveis no ambiente a ser estudado, de acordo com o hábito e cultura alimentar daquela região.

CONCLUSÃO

Concluiu-se que o IPRAE apresenta características psicométricas de aplicabilidade e validade satisfatórias, sendo útil para a avaliação das práticas alimentares de estudantes universitários. Pode ser aplicado em outras regiões do país, com adequação aos alimentos consumidos em cada uma delas, visto a dimensão continental do Brasil, apesar de ter sido desenvolvido e testado em uma grande universidade do sul do país. Pesquisas futuras podem ainda avaliar outras dimensões da validade e confiabilidade desse instrumento, visando aprimorar o IPRAE e pode-se inserir a percepção dos estudantes sobre o ambiente universitário, pois esta influencia diretamente nas escolhas alimentares.

Além disso, o IPRAE pode ser aplicado em uma amostra representativa de estudantes, a fim de obtermos um banco de dados de práticas alimentares de universitários de diferentes regiões do país. Essa avaliação pode fornecer subsídios para ações em prol da promoção da saúde, da alimentação saudável, de intervenções que promovam a acessibilidade mais justa de alimentos e que reduzam as disparidades de

saúde, contribuindo para o combate à epidemia de sobrepeso e obesidade em estudantes.

REFERÊNCIAS

1. Vadeboncoeur C, Foster C, Townsend N. Freshman 15 in England: a longitudinal evaluation of first year university student's weight change. *BMC Obes.* 2016;3:45. doi:10.1186/s40608-016-0125-1.
2. Vella-Zarb RA, Elgar FJ. The “freshman 5”: a meta-analysis of weight gain in the freshman year of college. *J Am Coll Health.* 2009;58(2):161-166.
3. El-Kassas G, Ziade F. Exploration of the Dietary and Lifestyle Behaviors and Weight Status and Their Self-Perceptions among Health Sciences University Students in North Lebanon. *BioMed Research International.* 2016;2016.
4. Bennett J, Greene G, Schwartz-Barcott D. Perceptions of emotional eating behavior. A qualitative study of college students. *Appetite.* 2013;60(1):187-192.
5. Becerra-Bulla F, Pinzón-Villate G, Vargas-Zárate M. Food practices of a group of college students and the perceived difficulties for healthy eating. *Revista de la Facultad de Medicina.* 2015;63(3):457-463.
6. Perez PMP, Castro IRR de, Franco A da S, et al. Dietary practices of quota and non-quota students at a Brazilian public university. *Ciência & Saúde Coletiva.* 2016;21(2):531-542.
7. Tam R, Yassa B, Parker H, O'Connor H, Allman-Farinelli M. University students' on-campus food purchasing behaviors, preferences, and opinions on food availability. *Nutrition.* 2017;37:7-13.
8. Hall L, Tejada-Tayabas LM, Monárrez-Espino J. Breakfast Skipping, Anxiety, Exercise, and Soda Consumption are Associated with Diet Quality in Mexican College Students. *Ecol Food Nutr.* March 2017:1-20.

9. Pelletier JE, Laska MN. Campus food and beverage purchases are associated with indicators of diet quality in college students living off campus. *Am J Health Promot.* 2013;28(2):80-87.
10. Mahfouz MS, Makeen AM, Akour AY, et al. Nutritional habits and weight status among Jazan university students: Eating patterns and healthy lifestyle assessment. *Epidemiology Biostatistics and Public Health.* 2016;13(2).
11. Nanney MS, Lytle LA, Farbakhsh K, et al. Weight and weight-related behaviors among 2-year college students. *J Am Coll Health.* 2015;63(4):221-229.
12. Deliens T, Clarys P, De Bourdeaudhuij I, Deforche B. Determinants of eating behaviour in university students: a qualitative study using focus group discussions. *BMC Public Health.* 2014;14:53.
13. Roy R, Rangan A, Hebden L, et al. Dietary contribution of foods and beverages sold within a university campus and its effect on diet quality of young adults. *Nutrition.* 2017;34:118-123.
14. Greaney ML, Less FD, White AA, et al. College students' barriers and enablers for healthful weight management: a qualitative study. *J Nutr Educ Behav.* 2009;41(4):281-286.
15. Swinburn B, Egger G, Raza F. Dissecting obesogenic environments: the development and application of a framework for identifying and prioritizing environmental interventions for obesity. *Prev Med.* 1999;29(6 Pt 1):563-570.
16. Burriel FC, Urrea RS, Daouas T, Soria AD, Meseguer MJG. Food habits and nutritional assessment in a tunisian university population. *Nutricion Hospitalaria.* 2014;30(6):1350-1358.
17. Lupi S, Bagordo F, Stefanati A, et al. Assessment of lifestyle and eating habits among undergraduate students in northern Italy. *Ann Ist Super Sanita.* 2015;51(2):154-161.
18. Fisberg M, Maximino P, Kain J, et al. Obesogenic environment – intervention opportunities. *Jornal de Pediatria.* 2016;92(3):30-39.

19. Márquez-Sandoval YF, Salazar-Ruiz EN, Macedo-Ojeda G, et al. Design and validation of a questionnaire to assess dietary behavior in mexican students in the area of health. *Nutricion Hospitalaria*. 2014;30(1):153-164.
20. Sousa TF de, Fonseca SA, José HPM, Nahas MV. Validade e reprodutibilidade do questionário Indicadores de Saúde e Qualidade de Vida de Acadêmicos (Isaq-A). *Arquivos de Ciências do Esporte*. 2013;1(1).
21. Sánchez Socarrás V, Aguilar Martínez A, Vaqué Crusellas C, Milá Villarroel R, González Rivas F. [Design and validation of a questionnaire to assess the level of general knowledge on eating disorders in students of Health Sciences]. *Aten Primaria*. 2016;48(7):468-478.
22. Richards R, Brown LB, Williams DP, Eggett DL. Developing a Questionnaire to Evaluate College Students' Knowledge, Attitude, Behavior, Self-efficacy, and Environmental Factors Related to Canned Foods. *J Nutr Educ Behav*. 2017;49(2):117-124.e1.
23. BRASIL | Ministério da Saúde. Vigitel Brasil 2015: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico. Brasília: Ministério da Saúde, 2017.
http://www.ans.gov.br/images/stories/Materiais_para_pesquisa/Materiais_por_assunto/2015_vigitel.pdf. Accessed February 19, 2018.
24. IBGE | Instituto Brasileiro De Geografia E Estatística (IBGE). Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PENSE): 2015. Coordenação de Indicadores sociais. Rio de Janeiro: IBGE, 2016, 131p.
25. Mokhtari T, Jamaluddin R, Saad HA. Lifestyle and psychological factors associated with body weight status among university students in Malaysia. *Pakistan Journal of Nutrition*. 2015;14(1):18-28.
26. DiIorio CK. Measurement in Health Behavior: Methods for Research and Evaluation. 1 edition. San Francisco: Jossey-Bass; 2005.

27. Lawshe. A quantitative approach to content validity. *Personnel Psychology* - Wiley Online Library, 1975.
<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.1744-6570.1975.tb01393.x>. Accessed July 13, 2018.
28. Fink A, Kosecoff J, Chassin M, Brook RH. Consensus methods: characteristics and guidelines for use. *Am J Public Health*. 1984;74(9):979-983.
29. Zhang C, Fan J. A study of the perception of health risks among college students in China. *Int J Environ Res Public Health*. 2013;10(6):2133-2149.
30. Pulz IS, Martins PA, Feldman C, Veiros MB. Are campus food environments healthy? A novel perspective for qualitatively evaluating the nutritional quality of food sold at foodservice facilities at a Brazilian university. *Perspectives in Public Health*. March 2016:1757913916636414.
31. Guia Alimentar para a população brasileira (2014) [Internet]. Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. [cited 2018 Feb 19]. Available from:
<http://www4.planalto.gov.br/consea/publicacoes/alimentacao-adequada-e-saudavel/guia-alimentar-para-a-populacao-brasileira-2014>
32. Nelson MC, Story M. Food environments in university dorms: 20,000 calories per dorm room and counting. *Am J Prev Med*. 2009;36(6):523-526. doi:10.1016/j.amepre.2009.01.030
33. da Silva Gasparotto G, Pereira da Silva M, Miranda Medeiros Cruz R, de Campos W. Overweight and physical activity practice associated with eating behavior of brazilian college students. *Nutr Hosp*. 2015;32(2):616-621.
34. Yahia N, Wang D, Rapley M, Dey R. Assessment of weight status, dietary habits and beliefs, physical activity, and nutritional knowledge among university students. *Perspect Public Health*. 2016;136(4):231-244.
35. Yang T, Yu L, Barnett R, et al. Contextual influences affecting patterns of overweight and obesity among university students: a 50

universities population-based study in China. *Int J Health Geogr.* 2017;16(1):18.

36. WHO | Global Action Plan for the Prevention and Control of NCDs 2013-2020. WHO. http://www.who.int/nmh/events/ncd_action_plan/en/. Accessed February 19, 2018.

37. Streiner DL, Norman GR. *Health Measurement Scales: A Practical Guide to Their Development and Use*. Oxford University Press; 2008. <http://www.oxfordscholarship.com/view/10.1093/acprof:oso/9780199231881.001.0001/acprof-9780199231881>. Accessed July 13, 2018.

6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

6.1 CONCLUSÕES

Essa pesquisa está vinculada a um projeto amplo que, inicialmente, caracterizou o ambiente alimentar da universidade e, em seguida, pretende avaliar as práticas alimentares dos estudantes, por meio de um instrumento adequado para tal. Apesar do reconhecimento das práticas alimentares inadequadas, como baixo consumo de frutas e hortaliças, omissão do café da manhã, consumo de bebidas alcóolicas e substituição de refeições por lanches rápidos; e risco de ganho de peso em estudantes universitários, principalmente em seus primeiros anos, variáveis como essas ainda permanecem pouco exploradas no Brasil, principalmente quando associadas aos determinantes ambientais. Além disso, o ambiente universitário é um ambiente de rápida mudança e grande interação com os sujeitos, precisando ser avaliado e acompanhado, já que apresenta constante influência nas práticas alimentares, trazendo consequências maléficas para a saúde dos estudantes.

Esse estudo foi pautado no desenvolvimento de um instrumento de avaliação das práticas alimentares de estudantes, inclusive as realizadas no ambiente universitário, que considerou o seguimento de dois parâmetros psicométricos, validade de conteúdo e de face, o que não foi identificado, até o momento, na literatura científica consultada. Concluiu-se que o IPRAE, primeiro instrumento brasileiro, que se tem conhecimento, para avaliação das práticas alimentares, trazendo uma abordagem voltada ao ambiente universitário. Esse instrumento apresenta características psicométricas de aplicabilidade e validade satisfatórias, contendo questões em número suficiente, que avaliam adequadamente o que pretende-se avaliar, facilmente compreensíveis, de simples preenchimento e com tempo aceitável de aplicação.

A avaliação dessas práticas e desse ambiente pode fornecer subsídios para ações em prol da promoção da saúde e da alimentação saudável em estudantes, bem como, da criação de intervenções de acesso a alimentos que reduzam as disparidades de saúde, agindo no combate à epidemia da obesidade. Dessa forma, recomenda-se que esse instrumento seja aplicado em universitários de outras universidades e regiões do Brasil, ou seja, nos principais usuários do ambiente universitário, desde que sejam consideradas as adaptações necessárias para a especificidade de cada instituição, principalmente no que se refere aos alimentos disponíveis nos locais para consumo. Tais estudos podem trazer

diferentes dados para futuras investigações em outras universidades, sendo possível obter dados para comparação em diferentes contextos demográficos e populacionais brasileiros.

6.2 RECOMENDAÇÕES

Diante do que foi exposto, recomendam-se questões de ordem acadêmico/científica e prática/social. As recomendações de ordem acadêmico/científica referem-se à continuidade do debate sobre as práticas alimentares dos estudantes realizadas no ambiente universitário, investigando em que medida esse ambiente pode influenciar essas práticas.

A primeira justificativa para tal recomendação refere-se à inexistência da temporalidade causal estável com o tempo, considerando que o ambiente universitário está em constante transformação. Dessa forma, pesquisas adicionais poderiam utilizar de maneira associada abordagens qualitativas, analisando a interação e a percepção dos estudantes sobre o ambiente alimentar universitário. A percepção dos indivíduos sobre os ambientes alimentares pode influenciar sua capacidade de escolha comer de forma mais saudável (BELON et al., 2016).

Em segundo momento, destaca-se que a elaboração desse instrumento foi baseada no contexto ambiental da UFSC, universidade localizada no estado de Santa Catarina (Brasil), que possui estabelecimentos com alta disponibilidade de alimentos de baixo valor nutricional, no entanto, também disponibiliza aos seus estudantes dois RU's com oferta alimentar de alta qualidade nutricional com preço bastante subsidiado, restando espaço para investigações minuciosas em outros estados e países. No entanto, embora a validação do presente questionário tenha sido realizada em um grupo específico de estudantes universitários, ele pode ser utilizado em investigações com outros grupos universitários no Brasil, pois a UFSC é uma universidade com muita diversidade, atendendo estudantes de todas as regiões do país. Considera-se importante a compreensão das práticas alimentares desses jovens estudantes, dando suporte científico quanto à construção de um ambiente alimentar organizacional mais saudável e a instituição de políticas públicas voltadas à promoção da alimentação saudável.

Contudo, como todo objeto de análise científica, o instrumento pode passar por novas análises e investigações futuras. Assim, com relação aos testes psicométricos, recomenda-se o desenvolvimento de

novas etapas metodológicas a fim de avaliar outras dimensões da validade e confiabilidade do instrumento, em diferentes condições de aplicação, como o teste de confiabilidade e reprodutibilidade. Como recomendação de ordem prática e social, destaca-se que esse instrumento pode oferecer uma nova ferramenta ao nutricionista que atua em instituições de ensino. Com isso, políticas públicas de saúde para esse público podem ser desenvolvidas, como enfoque nas práticas alimentares e na promoção de saúde no ambiente universitário.

REFERÊNCIAS

- ACEIJAS, C. et al. Determinants of health-related lifestyles among university students. **Perspectives in Public Health**, v. 137, n. 4, 2017.
- AL-QAHTANI, M.H. Dietary Habits of Saudi Medical Students at University of Dammam. **International Journal of Health Sciences**, Qassim University, v.10, n.3, Jul/Sep 2016.
- ALI, A. et al. Assessment of nutritional knowledge, dietary habits and nutrient intake of university student athletes. **Pakistan Journal of Nutrition**, v. 14, n. 5, p. 293–299, 2015.
- ALSUNNI, A. A.; BADAR, A. Fruit and vegetable consumption and its determinants among Saudi university students. **Journal of Taibah University Medical Sciences**, v. 10, n. 2, p. 201–207, 2015.
- AMANKWAA, A. O.; ANNAN, R. A. Dietary patterns and metabolic risk factors for cardiovascular disease among University Students in Ghana. **Asian Journal of Clinical Nutrition**, v. 6, n. 1, p. 18–28, 2014.
- ARSHAD, N. et al. Impacts of food intake pattern on education performance of university students. **Pakistan Journal of Nutrition**, v. 13, n. 12, p. 746–751, 2014.
- AZEVEDO, E. DE. Riscos e controvérsias na construção social do conceito de alimento saudável: o caso da soja. **Revista de Saúde Pública**, v. 45, n. 4, p. 781–788, 2011.
- AZEVEDO, E. C. C.; et al. Padrão alimentar de risco para as doenças crônicas não transmissíveis e sua associação com a gordura corporal – uma revisão sistemática. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 19, n. 5, p. 1447–458, 2014.
- BAGORDO, F. et al. Dietary habits and health among university students living at or away from home in Southern Italy. **Journal of Food and Nutrition Research**, v. 52, n. 3, p. 164–171, 2013.
- BASQUEROTO, E. P. **Qualidade nutricional dos produtos comercializados em uma Universidade Pública do Sul do Brasil.**

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Curso de Nutrição, Departamento de Nutrição, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2013.

BECERRA-BULLA, F.; PINZÓN-VILLATE, G.; VARGAS-ZÁRATE, M. Food practices of a group of college students and the perceived difficulties for healthy eating. **Revista de la Facultad de Medicina**, v. 63, n. 3, p. 457–463, jul. 2015.

BELON, A. P. et al. Perceived community environmental influences on eating behaviors: A Photovoice analysis. **Social Science & Medicine**, v. 171, p. 18–29, 2016.

BENNETT, J.; GREENE, G.; SCHWARTZ-BARCOTT, D. Perceptions of emotional eating behavior. A qualitative study of college students. **Appetite**, v. 60, n. 1, p. 187–192, 2013.

BERGE, J. M. et al. The Protective Role of Family Meals for Youth Obesity: 10-Year Longitudinal Associations. **The Journal of Pediatrics**, v. 166, n. 2, p. 296–301, 1 fev. 2015.

BEZERRA, I. N. et al. Consumption of foods away from home in Brazil. **Revista de Saúde Pública**, v. 47, p. 200s–211s, 2013.

BOEHMER, T. K. et al. What constitutes an obesogenic environment in rural communities? **American Journal of Health Promotion**, v. 20, n. 6, p. 411–421, 2006.

BONITA, R.; BEAGLEHOLE, R.; KJELLSTROM, T. **Epidemiologia Básica**. Trad. Dr. Juraci A. Cesar. 2ª ed. Santos Editora: São Paulo, 213p., 2010.

BOOG, M. C. **A Prática Social, a Ciência e a Ética na Educação Alimentar e Nutricional**. SESC – SP, 2015. Disponível em: <https://www.sescsp.org.br/online/artigo/9389_A+PRATICA+SOCIAL+A+CIENCIA+E+A+ETICA+NA+EDUCACAO+ALIMENTAR+E+NUTRICIONAL>. Acesso em: 5 jul. 2017.

BOOTH, S. L. et al. Environmental and societal factors affect food choice and physical activity: rationale, influences, and leverage points. **Nutrition Reviews**, v. 59, n. 3, p. S21- 39, 2001.

BOWMAN, R. L.; DELUCIA, J. L. Accuracy of self-reported weight: A meta-analysis. **Behavior Therapy**, v. 23, n. 4, p. 637–655, 1992.

BOYCE, J. A.; KUIJER, R. G. Perceived stress and freshman weight change: the moderating role of baseline body mass index. **Physiology & Behavior**, v. 139, p. 491–496, 2015.

BRASIL. Decreto nº 19.851, de 11 de abril de 1931. Dispõe que o ensino superior no Brasil obedecerá, de preferência, ao sistema universitário. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 11 abril 1931. Disponível em: <<http://www2.camara.leg.br/legin/fed/decret/1930-1939/decreto-19851-11-abril-1931-505837-publicacaooriginal-1-pe.htm>>. Acesso em: 24 mar. 2017.

_____. Presidência da República. Constituição da República Federativa do Brasil de 1988: promulgada em 5 de outubro de 1988. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 05 outubro, 1988. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm>. Acesso em: 24 mar. 2017.

_____. Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996. Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 20 dezembro 1996. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/L9394.htm>. Acesso em: 15 mar. 2017.

_____. Ministério da Saúde. **O que é alimentação saudável?** Considerações sobre o conceito, princípios e características: uma abordagem ampliada. Ministério da Saúde, Coordenação geral da Política de Alimentação e Nutrição, Brasília, 2005. Disponível em: <<http://189.28.128.100/nutricao/docs/geral/oQueEAlimentacaoSaudavel.pdf>>. Acesso em: 23 mar. 2017.

_____. Ministério da Saúde. Portaria Interministerial nº 1.010, de 8 de maio de 2006. Institui as diretrizes para a promoção da alimentação saudável nas escolas de educação infantil, fundamental e

nível médio das redes públicas e privadas, em âmbito nacional. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 09 maio, 2006a. Disponível em: <https://www.fn.de.gov.br/fndelegis/action/UrlPublicasAction.php?acao=getAtoPublico&sgl_tipo=PIM&num_ato=00001010&seq_ato=000&vl_r_ano=2006&sgl_orgao=MEC/MS>. Acesso em: 17 mar. 2017.

_____. Lei nº 11.346, de 15 de setembro de 2006. Cria o Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional – SISAN com vistas em assegurar o direito humano à alimentação adequada e dá outras providências. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 15 setembro, 2006b. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2004-2006/2006/lei/111346.htm>. Acesso em: 17 mar. 2017.

_____. Ministério da Saúde. **Guia Alimentar para a população brasileira**. Promovendo a alimentação saudável. Brasília: Coordenação-Geral da Política de Alimentação e Nutrição, 2006c. 210p. Disponível em: <http://189.28.128.100/nutricao/docs/geral/guia_alimentar_conteudo.pdf>. Acesso em: 02 jul. 2017.

_____. PRESIDÊNCIA DA REPÚBLICA. Decreto nº 6.286, de 5 de dezembro de 2007. Institui o Programa Saúde na Escola – PSE e dá outras providências. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 06 dezembro, 2007. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2007/decreto/d6286.htm>. Acesso em: 29 mar. 2017.

_____. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Promoção da Saúde**. 3ª. Ed, Brasília: Série B. Textos Básicos de Saúde, 2010. 60 p. Disponível em: <http://bvsm.s.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_promocao_saude_3ed.pdf>. Acesso em: 20 mar. 2017.

_____. Ministério da Saúde. **Plano de ações estratégicas para o enfrentamento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) no Brasil 2011-2022**. Brasília: Série B. Textos Básicos de Saúde, 2011a, 148p. Disponível em: <http://bvsm.s.saude.gov.br/bvs/publicacoes/plano_acoes_enfrent_dcnt_2011.pdf>. Acesso em: 20 mar. 2017.

_____. Ministério da Saúde. **Orientações para a coleta e análise de dados antropométricos em serviços de saúde. Norma Técnica do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional - SISVAN.** 2ª. Ed. Brasília: Coordenação-Geral Alimentação e Nutrição, 2011b. 72p.

_____. Ministério da Saúde. **Vigitel Brasil 2010: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico.** Brasília: Ministério da Saúde, 2011c. Disponível em: <http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/vigitel_2010.pdf>. Acesso em: 20 mar. 2017.

_____. Conselho Nacional de Saúde. Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012. Aprova diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. **Conselho Nacional de Saúde,** Brasília, DF, 12 de dezembro de 2012a. Disponível em: <http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/2013/res0466_12_12_2012.html>. Acesso em: 17 mar. 2017.

_____. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate a Fome. Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas. **Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional,** Brasília, DF, 2012b, 68p. Disponível em: <http://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2017/03/marco_EAN.pdf>. Acesso em: 25 jul. 2018.

_____. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Alimentação e Nutrição.** 1ª. edição. Brasília: DF, 2013. 86p. Disponível em: <http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_alimentacao_nutricao.pdf>. Acesso em: 20 mar. 2017.

_____. Ministério da Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira.** 2ª. Ed. Brasília: Coordenação-Geral da Política de Alimentação e Nutrição, 2014a. 158p. Disponível em: <<http://portalarquivos.saude.gov.br/images/pdf/2014/novembro/05/Guia-Alimentar-para-a-pop-brasiliera-Miolo-PDF-Internet.pdf>>. Acesso em: 20 mar. 2017.

_____. Ministério do Desenvolvimento Social e Agrário. **O projeto comer pra quê.** Brasília: Ministério do Desenvolvimento Social

e Agrário, 2014b. Disponível em: <<http://www.comerpraque.com.br/acoes/>>. Acesso em: 18 jun. 2017.

_____. Ministério da Saúde. **Vigitel Brasil 2015: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico**. Brasília: Ministério da Saúde, 2017. Disponível em: <http://www.ans.gov.br/images/stories/Materiais_para_pesquisa/Materiais_por_assunto/2015_vigitel.pdf>. Acesso em: 15 mar. 2017.

BREITENBACH, Z. et al. Examination of Hungarian college students' eating habits, physical activity and body composition. **European Journal of Integrative Medicine**, v. 8, p. 13–17, 2016.

BURNS, C. et al. Foods prepared outside the home: association with selected nutrients and body mass index in adult Australians. **Public Health Nutrition**, v. 5, n. 3, p. 441–448, 2002.

BURRIEL, F. C. et al. Food habits and nutritional assessment in a tunisian university population. **Nutricion Hospitalaria**, v. 30, n. 6, p. 1350–1358, 2014.

BUSS, P. M.; CARVALHO, A. I. DE. Desenvolvimento da promoção da saúde no Brasil nos últimos vinte anos (1988-2008). **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 14, n. 6, p. 2305–2316, 2009.

BYRD-BREDBENNER, C. et al. Sweet and salty. An assessment of the snacks and beverages sold in vending machines on US post-secondary institution campuses. **Appetite**, v. 58, n. 3, p. 1143–1151, 1 jun. 2012.

CANNON, G.; LEITZMANN, C. The new nutrition science project. **Public Health Nutrition**, v. 8, n. 6a, p. 673–694, 2005.

CARVALHO, M. C. DA V. S.; LUZ, M. T.; PRADO, S. D. Comer, alimentar e nutrir: categorias analíticas instrumentais no campo da pesquisa científica. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 16, n. 1, p. 155–163, 2011.

CASPI, C. E. et al. The local food environment and diet: a systematic review. **Health & Place**, v. 18, n. 5, p. 1172–1187, 2012.

CASTRO, I. R. R.; CASTRO, L. M. C.; GUGELMIM, S. A. Ações educativas, programas e políticas envolvidos nas mudanças alimentares. *In: DIEZ-GARCIA, R. W.; CERVATO-MANCUSO, A. M., org. Mudanças alimentares e educação nutricional*. Rio de Janeiro: Editora Guanabara Koogan; 2011. p. 18-34.

CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION. **Adult Obesity Facts | Overweight & Obesity | CDC**. 2014. Disponível em: <<https://www.cdc.gov/obesity/data/adult.html>>. Acesso em: 7 maio. 2017.

CERVERA, B. et al. Food habits and nutritional assessment in a university population. **Nutricion Hospitalaria**, v. 28, n. 2, p. 438–446, 2013.

CHARREIRE, H. et al. Measuring the food environment using geographical information systems: a methodological review. **Public Health Nutrition**, v. 13, n. 11, p. 1773–1785, 2010.

CHELI VETTORI, J. et al. Nutritional status, weight evolution and eating behavior in university students of health careers in Ribeirão Preto São Paulo, Brazil. **Nutricion Clinica Y Dietetica Hospitalaria**, v. 34, p. 52–62, 2014.

DANUBIO, M. E. et al. Comparison of self-reported and measured height and weight: Implications for obesity research among young adults. **Economics & Human Biology**, v. 6, n. 1, p. 181–190, 2008.

DA SILVA GASPAROTTO, G. et al. Overweight and physical activity practice associated with eating behavior of Brazilian college students. **Nutricion Hospitalaria**, v. 32, n. 2, p. 616–621, 1 ago. 2015

DE, M. et al. University students' food consumption assessment and the relation with their academic profile. **Nutricion Hospitalaria**, v. 34, n. 1, p. 134–143, 2017.

DECLARAÇÃO DE ALMA-ATA. Conferência Internacional sobre cuidados primários de saúde; 6-12 de setembro 1978; Alma-Ata; USSR. *In: Ministério da Saúde. As cartas de promoção da saúde*. Série B: Textos Básicos em Saúde. Brasília: DF, 2002. 56p. Disponível em:

<http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cartas_promocao.pdf>.
Acesso em: 29 mar. 2017.

DELIENS, T., et al. Changes in weight and body composition during the first semester at university. A prospective explanatory study. **Appetite**, v.65, p.111–116, 2013.

DELIENS, T. et al. Determinants of eating behaviour in university students: a qualitative study using focus group discussions. **BMC Public Health**, v. 14, p. 53, 2014.

DELIENS, T. et al. Determinants of physical activity and sedentary behaviour in university students: a qualitative study using focus group discussions. **BMC Public Health**, v. 15, p. 201, 2015.

DI IORIO, C. K. **Measurement in health behavior methods for research and education**. First edition. San Francisco: Jossey-Bass, 2005.

DOORIS, M. et al. **Healthy Universities: Concept, Model and Framework for Applying the Healthy Settings Approach within Higher Education in England** - Final Project Report, Preston / London. University of Central Lancashire e Manchester Metropolitan University. 34 p., 2010.

EGGER, G.; SWINBURN, B. An “ecological” approach to the obesity pandemic. **BMJ: British Medical Journal**, v. 315, n. 7106, p. 477–480, 1997.

EGGER, G; SPARK, R.; DONOVAN, R. **Health promotion: strategies and methods**, 2nd ed. Sydney: McGraw–Hill, 1999, In press:113–22. *Apud.*: SWINBURN, B.; EGGER, G.; RAZA, F. Dissecting obesogenic environments: the development and application of a framework for identifying and prioritizing environmental interventions for obesity. **Preventive Medicine**, v. 29, n. 6 Pt 1, p. 563–570, 1999.

EL ANSARI, W.; STOCK, C.; MIKOLAJCZYK, R. T. Relationships between food consumption and living arrangements among university students in four European countries - A cross-sectional study. **Nutrition Journal**, v. 11, p. 28, 2012.

EL ANSARI, W.; SUOMINEN, S.; SAMARA, A. Eating Habits and Dietary Intake: Is Adherence to Dietary Guidelines Associated with Importance of Healthy Eating among Undergraduate University Students in Finland? **Central European Journal of Public Health**, v. 23, n. 4, p. 306–313, dez. 2015.

ELINDER, L. S.; JANSSON, M. Obesogenic environments – aspects on measurement and indicators. **Public Health Nutrition**, v. 12, n. 3, p. 307–315, 2008.

EL-KASSAS, G.; ZIADE, F. Exploration of the Dietary and Lifestyle Behaviors and Weight Status and Their Self-Perceptions among Health Sciences University Students in North Lebanon. **BioMed Research International**, 2016.

EVAGELOU, E. et al. Exploration of Nursing students' dietary habits. **Health Science Journal**, v. 8, n. 4, p. 452–468, 2014.

FALK, L. W. et al. Managing Healthy Eating: Definitions, Classifications, and Strategies. **Health Education & Behavior**, v. 28, n. 4, p. 425–439, 2001.

FINK, A. et al. Consensus methods: characteristics and guidelines for use. **American Journal of Public Health**, v. 74, n. 9, p. 979–983, set. 1984.

FISBERG, M. et al. Obesogenic environment – intervention opportunities. **Jornal de Pediatria**, v. 92, n. 3, p. 30–39, 2016.

FRANCA, C. DA; COLARES, V. Comparative study of health behavior among college students at the start and end of their courses. **Revista de Saude Publica**, v. 42, n. 3, p. 420–427, 2008.

FREUDENBERG, N. et al. Promoting the health of young adults in urban. **Journal of American College Health**, v. 61, n. 7, p. 422–430, 2013.

GABRIEL, C. G. et al. School canteens of Florianópolis: existence and foods for sale after the institution of the law of regulation. **Revista de Nutrição**, v. 23, n. 2, p. 191–199, 2010.

GARCIA, R. W. D. Reflexos da globalização na cultura alimentar: considerações sobre as mudanças na alimentação urbana. **Revista de Nutrição**, v. 16, n. 4, p. 483–492, 2003.

GEDRICH, K. Determinants of nutritional behaviour: a multitude of levers for successful intervention? **Appetite**, v. 41, n. 3, p. 231–238, 2003.

GIRZ, L. et al. The four undergraduate years. Changes in weight, eating attitudes, and depression. **Appetite**, v. 69, p. 145–150, 2013.

GLANZ, K. et al. Why Americans eat what they do: taste, nutrition, cost, convenience, and weight control concerns as influences on food consumption. **Journal of the American Dietetic Association**, v. 98, n. 10, p. 1118–1126, 1998.

GLANZ, K. et al. Healthy nutrition environments: concepts and measures. **American journal of health promotion**, v. 19, n. 5, p. 330–333, ii, 2005.

GLANZ, K. et al. Nutrition Environment Measures Survey in stores (NEMS-S): development and evaluation. **American Journal of Preventive Medicine**, v. 32, n. 4, p. 282–289, 2007.

GLANZ, K. Measuring food environments: a historical perspective. **American Journal of Preventive Medicine**, v. 36, n. 4 Suppl, p. S93–98, 2009.

GRAHAM, D. J. et al. Perceived Social-Ecological Factors Associated with Fruit and Vegetable Purchasing, Preparation, and Consumption among Young Adults. **Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics**, v. 113, n. 10, p. 1366–1374, 2013.

GREANEY, M. L. et al. College students' barriers and enablers for healthful weight management: a qualitative study. **Journal of Nutrition Education and Behavior**, v. 41, n. 4, p. 281–286, 2009.

GREEN, S. H.; GLANZ, K. Development of the Perceived Nutrition Environment Measures Survey. **American Journal of Preventive Medicine**, v. 49, n. 1, p. 50–61, 2015.

GTSS COLLABORATIVE GROUP (GTSS). Tobacco use and cessation counselling: Global Health Professionals Survey Pilot Study, 10 countries, 2005. **Tobacco Control**, v. 15 Suppl 2, p. ii31-34, 2006.

GUAGLIARDO, V. et al. Eating at the university canteen. Associations with socioeconomic status and healthier self-reported eating habits in France. **Appetite**, v. 56, n. 1, p. 90–95, 2011.

GUIMARÃES, R. C. R. et al. Hábitos alimentares de universitários da Amazônia Brasileira. **Antropologia Portuguesa**, v. 30, p. 99–112, 2014.

HALL, L.; TEJADA-TAYABAS, L. M.; MONÁRREZ-ESPINO, J. Breakfast Skipping, Anxiety, Exercise, and Soda Consumption are Associated with Diet Quality in Mexican College Students. **Ecology of Food and Nutrition**, p. 1–20, 22 mar. 2017.

HARVARD SCHOOL PUBLIC HEALTH (HSPH). **Healthy Eating Plate & Healthy Eating Pyramid**. 2011. The Nutrition Source, Department of Nutrition, Harvard T. H. Chan School of Public Health and Harvard Health Publications. Disponível em: <<https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/healthy-eating-plate/>>. Acesso em: 22 mar. 2017.

HAWKES, C. et al. Smart food policies for obesity prevention. **The Lancet**, v. 385, n. 9985, p. 2410–2421, 2015.

HERNÁNDEZ-ESCOLAR, J.; HERAZO-BELTRÁN, Y.; VALERO, M. V. [The frequency of cardiovascular disease-associated risk factors in a university student population]. **Revista De Salud Pública (Bogotá, Colombia)**, v. 12, n. 5, p. 852–864, out. 2010.

HILGER, J.; LOERBROKS, A.; DIEHL, K. Eating behaviour of university students in Germany: Dietary intake, barriers to healthy eating and changes in eating behaviour since the time of matriculation. **Appetite**, v. 109, p. 100–107, 2017.

HOLSTEN, J. E. Obesity and the community food environment: a systematic review. **Public Health Nutrition**, v. 12, n. 3, p. 397–405, 2009.

HOLT, M. et al. Student perceptions of a healthy university. **Public Health**, v. 129, n. 6, p. 674–683, 2015.

ILOW, R. A.; REGULSKA-ILOW, B.; RÓŻAŃSKA, D. Dietary habits of Wrocław Medical University students (Poland). **Roczniki Państwowego Zakładu Higieny**, v. 68, n. 1, p. 23–32, 2017.

INSTITUTE OF MEDICINE (IOM). Committee on Accelerating Progress in Obesity Prevention. **Accelerating Progress in Obesity Prevention: Solving the Weight of the Nation**. Washington (DC): National Academies Press (US), 2012. p. 462.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). **Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009**: Aquisição alimentar domiciliar per capita Brasil e Grandes Regiões. Coordenação de Trabalho e Rendimento. Rio de Janeiro: IBGE, 2010a. 282 p.

_____. **Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009**. Análise do consumo alimentar pessoal no Brasil. Coordenação de Trabalho e Rendimento. Rio de Janeiro: IBGE, 2010b. 150 p.

_____. **Censo Demográfico 2010**. 2010c. Disponível em: <<http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/censo2010/default.shtm>>. Acesso em: 23 jan. 2017.

_____. **Pesquisa Nacional de Saúde - 2013**. Percepção do estado de saúde, estilos de vida e doenças crônicas. Brasil, grandes regiões e unidades da federação. Coordenação de Trabalho e Rendimento. Rio de Janeiro: IBGE, 2014a. 181 p.

_____. **Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009**. Percepção do estado de saúde, estilos de vida e doenças crônicas. Brasil, grandes regiões e unidades da federação. IBGE, Coordenação de Trabalho e Rendimento. Rio de Janeiro: IBGE, 2014b. 181p.

_____. **Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PENSE): 2015**. Coordenação de Indicadores sociais. Rio de Janeiro: IBGE, 2016a. 131p. Disponível em: <http://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/instrumentos_de_coleta/doc4595.pdf>. Acesso em: 23 jan. 2017.

_____. **Cidades**. 2016b. Disponível em: <<http://cidades.ibge.gov.br/v3/cidades/home-cidades>>. Acesso em: 23 jan. 2017.

_____. **Síntese de indicadores sociais: uma análise das condições de vida da população brasileira**. Estudos e pesquisas: informação demográfica e socioeconômica. Rio de Janeiro: IBGE, 2016c. 141 p. Disponível em: <https://ww2.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/condicaoedevida/indicadoresminimos/sinteseindicsoais2015/default_tab_xls.shtm>. Acesso em: 23 fev. 2017.

INSTITUTO NACIONAL DE ESTUDOS E PESQUISAS EDUCACIONAIS ANÍSIO TEIXEIRA (INEP). **Sinopse Estatística da Educação Superior 2015**. Brasília: Inep, 2016. Disponível em: <<http://portal.inep.gov.br/web/guest/sinopses-estatisticas-da-educacao-superior>>. Acesso em: 29 mar. 2017.

JOMORI, M. M.; PROENÇA, R. P. DA C.; CALVO, M. C. M. Food choice factors. **Revista de Nutrição**, v. 21, n. 1, p. 63–73, 2008.

KAMPHUIS, C. B. M. et al. Environmental determinants of fruit and vegetable consumption among adults: a systematic review. **The British Journal of Nutrition**, v. 96, n. 4, p. 620–635, 2006.

KHABAZ, M. N. et al. Dietary habits, lifestyle pattern and obesity among young Saudi university students. **Journal of the Pakistan Medical Association**, v. 67, n. 10, p. 1541–1546, 2017.

KOWALCZE, K.; TURYK, Z.; DRYWIEN, M. Nutrition of students from dietetics profile education in the Siedlce University of Natural Sciences and Humanities compared with students from other academic centres. **Roczniki Panstwowego Zakladu Higieny**, v. 67, n. 1, p. 51–58, 2016.

LACAILLE, L. J. et al. Psychosocial and environmental determinants of eating behaviors, physical activity, and weight change among college students: a qualitative analysis. **Journal of American college health: J of ACH**, v. 59, n. 6, p. 531–538, 2011.

LACHA, C. et al. Eating out of home and its association with dietary intake: a systematic review of the evidence. **Obesity Reviews: An Official Journal of the International Association for the Study of Obesity**, v. 13, n. 4, p. 329–346, 2012.

LANGE, I.; VIO, F. **Guia para Universidades Saludables Y otras Instituciones de Educación Superior**. Productora Gráfica Andros Limitada: Santiago, 2006. Disponível em: <<http://www7.uc.cl/ucsaludable/img/guiaUSal.pdf>>. Acesso em: 30 mai. 2017.

LASKA, M. N. et al. Does involvement in food preparation track from adolescence to young adulthood and is it associated with better dietary quality? Findings from a 10-year longitudinal study. **Public Health Nutrition**, v. 15, n. 7, p. 1150–1158, 2012.

LAWSHE, C. H. A quantitative approach to content validity. **Personnel Psychology**, v. 28, p. 563-75, 1975.

LEIBOVICH, Y. H. **Avaliação do consumo alimentar de estudantes frequentadores do Restaurante Universitário da Universidade de Brasília**. 2015. Dissertação de Mestrado. Disponível em: <<http://repositorio.unb.br/handle/10482/18665>>. Acesso em: 13 mar. 2017.

LIMA, N. P. et al. Evolução do excesso de peso e obesidade até a idade adulta, Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil, 1982-2012. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 31, n. 9, p. 2017–2025, 2015.

LO, B. K. C. et al. Adaptation and Validation of a Nutrition Environment Measures Survey for University Grab-and-Go Establishments. **Canadian Journal of Dietetic Practice and Research**, v. 77, n. 1, p. 17–24, 2016.

LOW, S.; CHIN, M. C.; DEURENBERG-YAP, M. Review on epidemic of obesity. **Annals of the Academy of Medicine, Singapore**, v. 38, n. 1, p. 57–59, 2009.

LUPI, S. et al. **Assessment of lifestyle and eating habits among undergraduate students in northern Italy**. *Annali dell’Istituto Superiore Di Sanita*, v. 51, n. 2, p. 154–161, 2015.

LYTLE, L. A. Measuring the Food Environment State of the Science. **American journal of preventive medicine**, v. 36, n. 4 Suppl, p. S134–S144, 2009.

MACKISON, D.; WRIEDEN, W. L.; ANDERSON, A. S. Validity and reliability testing of a short questionnaire developed to assess consumers' use, understanding and perception of food labels. **European Journal of Clinical Nutrition**, v. 64, n. 2, p. 210–217, fev. 2010.

MAHFOUZ et al. Nutritional Habits and Weight Status among Jazan University Students: Eating Patterns and Healthy lifestyle Assessment. **Epidemiology, Biostatistics and Public Health**, v. 13, n. 2, 2016.

MANCINO, L.; TODD, J.; LIN, B.-H. Separating what we eat from where: Measuring the effect of food away from home on diet quality. **Food Policy**, v. 34, n. 6, p. 557–562, 2009.

MÁRQUEZ-SANDOVAL, Y. F. et al. Design and validation of a questionnaire to assess dietary behavior in mexican students in the area of health. **Nutricion Hospitalaria**, v. 30, n. 1, p. 153–164, 2014.

MAZZOLA, J. J.; MOORE, J. T.; ALEXANDER, K. Is work keeping us from acting healthy? How workplace barriers and facilitators impact nutrition and exercise behaviors. **Stress and Health**, 2016.

MAXWELL, A. E. Food consumption frequency and perceived stress and depressive symptoms among students in three European countries. **Nutrition Journal**, v. 8, p. 31, 2009.

MCMARTIN, S. E.; JACKA, F. N.; COLMAN, I. The association between fruit and vegetable consumption and mental health disorders: Evidence from five waves of a national survey of Canadians. **Preventive Medicine**, v. 56, n. 3, p. 225–230, 1 mar. 2013.

MCTIGUE, K. M.; GARRETT, J. M.; POPKIN, B. M. The natural history of the development of obesity in a cohort of young U.S. adults between 1981 and 1998. **Annals of Internal Medicine**, v. 136, n. 12, p. 857–864, 2002.

MICHELS, K. B. et al. A study of the importance of education and cost incentives on individual food choices at the Harvard School of Public Health cafeteria. **Journal of the American College of Nutrition**, v. 27, n. 1, p. 6–11, 2008.

MIHALOPOULOS, N. L.; AUINGER, P.; KLEIN, J. D. The Freshman 15: Is it Real? **Journal of American college health**, v. 56, n. 5, p. 531–533, 2008.

MINAKER, L. M. et al. Associations between the perceived presence of vending machines and food and beverage logos in schools and adolescents' diet and weight status. **Public Health Nutrition**, v. 14, n. 8, p. 1350–1356, 2011.

MIKOLAJCZYK, R. T.; EL ANSARI, W.; MAXWELL, A. E. Food consumption frequency and perceived stress and depressive symptoms among students in three European countries. **Nutrition Journal**, v. 8, p. 31, 2009.

MOKHTARI, T.; JAMALUDDIN, R.; SAAD, H. A. Lifestyle and psychological factors associated with body weight status among university students in Malaysia. **Pakistan Journal of Nutrition**, v. 14, n. 1, p. 18–28, 2015.

MONTEIRO, M. R. P. et al. Hábito e consumo alimentar de estudantes do sexo feminino dos cursos de nutrição e de enfermagem de uma universidade pública brasileira. **Rev. APS**, v. 12, n. 3, set. 2009.

MONTEIRO, C. A. et al. The UN Decade of Nutrition, the NOVA food classification and the trouble with ultra-processing. **Public Health Nutrition**, v. 21, n. 1, p. 5–17, jan. 2018.

MOREIRA, S. A. Alimentação e comensalidade: aspectos históricos e antropológicos. **Ciência e Cultura**, v. 62, n. 4, p. 23–26, out. 2010.

MURAKAMI, K. et al. Neighborhood restaurant availability and frequency of eating out in relation to dietary intake in young Japanese women. **Journal of Nutritional Science and Vitaminology**, v. 57, n. 1, p. 87–94, 2011.

MURRAY, D. W. et al. Culinary efficacy: an exploratory study of skills, confidence, and healthy cooking competencies among university students. **Perspectives in Public Health**, v. 136, n. 3, p. 143–151, maio 2016.

MUSAIGER, A. O. et al. Perceived barriers to weight maintenance among university students in Kuwait: the role of gender and obesity. **Environmental Health and Preventive Medicine**, v. 19, n. 3, p. 207–214, 2014.

MUSAIGER, A. O. et al. Dietary habits and sedentary behaviors among health science university students in Bahrain. **International Journal of Adolescent Medicine and Health**, v. 2015, 2015.

MUSAIGER, A. O.; AL-KHALIFA, F.; AL-MANNAI, M. Obesity, unhealthy dietary habits and sedentary behaviors among university students in Sudan: growing risks for chronic diseases in a poor country. **Environmental Health and Preventive Medicine**, v. 21, n. 4, p. 224–230, 2016.

NAHAS, M. V.; BARROS, M. V. G. DE; FRANCALACCI, V. O pentáculo do bem-estar - Base conceitual para avaliação do estilo de vida de indivíduos ou grupos. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 5, n. 2, p. 48–59, 2000.

NANNEY, M. S. et al. Weight and weight-related behaviors among 2-year college students. **Journal of American college health: J of ACH**, v. 63, n. 4, p. 221–229, 2015.

NELSON, M. C. et al. Emerging Adulthood and College-aged Youth: An Overlooked Age for Weight-related Behavior Change. **Obesity**, v. 16, n. 10, p. 2205–2211, 2008.

NELSON, M. C.; STORY, M. Food environments in university dorms: 20,000 calories per dorm room and counting. **American Journal of Preventive Medicine**, v. 36, n. 6, p. 523–526, 2009.

NELSON, M. C. et al. Understanding the Perceived Determinants of Weight-related Behaviors in Late Adolescence: A Qualitative Analysis

among College Youth. **Journal of Nutrition Education and Behavior**, v. 41, n. 4, p. 287–292, 2009.

OMRAM, A. The epidemiologic transition: a theory of the epidemiology of population change. **Milbank Memorial Fund**, v. 49, n. 4, p. 509-38, 1971.

ONURLUBAŞ, E.; YILMAZ, N. Fast food consumption habits of university students. **Journal of Food, Agriculture and Environment**, v. 11, n. 3–4, p. 12–14, 2013.

ORFANOS, P. et al. Eating out of home: energy, macro- and micronutrient intakes in 10 European countries. The European Prospective Investigation into Cancer and Nutrition. **European Journal of Clinical Nutrition**, v. 63 Suppl 4, p. S239-262, nov. 2009.

ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS (ONU). **Declaração Universal dos Direitos Humanos**. 1948. Disponível em: <<http://www.ohchr.org/EN/UDHR/Pages/Language.aspx?LangID=por>>. Acesso em: 26 mar. 2017.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE (OPAS). Divisão de Promoção e Proteção da Saúde. Municípios e comunidades saudáveis. **Guia dos prefeitos para promover qualidade de vida**. Brasília: OPAS/W.K. Kellogg Foundation, 2003. Disponível em: <http://www.bvsde.paho.org/bvsacd/cd63/MCS_Guiapor/MCS_Guiapor.pdf>. Acesso em: 16 mar. 2017.

_____. **Carta de Edmonton para Universidades Promotoras de la Salud e Instituciones de Educación Superior**, 2005. Disponível em:

<http://www.paho.org/per/index.php?option=com_docman&view=download&category_slug=documentos-base-972&alias=251-carta-edmonton-para-universidades-promotoras-salud-e-instituciones-educacion-superior-1&Itemid=1031>. Acesso em: 30 mai. 2017.

_____. **Acta Constitutiva de la Red Iberoamericana de Universidades Promotoras de la Salud**, 2007. Disponível em: <http://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=10675%3A2015-iberoamerican-network-of-health-promoting-

universities-riups&catid=7794%3Anetworks&Itemid=41428&lang=es>.
Acesso em: 30 mai. 2017.

OKANAGAN CHARTER. **An International Charter for health promoting Universities & Colleges**, International Conference on Health Promoting Universities and Colleges / VII International Congress, Kelowna, British Columbia, Canadá. 12p., 2015.

ORFANOS, P. et al. Eating out of home: energy, macro- and micronutrient intakes in 10 European countries. The European Prospective Investigation into Cancer and Nutrition. **European Journal of Clinical Nutrition**, v. 63, Suppl 4, p. S239-262, nov. 2009.

PAPIER, K. et al. Stress and dietary behaviour among first-year university students in Australia: Sex differences. **Nutrition**, v. 31, n. 2, p. 324–330, 2015.

PARK, S. et al. The impact of the availability of school vending machines on eating behavior during lunch: the Youth Physical Activity and Nutrition Survey. **Journal of the American Dietetic Association**, v. 110, n. 10, p. 1532–1536, 2010.

PARMAR, P. C. et al. Exploring the dietary habit of medical students' and their perception about its effect on health. **Indian Journal of Public Health Research and Development**, v. 8, n. 1, p. 154–158, 2017.

PARO, C. A.; BITTENCOURT, Z. Z. L. DE C. Quality of life of the undergraduate health students. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 37, n. 3, p. 365–375, 2013.

PATEL, H. et al. Plant-Based Nutrition: An Essential Component of Cardiovascular Disease Prevention and Management. **Current Cardiology Reports**, v. 19, n. 10, p. 104, 1 out. 2017.

PATRÍCIO, M. **Análise da disponibilidade do teor de gordura trans nos rótulos de produtos de panificação das lanchonetes da Universidade Federal de Santa Catarina**. Trabalho de Conclusão de Curso. (Graduação em Nutrição) - Universidade Federal de Santa Catarina. Orientador: Marcela Boro Veiros. 2014.

PELLETIER, J. E.; LASKA, M. N. Campus food and beverage purchases are associated with indicators of diet quality in college students living off campus. **American journal of health promotion: AJHP**, v. 28, n. 2, p. 80–87, 2013.

PEMBER, S. E.; KNOWLDEN, A. P. Dietary Change Interventions for Undergraduate Populations: Systematic Review and Recommendations. **American Journal of Health Education**, v. 48, n. 1, p. 48–57, 2017.

PENCHANSKY, R.; THOMAS, J. W. The concept of access: definition and relationship to consumer satisfaction. **Medical Care**, v. 19, n. 2, p. 127–140, 1981.

PEREZ, P. M. P. et al. Dietary practices of quota and non-quota students at a Brazilian public university. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 21, n. 2, p. 531–542, fev. 2016.

POPKIN, B. M. The nutrition transition and obesity in the developing world. **The Journal of Nutrition**, 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 Nutrition**, v. 5, p. 205–14, 2002.

POPKIN, B. M.; GORDON-LARSEN, P. The nutrition transition: worldwide obesity dynamics and their determinants. **International Journal of Obesity and Related Metabolic Disorders**, v. 28, n. 3, p. 2–9, 2004.

POPKIN, B. M.; ADAIR, L. S.; NG, S. W. Now and then: The Global Nutrition Transition: The Pandemic of Obesity in Developing Countries. **Nutrition Reviews**, v. 70, n. 1, p. 3–21, 2012.

POPKIN, B. M.; HAWKES, C. The sweetening of the global diet, particularly beverages: patterns, trends and policy responses for diabetes prevention. **The lancet. Diabetes & endocrinology**, v. 4, n. 2, p. 174–186, fev. 2016.

PRIDGEON, A.; WHITEHEAD, K. A qualitative study to investigate the drivers and barriers to healthy eating in two public sector workplaces.

Journal of Human Nutrition and Dietetics: The Official Journal of the British Dietetic Association, v. 26, n. 1, p. 85–95, 2013.

PROENÇA, R. P. C.; et al. **Qualidade nutricional e sensorial na produção de refeições**. 1ª ed. Florianópolis: UFSC, 221 p., 2005.

PULZ, I. S. **Ambiente alimentar do campus sede da Universidade Federal de Santa Catarina**. Florianópolis, Dissertação (Mestrado em Nutrição). Programa de Pós-Graduação da Universidade Federal de Santa Catarina. Florianópolis, 2014.

PULZ, I. S. et al. Are campus food environments healthy? A novel perspective for qualitatively evaluating the nutritional quality of food sold at foodservice facilities at a Brazilian university. **Perspectives in Public Health**, 2016.

QUIVY, R.; CAMPENHOUDT, L. V. **Manual de investigação em Ciências Sociais**. Tradução: MARQUES, J. M.; MENDES, M. A. 5 ed. Lisboa: Gradiva, 2008.

RAMALHO, A. A.; DALAMARIA, T.; SOUZA, O. F. DE. Regular consumption of fruits and vegetables by university students in Rio Branco, Acre State, Brazil: prevalence and associated factors. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 28, n. 7, p. 1405–1413, 2012.

REIDPATH, D. D. et al. An ecological study of the relationship between social and environmental determinants of obesity. **Health & Place**, v. 8, n. 2, p. 141–145, 2002.

RICHARDS, R. et al. Developing a Questionnaire to Evaluate College Students' Knowledge, Attitude, Behavior, Self-efficacy, and Environmental Factors Related to Canned Foods. **Journal of Nutrition Education and Behavior**, v. 49, n. 2, p. 117–124.e1, fev. 2017.

ROY, R. et al. Food Environment Interventions to Improve the Dietary Behavior of Young Adults in Tertiary Education Settings: A Systematic Literature Review. **Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics**, v. 115, n. 10, p. 1647–1681.e1, 2015.

ROY, R. et al. Dietary contribution of foods and beverages sold within a university campus and its effect on diet quality of young adults. **Nutrition**, v. 34, p. 118–123, 2017.

SAELENS, B. E. et al. Nutrition Environment Measures Study in restaurants (NEMS-R): development and evaluation. **American Journal of Preventive Medicine**, v. 32, n. 4, p. 273–281, 2007.

SAJWANI, R. A. et al. Knowledge and practice of healthy lifestyle and dietary habits in medical and non-medical students of Karachi, Pakistan. **The Journal of the Pakistan Medical Association**, v. 59, n. 9, p. 650–655, 2009.

SALLIS, J. F; OWEN, N. **Ecological models of health behavior**. In: GLANZ, K.; RIMER, B. K; LEWIS, F. M.; eds. *Health Behavior and Health Education: Theory, Research, and Practice*. 3rd ed. San Francisco, Calif: Jossey-Bass, p. 462–484, 2002.

SÁNCHEZ SOCARRÁS, V. et al. Design and validation of a questionnaire to assess the level of general knowledge on eating disorders in students of Health Sciences. **Atencion Primaria**, v. 48, n. 7, p. 468–478, set. 2016.

SANTA CATARINA. Lei nº 5853, de 4 de junho de 2001. Dispõe sobre os critérios de concessão de serviços de lanches e bebidas, nas unidades educacionais, localizadas no município de Florianópolis. 2001a. **Diário Oficial do Estado de Santa Catarina. 06 jun 2001**. Disponível em: <http://www.pmf.sc.gov.br/arquivos/arquivos/pdf/05_12_2016_13.38.44.f83bb19df0e5cc70995b2bc1bdc60dc1.pdf>. Acesso em: 02 jul 2017.

SANTA CATARINA. Lei nº 12.061, de 18 de dezembro de 2001. Dispõe sobre critérios de concessão de serviços de lanches e bebidas nas unidades educacionais, localizadas no Estado de Santa Catarina. 2001b. **Diário Oficial do Estado de Santa Catarina. 20 dez 2001**. Disponível em: <<http://www.leisestaduais.com.br/sc/lei-ordinaria-n-12061-2001-santa-catarina-dispoe-sobre-criterios-de-concessao-de-servicos-de-lanches-e-bebidas-nas-unidades-educacionais-localizadas-no-estado-de-santa-catarina/>>. Acesso em: 02 jul 2017.

SANTA CATARINA. **Movimento Se Cuida SC**. 2016. Disponível em: <<http://www.secuidasc.sc.gov.br/movimento.php>>. Acesso em: 29 mar. 2017.

SCHNETTLER, B. et al. Eating habits and subjective well-being. A typology of students in Chilean state universities. **Appetite**, v. 89, p. 203–214, jun. 2015.

SILVA, M. K. **O controle de gorduras *trans* em produtos de panificação comercializados nas lanchonetes do Campus Sede da Universidade Federal de Santa Catarina**. Florianópolis. Dissertação (Mestrado em Nutrição). Programa de Pós-Graduação da Universidade Federal de Santa Catarina. Florianópolis, 2015.

SLEDDENS, E. F. C. et al. Correlates of dietary behavior in adults: an umbrella review. **Nutrition Reviews**, v. 73, n. 8, p. 477–499, 2015.

SMALL, M. et al. Changes in eating and physical activity behaviors across seven semesters of college: living on or off campus matters. **Health Education & Behavior: The Official Publication of the Society for Public Health Education**, v. 40, n. 4, p. 435–441, 2013.

SOBAL, J.; KETTEL KHAN, L.; BISOGNI, C. A conceptual model of the food and nutrition system. **Social Science & Medicine**, v. 47, n. 7, p. 853–863, 1998.

SOUSA, T. F. DE; JOSÉ, H. P. M.; BARBOSA, A. R. Risk behaviors to health in Brazilian college students. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 18, n. 12, p. 3563–3575, dez. 2013.

SOUSA, T. F. DE et al. Validade e reprodutibilidade do questionário Indicadores de Saúde e Qualidade de Vida de Acadêmicos (Isaq-A). **Arquivos de Ciências do Esporte**, v. 1, n. 1, 17 maio 2013.

SOUZA, A. DE M. et al. Most consumed foods in Brazil: National Dietary Survey 2008-2009. **Revista de Saúde Pública**, v. 47, p. 190s–199s, 2013.

SPARLING, P. B. Obesity on Campus. **Preventing Chronic Disease**, v. 4, n. 3, 2007.

STORY, M. et al. Creating healthy food and eating environments: policy and environmental approaches. **Annual Review of Public Health**, v. 29, p. 253–272, 2008.

STRAWSON, C. et al. Dietary patterns of female university students with nutrition education. **Canadian Journal of Dietetic Practice and Research**, v. 74, n. 3, p. 138–142, 2013.

STREINER, D. L.; NORMAN, G. R.; CAIRNEY, J. **Health measurement scales: a practical guide to their development and use**. Fifth edition. United Kingdom: Oxford University Press, 2015.

STRONG, K. A. et al. Weight gain prevention: identifying theory-based targets for health behavior change in young adults. **Journal of the American Dietetic Association**, v. 108, n. 10, p. 1708–1715, 2008.

SWINBURN, B.; EGGER, G.; RAZA, F. Dissecting obesogenic environments: the development and application of a framework for identifying and prioritizing environmental interventions for obesity. **Preventive Medicine**, v. 29, n. 6 Pt 1, p. 563–570, dez. 1999.

SWINBURN, B. et al. INFORMAS (International Network for Food and Obesity/non-communicable diseases Research, Monitoring and Action Support): overview and key principles. **Obesity Reviews**, v. 14, p. 1–12, 2013.

TAM, R. et al. University students' on-campus food purchasing behaviors, preferences, and opinions on food availability. **Nutrition**, v. 37, p. 7–13, 2017.

TANTON, J. et al. Eating Behaviours of British University Students: A Cluster Analysis on a Neglected Issue. **Advances in Preventive Medicine**, v. 2015, p. e639239, 13 out. 2015.

THORPE, M. G. et al. Diet quality in young adults and its association with food-related behaviours. **Public Health Nutrition**, v. 17, n. 8, p. 1767–1775, ago. 2014.

TORRES-MALLMA, C. et al. Food habits in medical students in first and sixth year of a private university of Lima, Peru. **Revista Chilena de Nutricion**, v. 43, n. 2, p. 146–154, 2016.

TSENG, M. et al. Assessment of a University Campus Food Environment, California, 2015. **Preventing Chronic Disease**, v. 13, p. E18, 2016.

TSOUROS, A. et al. **Health promoting universities: concept, experience and framework for action**. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe, 1998.

UFSC. Pró-Reitoria de Planejamento e Orçamento – Departamento de Planejamento e Gestão da Informação. **Boletim de dados – 2015**. UFSC:2015, 107p. Disponível em: <<http://dpgi.seplan.ufsc.br/boletim-de-dados/>>. Acesso em: 17 mar. 2017.

VADEBONCOEUR, C.; TOWNSEND, N.; FOSTER, C. A meta-analysis of weight gain in first year university students: is freshman 15 a myth? **BMC Obesity**, v. 2, p. 22, 2015.

VADEBONCOEUR, C.; FOSTER, C.; TOWNSEND, N. Freshman 15 in England: a longitudinal evaluation of first year university student's weight change. **BMC obesity**, v. 3, p. 45, 2016.

VAN DER HORST, K. et al. The school food environment associations with adolescent soft drink and snack consumption. **American Journal of Preventive Medicine**, v. 35, n. 3, p. 217–223, 2008.

VEIROS, M. B. et al. Nutritional quality of pastries sold in the snack bar in a public University in Southern Brazil. *In: 8th International Conference on Culinary Arts and Sciences Global, National and Local Perspectives*, Portugal. (Paper/pôster), 2013a.

VEIROS, M. B. et al. Nutritional quality of sweets and candies commercialized in snack bars of a public University in the Southern of Brazil. *In: 8th International Conference on Culinary Arts and Sciences Global, National and Local Perspectives*, Portugal. (Paper/apresentação oral), 2013b.

VEIROS, M. B. et al Nutritional quality of beverages sold in the snack bars in a public University in Southern Brazil. In: **8th International Conference on Culinary Arts and Sciences Global, National and Local Perspectives**, Portugal. (Paper/apresentação oral), 2013c.

VELLA-ZARB, R. A.; ELGAR, F. J. The “freshman 5”: a meta-analysis of weight gain in the freshman year of college. **Journal of American college health**, v. 58, n. 2, p. 161–166, out. 2009.

VELLA-ZARB, R. A.; ELGAR, F. J. Predicting the “freshman 15”: Environmental and psychological predictors of weight gain in first-year university students. **Health Education Journal**, v. 69, n. 3, p. 321–332, 1 set. 2010.

VERONESE, N. et al. Dietary fiber and health outcomes: an umbrella review of systematic reviews and meta-analyses. **The American Journal of Clinical Nutrition**, v. 107, n. 3, p. 436–444, 1 mar. 2018.

VIEIRA, V. C. R. et al. Perfil socioeconômico, nutricional e de saúde de adolescentes recém-ingressos em uma universidade pública brasileira. **Revista de Nutrição**, v. 15, n. 3, p. 273–282, set. 2002.

WARDLE, J.; STEPTOE, A. The European Health and Behaviour Survey: rationale, methods and initial results from the United Kingdom. **Social Science & Medicine**, v. 33, n. 8, p. 925–936, 1991.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Ottawa Charter for Health Promotion**. First International Conference on Health Promotion, Ottawa 1986. Disponível em: <<http://www.who.int/healthpromotion/conferences/previous/ottawa/en/>>. Acesso em: 23 jan. 2017.

_____. **Physical status: the use and interpretation of anthropometry**. Report of WHO Expert Committee. Geneva: WHO, 1995. Disponível em: <http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/37003/1/WHO_TRS_854.pdf>. Acesso em: 30 jun. 2017.

_____. **Report of a WHO Consultation on Obesity**. Geneva: WHO, 1997a. Disponível em: <

http://www.who.int/nutrition/publications/obesity/WHO_TRS_894/en/>
 . Acesso em: 19 fev. 2017.

_____. **A declaração de Jacarta sobre Promoção da Saúde no Século XXI.** Jacarta, República da Indonésia: WHO, 1997b. Disponível em:
 <http://www.who.int/healthpromotion/conferences/previous/jakarta/en/hpr_jakarta_declaration_portuguese.pdf>. Acesso em: 19 fev. 2017.

_____. **Health Promotion Glossary.** Geneva: WHO, 1998a. Disponível em:
 <<http://www.who.int/healthpromotion/about/HPR%20Glossary%201998.pdf>>. Acesso em: 30 jun. 2017.

_____. **WHO's Global School Health Initiative: Health Promoting Schools; a healthy setting for living, learning and working.** Geneva: WHO, 1998b. (Report n°: WHO/HPR/HEP/98.4). Disponível em: < http://www.who.int/school_youth_health/gshi/en/>. Acesso em: 19 fev. 2017.

_____. **Obesity: Preventing and managing the global epidemic.** Report of a WHO Consultation (TRS894). Geneva: WHO, 2000. Disponível em: <<http://apps.who.int/iris/handle/10665/42330>>. Acesso em: 19 fev. 2017.

_____. **The global Strategy on Diet, Physical Activity and Health.** 57^a World Health Assembly. Geneva: World Health Organization. Eighth plenary meeting, third report: 38-55 p. 2004. Disponível em: <<http://www.who.int/nmh/wha/59/dpas/en/>>. Acesso em: 23 jan. 2017.

_____. **Global recommendations on physical activity for health.** Geneva: World Health Organization, 2010. Disponível em: <http://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_recommendations/en/>. Acesso em: 23 jan. 2017.

_____. **Global action plan for the prevention and control of NCDs 2013–2020.** Geneva: World Health Organization, 2013. Disponível em:

<http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/94384/1/9789241506236_eng.pdf?ua=1>

_____. **Global Status Report on Noncommunicable Diseases.** Geneva: World Health Organization. 298p., 2014a. Disponível em: <http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/148114/1/9789241564854_eng.pdf?ua=1>.

_____. **Global Status Report on Alcohol and Health.** Geneva: World Health Organization. 2014b. Disponível em: <http://www.who.int/substance_abuse/publications/global_alcohol_report/en>.

_____. **Healthy diet.** Geneva: World Health Organization. Fact Sheet n.º 394, 2015. Disponível em: <http://www.who.int/nutrition/publications/nutrientrequirements/healthy_diet_factsheet/en/>. Acesso em: 23 jan. 2017.

_____. **Shanghai Declaration on promoting health in the 2030 Agenda for Sustainable Development.** Geneva: World Health Organization. 2016a. Disponível em: <<http://www.who.int/healthpromotion/conferences/9gchp/shanghai-declaration.pdf?ua=1>>. Acesso em: 19 fev. 2017.

_____. **Global Health Estimates 2015: Deaths by Cause, Age, Sex, by Country and by Region, 2000-2015.** Geneva, World Health Organization; 2016b. Disponível em: http://www.who.int/healthinfo/global_burden_disease/estimates/en/index1.html. Acesso em: 03 mar. 2017.

YAHIA, N. et al. Assessment of weight status, dietary habits and beliefs, physical activity, and nutritional knowledge among university students. **Perspectives in Public Health**, v. 136, n. 4, p. 231–244, jul. 2016.

YANG, T. et al. Contextual influences affecting patterns of overweight and obesity among university students: a 50 universities population-based study in China. **International Journal of Health Geographics**, v. 16, n. 1, p. 18, 8 maio 2017.

YOONG, S. L. et al. Assessment of the School Nutrition Environment: A Study in Australian Primary School Canteens. **American Journal of Preventive Medicine**, v. 49, n. 2, p. 215–222, 2015.

ZARAGOZA-MARTÍ, A. et al. Types of beverages consumed by university students. **Revista Espanola de Nutricion Comunitaria**, v. 19, n. 2, p. 114–119, 2013.

ZHANG, C.; FAN, J. A study of the perception of health risks among college students in China. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 10, n. 6, p.2133-2149, 2013.

APÊNDICE A

DESCRITORES E SENTENÇAS DE BUSCAS

Quadro 9 - Sentenças de buscas construídas para a pesquisa sobre o estudo de práticas alimentares de estudantes do Campus Sede da Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis/SC, 2016-2018.

CONSULTA	BASE DE DADOS	DESCRITORES
1ª. Busca: 08/11/2016 2ª. Busca: 13/11/2016	PUBMED 1ª. consulta: 76 2ª. consulta: 76	"Feeding Behavior"[Mesh] OR "Feeding Behavior" OR "Feeding Behaviors" OR "Eating Behavior" OR "Eating Behaviors" OR "Feeding Patterns" OR "Feeding Pattern" OR "Food Habits"[Mesh] OR "Food Habit" OR "food habits" OR "Dietary Habits" OR "Dietary Habit" OR "Diet Habits" OR "Diet Habit" OR "Food Preferences"[Mesh] OR "Food Preferences" OR "Food Preference" OR "Food Selection" OR "Food Selections" OR "nutritional"[Title/Abstract] OR "nutrition"[Title/Abstract] OR "food" <u>AND</u> "Undergraduate"[Title/Abstract] OR "undergraduates" OR "College students" OR "college student" OR "university student" OR "university students" <u>AND</u> "Perception"[Mesh:NoExp] OR "Perception" OR "Perceptions" OR "Attitude"[Mesh:NoExp] OR "Attitude" OR "Attitudes" <u>AND</u> environment*
	SCOPUS 1ª. consulta: 114 2ª. consulta: 132	TITLE-ABS-KEY("Feeding Behavior" OR "Feeding Behaviors" OR "Eating Behavior" OR "Eating Behaviors" OR "Feeding Patterns" OR "Feeding Pattern" OR "Food Habit" OR "food habits" OR "Dietary Habits" OR "Dietary Habit" OR "Diet Habits" OR "Diet Habit" OR "Food Preferences" OR "Food Preference" OR "Food Selection" OR "Food Selections" OR nutrition* OR "food") <u>AND</u> TITLE-ABS-KEY("Undergraduate" OR "undergraduates" OR "College students" OR "college student" OR "university student" OR "university students") <u>AND</u>

	<p>WEB OF SCIENCE 1ª. consulta: 73 2ª. consulta: 73</p>	<p>TITLE-ABS-KEY("Perception" OR "Perceptions" OR "Attitude" OR "Attitudes") <u>AND</u> TITLE-ABS-KEY(environment*)</p> <p>"Feeding Behavior" OR "Feeding Behaviors" OR "Eating Behavior" OR "Eating Behaviors" OR "Feeding Patterns" OR "Feeding Pattern" OR "Food Habit" OR "food habits" OR "Dietary Habits" OR "Dietary Habit" OR "Diet Habits" OR "Diet Habit" OR "Food Preferences" OR "Food Preference" OR "Food Selection" OR "Food Selections" OR nutrition* OR "food" <u>AND</u> "Undergraduate" OR "undergraduates" OR "College students" OR "college student" OR "university student" OR "university students"<u>AND</u> "Perception" OR "Perceptions" OR "Attitude" OR "Attitudes" <u>AND</u> environment*</p>
	<p>LILACS 1ª. consulta: 1 2ª. consulta: 1</p>	<p>"comportamento alimentar" OR "comportamentos alimentares" OR "padrões alimentares" OR "padrão alimentar" OR "Hábito alimentar" OR "hábitos alimentares" OR "preferências alimentares" OR "preferência alimentar" OR "Seleção alimentar" OR "seleções alimentares" OR "nutrição" OR "alimento" <u>AND</u> "universitário" OR "universitários" <u>AND</u> "percepção" OR "percepções" OR "atitude" OR "atitudes" <u>AND</u> ambient*</p>
<p>3ª. Busca: 28/04/2017</p>	<p>PUBMED 3ª. consulta: 250 Filtro 1*: 176 Filtro 2**: 46 Filtro 3***: 29</p>	<p>(((((("Feeding Behavior"[Mesh] OR "food choice" OR "food choices" OR "Feeding Behavior" OR "Feeding Behaviors" OR "Eating Behavior" OR "Eating Behaviors" OR "Feeding Patterns" OR "Feeding Pattern" OR "Food Habits"[Mesh] OR "Food Habit" OR "food habits" OR "Dietary Habits" OR "Dietary Habit" OR "Diet Habits" OR "Diet Habit" OR "Food Preferences"[Mesh] OR "Food Preferences" OR "Food Preference" OR "Food Selection" OR "Food Selections" OR "nutritional"[Title/Abstract] OR "nutrition"[Title/Abstract] OR "food"))) AND ("Undergraduate"[Title/Abstract] OR "undergraduates" OR "College students" OR "college student" OR "university student" OR "university students"))) AND environment*))</p>

	<p>SCOPUS 3ª. consulta: 555 Filtro 1*: 268 Filtro 2*: 56 Filtro 3*: 43</p>	<p>TITLE-ABS-KEY("Feeding Behavior" OR "Feeding Behaviors" OR "Eating Behavior" OR "Eating Behaviors" OR "Feeding Patterns" OR "Feeding Pattern" OR "Food Habit" OR "food habits" OR "Dietary Habits" OR "Dietary Habit" OR "Diet Habits" OR "Diet Habit" OR "Food Preferences" OR "Food Preference" OR "Food Selection" OR "Food Selections" OR nutrition* OR "food") AND TITLE-ABS-KEY("Undergraduate" OR "undergraduates" OR "College students" OR "college student" OR "university student" OR "university students") AND TITLE-ABS-KEY(environment*)</p>
<p>4ª. Busca: 05/06/2017</p>	<p>PUBMED 4ª. consulta: 253 Filtro 4****: 13 Filtro 2*: 2</p>	<p>(((((("Feeding Behavior"[Mesh] OR "food choice" OR "food choices" OR "Feeding Behavior" OR "Feeding Behaviors" OR "Eating Behavior" OR "Eating Behaviors" OR "Feeding Patterns" OR "Feeding Pattern" OR "Food Habits"[Mesh] OR "Food Habit" OR "food habits" OR "Dietary Habits" OR "Dietary Habit" OR "Diet Habits" OR "Diet Habit" OR "Food Preferences"[Mesh] OR "Food Preferences" OR "Food Preference" OR "Food Selection" OR "Food Selections" OR "nutritional"[Title/Abstract] OR "nutrition"[Title/Abstract] OR "food")) AND ("Undergraduate"[Title/Abstract] OR "undergraduates" OR "College students" OR "college student" OR "university student" OR "university students"))) AND environment*))</p>
	<p>SCOPUS 4ª. consulta: 560 Filtro 4****: 12 Filtro 2*: 5</p>	<p>TITLE-ABS-KEY("Feeding Behavior" OR "Feeding Behaviors" OR "Eating Behavior" OR "Eating Behaviors" OR "Feeding Patterns" OR "Feeding Pattern" OR "Food Habit" OR "food habits" OR "Dietary Habits" OR "Dietary Habit" OR "Diet Habits" OR "Diet Habit" OR "Food Preferences" OR "Food Preference" OR "Food Selection" OR "Food Selections" OR nutrition* OR "food") AND TITLE-ABS-KEY("Undergraduate" OR "undergraduates" OR "College students" OR "college student" OR "university student" OR "university students") AND TITLE-ABS-KEY(environment*)</p>

<p>5ª. Busca: 01/08/2017</p>	<p>SCOPUS 5ª. consulta: 1509 Filtro 1*: 1140 Filtro 2** e 3***: 45+</p>	<p>TITLE-ABS-KEY("Feeding Behavior" OR "Feeding Behaviors" OR "Eating Behavior" OR "Eating Behaviors" OR "Feeding Patterns" OR "Feeding Pattern" OR "Food Habit" OR "food habits" OR "Dietary Habits" OR "Dietary Habit" OR "Diet Habits" OR "Diet Habit" OR "Food Preferences" OR "Food Preference" OR "Food Selection" OR "Food Selections" OR nutrition* OR "food") AND TITLE-ABS-KEY("Undergraduate" OR "undergraduates" OR "College students" OR "college student" OR "university student" OR "university students") AND TITLE-ABS-KEY (questionnaire OR questionnaires OR checklist OR checklists)</p>
<p>6ª. Busca: 07/08/2017</p>	<p>SCOPUS 6ª. consulta: 56 Filtro 1*: 39 Filtro 2*: 8 Filtro 3***: 8</p>	<p>TITLE-ABS-KEY("Feeding Behavior" OR "Feeding Behaviors" OR "Eating Behavior" OR "Eating Behaviors" OR "Feeding Patterns" OR "Feeding Pattern" OR "Food Habit" OR "food habits" OR "Dietary Habits" OR "Dietary Habit" OR "Diet Habits" OR "Diet Habit" OR "Food Preferences" OR "Food Preference" OR "Food Selection" OR "Food Selections" OR nutrition* OR "food") AND TITLE-ABS-KEY("Undergraduate" OR "undergraduates" OR "College students" OR "college student" OR "university student" OR "university students") AND TITLE-ABS-KEY (questionnaire OR questionnaires OR checklist OR checklists) AND TITLE-ABS-KEY (“validation studies” OR “Reliability and Validity” OR “Validity and Reliability”)</p>
<p>7ª. Busca (18/12/2017)</p>	<p>PUBMED 7ª. consulta: 2603 Filtro 5*****: 731 Filtro 6*****: 464</p>	<p>((("Feeding Behavior"[Mesh] OR "Feeding Behavior" OR "Feeding Behaviors" OR "Eating Behavior" OR "Eating Behaviors" OR "Feeding Patterns" OR "Feeding Pattern" OR "Food Habits"[Mesh] OR "Food Habit" OR "food habits" OR "Dietary Habits" OR "Dietary Habit" OR "Diet Habits" OR "Diet Habit" OR "Food Preferences"[Mesh] OR "Food Preferences" OR "Food Preference" OR "Food Selection" OR "Food Selections" OR "nutritional"[Title/Abstract] OR "nutrition"[Title/Abstract] OR "food")) AND ("Undergraduate"[Title/Abstract] OR "undergraduates" OR "College students" OR "college student" OR "university student" OR "university students"))</p>

7ª. Busca (18/12/2017)	SCOPUS 7ª. consulta: 5400 Filtro 6*****: 1382 Filtro 2**.: 261	TITLE-ABS-KEY("Feeding Behavior" OR "Feeding Behaviors" OR "Eating Behavior" OR "Eating Behaviors" OR "Feeding Patterns" OR "Feeding Pattern" OR "Food Habit" OR "food habits" OR "Dietary Habits" OR "Dietary Habit" OR "Diet Habits" OR "Diet Habit" OR "Food Preferences" OR "Food Preference" OR "Food Selection" OR "Food Selections" OR nutrition* OR "food") AND TITLE-ABS-KEY("Undergraduate" OR "undergraduates" OR "College students" OR "college student" OR "university student" OR "university students")
8ª. Busca (22/12/2017)	SCOPUS 8ª. consulta: 1896 Filtro 6*****: 682 Filtro 2**.: 69	TITLE-ABS-KEY("Feeding Behavior" OR "Feeding Behaviors" OR "Eating Behavior" OR "Eating Behaviors" OR "Feeding Patterns" OR "Feeding Pattern" OR "Food Habit" OR "food habits" OR "Dietary Habits" OR "Dietary Habit" OR "Diet Habits" OR "Diet Habit" OR "Food Preferences" OR "Food Preference" OR "Food Selection" OR "Food Selections" OR nutrition* OR "food") AND TITLE-ABS-KEY("Undergraduate" OR "undergraduates" OR "College students" OR "college student" OR "university student" OR "university students") AND TITLE-ABS-KEY (questionnaire OR questionnaires OR checklist OR checklists)

Fonte: Elaborado pela autora.

*Filtro 1: últimos 10 anos, língua: português, inglês ou espanhol **Filtro 2: análise por título ***Filtro 3: após leitura do *abstract* e conclusões: não aplicável ou não disponível para leitura

****Filtro 4: publicados entre 28.04.2017 e 05.06.2017 *****Filtro 5: textos livres *****Filtro 6: últimos 5 anos

APÊNDICE B

VALIDAÇÃO DE CONTEÚDO E PAINEL DE ESPECIALISTAS



CARTA CONVITE: Avaliação do Instrumento para Avaliação das Práticas Alimentares de Estudantes Universitários (IPRAE)

Gostaríamos de convidá-lo (a) para participar de nosso painel de especialistas, uma das etapas do projeto de Dissertação de Mestrado de Karine Andrea Albiero, do Programa de Pós-Graduação em Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina (PPGN-UFSC), intitulado: *“Instrumento para avaliação das práticas alimentares de estudantes universitários”*. Devido a seu conhecimento e experiência, acreditamos que você trará uma contribuição importante para a qualificação de nosso instrumento.

O principal objetivo da pesquisa é elaborar um questionário válido que verifique as práticas alimentares dos estudantes universitários, inclusive as realizadas no ambiente da universidade, nesse caso a UFSC. Posteriormente, o objetivo é que esse instrumento (IPRAE) possa ser utilizado em estudos primários e populacionais nas demais instituições de ensino superior do Brasil.

Desta forma, gostaríamos de convidá-lo (a) a elaborar seu parecer, diretamente na planilha anexa própria para isso (arquivo em Excel®). O parecer deverá ser baseado em sua análise do questionário, pautada pelos conceitos propostos pela equipe do projeto, anexo a este email (arquivo em PDF®).

A orientação para a avaliação do questionário e parecer estão descritas abaixo. Pediríamos, se possível, que nos encaminhe o parecer até XX de XXXX de 2017. Caso essa data não seja viável a você, por favor, sugira uma data limite que poderá nos encaminhar, caso possa colaborar com a revisão de especialistas.

Orientações para a avaliação do questionário:

1. Leia a descrição da base teórica para a construção do questionário;
2. Avalie cada item (pergunta) de acordo com o grau de relevância em relação à adequação ao que o item pretende avaliar; à relevância da pergunta para o objetivo do questionário e à clareza da pergunta para que o estudante consiga entender o que está sendo questionado;

3. Por favor, marque de acordo com a proposta de escala de 4 pontos, quão relevante é para você cada item abaixo, visando alcançar os objetivos do questionário e resultados esperados:

ADEQUAÇÃO AO QUE PRETENDE SER AVALIADO			
(1) Não atende	(2) Atende pouco	(3) Atende moderadamente	(4) Atende muito
RELEVÂNCIA DA PERGUNTA PARA O QUESTIONÁRIO			
(1) Não relevante	(2) Pouco relevante	(3) Moderadamente relevante	(4) Muito relevante
CLAREZA DA PERGUNTA			
(1) Não atende	(2) Atende pouco	(3) Atende moderadamente	(4) Atende muito

4. As sugestões para cada pergunta podem ser feitas utilizando a coluna de sugestões disponível no arquivo do parecer;
5. Por fim, analise o conjunto de itens como um todo, observando a extensão e a representação adequada ao conteúdo. Se necessário, poderá ser sugerida a inclusão ou exclusão de itens ao tema investigado, desde que justificado o motivo da alteração. Para isso, utilize o formulário em Excel®.

.Agradecemos a sua valiosa participação e contribuição,

Abraços,

Karine Andrea Albiero e Prof^{fa}. Marcela Boro Veiros

CONCEITOS E DESCRIÇÃO DO INSTRUMENTO PARA AVALIAÇÃO DAS PRÁTICAS ALIMENTARES DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS (IPRAE)

Conceitos para a construção do questionário:

- **Alimentos processados:** alimentos que passaram por processos industriais antes de seu consumo com o objetivo de ampliar sua durabilidade e palatabilidade. Apresentam diversidade de ingredientes, entre eles sal, açúcar, conservantes e aditivos alimentares. Nesta relação inclui-se as conservas de legumes, frutas em calda, carnes defumadas, queijos e pães (BRASIL, 2014a).
- **Alimentos saudáveis:** para este estudo será considerada a dimensão biológica e nutricional da saudabilidade. São alimentos predominantemente *in natura*; minimamente processados; ausentes de gorduras *trans*; com pequena quantidade de sal e açúcares de adição; ricos em fibras; reduzidos teores de gorduras saturadas e preferencialmente, orgânicos e produzidos localmente. Caracteriza-se os alimentos *in natura* como aqueles que não passam por alterações após a retirada da natureza, enquanto os minimamente processados passam por pequenas alterações. Exemplos: frutas e hortaliças; grãos integrais; carnes magras; tubérculos; leguminosas; oleaginosas; ovos e leite (HSPH, 2011; BRASIL, 2014a).
- **Alimentos ultraprocessados:** alimentos que passaram por inúmeros processos industriais e adição de ingredientes como sal, açúcar, óleos, gorduras e outras substâncias de uso industrial, com a função de ampliar a durabilidade dos alimentos e dotá-los de cor, sabor, aroma e textura, tornando-os atraentes e altamente palatáveis. Exemplos: refrigerantes, salgadinhos do tipo “chips”, bolachas recheadas, cereais matinais, guloseimas e macarrão “instantâneo” (BRASIL, 2014a).
- **Ambiente alimentar:** conjunto de circunstâncias individuais, físicas, econômicas, políticas, sociodemográficas e culturais que impactam as escolhas e influenciam as práticas alimentares dos indivíduos (SWINBURN; EGGER; RAZA, 1999; SWINBURN et al., 2013; GLANZ et al., 2005).
- **Determinantes da escolha alimentar:** fatores que influenciam o indivíduo na decisão de compra e nas escolhas de alimentos para o consumo. Podem ser variáveis relacionadas aos alimentos (higiene, aparência); aos aspectos econômicos e socioculturais (valores, hábitos, cultura, preço); psicológicos (prazer, emoção); ambientais (disponibilidade, acessibilidade, facilitadores) e biológicos (valor

nutricional) (SAELENs et al., 2007; JOMORI; PROENÇA; CALVO, 2008).

- **Estado nutricional:** condição do indivíduo em relação sua saúde nutricional, analisada pela proporção do consumo alimentar e o seu dispêndio energético (BRASIL, 2011b). Pode ser avaliado por meio da antropometria (peso e altura), podendo refletir um estado de adequação nutricional (eutrofia) ou de desequilíbrio nutricional (baixo peso, sobrepeso ou pré obesidade e obesidade) (WHO, 1995; WHO, 2000).
- **Práticas alimentares:** agrupamento das rotinas alimentares, expressas por meio de hábitos de consumo, comportamentos, seleção e escolha de alimentos (BECERRA-BULLA; PINZÓN-VILLATE; VARGAS-ZÁRATE, 2015; PEREZ et al., 2016). É a maneira que o indivíduo responde aos estímulos, sendo influenciado por diversos determinantes, como individuais, emocionais, socioculturais, econômicos, físicos e ambientais (SWINBURN; EGGER; RAZA, 1999; DELIENS et al., 2014).
- **Universidade:** instituição de ensino pluridisciplinar, pesquisa e extensão. Forma profissionais de ensino superior e contribui para a grandeza da nação e o aperfeiçoamento da humanidade (BRASIL, 1931; BRASIL, 1996).
- **Universitário:** acadêmico, estudante ou membro do corpo discente, matriculado regularmente e ativo em determinado curso, com um vínculo formalizado com a instituição de ensino (BRASIL, 1931).

Descrição do questionário:

O desenvolvimento desse instrumento está dividido em quatro etapas: 1) levantamento na literatura sobre instrumentos de medida que avaliaram estado nutricional, hábitos, escolhas e comportamentos alimentares de universitários; 2) elaboração do questionário baseado na literatura científica sobre o tema; 3) realização de validação de conteúdo (painel de especialistas); 4) realização da validade de face; 5) verificação da consistência interna; 6) ajustes e estruturação do questionário final proposto.

Na primeira etapa, como exemplo de uma abordagem realizada por outros estudos (MACKISON; WRIEDEN; ANDERSON, 2010; SOUSA et al., 2013), foi realizada a busca na literatura sobre o tema (práticas alimentares e estado nutricional em adultos e estudantes universitários) e sobre instrumentos com objetivos semelhantes. A partir desse levantamento, o instrumento de coleta de dados foi desenvolvido

pela equipe da pesquisa e teve como base itens utilizados em outros estudos (PELLETIER; LASKA, 2013; GREEN; GLANZ, 2015; PEREZ et al., 2016; BRASIL, 2017; TAM et al., 2017).

Trata-se de um questionário autoadministrado e anônimo, com perguntas abertas, mistas e fechadas, do tipo numéricas, dicotômicas, categóricas de múltipla escolha e escalonadas. Foi organizado considerando alguns critérios de viabilidade: aplicação impressa e em sala de aula, com duração aproximada de 20 minutos e com uma linguagem acessível aos universitários. Esses critérios foram adotados com o objetivo de aumentar a participação dos indivíduos respondentes, garantindo uma maior taxa de resposta (ZHANG; FANG; 2013).

O questionário preliminar foi estruturado em seções temáticas, organização adotada em outros estudos com universitários (MOKHTARI; JAMALUDDIN; SAAD, 2015; HALL; TEJADA-TAYABAS). Deste modo, o questionário apresenta quatro seções: 1. Dados sociodemográficos; 2. Estado nutricional; 3. Características gerais da alimentação; 4. Alimentação na universidade.

Seção 1 - Dados Sociodemográficos: Na primeira seção pretende-se obter informações de caracterização geral dessa população, referentes à idade, sexo, curso e período (iniciante e intermediário/concluente) e ainda, tempo de permanência na UFSC. Variáveis auxiliares, como sexo e idade, fornecem elementos importantes para definir alguns indicadores que caracterizam o perfil dessa população universitária. Com a posterior aplicação do questionário, poderá ser avaliada a situação de trabalho, moradia, estado civil, escolaridade dos pais, renda familiar mensal, recebimento de auxílio estudantil ou bolsa do governo, além do valor semanalmente gasto com lanches e almoços na universidade (IBGE, 2010c).

A renda, considerada a medida dos recursos econômicos familiares, será coletada de acordo com as faixas de renda preconizadas pelo IBGE (2010c). A situação de trabalho será avaliada conforme o *Global Health Professionals Survey* (GTSS COLLABORATIVE GROUP, 2006) e será complementada com a avaliação dos estudantes beneficiados por algum tipo de bolsa ou auxílio público (bolsa permanência, bolsa estudantil da UFSC, isenção de alimentação do RU, moradia estudantil, auxílio moradia). A situação de moradia permitirá compreender se os estudantes residem com pais/familiares, amigos, sozinho ou em pensionado/república, condição comumente encontrada no meio universitário. Além disso, a verificação dos valores gastos em lanches e almoços na UFSC fornecerão informações sobre o perfil

econômico e de consumo dos estudantes (se trazem alimentos de casa ou compram na universidade) e a condição financeira para aquisição desses alimentos.

Seção 2 - Estado Nutricional: A segunda seção traz questões sobre o estado nutricional dos participantes e alteração de peso corporal. Investigar o estado nutricional e a variação de peso corporal dos estudantes após o ingresso à universidade é um assunto trazido frequentemente pela literatura, sendo avaliado por diversos estudos considerados no desenvolvimento da presente pesquisa (NELSON et al., 2009; DELIENS et al., 2013; PELLETIER; LASKA, 2013). Conforme apontam alguns estudos (VELLA-ZARB; ELGAR, 2009; ACEIJAS et al., 2017), esse momento é marcado pelo estresse e ansiedade; maus hábitos alimentares e vulnerabilidade para o controle do peso corporal, que podem ser mantidos na idade adulta.

Os estudantes serão questionados sobre seu peso, altura, satisfação com seu peso corporal e período da última pesagem e alteração de peso após o ingresso à universidade. A transição da fase escolar para a universitária e a dificuldade do estudante em manter seu peso corporal é tema frequentemente abordado pelas pesquisas (NELSON et al., 2008; VELLA-ZARB; ELGAR, 2009; VELLA-ZARB; ELGAR, 2010).

Porém, embora possa ocorrer discrepâncias entre as medidas antropométricas autorreferidas e as reais, acredita-se que os estudantes que relatam o seu peso e altura estão cientes dessas medidas e da confidencialidade do estudo (MUSAIGER et al., 2014). Além disso, o autorrelato foi escolhido por motivo logístico e econômico, sendo uma prática utilizada em estudos populacionais epidemiológicos (BOWMAN, 1992; DANUBIO et al., 2008). Dessa forma, com os valores de peso e altura, será calculado o Índice de Massa Corporal (IMC) dos participantes, indicador da relação do peso e altura que expressa a classificação do estado nutricional.

Seção 3 – Características Gerais da Alimentação: Práticas alimentares inadequadas são reproduzidas por universitários em todo o mundo, sendo que a não realização do café da manhã; o baixo consumo de frutas e hortaliças, além de leguminosas; e o alto consumo de alimentos processados e ultraprocessados são características unânimes e muito presentes (PELLETIER; LASKA, 2013; PEREZ, et al., 2016; ACEIJAS et al., 2017; TAM et al., 2017).

Nesse sentido, os aspectos considerados para subsidiar o desenvolvimento dessa seção serão baseados em estudos que

investigaram a frequência de realização de algumas refeições, principalmente o café da manhã; que avaliaram a frequência de consumo de alimentos e grupos alimentares e de consumo de lanches, fast foods e substituição de refeições (PELLETIER; LASKA, 2013; PEREZ et al., 2016; ACEIJAS et al., 2017).

Assim, essa seção trará itens que investiguem as características gerais da alimentação dos estudantes, como a prática e local de consumo do café da manhã, lanche da manhã, almoço, lanche da tarde e jantar; hábito de realizar suas refeições assistindo televisão ou estudando; frequência de não comer por não haver disponibilidade de alimento e substituição de refeições por lanches. A frequência de consumo de leguminosas, salgados fritos, hortaliças, frutas frescas ou salada de frutas, alimentos integrais, carnes vermelhas, frango, peixes, alimentos ultraprocessados e fast food também serão investigadas.

Seção 4 – Alimentação na Universidade: A última seção busca identificar as práticas alimentares dos estudantes realizadas no ambiente universitário e para tanto considerou itens avaliados nos estudos de Pelletier e Laska (2013); Tam et al. (2017) e Green e Glanz (2015).

Serão verificadas informações como: local de realização das refeições; frequência de consumo nas lanchonetes e restaurantes da UFSC, dentro e nos arredores da universidade; frequência de trazer alimentos de casa para comer na universidade; motivos que direcionam a frequência nas lanchonetes dentro da universidade e por trazer alimentos de casa; alimentos e bebidas consumidos nas lanchonetes da UFSC e frequência de consumo de água, bebidas adoçadas e consumo de doces após a refeição. Além disso, os alimentos e bebidas selecionados para a avaliação das escolhas alimentares dos estudantes na universidade serão baseados no estudo de auditoria do ambiente da UFSC realizado por Pulz (2014), como os itens disponíveis nesses estabelecimentos de comercialização de alimentos.

As frequências de consumo dos alimentos e grupos alimentares serão avaliadas tendo como base a referência dos últimos 7 dias, conforme identificado em outros estudos (IBGE, 2016a; PEREZ et al., 2016). Os motivos que direcionam a escolha pelo estabelecimento dentro da universidade e por trazer alimentos de casa serão avaliadas por meio de uma escala ordinal de 4 pontos: nada importante, pouco importante, importante, muito importante, conforme estabelecido no estudo de Green e Glanz (2015), sem uma alternativa mediana, a fim de evitar a tendência central das respostas.

REFERÊNCIAS

ACEIJAS, C. et al. Determinants of health-related lifestyles among university students. **Perspectives in Public Health**, v. 137, n. 4, 2017.

AZEVEDO, E. DE. Riscos e controvérsias na construção social do conceito de alimento saudável: o caso da soja. **Revista de Saúde Pública**, v. 45, n. 4, p. 781–788, 2011.

BECERRA-BULLA, F.; PINZÓN-VILLATE, G.; VARGAS-ZÁRATE, M. Food practices of a group of college students and the perceived difficulties for healthy eating. **Revista de la Facultad de Medicina**, v. 63, n. 3, p. 457–463, jul. 2015.

BOWMAN, R. L.; DELUCIA, J. L. Accuracy of self-reported weight: A meta-analysis. **Behavior Therapy**, v. 23, n. 4, p. 637–655, 1992.

BRASIL. Decreto nº 19.851, de 11 de abril de 1931. Dispõe que o ensino superior no Brasil obedecerá, de preferência, ao sistema universitário. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 11 abril 1931. Disponível em: <<http://www2.camara.leg.br/legin/fed/decret/1930-1939/decreto-19851-11-abril-1931-505837-publicacaooriginal-1-pe.htm>>. Acesso em: 24 mar. 2017.

_____. Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996. Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 20 dezembro 1996. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/L9394.htm>. Acesso em: 15 mar. 2017.

_____. Ministério da Saúde. **Plano de ações estratégicas para o enfrentamento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) no Brasil 2011-2022**. Brasília: Série B. Textos Básicos de Saúde, 2011a, 148p. Disponível em: <http://bvsm.sau.de.gov.br/bvs/publicacoes/plano_acoes_enfrent_dcnt_2011.pdf>. Acesso em: 20 mar. 2017.

_____. Ministério da Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2ª. Ed. Brasília: Coordenação-Geral da Política de Alimentação e Nutrição, 2014a. 158p. Disponível em: <<http://portalarquivos.sau.de.gov.br/images/pdf/2014/novembro/05/Guia>>

-Alimentar-para-a-pop-brasiliera-Miolo-PDF-Internet.pdf >. Acesso em: 20 mar. 2017.

_____. Ministério da Saúde. **Vigitel Brasil 2015: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico**. Brasília: Ministério da Saúde, 2017. Disponível em: <http://www.ans.gov.br/images/stories/Materiais_para_pesquisa/Materiais_por_assunto/2015_vigitel.pdf>. Acesso em: 15 mar. 2017.

DANUBIO, M. E. et al. Comparison of self-reported and measured height and weight: Implications for obesity research among young adults. **Economics & Human Biology**, v. 6, n. 1, p. 181–190, 2008.

DELIENS, T., et al. Changes in weight and body composition during the first semester at university. A prospective explanatory study. **Appetite**, v.65, p.111–116, 2013.

DELIENS, T. et al. Determinants of eating behaviour in university students: a qualitative study using focus group discussions. **BMC Public Health**, v. 14, p. 53, 2014.

GLANZ, K. et al. Healthy nutrition environments: concepts and measures. **American journal of health promotion**, v. 19, n. 5, p. 330–333, ii, 2005.

GREEN, S. H.; GLANZ, K. Development of the Perceived Nutrition Environment Measures Survey. **American Journal of Preventive Medicine**, v. 49, n. 1, p. 50–61, 2015.

GTSS COLLABORATIVE GROUP (GTSS). Tobacco use and cessation counselling: Global Health Professionals Survey Pilot Study, 10 countries, 2005. **Tobacco Control**, v. 15 Suppl 2, p. ii31-34, 2006.

HARVARD SCHOOL PUBLIC HEALTH (HSPH). **Healthy Eating Plate & Healthy Eating Pyramid**. 2011. *The Nutrition Source, Department of Nutrition, Harvard T. H. Chan School of Public Health and Harvard Health Publications*. Disponível em: <<https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/healthy-eating-plate/>>. Acesso em: 22 mar. 2017.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). **Censo Demográfico 2010**. 2010c. Disponível em: <<http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/censo2010/default.shtm>>. Acesso em: 23 jan. 2017.

_____. **Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PENSE): 2015**. Coordenação de Indicadores sociais. Rio de Janeiro: IBGE, 2016a 131p. Disponível em: <http://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/instrumentos_de_coleta/doc4595.pdf>. Acesso em: 23 jan. 2017.

JOMORI, M. M.; PROENÇA, R. P. DA C.; CALVO, M. C. M. Food choice factors. **Revista de Nutrição**, v. 21, n. 1, p. 63–73, 2008.

LACHA, C. et al. Eating out of home and its association with dietary intake: a systematic review of the evidence. **Obesity Reviews: An Official Journal of the International Association for the Study of Obesity**, v. 13, n. 4, p. 329–346, 2012.

MACKISON, D.; WRIEDEN, W. L.; ANDERSON, A. S. Validity and reliability testing of a short questionnaire developed to assess consumers' use, understanding and perception of food labels. **European Journal of Clinical Nutrition**, v. 64, n. 2, p. 210–217, fev. 2010.

MOKHTARI, T.; JAMALUDDIN, R.; SAAD, H. A. Lifestyle and psychological factors associated with body weight status among university students in Malaysia. **Pakistan Journal of Nutrition**, v. 14, n. 1, p. 18–28, 2015.

MUSAIGER, A. O. et al. Perceived barriers to weight maintenance among university students in Kuwait: the role of gender and obesity. **Environmental Health and Preventive Medicine**, v. 19, n. 3, p. 207–214, 2014.

NELSON, M. C. et al. Emerging Adulthood and College-aged Youth: An Overlooked Age for Weight-related Behavior Change. **Obesity**, v. 16, n. 10, p. 2205–2211, 2008.

NELSON, M. C. et al. Understanding the Perceived Determinants of Weight-related Behaviors in Late Adolescence: A Qualitative Analysis

among College Youth. **Journal of Nutrition Education and Behavior**, v. 41, n. 4, p. 287–292, 2009.

PELLETIER, J. E.; LASKA, M. N. Campus food and beverage purchases are associated with indicators of diet quality in college students living off campus. **American journal of health promotion: AJHP**, v. 28, n. 2, p. 80–87, 2013.

PEREZ, P. M. P. et al. Dietary practices of quota and non-quota students at a Brazilian public university. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 21, n. 2, p. 531–542, fev. 2016.

PULZ, I. S. **Ambiente alimentar do campus sede da Universidade Federal de Santa Catarina**. Florianópolis, Dissertação (Mestrado em Nutrição). Programa de Pós-Graduação da Universidade Federal de Santa Catarina. Florianópolis, 2014.

SAELENS, B. E. et al. Nutrition Environment Measures Study in restaurants (NEMS-R): development and evaluation. **American Journal of Preventive Medicine**, v. 32, n. 4, p. 273–281, 2007.

SOUSA, T. F. DE et al. Validade e reprodutibilidade do questionário Indicadores de Saúde e Qualidade de Vida de Acadêmicos (Isaq-A). **Arquivos de Ciências do Esporte**, v. 1, n. 1, 17 maio 2013.

SWINBURN, B.; EGGER, G.; RAZA, F. Dissecting obesogenic environments: the development and application of a framework for identifying and prioritizing environmental interventions for obesity. **Preventive Medicine**, v. 29, n. 6 Pt 1, p. 563–570, dez. 1999.

SWINBURN, B. et al. INFORMAS (International Network for Food and Obesity/non-communicable diseases Research, Monitoring and Action Support): overview and key principles. **Obesity Reviews**, v. 14, p. 1–12, 2013.

TAM, R. et al. University students' on-campus food purchasing behaviors, preferences, and opinions on food availability. **Nutrition**, v. 37, p. 7–13, 2017.

VELLA-ZARB, R. A.; ELGAR, F. J. The “freshman 5”: a meta-analysis of weight gain in the freshman year of college. **Journal of American college health**, v. 58, n. 2, p. 161–166, out. 2009.

VELLA-ZARB, R. A.; ELGAR, F. J. Predicting the “freshman 15”: Environmental and psychological predictors of weight gain in first-year university students. **Health Education Journal**, v. 69, n. 3, p. 321–332, 1 set. 2010.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Physical status: the use and interpretation of anthropometry**. Report of WHO Expert Committee. Geneva: WHO, 1995. Disponível em: <http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/37003/1/WHO_TRS_854.pdf>. Acesso em: 30 jun. 2017.

Obesity: Preventing and mangaing the global epidemic. Report of a WHO Consultation (TRS894). Geneva: WHO, 2000. Disponível em: <<http://apps.who.int/iris/handle/10665/42330>>. Acesso em: 19 fev. 2017.

ZHANG, C.; FAN, J. A study of the perception of health risks among college students in China. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 10, n. 6, p. 2133–2149, 2013.

APÊNDICE C

MANUAL DE ORIENTAÇÃO PARA APLICAÇÃO DO INSTRUMENTO PARA AVALIAÇÃO DAS PRÁTICAS ALIMENTARES DE UNIVERSITÁRIOS



Identificação do responsável de apoio à pesquisa/entrevistador:

Nome:

Endereço:

Telefone:

Coordenadora: Prof^{ta}. Dr^a. Marcela Boro Veiros | Departamento de Nutrição e Programa de Pós-Graduação em Nutrição
Telefone de contato: (48) 3721-2777 | E-mail: marcela.veiros@ufsc.com

Caro(a) Apoiador(a) à Pesquisa/Entrevistador(a):

Este é o estudo sobre a elaboração de um Instrumento para avaliação das práticas alimentares de estudantes universitários (IPRAE). O principal objetivo desse estudo foi a elaboração de um questionário que verificasse as práticas alimentares dos universitários, incluindo as realizadas no ambiente da universidade, e as características gerais de sua alimentação. A intenção é que esse instrumento (IPRAE) possa ser aplicado nas demais instituições de ensino superior do Brasil.

Após a elaboração do questionário foi realizada a validação de conteúdo (grupo de especialistas) e, nessa etapa, será verificado com alguns estudantes o que e como eles entendem o questionário (validação de face). Eles irão avaliar a clareza/entendimento e número de perguntas; facilidade e tempo gasto para responder o questionário, bem como, sugestões para tornar o instrumento mais qualificado.

Nesse sentido, esse manual traz informações sobre os procedimentos que serão adotados nesse momento, antes, durante e após a coleta de dados. O trabalho do responsável de apoio à pesquisa/entrevistador é fundamental para a qualidade e execução dessa etapa. Agradecemos sua participação, que muito contribuirá para o sucesso de toda a pesquisa!

Antes da coleta de dados:

- Na véspera da coleta, conferir o horário definido entre o grupo de entrevistadores para a aplicação do instrumento.
- No dia da coleta, usar sapato e roupas confortáveis (sem decotes ou muito curtas).
- Sempre se apresentar com crachá de identificação.
- Conferir se os seguintes materiais estão separados: crachá, manual do entrevistador, Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE); protocolo de validade de face, questionários do IPRAE impressos; diário de campo; canetas; pasta e envelope.

Amostra inicial e aproximada a ser pesquisada:

Centro de Ensino	Sexo Masculino	Sexo Feminino
CTC	2	2
CCS	2	2
CCB	2	2
CCE	2	2
CFH	2	2
CFM	2	2
CCJ	2	2
CSE	2	2
CCA	2	2
CDS	2	2
CED	2	2
TOTAL	22	22

Durante a coleta de dados:

- Colocar o celular no modo silencioso, podendo ser utilizado somente para cronometrar o tempo de aplicação. Não utilizar nem ficar mexendo no celular durante a pesquisa.
- Dirigir-se cordialmente ao participante que estiver acessível, em cada Centro de Ensino da universidade, identificando-se como auxiliar de apoio à pesquisa de um projeto do Programa de Pós-Graduação em Nutrição, do CCS/UFSC. Explicar a dinâmica da pesquisa, combinando com ele qual o melhor horário para ele preencher e avaliar o instrumento.
- Seja gentil e educado, estabelecendo um diálogo cordial e simples com os estudantes, pois a participação é voluntária. Despertar o interesse no

participante é fundamental para garantir uma maior efetividade do trabalho.

• Ao explicar o propósito da pesquisa aos estudantes, utilize o exemplo:

“Nós somos estudantes do Programa de Pós-Graduação em Nutrição, da UFSC, e o principal objetivo desta pesquisa é coletar dados sobre as práticas alimentares dos universitários, na universidade e fora dela. Não iremos avaliar ou julgar sua alimentação. Nesse momento, queremos saber como os estudantes analisam o questionário, incluindo o tempo para preenchimento, facilidade e clareza para respondê-lo. Assim, você precisa preencher e avaliar o questionário. Sua participação é muito importante para nós. Para isso basta assinar o termo de consentimento que vamos distribuir agora. Desde já agradecemos pela sua participação!”

• Enquanto um entrevistador explica a pesquisa, o outro deverá entregar TCLE para os universitários interessados na participação.

• Recolher uma das cópias dos TCLE assinado (a outra fica com o participante) e entregar somente o questionário e o protocolo para os que concordarem em participar.

• Para aqueles que não quiserem participar, agradecer e procurar outro estudante.

• Não fale com os estudantes mascando chicletes, bala, pirulito, nem coma ou beba algum alimento durante a entrevista. Peça para que os estudantes não comam durante respondem o questionário, pois pode interferir no tempo de resposta.

• Ler as instruções gerais localizadas na primeira folha do IPRAE, destacando que não existe resposta certa e nem errada. Reforce aos estudantes que respondam em silêncio, sem trocar informações com os colegas.

• Reforçar que o questionário é anônimo e ninguém terá acesso ou conhecimento sobre as suas respostas. Indicar onde começa e onde termina o questionário.

• Na parte superior do IPRAE, em campo específico para este fim, anotar a data, horário do início e horário do final do preenchimento.

• Durante o preenchimento do instrumento, permanecer com os participantes para a recolha dos questionários preenchidos e retirada de dúvidas.

• Não responda de modo que possa induzir a resposta. Seja neutro(a) e cordial.

• Nunca demonstre pressa ou impaciência enquanto os participantes preenchem o questionário.

- Se o participante começar a se dispersar, procure mantê-lo(a) motivado(a), chame-o pelo nome, pedindo gentilmente para dar continuidade ao preenchimento do IPRAE.
- Caso o participante exponha assuntos não solicitados referentes ao instrumento, solicite que o faça somente quando o preenchimento for encerrado.
- Ao receber o instrumento preenchido, nunca demonstre censura, aprovação ou surpresa diante das respostas, admitindo sempre uma postura neutra.
- Verifique se todas as perguntas foram respondidas. Se algumas não foram, confirmar se a pessoa não quer responder as perguntas que faltaram.
- Todas as dúvidas e observações importantes devem ser registradas no diário de campo para serem comentadas posteriormente com a coordenadora da pesquisa.
- Conferir se o número de termos TCLE é igual ao número de questionários devolvidos.
- Guardar no envelope os questionários e os TCLE.
- Concluído o preenchimento dos questionários, agradecer a colaboração dos participantes.

ATENÇÃO:

Não tirar nenhuma dúvida com os participantes durante o preenchimento do instrumento. Se for levantada alguma dúvida, solicitar que ele responda de acordo com o que ele conseguiu entender da questão solicitada, procurando não induzir as respostas.

Após a coleta de dados:

- Anotar no Diário de Campo, guardado junto ao material da pesquisa, qualquer intercorrência, dificuldade ou alguma outra informação relevante.

Obrigada pela colaboração em nossa pesquisa!

Equipe de pesquisadores.

APÊNDICE D

**PROTOCOLO PARA VALIDADE DE FACE DO
INSTRUMENTO PARA AVALIAÇÃO DAS
PRÁTICAS ALIMENTARES DE
UNIVERSITÁRIOS – IPRAE**

Prezado (a) estudante

Gostaríamos de convidá-lo (la) para participar da avaliação de um questionário, como uma etapa do projeto de Dissertação de mestrado de Karine Andrea Albiero, no Programa de Pós-Graduação em Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina (PPGN-UFSC), intitulado: “Instrumento para avaliação das práticas alimentares de estudantes universitários”.

O principal objetivo deste estudo é elaborar um instrumento válido que verifique as práticas alimentares, inclusive as realizadas no ambiente universitário dos estudantes da Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC. Desta forma, gostaríamos que você avalie o tempo disponibilizado para o preenchimento do questionário, o nível de facilidade ou dificuldade no preenchimento de cada uma das questões e a clareza das questões, conforme abaixo.

1. Você achou fácil ENTENDER as perguntas do questionário?

- () Sim, todas
- () Sim, a maioria
- () Sim, poucas
- () Não

2. Você achou simples RESPONDER o questionário?

- () Sim, muito simples
- () Sim, simples
- () Sim, pouco simples
- () Não

3. O que você achou do TEMPO que gastou para responder o questionário?

- Rápido
 Normal
 Demorado

4. O que você achou do NÚMERO DE PERGUNTAS do questionário?

- Poucas
 Suficiente
 Muitas

5. Em algum momento você pensou em DESISTIR de responder o questionário?

- Sim
 Não

6. Você tem alguma sugestão para melhorar o questionário?

Obrigada pela colaboração em nossa pesquisa!

Equipe de pesquisadores



APÊNDICE E

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO PARA ESTUDANTES

Eu, _____,
autorizo minha participação, como voluntário(a) no presente projeto de pesquisa e estou ciente que:

1. O objetivo desta pesquisa é elaborar um instrumento que verifique as práticas alimentares, inclusive as realizadas no ambiente da universidade.

2. O questionário está distribuído em quatro seções: 1. Alimentação na Universidade; 2. Características gerais da alimentação; 3. Estado nutricional; e 4. Dados socioeconômicos.

3. Os dados serão coletados em sala de aula;

4. Este projeto apresenta mínimo risco ou desconforto ao seu preenchimento, caracterizando participação voluntária, sem custos ou incentivos monetários.

5. A participação dos estabelecimentos é isenta de despesas;

6. Tenho a liberdade de desistir ou interromper a minha colaboração nesta pesquisa no momento em que desejar, sem necessidade de qualquer explicação e a desistência não causará nenhum prejuízo à saúde ou meu bem estar físico;

7. Os resultados obtidos durante o estudo serão mantidos em sigilo, mas concordo que sejam divulgados em publicações científicas, desde que meus dados pessoais e do meu estabelecimento não sejam mencionados de maneira de permita identificação;

8. Poderei consultar em qualquer tempo o pesquisador responsável ou o Programa de Pós-Graduação em Nutrição da UFSC (PPGN/UFSC), sempre que entender necessário obter informações ou esclarecimentos sobre o projeto de pesquisa: Prof.^a Coordenadora Dr.^a Marcela Boro Veiros, Departamento de Nutrição e Programa de Pós-Graduação em Nutrição da UFSC.

9. Tenho a garantia de tomar conhecimento, pessoalmente, caso manifeste interesse, do(s) resultado(s) parcial(is) e final(is) desta pesquisa;

Declaro que obtive todas as informações necessárias quanto às minhas dúvidas e, por estar de acordo, assino o presente documento. Fui informado (a) dos benefícios deste estudo, assim como da garantia de receber resposta às perguntas ou esclarecimentos de dúvidas acerca da metodologia, riscos, benefícios e outros aspectos da pesquisa.

Assinatura do estudante

Florianópolis, ___ de _____ de 2018.

APÊNDICE F

NOTA DE IMPRENSA

Desenvolvimento e validação de Instrumento para Avaliação das Práticas Alimentares de Estudantes Universitários

Esta pesquisa é o tema da dissertação de mestrado defendido pela nutricionista Karine Andrea Albiero, em agosto de 2018, sob a orientação da Prof^ª. Dr^ª. Marcela Boro Veiros. Trata-se de um estudo inserido no Programa de Pós-Graduação em Nutrição (PPGN) e no Núcleo de Pesquisas de Nutrição em Produções de Refeições (NUPPRE) da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC).

A dissertação está envolvida em um estudo mais amplo intitulado *Análise do ambiente nutricional do Campus Sede da Universidade Federal de Santa Catarina*, que até a presente data, originou três dissertações de mestrado. Surgiu no grupo a necessidade de desenvolver e validar um Instrumento para Avaliação das Práticas Alimentares de Estudantes Universitários, investigando tais práticas, inclusive as realizadas no ambiente da universidade. Sabe-se que esse ambiente pode oferecer um contexto propício ao declínio das práticas saudáveis e ao aumento de peso corporal. Avaliar essas variáveis pode identificar aspectos que influenciam a saúde, a qualidade de vida e o perfil alimentar dos estudantes universitários.

O instrumento, denominado IPRAE (Instrumento para avaliação das Práticas Alimentares de Estudantes Universitários) foi desenvolvido em três etapas. O instrumento preliminar foi desenvolvido com base na literatura científica sobre o tema, contendo 4 seções (Alimentação na Universidade, Características Gerais da Alimentação, Estado Nutricional e Dados Sociodemográficos), passou pela análise de especialistas e um grupo de revisores e foi aplicado em dois momentos distintos em estudantes de graduação, de diferentes cursos e todos os centros de ensino da universidade. Como resultado, todos os estudantes acharam as questões compreensíveis e simples de responder, com redução no tempo de preenchimento para 15 minutos entre as duas aplicações, trazendo, a versão final do instrumento.

Uma das contribuições mais relevantes da presente pesquisa foi o desenvolvimento de um instrumento para avaliação das práticas

alimentares de estudantes, inclusive as realizadas no ambiente universitário, que considerou o seguimento de alguns parâmetros de validade, o que não foi identificado, até o momento, na literatura científica consultada. A próxima etapa será a continuação de etapas de validade e a aplicação desse instrumento com os estudantes de graduação da UFSC. Além disso, esse instrumento poderá ser aplicado em universitários de outras universidades e regiões brasileiras.

Contatos:

Karine Andrea Albiero (karinealbiero@hotmail.com)

Marcela Veiros (marcelaveiros@gmail.com)

www.ppgn.ufsc.br

www.nuppre.ufsc.br

8. Estado Civil:

- Solteiro(a)(0) Moro com companheiro(a)(2) Viúvo(a)(4)
 Casado(a)(1) Separado(a) ou Divorciado(a)(3) Outro(5)

9. Qual a escolaridade da sua MÃE?

9-Escmae:

- Nenhuma instrução ou Ensino Fundamental Incompleto(0) Ensino Médio Completo ou Ensino Superior Incompleto(2) Eu não sei(999)
 Ensino Fundamental Completo ou Ensino Médio Incompleto(1) Ensino Superior Completo(3)

10. Qual a escolaridade do seu PAI?

10-Escpai:

- Nenhuma instrução ou Ensino Fundamental Incompleto(0) Ensino Médio Completo ou Ensino Superior Incompleto(2) Eu não sei(999)
 Ensino Fundamental Completo ou Ensino Médio Incompleto(1) Ensino Superior Completo(3)

11. RENDA FAMILIAR MENSAL (Reais – R\$) *Some a renda da sua família*

11-Rend:

- Até R\$ 937,00(0) R\$ 4.685,00 - R\$ 9.370,00(3) Sem rendimento(000)
 R\$ 937,00 - R\$2.811,00(1) R\$ 9.370,00 - R\$ 14.055,00(4) Eu não sei(999)
 R\$ 2.811,00 - R\$ 4.685,00(2) Acima de 14.055,00(5) Eu não quero responder(998)

12. Você recebe algum dos auxílios listados abaixo? *Pode preencher mais de uma resposta.*

12-Aux:

- Bolsa Permanência(0) Isenção de Alimentação no RU(2) Auxílio Moradia(4)
 Bolsa Estudantil UFSC(1) Moradia Estudantil(3) Não recebo(5)

13. NOS ÚLTIMOS 7 DIAS, quanto você gastou (em média) para fazer um LANCHE (alimentos e/ou bebidas) na UFSC? *Somente números.*

13-Glan:

- R\$ 0 - R\$ 5,00(0) R\$ 15,00 - R\$ 25,00(3) Eu não sei(999)
 R\$ 5,00 – 10,00(1) R\$ 25,00 - R\$ 35,00(4) Eu não quero responder(998)
 R\$ 10,00 - R\$ 15,00(2) Eu não gastei(000)

14. NOS ÚLTIMOS 7 DIAS, quanto você gastou (em média) para ALMOÇAR (alimentos e/ou bebidas) na UFSC e nos arredores? (exceto RU) *Somente números.*

- R\$ 0 - R\$ 10,00(0) R\$ 30,00 - R\$ 40,00(3) Eu não gastei(000)
 R\$ 10,00 – 20,00(1) R\$ 40,00 - R\$ 50,00(4) Eu não sei(999)
 R\$ 20,00 - R\$ 30,00(2) Mais que R\$50,00(5) Eu não quero responder(998)

Seção 2 –Estado Nutricional

Gostaríamos que você falasse sobre a sua percepção corporal e algumas condições de saúde nessa seção.

15. Você está satisfeito(a) com o seu peso?

15-Satpeso:

- Sim(0) Não(1)

16. Em relação ao seu peso:

16-Relpeso:

- Não estou fazendo nada(0) Estou tentando ganhar peso(2)
 Estou tentando perder peso(1) Estou tentando manter o mesmo peso(3)

17. Qual seu peso corporal atual?

17-Peso:

_____ Kg Eu não sei(999) Eu não quero responder(998)

18. Qual sua altura (em metros)? *Ex: 1,65 m.*

18-Alt:

_____ m Eu não sei(999) Eu não quero responder(998)

19. Quanto tempo faz que você se pesou pela última vez?

19-Pesou:

- Menos de 1 semana(0) Entre 1 mês e menos de 3 meses(2) 6 meses ou mais(4)
 Entre 1 semana e 1 mês(1) Entre 3 meses e menos de 6 meses(3) Eu não sei(999)

20. Você teve mudança de peso desde que ingressou na universidade?

20-pesomud:

- Sim, alterou meu peso(0) Eu não sei(999)
 Não, eu mantive meu peso(1) Eu não quero responder(998)

21. O que aconteceu com seu peso, após o ingresso na universidade?

- Eu Perdi peso(0) Mantive o peso(2) Eu não quero responder(998)
 Eu Ganhei peso(1) Eu não sei(999) Mantive meu peso(000)

22. Se você teve mudança de peso, qual a importância de cada um dos seguintes fatores que podem ter interferido NESSA MUDANÇA?

22- Impfator :
a)temp:
b)Ncoz:
c)lanc:
d)alcoo:
e)limfin:
f)Npais:
G)estrans:
h)mudhab:

	Nada importante (0)	Pouco Importante (1)	Importante (2)	Muito Importante (3)
a. Falta de tempo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b. Não saber cozinhar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c. Consumo de lanches e <i>fast food</i>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d. Consumo de bebidas alcóolicas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e. Limitação financeira	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f. Não morar mais com os pais	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g. Estresse e ansiedade	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h. Mudança nos hábitos alimentares	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Seção 3 – Características da Alimentação

Agora, gostaríamos de saber sobre sua alimentação no dia-a-dia.

23. Você faz as seguintes refeições diariamente? (em casa ou fora de casa). Assinale sim ou não para cada um deles.

23.Refei
a)_caf:
b)lanM:
c)alm:
d)lanT:
e)jan:
f)lanN:

	Sim(0)	Não(1)		Sim(0)	Não(1)
a. Café da Manhã	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	d. Lanche da Tarde	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b. Lanche da Manhã	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	e. Jantar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c. Almoço	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	f. Lanche da Noite	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

24. Você costuma fazer o CAFÉ DA MANHÃ?

- Sim, todos os dias(0) Sim, 3 a 4 dias por semana(2) Raramente(4)
 Sim, 5 a 6 dias por semana(1) Sim, 1 a 2 dias por semana(3) Não(5)

24- caf:

25. Onde você costuma tomar o seu CAFÉ DA MANHÃ?

- Não faço esta refeição(0) Lanchonetes de dentro da UFSC(2)
 Em casa/Trago de casa(1) Lanchonetes e comida de rua no entorno da UFSC(3)
 Outro(4)

25-ondca:

26. Onde você costuma fazer o seu LANCHE DA MANHÃ OU DA TARDE?

- Não faço esta refeição(0) Lanchonetes de dentro da UFSC(2)
 Em casa/Trago de casa(1) Lanchonetes e comida de rua no entorno da UFSC(3)
 Outro(4)

26-ondlan:

27. Onde você costuma ALMOÇAR?

- Não almoço(0)
 Em casa/Trago de casa(1)
 Lanchonetes de dentro da UFSC(2)
 Lanchonetes e comida de rua no entorno da UFSC(3)
 Restaurantes de dentro da UFSC (*Ex.: Servidores (Volantes), Grêmio HU, SINTUFSC, Centro de eventos*)(4)
 Restaurantes no entorno da UFSC (*Ex.: Dona Benta, Antenas, La Boheme, Família, Mirantes, Tradição, Simples e Natural, Versá, Panela de Ferro, Shopping Trindade*)(5)
 Restaurantes Universitários (*RU (Trindade) ou RU (CCA)*)(6)
 Outro(7)

27-ondalm:

28. Onde você costuma JANTAR?

- Não janto(0)
 Em casa/Trago de casa(1)
 Lanchonetes de dentro da UFSC(2)
 Lanchonetes, ambulantes, restaurantes tipo *fast-food* ou *delivery* (batata frita, hambúrguer, cachorro-quente, pastel, pizza, etc)(3)
 Restaurantes Universitários (*RU (Trindade) ou RU (CCA)*)(4)
 Outro(5)

28-ondjan:

29. Você costuma substituir o jantar por lanches (sanduíches, pizzas, cachorro quente, entre outros)?

- Sim, todos os dias(0) Sim, 3 a 4 dias por semana (2) Raramente(4)
 Sim, 5 a 6 dias por semana(1) Sim, 1 a 2 dias por semana(3) Não(5)

29-subsan

30. Você costuma comer quando está estudando ou assistindo TV?

- Sim, todos os dias(0) Sim, 3 a 4 dias por semana (2) Raramente(4)
 Sim, 5 a 6 dias por semana(1) Sim, 1 a 2 dias por semana(3) Não(5)

30-comesTV

31. NOS ÚLTIMOS 7 DIAS, quantos litros de água você tomou em média por dia?

- 0mL – 500mL 1L – 1,5L Mais de 2L
 500mL – 1 L 1,5L – 2L Não tomo

Ex.: Um copo (200 ml) Uma caneca azul UFSC (300 ml) Uma garrafa (500 ml)

31-agua:

32. NOS ÚLTIMOS 7 DIAS, em quantos dias você consumiu bebidas açucaradas? (*refrigerantes, sucos artificiais, águas e chás açucarados*)

- Não consumi bebida açucaradas nos últimos 7 dias (0 dias)(0) 4 dias nos últimos 7 dias(4)
 1 dia nos últimos 7 dias(1) 5 dias nos últimos 7 dias(5)
 2 dias nos últimos 7 dias(2) 6 dias nos últimos 7 dias(6)
 3 dias nos últimos 7 dias(3) Todos os dias nos últimos 7 dias(7)

32-bebaçu:

33. NOS ÚLTIMOS 7 DIAS, em quantos dias você consumiu bebidas adoçadas artificialmente (*diet/light*)? (*refrigerantes, sucos e chás*)

- Não consumi bebida adoçada artificialmente nos últimos 7 dias (0 dias)(0) 4 dias nos últimos 7 dias(4)
 1 dia nos últimos 7 dias(1) 5 dias nos últimos 7 dias(5)
 2 dias nos últimos 7 dias(2) 6 dias nos últimos 7 dias(6)
 3 dias nos últimos 7 dias(3) Todos os dias nos últimos 7 dias(7)

33-bebadoç:

34. NOS ÚLTIMOS 7 DIAS, em quantos dias você comeu doce após a refeição?

- Não comi doce após a refeição nos últimos 7 dias (0 dias)(0) 4 dias nos últimos 7 dias(4)
 1 dia nos últimos 7 dias(1) 5 dias nos últimos 7 dias(5)
 2 dias nos últimos 7 dias(2) 6 dias nos últimos 7 dias(6)
 3 dias nos últimos 7 dias(3) Todos os dias nos últimos 7 dias(7)

34-docref:

Conte agora o que você comeu NOS ÚLTIMOS 7 DIAS. Considere uma semana normal de aulas, sem feriados ou férias.

35. NOS ÚLTIMOS 7 DIAS, em quantos dias você comeu LEGUMINOSAS (feijão, lentilha e grão de bico).

35-confeij:

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Não comi leguminosas nos últimos 7 dias (0 dias)(0) | <input type="checkbox"/> 4 dias nos últimos 7 dias(4) |
| <input type="checkbox"/> 1 dia nos últimos 7 dias(1) | <input type="checkbox"/> 5 dias nos últimos 7 dias(5) |
| <input type="checkbox"/> 2 dias nos últimos 7 dias(2) | <input type="checkbox"/> 6 dias nos últimos 7 dias(6) |
| <input type="checkbox"/> 3 dias nos últimos 7 dias(3) | <input type="checkbox"/> Todos os dias nos últimos 7 dias(7) |

36. NOS ÚLTIMOS 7 DIAS, em quantos dias você comeu SALGADOS FRITOS? Exemplo: batata frita (sem contar a batata de pacote) ou salgados fritos como coxinha de galinha, quibe frito, pastel frito e acarajé.

36-consalfri:

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Não comi salgados fritos nos últimos 7 dias (0 dias)(0) | <input type="checkbox"/> 4 dias nos últimos 7 dias(4) |
| <input type="checkbox"/> 1 dia nos últimos 7 dias(1) | <input type="checkbox"/> 5 dias nos últimos 7 dias(5) |
| <input type="checkbox"/> 2 dias nos últimos 7 dias(2) | <input type="checkbox"/> 6 dias nos últimos 7 dias(6) |
| <input type="checkbox"/> 3 dias nos últimos 7 dias(3) | <input type="checkbox"/> Todos os dias nos últimos 7 dias(7) |

37. NOS ÚLTIMOS 7 DIAS, em quantos dias você comeu LEGUMES ou VERDURAS, sem considerar batatas ou aipim (mandioca/macaxeira)? Exemplos: alface, abóbora, brócolis, cebola, cenoura, chuchu, couve, espinafre, pepino e tomate.

37-conlegver:

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Não comi nenhum tipo de legume ou verdura nos últimos 7 dias (0 dias)(0) | <input type="checkbox"/> 4 dias nos últimos 7 dias(4) |
| <input type="checkbox"/> 1 dia nos últimos 7 dias (1) | <input type="checkbox"/> 5 dias nos últimos 7 dias(5) |
| <input type="checkbox"/> 2 dias nos últimos 7 dias(2) | <input type="checkbox"/> 6 dias nos últimos 7 dias(6) |
| <input type="checkbox"/> 3 dias nos últimos 7 dias(3) | <input type="checkbox"/> Todos os dias nos últimos 7 dias(7) |

38. NOS ÚLTIMOS 7 DIAS, em quantos dias você comeu FRUTAS FRESCAS ou SALADA DE FRUTAS?

38-confrut:

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Não comi frutas frescas ou salada de frutas nos últimos 7 dias (0 dias)(0) | <input type="checkbox"/> 4 dias nos últimos 7 dias(4) |
| <input type="checkbox"/> 1 dia nos últimos 7 dias(1) | <input type="checkbox"/> 5 dias nos últimos 7 dias(5) |
| <input type="checkbox"/> 2 dias nos últimos 7 dias(2) | <input type="checkbox"/> 6 dias nos últimos 7 dias(6) |
| <input type="checkbox"/> 3 dias nos últimos 7 dias(3) | <input type="checkbox"/> Todos os dias nos últimos 7 dias(7) |

39. NOS ÚLTIMOS 7 DIAS, em quantos dias você comeu ALIMENTOS INDUSTRIALIZADOS ou ULTRAPROCESSADOS, como presunto, mortadela, salame, linguiça, salsicha, hambúrguer, macarrão instantâneo, salgadinho de pacote, biscoitos doces e salgados (simples e recheados) e chocolates?

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Não comi alimentos industrializados/ultraprocessados nos últimos 7 dias (0 dias)(0) | <input type="checkbox"/> 4 dias nos últimos 7 dias(4) |
| <input type="checkbox"/> 1 dia nos últimos 7 dias (1) | <input type="checkbox"/> 5 dias nos últimos 7 dias(5) |
| <input type="checkbox"/> 2 dias nos últimos 7 dias(2) | <input type="checkbox"/> 6 dias nos últimos 7 dias(6) |
| <input type="checkbox"/> 3 dias nos últimos 7 dias(3) | <input type="checkbox"/> Todos os dias nos últimos 7 dias(7) |

40. NOS ÚLTIMOS 7 DIAS, em quantos dias você comeu em restaurantes do tipo FAST-FOOD, tais como lanchonetes, barracas de cachorro quentes, hamburguerias, *deliveries* e pizzarias?

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Não comi em restaurantes <i>fast-food</i> nos últimos 7 dias (0 dias)(0) | <input type="checkbox"/> 4 dias nos últimos 7 dias(4) |
| <input type="checkbox"/> 1 dia nos últimos 7 dias (1) | <input type="checkbox"/> 5 dias nos últimos 7 dias(5) |
| <input type="checkbox"/> 2 dias nos últimos 7 dias(2) | <input type="checkbox"/> 6 dias nos últimos 7 dias(6) |
| <input type="checkbox"/> 3 dias nos últimos 7 dias(3) | <input type="checkbox"/> Todos os dias nos últimos 7 dias(7) |

41. NOS ÚLTIMOS 7 DIAS, em quantos dias você comeu ALIMENTOS INTEGRAIS, tais como pão, arroz e macarrão integral; aveia, quinoa, linhaça, gergelim?

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Não comi alimentos integrais nos últimos 7 dias (0 dias)(0) | <input type="checkbox"/> 4 dias nos últimos 7 dias(4) |
| <input type="checkbox"/> 1 dia nos últimos 7 dias (1) | <input type="checkbox"/> 5 dias nos últimos 7 dias(5) |
| <input type="checkbox"/> 2 dias nos últimos 7 dias(2) | <input type="checkbox"/> 6 dias nos últimos 7 dias(6) |
| <input type="checkbox"/> 3 dias nos últimos 7 dias(3) | <input type="checkbox"/> Todos os dias nos últimos 7 dias(7) |

42. NOS ÚLTIMOS 7 DIAS, em quantos dias você comeu CARNES VERMELHAS, tais como bovina, suína ou caprina?

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Não comi carnes vermelhas nos últimos 7 dias (0 dias)(0) | <input type="checkbox"/> 4 dias nos últimos 7 dias(4) |
| <input type="checkbox"/> 1 dia nos últimos 7 dias (1) | <input type="checkbox"/> 5 dias nos últimos 7 dias(5) |
| <input type="checkbox"/> 2 dias nos últimos 7 dias(2) | <input type="checkbox"/> 6 dias nos últimos 7 dias(6) |
| <input type="checkbox"/> 3 dias nos últimos 7 dias(3) | <input type="checkbox"/> Todos os dias nos últimos 7 dias(7) |

43. NOS ÚLTIMOS 7 DIAS, em quantos dias você comeu FRANGO?

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Não comi frango nos últimos 7 dias (0 dias)(0) | <input type="checkbox"/> 4 dias nos últimos 7 dias(4) |
| <input type="checkbox"/> 1 dia nos últimos 7 dias (1) | <input type="checkbox"/> 5 dias nos últimos 7 dias(5) |
| <input type="checkbox"/> 2 dias nos últimos 7 dias(2) | <input type="checkbox"/> 6 dias nos últimos 7 dias(6) |
| <input type="checkbox"/> 3 dias nos últimos 7 dias(3) | <input type="checkbox"/> Todos os dias nos últimos 7 dias(7) |

44. NOS ÚLTIMOS 7 DIAS, em quantos dias você comeu algum tipo de PEIXE, tais como pescada, tainha, anchova, sardinha e atum (inclusive enlatados)?

44-conpeix:

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Não comi peixe nos últimos 7 dias (0 dias)(0) | <input type="checkbox"/> 4 dias nos últimos 7 dias(4) |
| <input type="checkbox"/> 1 dia nos últimos 7 dias (1) | <input type="checkbox"/> 5 dias nos últimos 7 dias(5) |
| <input type="checkbox"/> 2 dias nos últimos 7 dias(2) | <input type="checkbox"/> 6 dias nos últimos 7 dias(6) |
| <input type="checkbox"/> 3 dias nos últimos 7 dias(3) | <input type="checkbox"/> Todos os dias nos últimos 7 dias(7) |

45. Agora considerando OS ÚLTIMOS 30 DIAS, com que frequência você ficou com fome por não ter comida suficiente em sua casa?

45-freqfome:

- | | | |
|---------------------------------------|--|---|
| <input type="checkbox"/> Nunca(0) | <input type="checkbox"/> Às vezes (2) | <input type="checkbox"/> Sempre(4) |
| <input type="checkbox"/> Raramente(1) | <input type="checkbox"/> Na maior parte das vezes(3) | <input type="checkbox"/> Eu não quero responder |

Seção 4 – Alimentação na Universidade

Gostaríamos de saber sobre sua alimentação durante o tempo que passa na universidade nessa seção.

46. NOS ÚLTIMOS 7 DIAS, em quantos dias você comeu em algum dos RESTAURANTES UNIVERSITÁRIOS (RU) DA UFSC? (Ex: Trindade ou CCA)

46-qtosdru:

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Não comi nos Restaurantes Universitários (RU) da UFSC nos últimos 7 dias (0 dias)(0) | <input type="checkbox"/> 4 dias nos últimos 7 dias(4) |
| <input type="checkbox"/> 1 dia nos últimos 7 dias (1) | <input type="checkbox"/> 5 dias nos últimos 7 dias(5) |
| <input type="checkbox"/> 2 dias nos últimos 7 dias(2) | <input type="checkbox"/> 6 dias nos últimos 7 dias(6) |
| <input type="checkbox"/> 3 dias nos últimos 7 dias(3) | <input type="checkbox"/> Todos os dias nos últimos 7 dias(7) |

47. NOS ÚLTIMOS 7 DIAS, em quantos dias você comeu em algum dos DEMAIS RESTAURANTES DENTRO DA UFSC? (Ex: Servidores (Volantes), Grêmio HU, Centro de Eventos e SINTUFSC)

47-qtosdufsc

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Não comi nos demais restaurantes dentro da UFSC nos últimos 7 dias (0 dias)(0) | <input type="checkbox"/> 4 dias nos últimos 7 dias(4) |
| <input type="checkbox"/> 1 dia nos últimos 7 dias(1) | <input type="checkbox"/> 5 dias nos últimos 7 dias(5) |
| <input type="checkbox"/> 2 dias nos últimos 7 dias(2) | <input type="checkbox"/> 6 dias nos últimos 7 dias(6) |
| <input type="checkbox"/> 3 dias nos últimos 7 dias(3) | <input type="checkbox"/> Todos os dias nos últimos 7 dias(7) |

48. NOS ÚLTIMOS 7 DIAS, em quantos dias você comeu em algum dos RESTAURANTES NOS ARREDORES DA UFSC? (Ex: *Dona Benta, Antenas, La Boheme, Família, Mirantes, Tradição, Simples e Natural, Versá, Panela de Ferro, Shopping Trindade*), entre outros.

- Não comi nos restaurantes nos arredores da UFSC nos últimos 7 dias (0 dias)(0)
- 1 dia nos últimos 7 dias(1)
- 2 dias nos últimos 7 dias (2)
- 3 dias nos últimos 7 dias(3)
- 4 dias nos últimos 7 dias(4)
- 5 dias nos últimos 7 dias(5)
- 6 dias nos últimos 7 dias(6)
- Todos os dias nos últimos 7 dias(7)

49. NOS ÚLTIMOS 7 DIAS, em quantos dias você comeu em alguma das LANCHONETES DA UFSC?

49-qtoslanufsc:

- Não comi nas lanchonetes da UFSC nos últimos 7 dias (0 dias)(0)
- 1 dia nos últimos 7 dias(1)
- 2 dias nos últimos 7 dias(2)
- 3 dias nos últimos 7 dias(3)
- 4 dias nos últimos 7 dias(4)
- 5 dias nos últimos 7 dias(5)
- 6 dias nos últimos 7 dias(6)
- Todos os dias nos últimos 7 dias(7)

50. Qual a importância de cada um dos seguintes fatores para a sua decisão de COMPRAR ALIMENTOS E BEBIDAS NAS LANCHONETES DA UFSC?

50-deccomlan:
a)temp:
b)conprat:
c)preç:
d)amig:
e)conheali:
f)disponib:
g)sabapar:
h)habalim:

	Nada importante (0)	Pouco Importante (1)	Importante (2)	Muito Importante (3)
a. Tempo disponível	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b. Conveniência e praticidade	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c. Preços dos produtos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d. Comer com os amigos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e. Conhecimento sobre alimentação	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f. Disponibilidade de alimentos mais saudáveis	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g. Sabor e aparência	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h. Hábitos alimentares	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

51. Marque TODOS OS ALIMENTOS que você consumiu nas lanchonetes, NOS ÚLTIMOS 7 DIAS.

	Sim (0)	Não (1)		Sim (0)	Não (1)
a) Pão de Queijo (0)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	j) Doces (brigadeiro, trufas, brownies, gelatinas, mousses) e chocolates (10)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) Salgados assados massa refinada (empanada, croissant)(1)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	k) Barras de cereais ou de proteínas (11)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) Salgados assados massa integral (empanada ,torta de legumes, quiche de legumes) (3)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	l) Biscoitos doces ou salgados (12)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) Bolos e tortas massa refinada (bolo cenoura, chocolate, bolo no pote) (4)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	m) Sanduíches (sanduíche natural, wrap, Misto quente) (13)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e) Bolos e tortas massa integral (bolo banana) (5)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	n) Lanches (x-salada, cachorro quente, hambúrguer) (14)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f) Frutas frescas e/ou salada de frutas (6)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	o) Açaí (15)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g) Frutas secas e/ou desidratadas (7)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	p) Picolé e/ou Sorvete (16)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h) Oleaginosas (castanhas, amêndoas, entre outras) (8)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	q) Macarrão instantâneo (17)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
i) Sopas (9)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	r) Balas, chicletes, pirulitos(18)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Outro_____					

51-alimcons:
a)pquei:
b)salgassa:
c)salgassalnt:
d)boloref:
e)bololnt:
f)frut:
g)frutsec:
h)oleag:
i)sop:
j)doce:
k)barra:
l)bisco:
m)sand:
n)lanche:
o)acaí:
p)picolé:
q)macar:
r)bala:

52. Marque TODAS AS BEBIDAS você consumiu nas lanchonetes, NOS ÚLTIMOS 7 DIAS.

	Sim(0)	Não(1)		Sim(0)	Não(1)
a) Águas, água de coco(0)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	h) Bebidas industrializadas à base de café(10)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) Vitaminas de Frutas (Leite +fruta)(1)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	i) Chás de Infusão (saquinho)(11)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) Smoothies (bebida parecida a milk-shake)(2)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	j) Chá industrializados (Lata, copo, caixinha)(12)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) Iogurte/Bebida Láctea(3)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	k) Sucos naturais/Suco integral da fruta(13)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

52-bebi
a)agua:
b)vitam:
c)smooth:
d)iogurte:
e)achoco:
f)bebleit:
f)café:
h)bebindcafe:
i)chá:
j)cháInd:
k)suconat:
l)suculnd:
m)refri:

e) Achocolatados/Chocolate quentes(4)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	l) Sucos Industrializados (Lata ou caixinha)(14)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f) Bebidas à base de leite (ex:Neston®)(8)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	m) Refrigerantes (convencionais, dietéticos, água tônica, águas saborizadas)(15)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g) Cafés(9)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			

53. Você costuma trazer alimentos de casa para comer na UFSC?

53-trazali:

- Sim(0) Não(1)

54. NOS ÚLTIMOS 7 DIAS, em quantos dias você trouxe alimentos de casa para comer na UFSC?

54-qtosdtrazali:

- Não trouxe alimentos de casa para comer na UFSC nos últimos 7 dias (0 dias)(0) 4 dias nos últimos 7 dias(4)
- 1 dia nos últimos 7 dias(1) 5 dias nos últimos 7 dias(5)
- 2 dias nos últimos 7 dias(2) 6 dias nos últimos 7 dias(6)
- 3 dias nos últimos 7 dias(3) Todos os dias nos últimos 7 dias(7)

55. Qual a importância de cada um dos seguintes FATORES PARA A SUA DECISÃO DE TRAZER ALIMENTOS DE CASA PARA COMER NA UFSC?

55-fatortrazali

a)temp:
b)conprat:
c)preç:
d)amig:
e)conheali:
f)disponib:
g)sabapar:
h)habalim:

	Nada importante (0)	Pouco Importante (1)	Importante (2)	Muito Importante (3)
a. Tempo disponível	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b. Conveniência e praticidade	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c. Preços dos produtos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d. Conhecimento sobre alimentação	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e. Disponibilidade de alimentos mais saudáveis	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f. Sabor	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g. Hábitos alimentares	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h. Alimentação especial (diabetes, doença celíaca, intolerância à lactose, entre outros)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

56. Marque TODAS AS BEBIDAS E ALIMENTOS que você trouxe de casa para comer na UFSC, NOS ÚLTIMOS 7 DIAS.

	Sim(0)	Não(1)
a. Biscoitos ou bolos industrializados	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b. Biscoitos ou bolos caseiros	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c. Sanduíches (<i>Misto-quente, pão com queijo, pão com geléia etc.</i>)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d. Iogurte	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e. Frutas Frescas (<i>Maçã, Banana, Uva, Abacaxi, Tangerina, etc.</i>)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f. Frutas Secas e/ou Desidratadas (<i>Banana passa, maçã chips, uva passa, etc.</i>)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g. Oleaginosas (<i>Castanhas, Amêndoas, etc.</i>)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h. Barras de cereais ou de proteína	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
i. Doces (<i>chocolates, balas, paçocas, pipoca, etc.</i>)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
j. Salgadinhos/Chips (<i>Doritos®, Batata chips</i>)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
k. Água	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
l. Outro: _____		

56-quisalibebi:
 a)bisind:
 b)biscase:
 c)sand:
 d)iogurt:
 e)frufres:
 f)frusec:
 g)oleag:
 h)barrac:
 i)doce:
 j)salgadchip:
 k)água:
 l)outro:

57. Você tem o hábito de comer doce após a refeição? (*Ex: Docinhos, biscoitos, chocolate, picolé, paçoca, etc. Exceto fruta*)

57-habdoce:

Sim(0) Não(1)

58. Onde você costuma comprar os doces que você come após a refeição?

58-comprdoce:

Nos ambulantes ao redor do RU(0) Trago de casa(2)
 Nas lanchonetes dentro da UFSC(1) Não como(3)

59. Quais as melhorias que você sugere para trazer benefícios ao ambiente alimentar da universidade.

Muito Obrigado! Sua contribuição foi muito importante para nossa pesquisa.

APÊNDICE H

Questionário nº _____ Data: ____/____/____ Horário inicial: ____h__min Horário final: ____h__min

INSTRUMENTO DE AVALIAÇÃO DE PRÁTICAS ALIMENTARES DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

Instruções gerais:

- Responda o questionário à caneta. Correto: (X) Incorretos: ()X ()
- Não escreva o seu nome: o questionário é anônimo.
- Se houve erro no preenchimento da resposta desejada, identifique com uma → em sua resposta.
- Responda todas as perguntas.
- Escolha a melhor resposta para você: não há certo ou errado.
- Algumas perguntas permitem mais de uma resposta: elas estão identificadas.
- Se você tiver alguma dúvida, a equipe de pesquisa está à sua disposição.



ALIMENTAÇÃO NA UNIVERSIDADE

Nessa seção, faremos algumas perguntas sobre sua alimentação, durante o tempo que você permanece na universidade.

Para uso do
Pesquisador:

1. Na semana anterior, em QUANTOS DIAS, de 2ª a 6ª feira, você comeu em algum dos Restaurantes Universitários (RU) da Universidade? (Trindade ou CCA).

- () Não comi nos Restaurantes Universitários₍₀₎
- () 1 dia₍₁₎
- () 2 dias₍₂₎
- () 3 dias₍₃₎
- () 4 dias₍₄₎
- () 5 dias₍₅₎

1-DiasRU:

2. No final de semana anterior, em QUANTOS DIAS, você comeu no Restaurante Universitário?

- () Não comi no Restaurante Universitário₍₀₎
- () 1 dia₍₁₎
- () 2 dias₍₂₎

2-DiasRUfind:

3. Na semana anterior, em QUANTOS DIAS, de 2ª a 6ª feira, você comeu em algum dos demais restaurantes dentro da universidade? (como: Servidores (Volantes), Grêmio do HU, SINTUFSC e Restaurante por peso do Centro de Eventos).

- () Não comi nos demais restaurantes dentro da universidade₍₀₎
- () 1 dia₍₁₎
- () 2 dias₍₂₎
- () 3 dias₍₃₎
- () 4 dias₍₄₎
- () 5 dias₍₅₎

3-DiasRestUniv:

4. Na semana anterior, em QUANTOS DIAS, de 2ª a 6ª feira, você comeu em algum dos restaurantes no entorno da universidade? (como: Dona Benta, Mirantes, Família, Tradição, Simples e Natural, Shopping Trindade, Versá, La Boheme e Panela de Ferro).

- () Não comi em algum dos restaurantes no entorno da universidade₍₀₎
- () 1 dia₍₁₎
- () 2 dias₍₂₎
- () 3 dias₍₃₎
- () 4 dias₍₄₎
- () 5 dias₍₅₎

4-DiasRestEnt:

5. Na semana anterior, em QUANTOS DIAS, de 2ª a 6ª feira, você comeu em alguma das lancheonetes da universidade?

- () Não comi nas lanchonetes₍₀₎
 () 1 dia₍₁₎
 () 2 dias₍₂₎
 () 3 dias₍₃₎
 () 4 dias₍₄₎
 () 5 dias₍₅₎

5-DiasLancUniv:

6. Quanto você GASTA POR DIA, em média, para fazer um lanche (alimentos e/ou bebidas), nos intervalos da manhã, tarde ou noite, na universidade?

R\$ _____

6-GastLanch:

7. Quanto você GASTA POR DIA, em média, com o seu almoço (alimentos e/ou bebidas) na universidade?

R\$ _____

7-GastAlmoc:

8. Qual a **IMPORTÂNCIA** de cada um dos seguintes fatores para a sua decisão de comprar alimentos e bebidas nas lanchonetes da universidade?

8-ImpFa:Comp

a)TempCom:

b)ConvPrat:

c)Precio:

d)HabPrep:

e)TempPrep:

f)DispAlim:

g)SabApar:

h)PrefAlim:

i)CondHigie:

j)Propand:

k)PromOfert:

l)CcomerAmig:

	Nada importante ₍₀₎	Pouco importante ₍₁₎	Importante ₍₂₎	Muito importante ₍₃₎
Tempo disponível para comer				
Conveniência e praticidade				
Preço				
Habilidade para preparar alimentos em casa				
Tempo disponível para preparar alimentos em casa				
Disponibilidade de alimentos mais saudáveis				
Sabor e aparência				
Preferências alimentares				
Condições higiênico-sanitárias				
Propaganda				
Promoções ou ofertas				
Comer com os amigos				

9. Marque todos os alimentos que você consumiu nas lanchonetes da universidade, na semana anterior, de 2ª a 6ª feira.

Alimentos	Sim₍₀₎	Não₍₁₎	
Pão de queijo			9. AlimLanch: a)PaoQueijo:
Salgados assados integrais (como: empanada, torta ou quiche de legumes, calzone, esfirra)			b)SalAssadInteg:
Salgados assados (como: empanada, croissant, pão de batata, pizza, esfirra, calzone, tapioca)			c)SalAssad:
Salgados fritos (como: coxinha, pastel, salsichinha, quibe, bolinho)			d)SalFrit:
Sanduíches de pão integral (como: misto quente, baguete, fatiado)			e)SandInteg:
Sanduíches (como: wrap, misto quente, baguete, fatiado)			f)Sand:
Lanches (como: x-salada, cachorro quente, hambúrguer)			g)Lanc:
Doces assados ou fritos (como: bananinha, croissant de chocolate, sonho)			h)DocAssadFrit:
Bolos integrais (como: banana, maçã e uva passas, abacaxi, muffin)			i)BolInteg:
Bolos simples sem cobertura e sem recheio (como: bolo de laranja, milho, cenoura, chocolate)			j)BolSemcobSemre:
Bolos com cobertura e sem recheio (como: bolo de cenoura, limão, muffin, chocolate, cuca)			k)BolComcobSemre:
Bolos ou tortas com cobertura e com recheio (como: <i>cheesecake</i> , bolo prestígio ou de pote)			l)BolComcobComre:
Biscoitos integrais (doce ou salgado)			m)BiscInteg:
Biscoitos sem recheio (doce ou salgado)			n)BiscSemrech:
Biscoitos com recheio (doce ou salgado)			o)BiscComrech:
Salgadinhos/Chips ou pipoca de microondas (como: Doritos® e Batata chips)			p)SalgadPipo:
Doces e guloseimas (como: chocolate, brigadeiro, paçoca, pão de mel, pipoca, barrinhas, pirulito, bala)			q)DocGulos:
Frutas frescas e/ou salada de frutas (pura ou com iogurte)			r)FrutFresc:
Frutas secas e/ou desidratadas (como: chips de maçã, banana desidratada, entre outros)			s)FrutSecDes:
Salada de frutas com leite condensado, leite ninho, granola, paçoca, entre outros			t)SaladFrut:
Açaí (puro ou com leite condensado, leite ninho, granola, paçoca, entre outros)			u)Acai:
Picolé e/ou sorvete			v)PicSorv:
Oleaginosas (como: castanhas, amendoim, amêndoas, entre outras)			x)Oleg:
Sopas			w)Sopa:
Porções (como: batata, aipim, polenta, mandioquinha ou anéis de cebola)			y)Porcoes:
Refeição (prato feito ou por peso)			z)RefPFPeso:
Refeição pronta congelada (como: lasanha, escondidinho)			aa)RefCong:
Macarrão instantâneo			bb)MacInst:
Outro(s): Qual(is)? _____			cc)Outro:

10. Marque todas as bebidas que você consumiu nas lanchonetes da universidade, na semana anterior, de 2ª a 6ª feira.

Bebidas	Sim ₍₀₎	Não ₍₁₎	
Vitaminas de Frutas (leite + fruta)			10-BebLanc:
Smoothies ou frozen (bebida parecida a milk-shake)			a)VitFrut:
Iogurte/bebida Láctea			b)SmootFroz:
Achocolatados/chocolate quente/cappuccino			c)IogBebLac:
Bebidas à base de leite (como: Neston®, Nescau®, Alpino®, entre outros)			d)Achoc/Cappuc:
Café puro ou com leite (como: espresso, coado ou de cápsula)			e)BebLeite:
Bebidas industrializadas à base de café (como: Mellitta Wake®)			f)CaféPuroComLeite:
Chás de Infusão (saquinho)			g)BebCafe:
Chá industrializados (como: Iced Tea® e Mate Leão®)			h)ChaiInfus:
Água mineral (com e sem gás)			i)ChaiIndust:
Água de coco (lata ou caixinha)			j)AguaMin:
Sucos naturais ou integrais sem açúcar (da própria fruta, polpa congelada, Macrovida®)			k)AguaCoco:
Sucos Industrializados (lata, copo ou caixinha)			l)SucoNatinteg:
Bebidas açucaradas (como: refrigerante convencional, água tônica)			m)SucoIndust:
Bebidas dietéticas (como: refrigerante light/diet ou água saborizada)			n)BebAcuc:
Isotônico			o)BebDiet:
Energético (lata ou garrafa)			p)Isoton:
Outro(s): Qual(is)? _____			q)Energ:
			r)Outro:

11. Na semana anterior, em QUANTOS DIAS, de 2ª a 6ª feira, você trouxe alimentos de casa para comer na universidade?

11-DiasAlimCasa:

- () Não trouxe alimentos de casa₍₀₎
 () 1 dia₍₁₎
 () 2 dias₍₂₎
 () 3 dias₍₃₎
 () 4 dias₍₄₎
 () 5 dias₍₅₎

12. Qual a IMPORTÂNCIA de cada um dos seguintes fatores para a sua decisão de trazer alimentos de casa para comer na universidade?

	Nada importante ₍₀₎	Pouco importante ₍₁₎	Importante ₍₂₎	Muito importante ₍₃₎	
Pouco tempo disponível para comer					12-ImpFatAlimCasa:
Conveniência e praticidade					a)TempCom:
Facilidade em transportar os alimentos					b)ConvPrat:
Baixo custo					c)FacTransp:
Motivação para planejar e organizar a alimentação					d)BaixCust:
Habilidade para preparar alimentos em casa					e)Motiv:
Tempo disponível para preparar alimentos em casa					f)HabPrep:
Qualidade e alimentos mais saudáveis					g)TempPrep:
Sabor					h)QualAlim:
Preferências alimentares					i)Sab:
Restrição alimentar (como: sem glúten, sem lactose, vegetarianos, veganos e dietéticos)					j)PrefAlim:
Condições higiênicas-sanitárias					k)RestAlim:
Comer com os amigos					l)CondHigie:
Outro(s): Qual(is)? _____					m)ComerAmig:
					n)Outro:

13. Marque todas as alimentos e bebidas que você trouxe de casa para comer na universidade, na semana anterior, de 2ª a 6ª feira.

Alimentos e bebidas	Sim₍₀₎	Não₍₁₎	
Bebidas à base de leite ou soja (como: Neston®, Chocomilk® e Toddynho®)			13-AlimBebCasa:
logurte ou bebida láctea			a)BebLeiteSoja:
Café (puro ou com leite)			b)logBebLac:
Chá caseiro (saquinho ou folhas/flores) ou chimarrão			c)CaféPuroComLeite
Chá industrializado (como: Icea Tea® e Mate Leão®)			d)Chainfus:
Água (com ou sem gás)			e)Chaindust:
Água de coco			f)AguaMin:
Suco natural ou integral sem açúcar (da própria fruta, polpa congelada, Macrovida®)			g)AguaCoco:
Suco Industrializado (como: Kapo®, Del Valle®, SuFresh®)			h)SucoNatInteg:
Refrigerante (como: Coca-Cola®, H2O®, Aquarius® e água tônica)			i)SucoIndust
Energético (como: RedBull®, Badboy®, Nitrix®, Burn®)			j)Refrig:
Bebidas dietéticas (light, diet, zero)			k)Energ:
Isotônico (como: Gatorade®, Powerage® e Energyl Sport®)			l)BebDiet:
Biscoitos ou bolos industrializados			m)isoton:
Biscoitos ou bolos caseiros			n)BiscBoloIndus:
Sanduíches (como: misto-quente, pão com queijo, pão com geleia)			o)BiscBoloCasei:
Ovo			p)Sand:
Frutas Frescas (como: maçã, banana, uva e tangerina)			q)Ovo:
Frutas Secas e/ou Desidratadas (como: banana passa, maçã chips, uva passa e damasco)			r)FrutFresc:
Oleaginosas (como: castanhas, amendoim e amêndoas)			s)FrutSecDes:
Barras de cereais ou de proteína			t)Oleg:
Doces (como: chocolates, balas e paçocas, pipoca)			u)BarraCerProt:
Salgadinhos/Chips (como: Doritos® e Batata chips)			v)Doces:
Outro(s): Qual(is)? _____			x)Salgad:
			w)Outro:

14. Na semana anterior, em QUANTOS DIAS, de 2ª a 6ª feira, você comeu doce após o almoço realizado na universidade? (como: docinhos, trufa, bombom, chocolate, picolé e paçoca. Exceto fruta).

- () Não comi doce após o almoço₍₀₎
 () 1 dia₍₁₎
 () 2 dias₍₂₎
 () 3 dias₍₃₎
 () 4 dias₍₄₎
 () 5 dias₍₅₎

14-DiasDocAlmoc:

15. Onde você costuma comprar os doces que come após a almoço na universidade?

- () Não compro doces para comer após o almoço₍₀₎
 () Não compro na universidade, mas trago de casa₍₁₎
 () Nos ambulantes ao redor do restaurante universitário₍₂₎
 () Nas lanchonetes dentro da universidade₍₃₎
 () Dos alunos ou ambulantes que vendem na sala₍₄₎

15-OndCompDoc:

16. Você acha que o ambiente alimentar da universidade precisa melhorar (restaurantes, lanchonetes e ambulantes)?

- () Sim₍₀₎
 () Não₍₁₎

16-AmbUnivMelh:

17. Se sim, quais as sugestões? Descreva.

17-Sugest:

CARACTERÍSTICAS DA ALIMENTAÇÃO

Agora, gostaríamos de saber sobre sua alimentação no dia-a-dia.

18. Você costuma tomar o CAFÉ DA MANHÃ? Com qual frequência?

- () Não costumo tomar o café da manhã₍₀₎
 () Sim, 1 dia por semana₍₁₎
 () Sim, 2 dias por semana₍₂₎
 () Sim, 3 dias por semana₍₃₎
 () Sim, 4 dias por semana₍₄₎
 () Sim, 5 dias por semana₍₅₎
 () Sim, 6 dias por semana₍₆₎
 () Sim, todos os dias₍₇₎

18-TomaCafe:

19. Onde você costuma tomar o seu CAFÉ DA MANHÃ?

- () Não costumo tomar o café da manhã₍₀₎
 () Em casa ou trago de casa₍₁₎
 () Perto de casa₍₂₎
 () Nas lanchonetes dentro da universidade₍₃₎
 () No entorno da universidade₍₄₎

19-OndToMaCafe:

20. Você costuma fazer LANCHE pela MANHÃ ou pela TARDE? Com qual frequência?

- () Não costumo lanchar pela manhã ou pela tarde₍₀₎
 () Sim, 1 dia por semana₍₁₎
 () Sim, 2 dias por semana₍₂₎
 () Sim, 3 dias por semana₍₃₎
 () Sim, 4 dias por semana₍₄₎
 () Sim, 5 dias por semana₍₅₎
 () Sim, 6 dias por semana₍₆₎
 () Sim, todos os dias₍₇₎

20-FazLanchManTard:

21. Onde você costuma fazer o seu LANCHE da MANHÃ ou da TARDE?

- () Não costumo fazer o lanche da manhã ou da tarde₍₀₎
 () Em casa ou trago de casa₍₁₎
 () Perto de casa₍₂₎
 () Nas lanchonetes dentro da universidade₍₃₎
 () No entorno da universidade₍₄₎

21-OndFazLanchManTard:

22. Você costuma ALMOÇAR? Com qual frequência?

- () Não costumo almoçar₍₀₎
 () Sim, 1 dia por semana₍₁₎
 () Sim, 2 dias por semana₍₂₎
 () Sim, 3 dias por semana₍₃₎
 () Sim, 4 dias por semana₍₄₎
 () Sim, 5 dias por semana₍₅₎
 () Sim, 6 dias por semana₍₆₎
 () Sim, todos os dias₍₇₎

22-FazAlmoc:

23. Você costuma substituir o ALMOÇO por lanches (como: sanduíches, pizzas e cachorro quente)? Com qual frequência?

- () Não substituo o almoço por lanches₍₀₎
 () Sim, 1 dia por semana₍₁₎
 () Sim, 2 dias por semana₍₂₎
 () Sim, 3 dias por semana₍₃₎
 () Sim, 4 dias por semana₍₄₎
 () Sim, 5 dias por semana₍₅₎
 () Sim, 6 dias por semana₍₆₎
 () Sim, todos os dias₍₇₎

23-SubstAlmoLanch:

24. Onde você costuma ALMOÇAR?

- Não costumo almoçar₍₀₎
- Em casa ou trago de casa₍₁₎
- Perto de casa₍₂₎
- Restaurantes Universitários (RU Trindade ou RU do CCA)₍₃₎
- Restaurantes dentro da universidade (Servidores/Volantes, Grêmio HU, SINTUFSC, Restaurante Centro Eventos)₍₄₎
- Restaurantes no entorno da universidade (como: Dona Benta, Mirantes, Família, Tradição, Simples e Natural, Shopping Trindade, Versá, La Boheme e Panela de Ferro)₍₅₎
- Lanchonetes dentro da universidade₍₆₎
- Lanchonetes no entorno da universidade (como: Massa Viva, Subway e Rota do Açaí)₍₇₎

24-OndAlmoc:

25. Você costuma JANTAR? Com qual frequência?

- Não costumo jantar₍₀₎
- Sim, 1 dia por semana₍₁₎
- Sim, 2 dias por semana₍₂₎
- Sim, 3 dias por semana₍₃₎
- Sim, 4 dias por semana₍₄₎
- Sim, 5 dias por semana₍₅₎
- Sim, 6 dias por semana₍₆₎
- Sim, todos os dias₍₇₎

25-FazJant:

26. Você costuma substituir o JANTAR por lanches (como: sanduíches, pizzas e cachorro quente)? Com qual frequência?

26-SubstJantLanch:

- Não costumo substituir o jantar por lanches₍₀₎
- Sim, 1 dia por semana₍₁₎
- Sim, 2 dias por semana₍₂₎
- Sim, 3 dias por semana₍₃₎
- Sim, 4 dias por semana₍₄₎
- Sim, 5 dias por semana₍₅₎
- Sim, 6 dias por semana₍₆₎
- Sim, todos os dias₍₇₎

27. Onde você costuma JANTAR?

- Não costumo jantar₍₀₎
- Em casa ou trago de casa₍₁₎
- Restaurantes Universitários (RU Trindade ou RU do CCA)₍₃₎
- Lanchonetes dentro da universidade₍₃₎
- Restaurantes₍₄₎
- Lanchonetes, *delivery* ou fast-food₍₅₎

27-OndJant:

28. Você costuma comer quando está estudando, assistindo TV ou utilizando computador/celular? Com qual frequência?

28-Co meAssistTV:

- Não costumo comer quando estou estudando, assistindo TV ou utilizando computador/celular₍₀₎
- Sim, 1 dia por semana₍₁₎
- Sim, 2 dias por semana₍₂₎
- Sim, 3 dias por semana₍₃₎
- Sim, 4 dias por semana₍₄₎
- Sim, 5 dias por semana₍₅₎
- Sim, 6 dias por semana₍₆₎
- Sim, todos os dias₍₇₎

29. NOS ÚLTIMOS 7 DIAS, quantos litros de água, em média, você bebeu por dia? Alguns exemplos de medidas: copo (200 ml); caneca azul UFSC (300 ml); garrafa pet tradicional (500 ml)

29-QuantÁgua:

- Não bebi água₍₀₎
- Menos de 500ml₍₁₎
- De 500ml até 1l₍₂₎
- Mais de 1l até 1,5l₍₃₎
- Mais de 1,5l até 2l₍₄₎
- Mais de 2L₍₅₎

30. Você costuma consumir bebidas industrializadas açucaradas? Com qual frequência? (como: refrigerantes, isotônicos, energéticos, sucos ou chás, industrializados convencionais).

30-TomaBebAçucar:

- Não costumo consumir bebidas industrializadas açucaradas₍₀₎
- Sim, 1 dia por semana₍₁₎
- Sim, 2 dias por semana₍₂₎
- Sim, 3 dias por semana₍₃₎
- Sim, 4 dias por semana₍₄₎
- Sim, 5 dias por semana₍₅₎
- Sim, 6 dias por semana₍₆₎
- Sim, todos os dias₍₇₎

31. Você costuma consumir bebidas industrializadas diet/light/zero? Com qual frequência? (como: refrigerantes, energéticos, sucos, água saborizada ou chás e industrializados diet/light/zero).

31-TomaBebDiet:

- Não costumo consumir bebidas industrializadas diet/light/zero₍₀₎
- Sim, 1 dia por semana₍₁₎
- Sim, 2 dias por semana₍₂₎
- Sim, 3 dias por semana₍₃₎
- Sim, 4 dias por semana₍₄₎
- Sim, 5 dias por semana₍₅₎
- Sim, 6 dias por semana₍₆₎
- Sim, todos os dias₍₇₎

32. Você costuma consumir doces ou guloseimas? Com qual frequência? (como: bolo, biscoito recheado, barra de cereal, gelatina, pudim, chocolate, paçoca, pirulito, sorvete, pipoca e bala).

32-ComeDocGulos:

- Não costumo consumir doces ou guloseimas₍₀₎
- Sim, 1 dia por semana₍₁₎
- Sim, 2 dias por semana₍₂₎
- Sim, 3 dias por semana₍₃₎
- Sim, 4 dias por semana₍₄₎
- Sim, 5 dias por semana₍₅₎
- Sim, 6 dias por semana₍₆₎
- Sim, todos os dias₍₇₎

33. Você costuma consumir LEGUMINOSAS? Com qual frequência? (como: feijão, lentilha, ervilha e grão de bico).

33-ComLegum:

- Não costumo consumir leguminosas₍₀₎
- Sim, 1 dia por semana₍₁₎
- Sim, 2 dias por semana₍₂₎
- Sim, 3 dias por semana₍₃₎
- Sim, 4 dias por semana₍₄₎
- Sim, 5 dias por semana₍₅₎
- Sim, 6 dias por semana₍₆₎
- Sim, todos os dias₍₇₎

34-ComSalgFrit:

34. Você costuma consumir SALGADOS FRITOS? Com qual frequência? (como: coxinha, quibe, pastel, enroladinho de salsicha e polenta/aipim/batata frita, sem contar as de pacote).

- () Não costumo consumir salgados fritos₍₀₎
 () Sim, 1 dia por semana₍₁₎
 () Sim, 2 dias por semana₍₂₎
 () Sim, 3 dias por semana₍₃₎
 () Sim, 4 dias por semana₍₄₎
 () Sim, 5 dias por semana₍₅₎
 () Sim, 6 dias por semana₍₆₎
 () Sim, todos os dias₍₇₎

35. Você costuma consumir LEGUMES ou VERDURAS, sem considerar batatas ou aipim? Com qual frequência? (como: alface, tomate, abóbora, brócolis, cenoura, couve, espinafre e pepino).

35-ComLegVerd:

- () Não costumo consumir legumes ou verduras₍₀₎
 () Sim, 1 dia por semana₍₁₎
 () Sim, 2 dias por semana₍₂₎
 () Sim, 3 dias por semana₍₃₎
 () Sim, 4 dias por semana₍₄₎
 () Sim, 5 dias por semana₍₅₎
 () Sim, 6 dias por semana₍₆₎
 () Sim, todos os dias₍₇₎

36. Você costuma consumir FRUTAS FRESCAS ou SALADA DE FRUTAS? Com qual frequência? (sem contar suco natural ou açaí em tigela/copo).

36-ComeFrutSalFrut:

- () Não costumo consumir frutas frescas ou salada de frutas₍₀₎
 () Sim, 1 dia por semana₍₁₎
 () Sim, 2 dias por semana₍₂₎
 () Sim, 3 dias por semana₍₃₎
 () Sim, 4 dias por semana₍₄₎
 () Sim, 5 dias por semana₍₅₎
 () Sim, 6 dias por semana₍₆₎
 () Sim, todos os dias₍₇₎

37. Você costuma consumir ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS? Com qual frequência?

Alimentos (alguns exemplos de marcas)	Nº de dias na semana							
	Não consome	1 dia	2 dias	3 dias	4 dias	5 dias	6 dias	7 dias
Presunto, mortadela, peito de peru, apresuntado								
Frango empanado (nuggets/steak)								
Linguíças								
Salsichas								
Carne de hambúrguer (Sadia®, Seara®, Perdigão®)								
Hambúrguer pronto para consumo (Hot Pocket®)								
Macarrão instantâneo (Nissin miojo®)								
Salgadinho de pacote (Elma chips®)								
Biscoitos doces simples (Maria®, Maisena®)								
Biscoitos doces recheados (Trakinas®, Bono®)								
Biscoitos doces integrais (Cereale® e Nesfit®)								
Biscoitos salgados simples (Club Social® e Pit Stop®)								
Biscoitos salgados recheados (Hot Cracker®, Pit Stop®)								
Biscoitos salgados integrais (Club Social® e Pit Stop®)								
Barra de cereal (Nesfit®, Ritter® e Nutry®)								
Pipoca de micro-ondas (Yoki®)								
Pizzas prontas (Sadia®, Seara®, Perdigão® e Aurora®, elaboradas pelo supermercado)								
Lasanha e outras preparações (Sadia®, Perdigão®)								

37-ComAlimUltrap:

a)Presunt:

b)FrangEmpan:

c)Linguic:

d)Salsich:

e)CamHamb:

f)HambPront:

g)MacInstant:

h)Salgad:

i)BiscDoceSimp:

j)BiscDoceRech:

k)BiscDoceInteg:

l)BiscSalgSimp:

m)BiscSalgRech:

n)BiscSalgInteg:

o)BarraCereal:

p)PipocMicro:

q)PizzaPront:

r)Lasanha:

38. Você costuma comer alimentos do tipo FAST-FOOD (como: cachorro quente, hambúrguer, sanduíche, pizza e batata frita). Com qual frequência?

38-ComFastFood:

- Não costumo comer alimentos do tipo fast-food₍₀₎
- Sim, 1 dia por semana₍₁₎
- Sim, 2 dias por semana ₍₂₎
- Sim, 3 dias por semana ₍₃₎
- Sim, 4 dias por semana ₍₄₎
- Sim, 5 dias por semana ₍₅₎
- Sim, 6 dias por semana ₍₆₎
- Sim, todos os dias₍₇₎

39. Você costuma comer ALIMENTOS INTEGRAIS? Com qual frequência? (como: pão, arroz e macarrão integral).

39-ComAlimInteg:

- Não costumo comer alimentos integrais₍₀₎
- Sim, 1 dia por semana₍₁₎
- Sim, 2 dias por semana ₍₂₎
- Sim, 3 dias por semana ₍₃₎
- Sim, 4 dias por semana ₍₄₎
- Sim, 5 dias por semana ₍₅₎
- Sim, 6 dias por semana ₍₆₎
- Sim, todos os dias₍₇₎

40. Você costuma comer CARNES VERMELHAS? Com qual frequência? (como: carne de boi, de porco, de cabra e de ovelha).

40-ComCarnVerm:

- Não costumo comer carnes vermelhas₍₀₎
- Sim, 1 dia por semana₍₁₎
- Sim, 2 dias por semana ₍₂₎
- Sim, 3 dias por semana ₍₃₎
- Sim, 4 dias por semana ₍₄₎
- Sim, 5 dias por semana ₍₅₎
- Sim, 6 dias por semana ₍₆₎
- Sim, todos os dias₍₇₎

41. Se sim, você costuma:

41-SeComCarnVerm:

- Tirar o excesso de gordura visível₍₀₎
- Comer com a gordura₍₁₎

42. Você costuma comer AVES? Com qual frequência? (como: frango/galinha, peru e codorna).

42-ComAve:

- Não costumo comer aves₍₀₎
- Sim, 1 dia por semana₍₁₎
- Sim, 2 dias por semana ₍₂₎
- Sim, 3 dias por semana ₍₃₎
- Sim, 4 dias por semana ₍₄₎
- Sim, 5 dias por semana ₍₅₎
- Sim, 6 dias por semana ₍₆₎
- Sim, todos os dias₍₇₎

43. Se sim, você costuma:

43-SeComAve:

- Tirar a pele₍₀₎
- Comer com a pele₍₁₎

44. Você costuma comer PESCADOS? Com qual frequência? (como: pescada, tainha, anchova, sardinha e atum (inclusive enlatados), marisco, lula e camarão).

- () Não costumo comer pescados₍₀₎
 () Sim, 1 dia por semana₍₁₎
 () Sim, 2 dias por semana ₍₂₎
 () Sim, 3 dias por semana ₍₃₎
 () Sim, 4 dias por semana ₍₄₎
 () Sim, 5 dias por semana ₍₅₎
 () Sim, 6 dias por semana ₍₆₎
 () Sim, todos os dias₍₇₎

44-ComPescad:

ESTADO NUTRICIONAL

Gostaríamos que você respondesse algumas questões relacionadas ao seu peso corporal e a sua altura.

45. Qual seu peso corporal atual (em quilogramas)? Ex.: 58,9 kg

_____ Kg () Eu não sei/Eu não quero responder₍₉₉₎

45-Peso:

46. Qual sua altura (em metros)? Ex: 1,65 m.

_____ m () Eu não sei/Eu não quero responder₍₉₉₎

46-Altura:

47. Você teve alteração do seu peso após o ingresso à universidade?

- () Não, eu mantive o meu peso₍₀₎
 () Sim, meu peso aumentou₍₁₎
 () Sim, meu peso diminuiu ₍₂₎
 () Eu não sei/Eu não quero responder₍₉₉₎

47-Alt peso:

48. Se você teve alteração de peso corporal, qual a IMPORTÂNCIA de cada um dos fatores listados abaixo para essa alteração? Caso o seu peso não tenha alterado, pule para a questão seguinte (Questão 49).

	Nada importante ₍₀₎	Pouco importante ₍₁₎	Importante ₍₂₎	Muito importante ₍₃₎
Pouco tempo disponível para comer				
Pouco tempo disponível para preparar alimentos em casa				
Pouco tempo disponível para praticar atividade física				
Pouca habilidade para preparar alimentos em casa				
Consumo de lanches e fast food				
Consumo de bebidas alcoólicas				
Consumo de bebidas açucaradas (como: refrigerantes, energéticos, sucos industrializados)				
Consumo de doces e guloseimas				
Pular refeições				
Substituir refeições por lanches				
Restrição alimentar (Alguns exemplos: produtos sem glúten, sem lactose, vegetarianos, veganos e dietéticos)				
Alimentação fora de casa				
Não morar com os pais				
Conhecimento sobre alimentação, nutrição e saúde				
Disponibilidade de alimentos menos saudáveis na universidade				
Preferências alimentares				

48- Impfator :

a)TempCom:

b)TempPrep:

c)TempAtivfis:

d)HabilCoz:

e)Lanch:

f)BebAlc:

g)Bebacu:

h)Doce:

i)PulaRef:

j)SubRef:

k)RestAlim:

l)AlimFora:

m)NãoPais:

n)Conhec:

o)DispAlim:

p)PrefAlim:

q)Sabor:

r)EstAns:

s)Outro:

Sabor				
Estresse e ansiedade				
Outro(s): Qual(is)? _____				

SOCIODEMOGRÁFICOS

E agora, faremos algumas perguntas sobre você, condições de trabalho e moradia; escolaridade e renda de sua família.

49. Qual é a sua **idade**? _____ anos 49-Idé:
50. Qual é a sua data de **nascimento**? ____/____/____ 50-Mas:
51. Qual é o seu **sexo**? () Feminino₍₀₎ () Masculino₍₁₎ 51-Sex:
52. Qual é o seu **curso**? _____ 52-Cur:
53. O seu ingresso na universidade foi **pela política de ações afirmativas**? 53-Ing:
 () Sim₍₀₎
 () Não₍₁₎
54. Você recebe algum dos **auxílios** listados abaixo? Você pode assinalar mais de uma opção. 54-Aux:
 () Não recebo₍₀₎
 () Bolsa Permanência₍₁₎
 () Bolsa Estudantil UFSC₍₂₎
 () Isenção de Alimentação no RU₍₃₎
 () Moradia Estudantil₍₄₎
 () Auxílio Moradia₍₅₎
 () Outro₍₆₎ Qual: _____
55. Em que **fase do curso** você está matriculado **ATUALMENTE**? (Caso você esteja cursando disciplinas de mais de uma fase, registre a fase em que você realiza o maior número de disciplinas). 55-Faz:
 () 1ª fase ₍₀₎
 () 2ª fase ₍₁₎
 () 3ª fase ₍₂₎
 () 4ª fase ₍₃₎
 () 5ª fase ₍₄₎
 () 6ª fase ₍₅₎
 () 7ª fase ₍₆₎
 () 8ª fase ₍₇₎
 () 9ª fase ₍₈₎
 () 10ª fase ₍₉₎
 () 11ª fase ₍₁₀₎
 () 12ª fase ₍₁₁₎
56. Quantas **HORAS POR DIA**, em média, você permanece na Universidade de **segunda a sexta-feira**? _____ horas 56-Hrs:
57. Nos **ÚLTIMOS 7 DIAS**, em **quantos dias** você veio à universidade? 57-Dias:
 () Não vim à Universidade nos últimos sete dias₍₀₎
 () 1 dia nos últimos sete dias₍₁₎
 () 2 dias nos últimos sete dias₍₂₎
 () 3 dias nos últimos sete dias₍₃₎
 () 4 dias nos últimos sete dias₍₄₎
 () 5 dias nos últimos sete dias₍₅₎
 () 6 dias nos últimos sete dias₍₆₎
 () todos os dias₍₇₎

58. ATUALMENTE, você realiza alguma atividade remunerada? (Você pode assinalar mais de uma opção).

- () Não₍₀₎
- () Sim, Bolsa Monitoria₍₁₎
- () Sim, Bolsa Estágio (PIBE)₍₂₎
- () Sim, Bolsa PIBIC, PET, Extensão₍₃₎
- () Sim, Estágio Remunerado₍₄₎
- () Sim, Trabalho formal (carteira de trabalho assinada)₍₅₎
- () Sim, Trabalho informal (alguns exemplos: vende sanduíches e bombons; aulas particulares)₍₆₎
- () Outro₍₇₎. Qual? _____

58-Ativ:

59. ATUALMENTE, você mora:

- () Sozinho(a)₍₀₎
- () Com pais₍₁₎
- () Com parentes (Alguns exemplos: tios, avós e primos)₍₂₎
- () Com companheiro(a) ou esposo(a)₍₃₎
- () Em moradia estudantil da UFSC₍₄₎
- () Em Pensionato₍₅₎
- () Em república/dividido com amigos₍₆₎
- () Outro₍₇₎. Qual? _____

59-Mor:

60. Qual é a sua situação conjugal?

- () Solteiro(a)₍₀₎
- () Casado(a) ou morando com companheiro(a) ou união estável₍₁₎
- () Separado(a) ou Divorciado(a)₍₂₎
- () Viúvo(a)₍₃₎

60-EstCiv:

61. Qual é a escolaridade da sua MÃE?

- () Nunca estudou₍₀₎
- () Ensino Fundamental Incompleto₍₁₎
- () Ensino Fundamental Completo₍₂₎
- () Ensino Médio Incompleto₍₃₎
- () Ensino Médio Completo₍₄₎
- () Ensino Superior Incompleto₍₅₎
- () Ensino Superior Completo₍₆₎
- () Pós graduação₍₇₎.
- () Eu não sei/Eu não quero responder₍₉₉₎.

61-EscMae:

62. Qual é a escolaridade do seu PAI?

- () Nunca estudou₍₀₎
- () Ensino Fundamental Incompleto₍₁₎
- () Ensino Fundamental Completo₍₂₎
- () Ensino Médio Incompleto₍₃₎
- () Ensino Médio Completo₍₄₎
- () Ensino Superior Incompleto₍₅₎
- () Ensino Superior Completo₍₆₎
- () Pós graduação₍₇₎.
- () Eu não sei/Eu não quero responder₍₉₉₎.

62-EscPai:

63-Rend:

63. No ÚLTIMO MÊS, qual foi a renda da sua família, incluindo você, em Reais (R\$)? (Salário mínimo atual de R\$ 954,00).

- () Sem rendimento₍₀₎
- () Até R\$ 953,99₍₁₎
- () De R\$ 954,00 a R\$ 2.861,99₍₂₎
- () De R\$ 2.862,00 a R\$ 4.769,99₍₃₎
- () De R\$ 4.770,00 a R\$ 9.539,99₍₄₎
- () De R\$ 9.540,00 a R\$ 14.309,99₍₅₎
- () Acima de R\$ 14.310,00₍₆₎
- () Eu não sei/Eu não quero responder₍₉₉₎.

Muito Obrigado! Sua contribuição foi muito importante para nossa pesquisa.

APÊNDICE I

Questionário nº: _____ Data: ____/____/____ Horário inicial: ____h__min Horário final: ____h__min

INSTRUMENTO DE AVALIAÇÃO DE PRÁTICAS ALIMENTARES DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

Instruções gerais:

- Responda o questionário à caneta. Correto: (X) Incorretos: ()X () ou
- Não escreva o seu nome: o questionário é anônimo.
- Se houver erro no preenchimento de alguma resposta, assinale com uma seta → a resposta correta.
- Responda todas as perguntas.
- Escolha a melhor resposta para você: não há certo ou errado.
- Algumas perguntas permitem mais de uma resposta: elas estão identificadas.
- Se você tiver alguma dúvida, a equipe de pesquisa está à sua disposição.

ALIMENTAÇÃO NA UNIVERSIDADE

Nessa seção, faremos algumas perguntas sobre sua alimentação, durante o tempo que você permanece na universidade.

Para uso do Pesquisador:

1. Na semana anterior, em QUANTOS DIAS, de 2ª a 6ª feira, você comeu em algum dos Restaurantes Universitários (RU) da Universidade? (Trindade ou CCA).

1-DiasRU:

- () Não comi nos Restaurantes Universitários₍₀₎
 () 1 dia₍₁₎
 () 2 dias₍₂₎
 () 3 dias₍₃₎
 () 4 dias₍₄₎
 () 5 dias₍₅₎

2. No final de semana anterior, em QUANTOS DIAS, você comeu no Restaurante Universitário?

2-DiasRUfind:

- () Não comi no Restaurante Universitário₍₀₎
 () 1 dia₍₁₎
 () 2 dias₍₂₎

3. Na semana anterior, em QUANTOS DIAS, de 2ª a 6ª feira, você comeu em algum dos demais restaurantes dentro da universidade? (como: Servidores/Volantes, Grêmio HU, SINTUFSC e Restaurante Centro de Eventos).

3-DiasRestUniv:

- () Não comi nos demais restaurantes dentro da universidade₍₀₎
 () 1 dia₍₁₎
 () 2 dias₍₂₎
 () 3 dias₍₃₎
 () 4 dias₍₄₎
 () 5 dias₍₅₎

4. Na semana anterior, em QUANTOS DIAS, de 2ª a 6ª feira, você comeu em algum dos restaurantes no entorno da universidade? (como: Dona Benta, Mirantes, Família, Tradição, Simples e Natural, Shopping Trindade, Versá, La Boheme e Panela de Ferro).

4-DiasRestEnt:

- () Não comi em algum dos restaurantes no entorno da universidade₍₀₎
 () 1 dia₍₁₎
 () 2 dias₍₂₎
 () 3 dias₍₃₎
 () 4 dias₍₄₎
 () 5 dias₍₅₎

5. Na semana anterior, em QUANTOS DIAS, de 2ª a 6ª feira, você comeu em alguma das lanchonetes da universidade?

5-DiasLancUniv:

- () Não comi nas lanchonetes₍₀₎
 () 1 dia₍₁₎
 () 2 dias₍₂₎
 () 3 dias₍₃₎
 () 4 dias₍₄₎
 () 5 dias₍₅₎

6. Quanto você **GASTA POR DIA**, em média, para fazer um **lanche** (alimentos e/ou bebidas), nos intervalos da manhã, tarde ou noite, na universidade?

6-GastLanch:

R\$ _____

7. Quanto você **GASTA POR DIA**, em média, com o seu **almoço** (alimentos e/ou bebidas) na universidade?

7-GastAlmoç:

R\$ _____

8. Marque com um "X" os 4 itens mais importantes que influenciam sua **decisão de comprar alimentos e bebidas nas lanchonetes** da universidade.

8-impFa:Comp

a)TempCom:

b)ConvPrat:

c)Preco:

d)HabPrep:

e)TempPrep:

f)DispAlim:

g)SabApar:

h)PrefAlim:

i)CondHigie:

j)Propand:

k) PromOfert:

l) ComerAmig:

	Tempo disponível para comer
	Conveniência e praticidade
	Preço
	Habilidade para preparar alimentos em casa
	Tempo disponível para preparar alimentos em casa
	Disponibilidade de alimentos mais saudáveis
	Sabor e aparência
	Preferências alimentares
	Condições higiênico-sanitárias
	Propaganda
	Promoções ou ofertas
	Comer com os amigos

9. Marque com um "X" **todos os alimentos** que você consumiu nas lanchonetes da universidade, na semana anterior, de 2^a a 6^a feira.

9. AlimLanch:

a)Paoqueijo:

b)SalAssadInteg:

c)SalAssad:

d)SalFrit:

e)SandInteg:

f)Sand:

g)Lanc:

h)DocAssadFrit:

i)BolInteg:

j)BolSemcobSemre

k)BoloComcobSem

l)BoloComcobCom

m)BiscInteg:

n)BiscSemrech:

o)BiscComrech:

p)SalgadPipoc:

q)DocGulos:

r)FrutFresc:

s)FrutSecDes:

t)SaladFrut:

u)Acai:

v)PicSorr:

x)Oleg:

w)Sopa:

y)Porcoes:

z)RefPFPeso:

aa)RefCong:

bb)MarInct:

cc)Outro:

	Pão de queijo
	Salgados assados integrais (como: empanada, torta ou quiche de legumes, calzone, esfirra)
	Salgados assados (como: empanada, croissant, pão de batata, pizza, esfirra, calzone, tapioca)
	Salgados fritos (como: coxinha, pastel, salsichinha, quibe, bolinho)
	Sanduíches de pão integral (como: misto quente, baguete, fatiado)
	Sanduíches (como: wrap, misto quente, baguete, fatiado)
	Lanches (como: x-salada, cachorro quente, hambúrguer)
	Doces assados ou fritos (como: bananinha, croissant de chocolate, sonho)
	Bolos integrais (como: banana, maçã e uva passas, abacaxi, muffin)
	Bolos simples sem cobertura e sem recheio (como: bolo de laranja, milho, cenoura, chocolate)
	Bolos com cobertura e sem recheio (como: bolo de cenoura, limão, muffin, chocolate, cuca)
	Bolos ou tortas com cobertura e com recheio (como: <i>cheesecake</i> , bolo prestígio ou de pote)
	Biscoitos integrais (doce ou salgado)
	Biscoitos sem recheio (doce ou salgado)
	Biscoitos com recheio (doce ou salgado)
	Salgadinhos/Chips ou pipoca de microondas (como: Doritos® e Batata chips)
	Doces e guloseimas (como: chocolate, brigadeiro, paçoca, pão de mel, pipoca, barrinhas, pirulito, bala)
	Frutas frescas e/ou salada de frutas (pura ou com iogurte)
	Frutas secas e/ou desidratadas (como: chips de maçã, banana desidratada, entre outros)
	Salada de frutas com leite condensado, leite ninho, granola, paçoca, entre outros
	Açaí (puro ou com leite condensado, leite ninho, granola, paçoca, entre outros)
	Picolé e/ou sorvete
	Oleaginosas (como: castanhas, amendoim, amêndoas, entre outras)
	Sopas
	Porções (como: batata, aipim, polenta, mandioquinha ou anéis de cebola)
	Refeição (prato feito ou por peso)
	Refeição pronta congelada (como: lasanha, escondidinho)
	Macarrão instantâneo
	Outro(s): Qual(is)? _____

10. Marque com um “X” todas as bebidas que você consumiu nas lanchonetes da universidade, na semana anterior, de 2ª a 6ª feira.

Vitaminas de Frutas (leite + fruta)	10-BebLanc:
Smoothies ou frozen (bebida parecida a milk-shake)	a)VitFrut:
logurte/bebida Láctea	b)SmootFroz:
Achocolatados/chocolate quente/cappuccino	c)logBebLac:
Bebidas à base de leite (como: Neston®, Nescau®, Alpino®, entre outros)	d)Achoc/Cappuc:
Café puro ou com leite (como: espresso, coado ou de cápsula)	e)BebLeite:
Bebidas industrializadas à base de café (como: Mellitta Wake®)	f)CaféPuroComLeite:
Chás de Infusão (saquinho)	g)BebCafe:
Chá industrializados (como: Icea Tea® e Mate Leão®)	h)Chainfus:
Água mineral (com e sem gás)	i)ChaIndust:
Água de coco (lata ou caixinha)	j)AguaMin:
Sucos naturais ou integrais sem açúcar (da própria fruta, polpa congelada, Macrovida®)	k)AguaCoco:
Sucos Industrializados (lata, copo ou caixinha)	l)SucoNatInteg:
Bebidas açucaradas (como: refrigerante convencional, água tônica)	m)Sucolndust:
Bebidas dietéticas (como: refrigerante light/diet ou água saborizada)	n)BebAcuc:
Isotônico	o)BebDiet:
Energético (lata ou garrafa)	p)Isoton:
Outro(s): Qual(is)? _____	q)Energ:
	r)Outro:

11. Na semana anterior, em QUANTOS DIAS, de 2ª a 6ª feira, você trouxe alimentos de casa para comer na universidade?

- () Não trouxe alimentos de casa₍₀₎
- () 1 dia₍₁₎
- () 2 dias₍₂₎
- () 3 dias₍₃₎
- () 4 dias₍₄₎
- () 5 dias₍₅₎

11-DiasAlimCasa:

12. Marque com um “X” os 4 itens mais importantes que influenciam sua decisão de trazer alimentos de casa para comer na universidade.

Pouco tempo disponível para comer	12-ImpFatAlimCasa:
Conveniência e praticidade	a)TempCom:
Facilidade em transportar os alimentos	b)ConvPrat:
Baixo custo	c)FacTransp:
Motivação para planejar e organizar a alimentação	d)BaixCust:
Habilidade para preparar alimentos em casa	e)Motiv:
Tempo disponível para preparar alimentos em casa	f)HabPrep:
Qualidade e alimentos mais saudáveis	g)TempPrep:
Sabor	h)QualiAlim:
Preferências alimentares	i)Sab:
Restrição alimentar (como: sem glúten, sem lactose, vegetarianos, veganos e dietéticos)	j)PrefAlim:
Condições higiênico-sanitárias	k)RestAlim:
Comer com os amigos	l)CondHigie:
Outro(s): Qual(is)? _____	m)ComerAmig:
	n)Outro:

13. Marque com um “X” todas as alimentos e bebidas que você trouxe de casa para comer na universidade, na semana anterior, de 2ª a 6ª feira.

	Bebidas à base de leite ou soja (como: Neston®, Chocomilk® e Toddynho®)
	logurte ou bebida láctea
	Café (puro ou com leite)
	Chá caseiro (saquinho ou folhas/flores) ou chimarrão
	Chá industrializado (como: Icea Tea® e Mate Leão®)
	Água (com ou sem gás)
	Água de coco
	Suco natural ou integral sem açúcar (da própria fruta, polpa congelada, Macrovida®)
	Suco Industrializado (como: Kapo®, Del Valle®, SuFresh®)
	Refrigerante (como: Coca-Cola®, H2O®, Aquarius® e água tônica)
	Energético (como: RedBull®, Badboy®, Nitrix®, Burn®)
	Bebidas dietéticas (light, diet, zero)
	Isotônico (como: Gatorade®, Powerage® e Energyl Sport®)
	Biscoitos ou bolos industrializados
	Biscoitos ou bolos caseiros
	Sanduíches (como: misto-quente, pão com queijo, pão com geleia)
	Ovo
	Frutas Frescas (como: maçã, banana, uva e tangerina)
	Frutas Secas e/ou Desidratadas (como: banana passa, maçã chips, uva passa e damasco)
	Oleaginosas (como: castanhas, amendoim e amêndoas)
	Barras de cereais ou de proteína
	Doces (como: chocolates, balas e paçocas, pipoca)
	Salgadinhos/Chips (como: Doritos® e Batata chips)
	Outro(s): Qual(is)? _____

14. Na semana anterior, em QUANTOS DIAS, de 2ª a 6ª feira, você comeu doce após o almoço realizado na universidade? (como: docinhos, trufa, bombom, chocolate, picolé e paçoca. Exceto fruta).

- () Não comi doce após o almoço₍₀₎
 () 1 dia₍₁₎
 () 2 dias₍₂₎
 () 3 dias₍₃₎
 () 4 dias₍₄₎
 () 5 dias₍₅₎

14-DiasDocAlmoc:

15. Onde você costuma comprar os doces que come após a almoço na universidade? (costuma: o que você faz frequentemente)

- () Não compro doces para comer após o almoço₍₀₎
 () Não compro na universidade, mas trago de casa₍₁₎
 () Nos ambulantes ao redor do restaurante universitário₍₂₎
 () Nas lanchonetes dentro da universidade₍₃₎
 () Dos alunos ou ambulantes que vendem na sala₍₄₎

15-OndCompDoc:

16. Você acha que o ambiente alimentar (alimentos e bebidas comercializados) dos restaurantes, lanchonetes e ambulantes da universidade precisa melhorar?

- () Sim₍₀₎
 () Não₍₁₎

16-AmbUnivMelh:

17. Se sim, quais as sugestões? Descreva.

13-AlimBebCasa:

a)BebLeiteSoja:

b)IogBebLac:

c)CaféPuroComLeite

d)ChaiInfus:

e)ChaiIndust:

f)AguaMin:

g)AguaCoco:

h)SucoNatInteg:

i)SucoIndust

13-AlimBebCasa:

a)BebLeiteSoja:

b)IogBebLac:

c)CaféPuroComLeite

d)ChaiInfus:

e)ChaiIndust:

f)AguaMin:

g)AguaCoco:

h)SucoNatInteg:

i)SucoIndust

j)Refrig:

k)Energ:

l)BebDiet:

m)Isoton:

n)BiscBoloIndus:

o)BiscBoloCasei:

p)Sand:

q)Ovo:

r)FrutFresc:

s)FrutSecDes:

t)Oleg:

u)BarraCerProt:

v)Doces:

x)Salgad:

w)Outro:

CARACTERÍSTICAS DA ALIMENTAÇÃO

Agora, gostaríamos de saber sobre sua alimentação no dia-a-dia.

Marque apenas 1 opção de resposta em cada pergunta (questões 18 a 43)**18. Você costuma tomar o CAFÉ DA MANHÃ? Com qual frequência?**

- Não costumo tomar o café da manhã₍₀₎
 Sim, 1 dia por semana₍₁₎
 Sim, 2 dias por semana₍₂₎
 Sim, 3 dias por semana₍₃₎
 Sim, 4 dias por semana₍₄₎
 Sim, 5 dias por semana₍₅₎
 Sim, 6 dias por semana₍₆₎
 Sim, todos os dias₍₇₎

18-TomaCafe:

19. Onde você costuma tomar o seu CAFÉ DA MANHÃ?

- Não costumo tomar o café da manhã₍₀₎
 Em casa ou trago de casa₍₁₎
 Perto de casa₍₂₎
 Nas lanchonetes dentro da universidade₍₃₎
 No entorno da universidade₍₄₎

19-OndTomaCafe:

20. Você costuma fazer LANCHE pela MANHÃ ou pela TARDE? Com qual frequência?

- Não costumo lanchar pela manhã ou pela tarde₍₀₎
 Sim, 1 dia por semana₍₁₎
 Sim, 2 dias por semana₍₂₎
 Sim, 3 dias por semana₍₃₎
 Sim, 4 dias por semana₍₄₎
 Sim, 5 dias por semana₍₅₎
 Sim, 6 dias por semana₍₆₎
 Sim, todos os dias₍₇₎

20-FazLanchManTard:

21. Onde você costuma fazer o seu LANCHE da MANHÃ ou da TARDE?

- Não costumo fazer o lanche da manhã ou da tarde₍₀₎
 Em casa ou trago de casa₍₁₎
 Perto de casa₍₂₎
 Nas lanchonetes dentro da universidade₍₃₎
 No entorno da universidade₍₄₎

21-OndFazLanchManTard:

22. Você costuma ALMOÇAR? Com qual frequência?

- Não costumo almoçar₍₀₎
 Sim, 1 dia por semana₍₁₎
 Sim, 2 dias por semana₍₂₎
 Sim, 3 dias por semana₍₃₎
 Sim, 4 dias por semana₍₄₎
 Sim, 5 dias por semana₍₅₎
 Sim, 6 dias por semana₍₆₎
 Sim, todos os dias₍₇₎

22-FazAlmoc:

23. Você costuma substituir o ALMOÇO por lanches (como: sanduíches, pizzas e cachorro quente)? Com qual frequência?

- Não substituo o almoço por lanches₍₀₎
 Sim, 1 dia por semana₍₁₎
 Sim, 2 dias por semana₍₂₎
 Sim, 3 dias por semana₍₃₎
 Sim, 4 dias por semana₍₄₎
 Sim, 5 dias por semana₍₅₎
 Sim, 6 dias por semana₍₆₎
 Sim, todos os dias₍₇₎

23-SubstAlmoLanch:

24. Onde você costuma ALMOÇAR?

- () Não costumo almoçar₍₀₎
- () Em casa ou trago de casa₍₁₎
- () Perto de casa₍₂₎
- () Restaurantes Universitários (RU Trindade ou RU do CCA)₍₃₎
- () Restaurantes dentro da universidade (Servidores/Volantes, Grêmio HU, SINTUFSC, Restaurante Centro Eventos)₍₄₎
- () Restaurantes no entorno da universidade (como: Dona Benta, Mirantes, Família, Tradição, Simples e Natural, Shopping Trindade, Versá, La Boheme e Panela de Ferro)₍₅₎
- () Lanchonetes dentro da universidade₍₆₎
- () Lanchonetes no entorno da universidade (como: Massa Viva, Subway e Rota do Açaí)₍₇₎

24-OndAlmoc:

25. Você costuma JANTAR? Com qual frequência?

- () Não costumo jantar₍₀₎
- () Sim, 1 dia por semana₍₁₎
- () Sim, 2 dias por semana₍₂₎
- () Sim, 3 dias por semana₍₃₎
- () Sim, 4 dias por semana₍₄₎
- () Sim, 5 dias por semana₍₅₎
- () Sim, 6 dias por semana₍₆₎
- () Sim, todos os dias₍₇₎

25-FazJant:

26. Você costuma substituir o JANTAR por lanches (como: sanduíches, pizzas e cachorro quente)? Com qual frequência?

- () Não costumo substituir o jantar por lanches₍₀₎
- () Sim, 1 dia por semana₍₁₎
- () Sim, 2 dias por semana₍₂₎
- () Sim, 3 dias por semana₍₃₎
- () Sim, 4 dias por semana₍₄₎
- () Sim, 5 dias por semana₍₅₎
- () Sim, 6 dias por semana₍₆₎
- () Sim, todos os dias₍₇₎

26-SubstJantLanch:

27. Onde você costuma JANTAR?

- () Não costumo jantar₍₀₎
- () Em casa ou trago de casa₍₁₎
- () Restaurantes Universitários (RU Trindade ou RU do CCA)₍₃₎
- () Lanchonetes dentro da universidade₍₃₎
- () Restaurantes₍₄₎
- () Lanchonetes, *delivery* ou fast-food₍₅₎

27-OndJant:

28. Você costuma comer quando está estudando, assistindo TV ou utilizando computador/celular? Com qual frequência?

- () Não costumo comer quando estou estudando, assistindo TV ou utilizando computador/celular₍₀₎
- () Sim, 1 dia por semana₍₁₎
- () Sim, 2 dias por semana₍₂₎
- () Sim, 3 dias por semana₍₃₎
- () Sim, 4 dias por semana₍₄₎
- () Sim, 5 dias por semana₍₅₎
- () Sim, 6 dias por semana₍₆₎
- () Sim, todos os dias₍₇₎

28-ComeAssistTV:

29. NOS ÚLTIMOS 7 DIAS, quantos litros de água, em média, você bebeu por dia? Alguns exemplos de medidas: copo (200 ml); caneca azul UFSC (300 ml); garrafa pet tradicional (500 ml)

- () Não bebi água₍₀₎
- () Menos de 500ml₍₁₎
- () De 500ml até 1l₍₂₎
- () Mais de 1l até 1,5l₍₃₎
- () Mais de 1,5l até 2l₍₄₎
- () Mais de 2L₍₅₎

29-QuantAgua:

30. Você costuma consumir bebidas industrializadas açucaradas? Com qual frequência? (como: refrigerantes, isotônicos, energéticos, sucos ou chás, industrializados convencionais).

- () Não costumo consumir bebidas industrializadas açucaradas⁽⁰⁾
 () Sim, 1 dia por semana⁽¹⁾
 () Sim, 2 dias por semana⁽²⁾
 () Sim, 3 dias por semana⁽³⁾
 () Sim, 4 dias por semana⁽⁴⁾
 () Sim, 5 dias por semana⁽⁵⁾
 () Sim, 6 dias por semana⁽⁶⁾
 () Sim, todos os dias⁽⁷⁾

30-TomaBebAcucar:

31. Você costuma consumir bebidas industrializadas diet/light/zero? Com qual frequência? (como: refrigerantes, energéticos, sucos, água saborizada ou chás e industrializados diet/light/zero).

- () Não costumo consumir bebidas industrializadas diet/light/zero⁽⁰⁾
 () Sim, 1 dia por semana⁽¹⁾
 () Sim, 2 dias por semana⁽²⁾
 () Sim, 3 dias por semana⁽³⁾
 () Sim, 4 dias por semana⁽⁴⁾
 () Sim, 5 dias por semana⁽⁵⁾
 () Sim, 6 dias por semana⁽⁶⁾
 () Sim, todos os dias⁽⁷⁾

31-TomaBebDiet:

32. Você costuma consumir doces ou guloseimas? Com qual frequência? (como: bolo, biscoito recheado, barra de cereal, gelatina, pudim, chocolate, paçoca, pirulito, sorvete, pipoca e bala).

- () Não costumo consumir doces ou guloseimas⁽⁰⁾
 () Sim, 1 dia por semana⁽¹⁾
 () Sim, 2 dias por semana⁽²⁾
 () Sim, 3 dias por semana⁽³⁾
 () Sim, 4 dias por semana⁽⁴⁾
 () Sim, 5 dias por semana⁽⁵⁾
 () Sim, 6 dias por semana⁽⁶⁾
 () Sim, todos os dias⁽⁷⁾

32-ComeDocGulo:

33. Você costuma consumir LEGUMINOSAS? Com qual frequência? (como: feijão, lentilha, ervilha, grão de bico).

- () Não costumo consumir leguminosas⁽⁰⁾
 () Sim, 1 dia por semana⁽¹⁾
 () Sim, 2 dias por semana⁽²⁾
 () Sim, 3 dias por semana⁽³⁾
 () Sim, 4 dias por semana⁽⁴⁾
 () Sim, 5 dias por semana⁽⁵⁾
 () Sim, 6 dias por semana⁽⁶⁾
 () Sim, todos os dias⁽⁷⁾

33-ComLegum:

34. Você costuma consumir SALGADOS FRITOS? Com qual frequência? (como: coxinha, quibe, pastel, enroladinho de salsicha e polenta/aipim/batata frita, sem contar as de pacote).

- () Não costumo consumir salgados fritos⁽⁰⁾
 () Sim, 1 dia por semana⁽¹⁾
 () Sim, 2 dias por semana⁽²⁾
 () Sim, 3 dias por semana⁽³⁾
 () Sim, 4 dias por semana⁽⁴⁾
 () Sim, 5 dias por semana⁽⁵⁾
 () Sim, 6 dias por semana⁽⁶⁾
 () Sim, todos os dias⁽⁷⁾

34-ComSalgFrit:

35. Você costuma consumir LEGUMES ou VERDURAS, sem considerar batatas ou aipim? Com qual frequência? (como: alface, tomate, abóbora, brócolis, cenoura, couve, espinafre e pepino).

- Não costumo consumir legumes ou verduras₍₀₎
 Sim, 1 dia por semana₍₁₎
 Sim, 2 dias por semana₍₂₎
 Sim, 3 dias por semana₍₃₎
 Sim, 4 dias por semana₍₄₎
 Sim, 5 dias por semana₍₅₎
 Sim, 6 dias por semana₍₆₎
 Sim, todos os dias₍₇₎

35-ComLegVerd:

36. Você costuma consumir FRUTAS FRESCAS ou SALADA DE FRUTAS? Com qual frequência? (sem contar suco natural ou açaí em tigela/copo).

- Não costumo consumir frutas frescas ou salada de frutas₍₀₎
 Sim, 1 dia por semana₍₁₎
 Sim, 2 dias por semana₍₂₎
 Sim, 3 dias por semana₍₃₎
 Sim, 4 dias por semana₍₄₎
 Sim, 5 dias por semana₍₅₎
 Sim, 6 dias por semana₍₆₎
 Sim, todos os dias₍₇₎

36-ComeFruSalFru:

37. Você costuma comer alimentos do tipo FAST-FOOD (como: cachorro quente, hambúrguer, sanduíche, pizza e batata frita). Com qual frequência?

- Não costumo comer alimentos do tipo fast-food₍₀₎
 Sim, 1 dia por semana₍₁₎
 Sim, 2 dias por semana₍₂₎
 Sim, 3 dias por semana₍₃₎
 Sim, 4 dias por semana₍₄₎
 Sim, 5 dias por semana₍₅₎
 Sim, 6 dias por semana₍₆₎
 Sim, todos os dias₍₇₎

38-ComFastFood:

38. Você costuma comer ALIMENTOS INTEGRAIS? Com qual frequência? (como: pão, arroz e macarrão integral).

- Não costumo comer alimentos integrais₍₀₎
 Sim, 1 dia por semana₍₁₎
 Sim, 2 dias por semana₍₂₎
 Sim, 3 dias por semana₍₃₎
 Sim, 4 dias por semana₍₄₎
 Sim, 5 dias por semana₍₅₎
 Sim, 6 dias por semana₍₆₎
 Sim, todos os dias₍₇₎

39-ComAlimInteg:

39. Você costuma comer CARNES VERMELHAS? Com qual frequência? (como: carne de boi, de porco, de cabra e de ovelha).

- Não costumo comer carnes vermelhas₍₀₎
 Sim, 1 dia por semana₍₁₎
 Sim, 2 dias por semana₍₂₎
 Sim, 3 dias por semana₍₃₎
 Sim, 4 dias por semana₍₄₎
 Sim, 5 dias por semana₍₅₎
 Sim, 6 dias por semana₍₆₎
 Sim, todos os dias₍₇₎

40-ComCarnVerm:

40. Se sim, você costuma:

- () Tirar o excesso de gordura visível₍₀₎
 () Comer com a gordura₍₁₎

41-SeComCarnVerm:

41. Você costuma comer AVES? Com qual frequência? (como: frango/galinha, peru e codorna).

- () Não costumo comer aves₍₀₎
 () Sim, 1 dia por semana₍₁₎
 () Sim, 2 dias por semana₍₂₎
 () Sim, 3 dias por semana₍₃₎
 () Sim, 4 dias por semana₍₄₎
 () Sim, 5 dias por semana₍₅₎
 () Sim, 6 dias por semana₍₆₎
 () Sim, todos os dias₍₇₎

42-ComAve:

42. Se sim, você costuma:

- () Tirar a pele₍₀₎
 () Comer com a pele₍₁₎

43-SeComAve:

43. Você costuma comer PESCADOS? Com qual frequência? (como: pescada, tainha, anchova, sardinha e atum (inclusive enlatados), marisco, lula e camarão).

- () Não costumo comer pescados₍₀₎
 () Sim, 1 dia por semana₍₁₎
 () Sim, 2 dias por semana₍₂₎
 () Sim, 3 dias por semana₍₃₎
 () Sim, 4 dias por semana₍₄₎
 () Sim, 5 dias por semana₍₅₎
 () Sim, 6 dias por semana₍₆₎
 () Sim, todos os dias₍₇₎

44-ComPescad:

44. Você costuma consumir ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS? Com qual frequência? Marque com um "X" no nº de dias da semana que você costuma comer cada alimento listado na primeira coluna.

Alimentos (alguns exemplos de marcas)	Nº de dias na semana							37-ComAlimUltrap:	
	Não consome	1 dia	2 dias	3 dias	4 dias	5 dias	6 dias		7 dias
Presunto, mortadela, peito de peru, apresuntado									a)Presunt:
Frango empanado (nuggets/steak)									b)FrangEmpan:
Linguixas									c)Linguic:
Salsichas									d)Salsich:
Carne de hambúrguer (Sadia®, Seara®, Perdigão®)									e)CamHamb:
Hambúrguer pronto para consumo (Hot Pocket®)									f)HambPront:
Macarrão instantâneo (Nissin miojo®)									g)MacInstant:
Salgadinho de pacote (Elma chips®)									h)Salgad:
Biscoitos doces simples (Maria®, Maisena®)									i)BiscDoceSimp:
Biscoitos doces recheados (Trakinas®, Bono®)									j)BiscDoceRech:
Biscoitos doces integrais (Cereale® e Nesfit®)									k)BiscDoceInteg:
Biscoitos salgados simples (Club Social® e Pit Stop®)									l)BiscSalgSimp:
Biscoitos salgados recheados (Hot Cracker®, Pit Stop®)									m)BiscSalgRech:
Biscoitos salgados integrais (Club Social® e Pit Stop®)									n)BiscSalgInteg:
Barra de cereal (Nesfit®, Ritter® e Nutry®)									o)BarraCereal:
Pipoca de micro-ondas (Yoki®)									p)PipocMicro:
Pizzas prontas (Sadia®, Seara®, Perdigão® e Aurora®, elaboradas pelo supermercado)									q)PizzaPront:
Lasanha e outras preparações (Sadia®, Perdigão®)									r)Lasanha:

ESTADO NUTRICIONAL

Gostaríamos que você respondesse algumas questões relacionadas ao seu peso corporal e a sua altura.

45. Qual seu peso corporal atual (em quilogramas)? Ex.: 58,9 kg

_____ Kg () Eu não sei/Eu não quero responder₍₉₉₎

45-Peso:

46. Qual sua altura (em metros)? Ex: 1,65 m.

_____ m () Eu não sei/Eu não quero responder₍₉₉₎

46-Altura:

47. Você teve alteração do seu peso após o ingresso à universidade?

- () Não, eu mantive o meu peso₍₀₎
 () Sim, meu peso aumentou₍₁₎
 () Sim, meu peso aumentou, mas já retornei ao peso usual₍₂₎
 () Sim, meu peso diminuiu₍₃₎
 () Sim, meu peso diminuiu, mas já retornei ao peso usual₍₄₎
 () Eu não sei/Eu não quero responder₍₉₉₎

47-Alt peso:

48. Se você teve alteração de peso corporal, marque com um "X" os fatores mais importantes para essa alteração? Caso o seu peso não tenha alterado, pule para a questão seguinte (Questão 49).

<input type="checkbox"/>	Pouco tempo disponível para comer	48- Impfator :
<input type="checkbox"/>	Pouco tempo disponível para preparar alimentos em casa	a)TempCom:
<input type="checkbox"/>	Pouco tempo disponível para praticar atividade física	b)TempPrep:
<input type="checkbox"/>	Pouca habilidade para preparar alimentos em casa	c)TempAtivfis:
<input type="checkbox"/>	Consumo de lanches e fast food	d)HabilCoz:
<input type="checkbox"/>	Consumo de bebidas alcoólicas	e)Lanch:
<input type="checkbox"/>	Consumo de bebidas açucaradas (como: refrigerantes, energéticos, sucos industrializados)	f)BebAlc:
<input type="checkbox"/>	Consumo de doces e guloseimas	g)Bebacu:
<input type="checkbox"/>	Pular refeições	h)Doce:
<input type="checkbox"/>	Substituir refeições por lanches	i)PulaRef:
<input type="checkbox"/>	Restrição alimentar (Alguns exemplos: produtos sem glúten, sem lactose, vegetarianos, veganos e dietéticos)	j)SubRef:
<input type="checkbox"/>	Alimentação fora de casa	k)RestAlim:
<input type="checkbox"/>	Não morar com os pais	l)AlimFora:
<input type="checkbox"/>	Conhecimento sobre alimentação, nutrição e saúde	m)NãoPais:
<input type="checkbox"/>	Disponibilidade de alimentos menos saudáveis na universidade	n)Conhec:
<input type="checkbox"/>	Preferências alimentares	o)DispAlim:
<input type="checkbox"/>	Sabor	p)PrefAlim:
<input type="checkbox"/>	Estresse e ansiedade	q)Sabor:
<input type="checkbox"/>	Outro(s): Qual(is)? _____	r)EstAns:
		s)Outro:

SOCIODEMOGRÁFICOS

E agora, faremos algumas perguntas sobre você, condições de trabalho e moradia; escolaridade e renda de sua família.

49. Qual é a sua idade? _____ anos

49-Idade:

50. Qual é a sua data de nascimento? ____/____/____

50-Mas:

51. Qual é o seu sexo? () Feminino₍₀₎ () Masculino₍₁₎

51-Sex:

52. Qual é o seu curso? _____

52-Cur:

53. O seu ingresso na universidade foi pela política de ações afirmativas (como cotas raciais)?

53-Ing:

- () Sim₍₀₎
 () Não₍₁₎

54. Você recebe algum dos auxílios listados abaixo? Você pode assinalar mais de uma opção.

- () Não recebo⁽⁰⁾
 () Bolsa Estudantil UFSC⁽¹⁾
 () Isenção de Alimentação no RU⁽²⁾
 () Moradia Estudantil⁽³⁾
 () Auxílio Moradia⁽⁴⁾
 () Outro⁽⁶⁾ Qual: _____

54-Aux:

55. Em que fase do curso você está matriculado ATUALMENTE? (Caso você esteja cursando disciplinas de mais de uma fase, registre a fase em que você realiza o maior número de disciplinas).

- () 1ª fase ⁽⁰⁾
 () 2ª fase ⁽¹⁾
 () 3ª fase ⁽²⁾
 () 4ª fase ⁽³⁾
 () 5ª fase ⁽⁴⁾
 () 6ª fase ⁽⁵⁾
 () 7ª fase ⁽⁶⁾
 () 8ª fase ⁽⁷⁾
 () 9ª fase ⁽⁸⁾
 () 10ª fase ⁽⁹⁾
 () 11ª fase ⁽¹⁰⁾
 () 12ª fase ⁽¹¹⁾

55-Faz:

56. Quantas HORAS POR DIA, em média, você permanece na Universidade?

_____ horas por dia

56-Hrs:

57. Nos ÚLTIMOS 7 DIAS, em quantos dias você veio à universidade?

- () Não vim à Universidade nos últimos sete dias⁽⁰⁾
 () 1 dia nos últimos sete dias⁽¹⁾
 () 2 dias nos últimos sete dias⁽²⁾
 () 3 dias nos últimos sete dias⁽³⁾
 () 4 dias nos últimos sete dias⁽⁴⁾
 () 5 dias nos últimos sete dias⁽⁵⁾
 () 6 dias nos últimos sete dias⁽⁶⁾
 () todos os dias⁽⁷⁾

57-Dias:

58. ATUALMENTE, você realiza alguma atividade remunerada? (Você pode assinalar mais de uma opção).

- () Não⁽⁰⁾
 () Sim, Bolsa Monitoria⁽¹⁾
 () Sim, Bolsa Estágio (PIBE)⁽²⁾
 () Sim, Bolsa PIBIC, PET, Extensão⁽³⁾
 () Sim, Estágio Remunerado⁽⁴⁾
 () Sim, Trabalho formal (carteira de trabalho assinada)⁽⁵⁾
 () Sim, Trabalho informal (alguns exemplos: vende sanduíches e bombons; aulas particulares)⁽⁶⁾
 () Outro⁽⁷⁾. Qual? _____

58-Ativ:

59. ATUALMENTE, você mora:

- () Com pais⁽⁰⁾
 () Com parentes (Alguns exemplos: tios, avós e primos)⁽¹⁾
 () Com companheiro(a) ou esposo(a)⁽²⁾
 () Sozinho(a)⁽³⁾
 () Com amigos⁽⁴⁾
 () Em república ⁽⁵⁾
 () Em moradia estudantil da UFSC⁽⁶⁾
 () Em Pensionato⁽⁷⁾
 () Outro⁽⁸⁾. Qual? _____

59-Mor:

60. Qual é a sua situação conjugal?

- Solteiro(a)₍₀₎
 Casado(a) ou morando com companheiro(a) ou união estável₍₁₎
 Separado(a) ou Divorciado(a)₍₂₎
 Viúvo(a)₍₃₎

60-EstCiv:

61. Qual é a escolaridade da sua MÃE?

- Nunca estudou₍₀₎
 Ensino Fundamental Incompleto₍₁₎
 Ensino Fundamental Completo₍₂₎
 Ensino Médio ou Técnico Incompleto₍₃₎
 Ensino Médio ou Técnico Completo₍₄₎
 Ensino Superior ou Tecnólogo Incompleto₍₅₎
 Ensino Superior ou Tecnólogo Completo₍₆₎
 Pós graduação₍₇₎.
 Eu não sei/Eu não quero responder₍₉₉₎.

61-EscMae:

62. Qual é a escolaridade do seu PAI?

- Nunca estudou₍₀₎
 Ensino Fundamental Incompleto₍₁₎
 Ensino Fundamental Completo₍₂₎
 Ensino Médio ou Técnico Incompleto₍₃₎
 Ensino Médio ou Técnico Completo₍₄₎
 Ensino Superior ou Tecnólogo Incompleto₍₅₎
 Ensino Superior ou Tecnólogo Completo₍₆₎
 Pós graduação₍₇₎.
 Eu não sei/Eu não quero responder₍₉₉₎.

62-EscPai:

63. No ÚLTIMO MÊS, qual foi a renda da sua família, incluindo você, em Reais (R\$)? (Salário mínimo atual de R\$ 954,00).

- Sem rendimento₍₀₎
 Até R\$ 953,99₍₁₎
 De R\$ 954,00 a R\$ 2.861,99₍₂₎
 De R\$ 2.862,00 a R\$ 4.769,99₍₃₎
 De R\$ 4.770,00 a R\$ 9.539,99₍₄₎
 De R\$ 9.540,00 a R\$ 14.309,99₍₅₎
 Acima de R\$ 14.310,00₍₆₎
 Eu não sei/Eu não quero responder₍₉₉₎.

63-Rend:

Muito Obrigada! Sua contribuição foi muito importante para nossa pesquisa.

APÊNDICE J

Questionário nº: _____ Data: ____/____/____ Horário inicial: ____h__min Horário final: ____h__min

INSTRUMENTO DE AVALIAÇÃO DE PRÁTICAS ALIMENTARES DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

Instruções gerais:

- Responda o questionário à caneta. Correto: (X) Incorretos: ()X () ou
- Não escreva o seu nome: o questionário é anônimo.
- Se houver erro no preenchimento de alguma resposta, assinale com uma seta → a resposta correta.
- Responda todas as perguntas.
- Escolha a melhor resposta para você: não há certo ou errado.
- Algumas perguntas permitem mais de uma resposta: elas estão identificadas.
- Se você tiver alguma dúvida, a equipe de pesquisa está à sua disposição.

ALIMENTAÇÃO NA UNIVERSIDADE

Nessa seção, faremos algumas perguntas sobre sua alimentação, durante o tempo que você permanece na universidade.

Para uso do Pesquisador:

1. Na semana anterior, em QUANTOS DIAS, de 2ª a 6ª feira, você comeu em algum dos Restaurantes Universitários (RU) da Universidade? (Trindade ou CCA).

1-DiasRU:

- () Não comi nos Restaurantes Universitários₍₀₎
 () 1 dia₍₁₎
 () 2 dias₍₂₎
 () 3 dias₍₃₎
 () 4 dias₍₄₎
 () 5 dias₍₅₎

2. No final de semana anterior, em QUANTOS DIAS, você comeu no Restaurante Universitário?

2-DiasRUfind:

- () Não comi no Restaurante Universitário₍₀₎
 () 1 dia₍₁₎
 () 2 dias₍₂₎

3. Na semana anterior, em QUANTOS DIAS, de 2ª a 6ª feira, você comeu em algum dos demais restaurantes dentro da universidade? (como: Servidores/Volantes, Grêmio HU, SINTUFSC e Restaurante Centro de Eventos).

3-DiasRestUniv:

- () Não comi nos demais restaurantes dentro da universidade₍₀₎
 () 1 dia₍₁₎
 () 2 dias₍₂₎
 () 3 dias₍₃₎
 () 4 dias₍₄₎
 () 5 dias₍₅₎

4. Na semana anterior, em QUANTOS DIAS, de 2ª a 6ª feira, você comeu em algum dos restaurantes no entorno da universidade? (como: Dona Benta, Mirantes, Família, Tradição, Simples e Natural, Shopping Trindade, Versá, La Boheme e Panela de Ferro).

4-DiasRestEnt:

- () Não comi em algum dos restaurantes no entorno da universidade₍₀₎
 () 1 dia₍₁₎
 () 2 dias₍₂₎
 () 3 dias₍₃₎
 () 4 dias₍₄₎
 () 5 dias₍₅₎

5. Na semana anterior, em QUANTOS DIAS, de 2ª a 6ª feira, você comeu em alguma das lanchonetes da universidade?

- () Não comi nas lanchonetes₍₀₎
 () 1 dia₍₁₎
 () 2 dias₍₂₎
 () 3 dias₍₃₎
 () 4 dias₍₄₎
 () 5 dias₍₅₎

5-DiasLancUniv:

6. Quanto você GASTA POR DIA, em média, para fazer um lanche (alimentos e/ou bebidas), nos intervalos da manhã, tarde ou noite, na universidade? Caso você não tenha gastado nada, coloque 0,00

6-GastLanch:

R\$ _____

7. Quanto você GASTA POR DIA, em média, com o seu almoço (alimentos e/ou bebidas) na universidade?

7-GastAlmoC:

R\$ _____ Caso você não tenha gastado nada, ou tenha passe isento do RU, coloque 0,00

8-ImpFa:Comp

8. Marque com um "X" até 4 itens mais importantes que influenciam sua decisão de comprar alimentos e bebidas nas lanchonetes da universidade. Caso você não compre alimentos e bebidas nas lanchonetes da universidade, pule para a questão seguinte (Questão 9).

a)TempCom:

b)ConvPrat:

c)Preco:

d)HabPrep:

e)TempPrep:

f)DispAlim:

g)SabApar:

h)PrefAlim:

i)CondHigie:

j)Propand:

k)PromOfert:

l)CcmerAmig:

	Tempo disponível para comer
	Conveniência e praticidade
	Preço
	Habilidade para preparar alimentos em casa
	Tempo disponível para preparar alimentos em casa
	Disponibilidade de alimentos mais saudáveis
	Sabor e aparência
	Preferências alimentares
	Condições higiênico-sanitárias
	Propaganda
	Promoções ou ofertas
	Comer com os amigos

9. Marque com um “X” todos os alimentos que você consumiu nas lanchonetes da universidade, na semana anterior, de 2ª a 6ª feira. Caso você não tenha consumido alimentos nas lanchonetes da universidade, pule para a questão seguinte (Questão 10).

Pão de queijo	9. AlimLanch: a)Paoqueijo:
Salgados assados integrais (como: empanada, torta ou quiche de legumes, calzone, esfirra)	b)SalAssadInteg:
Salgados assados (como: empanada, croissant, pão de batata, pizza, esfirra, calzone, tapioca)	c)SalAssad:
Salgados fritos (como: coxinha, pastel, salsichinha, quibe, bolinho)	d)SalFrit:
Sanduíches de pão integral (como: misto quente, baguete, fatiado)	e)SandInteg:
Sanduíches (como: wrap, misto quente, baguete, fatiado)	f)Sand:
Lanches (como: x-salada, cachorro quente, hambúrguer)	g)Lanc:
Doces assados ou fritos (como: bananinha, croissant de chocolate, sonho)	h)DocAssadFrit:
Bolos integrais (como: banana, maçã e uva passas, abacaxi, muffin)	i)BolInteg:
Bolos simples sem cobertura e sem recheio (como: bolo de laranja, milho, cenoura, chocolate)	j)BolSemcobSemre:
Bolos com cobertura e sem recheio (como: bolo de cenoura, limão, muffin, chocolate, cuca)	k)BoloComcobSem:
Bolos ou tortas com cobertura e com recheio (como: <i>cheesecake</i> , bolo prestígio ou de pote)	l)BoloComcobCom:
Biscoitos integrais (doce ou salgado)	m)BiscInteg:
Biscoitos sem recheio (doce ou salgado)	n)BiscSemrech:
Biscoitos com recheio (doce ou salgado)	o)BiscComrech:
Salgadinhos/Chips ou pipoca de microondas (como: Doritos® e Batata chips)	p)SalgadPipoc:
Doces e guloseimas (como: chocolate, brigadeiro, paçoca, pão de mel, pipoca, barrinhas, pirulito)	q)DocGulos:
Frutas frescas e/ou salada de frutas (pura ou com iogurte)	r)FrutFresc:
Frutas secas e/ou desidratadas (como: chips de maçã, banana desidratada, entre outros)	s)FrutSecDes:
Salada de frutas com leite condensado, leite ninho, granola, paçoca, entre outros	t)SaladFrut:
Açaí (puro ou com leite condensado, leite ninho, granola, paçoca, entre outros)	u)Acai:
Picolé e/ou sorvete	v)PicSorr:
Oleaginosas (como: castanhas, amendoim, amêndoas, entre outras)	x)Oleg:
Sopas	w)Sopa:
Porções (como: batata, aipim, polenta, mandioquinha ou anéis de cebola)	y)Porcoes:
Refeição (prato feito ou por peso)	z)RefPFPeso:
Refeição pronta congelada (como: lasanha, escondidinho)	aa)RefCong:
Macarrão instantâneo	bb)MacInst:
Outro(s): Qual(is)? _____	cc)Outro:

10. Marque com um “X” todas as bebidas que você consumiu nas lanchonetes da universidade, na semana anterior, de 2ª a 6ª feira. Caso você não tenha consumido bebidas nas lanchonetes da universidade, pule para a questão seguinte (Questão 11).

Vitaminas de Frutas (leite + fruta)	10-BebLanc: a)VitFrut:
Smoothies ou frozen (bebida parecida a milk-shake)	b)Smo otFroz:
Iogurte/bebida Láctea	c)IogBebLac:
Achocolatados/chocolate quente/cappuccino	d)Achoc/Cappuc:
Bebidas à base de leite (como: Neston®, Nescau®, Alpino®, entre outros)	e)BebLeite:
Café puro ou com leite (como: espresso, coado ou de cápsula)	f)CaféPuroComLeite:
Bebidas industrializadas à base de café (como: Mellitta Wake®)	g)BebCafe:
Chás de Infusão (saquinho)	h)Chainfus:
Chá industrializados (como: Icea Tea® e Mate Leão®)	i)Chaiindust:
Água mineral (com e sem gás)	j)AguaMin:
Água de coco (lata ou caixinha)	k)AguaCoco:
Sucos naturais ou integrais sem açúcar (da própria fruta, polpa congelada, Macrovida®)	l)SucoNatinteg:
Sucos Industrializados (lata, copo ou caixinha)	m)SucoIndust:
Bebidas açucaradas (como: refrigerante convencional, água tônica)	n)BebAcuc:
Bebidas dietéticas (como: refrigerante light/diet ou água saborizada)	o)BebDiet:
Isotônico	p)Isoton:
Energético (lata ou garrafa)	q)Energ:
Outro(s): Qual(is)? _____	r)Outro:

11. Na semana anterior, em QUANTOS DIAS, de 2ª a 6ª feira, você trouxe alimentos de casa para comer na universidade?

- () Não trouxe alimentos de casa₍₀₎
 () 1 dia₍₁₎
 () 2 dias₍₂₎
 () 3 dias₍₃₎
 () 4 dias₍₄₎
 () 5 dias₍₅₎

11-DiasAlimCasa:

12. Marque com um “X” até 4 itens mais importantes que influenciam sua decisão de trazer alimentos de casa para comer na universidade. Caso você não tenha o costume de trazer alimentos de casa para comer na universidade, pule para a questão seguinte (Questão 13).

12-ImpFatAlimCasa:

<input type="checkbox"/>	Pouco tempo disponível para comer	a)TempCom:
<input type="checkbox"/>	Conveniência e praticidade	b)ConvPrat:
<input type="checkbox"/>	Facilidade em transportar os alimentos	c)FacTransp:
<input type="checkbox"/>	Baixo custo	d)BaixCust:
<input type="checkbox"/>	Motivação para planejar e organizar a alimentação	e)Motiv:
<input type="checkbox"/>	Habilidade para preparar alimentos em casa	f)HabPrep:
<input type="checkbox"/>	Tempo disponível para preparar alimentos em casa	g)TempPrep:
<input type="checkbox"/>	Qualidade e alimentos mais saudáveis	h)QualiAlim:
<input type="checkbox"/>	Sabor	i)Sab:
<input type="checkbox"/>	Preferências alimentares	j)PrefAlim:
<input type="checkbox"/>	Restrição alimentar (como: sem glúten, sem lactose, vegetarianos, veganos e dietéticos)	k)RestAlim:
<input type="checkbox"/>	Condições higiênico-sanitárias	l)CondHigie:
<input type="checkbox"/>	Comer com os amigos	m)ComerAmig:
<input type="checkbox"/>	Outro(s): Qual(is)? _____	n)Outro:

13. Marque com um “X” todas os alimentos e bebidas que você trouxe de casa para comer na universidade, na semana anterior, de 2ª a 6ª feira. Caso você não tenha trazido alimentos e bebidas de casa para comer na universidade na semana anterior, pule para a questão 14.

13-AlimBebCasa:

<input type="checkbox"/>	Bebidas à base de leite ou soja (como: Neston®, Chocomilk® e Toddyngo®)	a)BebLeiteSoja:
<input type="checkbox"/>	logurte ou bebida láctea	b)logBebLac:
<input type="checkbox"/>	Café (puro ou com leite)	c)CaféPuroComLeite
<input type="checkbox"/>	Chá caseiro (saquinho ou folhas/flores) ou chimarrão	d)ChaiInfus:
<input type="checkbox"/>	Chá industrializado (como: Icea Tea® e Mate Leão®)	e)ChaiIndust:
<input type="checkbox"/>	Água (com ou sem gás)	f)AguaMin:
<input type="checkbox"/>	Água de coco	g)AguaCoCo:
<input type="checkbox"/>	Suco natural ou integral sem açúcar (da própria fruta, polpa congelada, Macrovida®)	h)SucoNatInteg:
<input type="checkbox"/>	Suco Industrializado (como: Kapo®, Del Valle®, SuFresh®)	i)SucoIndust:
<input type="checkbox"/>	Refrigerante (como: Coca-Cola®, H2O®, Aquarius® e água tônica)	j)Refrig:
<input type="checkbox"/>	Energético (como: RedBull®, Badboy®, Nitrix®, Burn®)	k)Energ:
<input type="checkbox"/>	Bebidas dietéticas (light, diet, zero)	l)BebDiet:
<input type="checkbox"/>	Isotônico (como: Gatorade®, Powerage® e Energyl Sport®)	m)Isoton:
<input type="checkbox"/>	Biscoitos ou bolos industrializados	n)BiscBoloIndus:
<input type="checkbox"/>	Biscoitos ou bolos caseiros	o)BiscBoloCasei:
<input type="checkbox"/>	Sanduíches (como: misto-quente, pão com queijo, pão com geleia)	p)Sand:
<input type="checkbox"/>	Ovo	q)Ovo:
<input type="checkbox"/>	Frutas Frescas (como: maçã, banana, uva e tangerina)	r)FrutFresc:
<input type="checkbox"/>	Frutas Secas e/ou Desidratadas (como: banana passa, maçã chips, uva passa e damasco)	s)FrutSecDes:
<input type="checkbox"/>	Oleaginosas (como: castanhas, amendoim e amêndoas)	t)Oleg:
<input type="checkbox"/>	Barras de cereais ou de proteína	u)BarraCerProt:
<input type="checkbox"/>	Doces (como: chocolates, balas e paçocas, pipoca)	v)Doces:
<input type="checkbox"/>	Salgadinhos/Chips (como: Doritos® e Batata chips)	x)Salgad:
<input type="checkbox"/>	Outro(s): Qual(is)? _____	w)Outro:

14. Na semana anterior, em QUANTOS DIAS, de 2ª a 6ª feira, você comeu doce após o almoço realizado na universidade? (como: docinhos, trufa, bombom, chocolate, picolé e paçoca. Exceto fruta).

- () Não comi doce após o almoço₍₀₎
 () 1 dia₍₁₎
 () 2 dias₍₂₎
 () 3 dias₍₃₎
 () 4 dias₍₄₎
 () 5 dias₍₅₎

14-DiasDocAlmoc:

15. Onde você costuma comprar os doces que come após a almoço na universidade? (costuma = o que você faz frequentemente)

- () Não compro doces para comer após o almoço₍₀₎
 () Não compro na universidade, mas trago de casa₍₁₎
 () Nos ambulantes ao redor do restaurante universitário₍₂₎
 () Nas lanchonetes dentro da universidade₍₃₎
 () Dos alunos ou ambulantes que vendem na sala₍₄₎

15-OndCompDoc:

16. Você acha que o ambiente alimentar (alimentos e bebidas comercializados) dos restaurantes, lanchonetes e ambulantes da universidade precisa melhorar?

- () Sim₍₀₎
 () Não₍₁₎

16-AmbUnivMelh:

17. Se sim, quais as sugestões? Descreva.

CARACTERÍSTICAS DA ALIMENTAÇÃO

Agora, gostaríamos de saber sobre sua alimentação no dia-a-dia.
Marque apenas 1 opção de resposta em cada pergunta (questões 18 a 43)

18. Você costuma tomar o CAFÉ DA MANHÃ? Com qual frequência?

- () Não costumo tomar o café da manhã₍₀₎
 () Sim, 1 dia por semana₍₁₎
 () Sim, 2 dias por semana₍₂₎
 () Sim, 3 dias por semana₍₃₎
 () Sim, 4 dias por semana₍₄₎
 () Sim, 5 dias por semana₍₅₎
 () Sim, 6 dias por semana₍₆₎
 () Sim, todos os dias₍₇₎

18-TomaCafe:

19. Onde você costuma tomar o seu CAFÉ DA MANHÃ?

- () Não costumo tomar o café da manhã₍₀₎
 () Em casa ou trago de casa₍₁₎
 () Perto de casa₍₂₎
 () Nas lanchonetes dentro da universidade₍₃₎
 () No entorno da universidade₍₄₎

19-OndTomaCafe:

20. Você costuma fazer LANCHE pela MANHÃ ou pela TARDE? Com qual frequência?

- Não costumo lanchar pela manhã ou pela tarde₍₀₎
- Sim, 1 dia por semana₍₁₎
- Sim, 2 dias por semana₍₂₎
- Sim, 3 dias por semana₍₃₎
- Sim, 4 dias por semana₍₄₎
- Sim, 5 dias por semana₍₅₎
- Sim, 6 dias por semana₍₆₎
- Sim, todos os dias₍₇₎

20-FazLanchManTard:

21. Onde você costuma fazer o seu LANCHE da MANHÃ ou da TARDE?

- Não costumo fazer o lanche da manhã ou da tarde₍₀₎
- Em casa ou trago de casa₍₁₎
- Perto de casa₍₂₎
- Nas lanchonetes dentro da universidade₍₃₎
- No entorno da universidade₍₄₎

21-OndFazLanchManTard:

22. Você costuma ALMOÇAR? Com qual frequência?

- Não costumo almoçar₍₀₎
- Sim, 1 dia por semana₍₁₎
- Sim, 2 dias por semana₍₂₎
- Sim, 3 dias por semana₍₃₎
- Sim, 4 dias por semana₍₄₎
- Sim, 5 dias por semana₍₅₎
- Sim, 6 dias por semana₍₆₎
- Sim, todos os dias₍₇₎

22-FazAlmoc:

23. Você costuma substituir o ALMOÇO por lanches (como: sanduíches, pizzas e cachorro quente)? Com qual frequência?

- Não substituo o almoço por lanches₍₀₎
- Sim, 1 dia por semana₍₁₎
- Sim, 2 dias por semana₍₂₎
- Sim, 3 dias por semana₍₃₎
- Sim, 4 dias por semana₍₄₎
- Sim, 5 dias por semana₍₅₎
- Sim, 6 dias por semana₍₆₎
- Sim, todos os dias₍₇₎

23-SubstAlmoLanch:

24. Onde você costuma ALMOÇAR?

- Não costumo almoçar₍₀₎
- Em casa ou trago de casa₍₁₎
- Perto de casa₍₂₎
- Restaurantes Universitários (RU Trindade ou RU do CCA)₍₃₎
- Restaurantes dentro da universidade (Servidores/Volantes, Grêmio HU, SINTUFSC, Restaurante Centro Eventos)₍₄₎
- Restaurantes no entorno da universidade (como: Dona Benta, Mirantes, Família, Tradição, Simples e Natural, Shopping Trindade, Versá, La Boheme e Panela de Ferro)₍₅₎
- Lanchonetes dentro da universidade₍₆₎
- Lanchonetes no entorno da universidade (como: Massa Viva, Subway e Rota do Açaí)₍₇₎

24-OndAlmoc:

25. Você costuma JANTAR? Com qual frequência?

- () Não costumo jantar₍₀₎
 () Sim, 1 dia por semana₍₁₎
 () Sim, 2 dias por semana₍₂₎
 () Sim, 3 dias por semana₍₃₎
 () Sim, 4 dias por semana₍₄₎
 () Sim, 5 dias por semana₍₅₎
 () Sim, 6 dias por semana₍₆₎
 () Sim, todos os dias₍₇₎

25-FazJant:

26. Você costuma substituir o JANTAR por lanches (como: sanduíches, pizzas e cachorro quente)? Com qual frequência?

- () Não costumo substituir o jantar por lanches₍₀₎
 () Sim, 1 dia por semana₍₁₎
 () Sim, 2 dias por semana₍₂₎
 () Sim, 3 dias por semana₍₃₎
 () Sim, 4 dias por semana₍₄₎
 () Sim, 5 dias por semana₍₅₎
 () Sim, 6 dias por semana₍₆₎
 () Sim, todos os dias₍₇₎

26-SubstJantLanch:

27. Onde você costuma JANTAR?

- () Não costumo jantar₍₀₎
 () Em casa ou trago de casa₍₁₎
 () Restaurantes Universitários (RU Trindade ou RU do CCA)₍₃₎
 () Lanchonetes dentro da universidade₍₃₎
 () Restaurantes₍₄₎
 () Lanchonetes, *delivery* ou fast-food₍₅₎

27-OndJant:

28. Você costuma comer quando está estudando, assistindo TV ou utilizando computador/celular? Com qual frequência?

- () Não costumo comer quando estou estudando, assistindo TV ou utilizando computador/celular₍₀₎
 () Sim, 1 dia por semana₍₁₎
 () Sim, 2 dias por semana₍₂₎
 () Sim, 3 dias por semana₍₃₎
 () Sim, 4 dias por semana₍₄₎
 () Sim, 5 dias por semana₍₅₎
 () Sim, 6 dias por semana₍₆₎
 () Sim, todos os dias₍₇₎

28-Co me AssistTV:

29. NOS ÚLTIMOS 7 DIAS, quantos litros de água, em média, você bebeu por dia? Alguns exemplos de medidas: copo (200 ml); caneca azul UFSC (300 ml); garrafa pet tradicional (500 ml)

- () Não bebi água₍₀₎
 () Menos de 500ml₍₁₎
 () De 500ml até 1l₍₂₎
 () Mais de 1l até 1,5l₍₃₎
 () Mais de 1,5l até 2l₍₄₎
 () Mais de 2L₍₅₎

29-QuantAgua:

30. Você costuma consumir bebidas industrializadas açucaradas? Com qual frequência? (como: refrigerantes, isotônicos, energéticos, sucos ou chás, industrializados convencionais).

- () Não costumo consumir bebidas industrializadas açucaradas₍₀₎
 () Sim, 1 dia por semana₍₁₎
 () Sim, 2 dias por semana₍₂₎
 () Sim, 3 dias por semana₍₃₎
 () Sim, 4 dias por semana₍₄₎
 () Sim, 5 dias por semana₍₅₎
 () Sim, 6 dias por semana₍₆₎
 () Sim, todos os dias₍₇₎

30-TomaBebAcucar:

31. Você costuma consumir bebidas industrializadas diet/light/zero? Com qual frequência? (como: refrigerantes, energéticos, sucos, água saborizada ou chás e industrializados diet/light/zero).

- () Não costumo consumir bebidas industrializadas diet/light/zero₍₀₎
 () Sim, 1 dia por semana₍₁₎
 () Sim, 2 dias por semana₍₂₎
 () Sim, 3 dias por semana₍₃₎
 () Sim, 4 dias por semana₍₄₎
 () Sim, 5 dias por semana₍₅₎
 () Sim, 6 dias por semana₍₆₎
 () Sim, todos os dias₍₇₎

31-TomaBebDiet:

32. Você costuma consumir doces ou guloseimas? Com qual frequência? (como: bolo, biscoito recheado, barra de cereal, gelatina, pudim, chocolate, paçoca, pirulito, sorvete, pipoca e bala).

- () Não costumo consumir doces ou guloseimas₍₀₎
 () Sim, 1 dia por semana₍₁₎
 () Sim, 2 dias por semana₍₂₎
 () Sim, 3 dias por semana₍₃₎
 () Sim, 4 dias por semana₍₄₎
 () Sim, 5 dias por semana₍₅₎
 () Sim, 6 dias por semana₍₆₎
 () Sim, todos os dias₍₇₎

32-ComeDocGulos:

33. Você costuma consumir LEGUMINOSAS? Com qual frequência? (como: feijão, lentilha, ervilha, grão de bico).

- () Não costumo consumir leguminosas₍₀₎
 () Sim, 1 dia por semana₍₁₎
 () Sim, 2 dias por semana₍₂₎
 () Sim, 3 dias por semana₍₃₎
 () Sim, 4 dias por semana₍₄₎
 () Sim, 5 dias por semana₍₅₎
 () Sim, 6 dias por semana₍₆₎
 () Sim, todos os dias₍₇₎

33-ComLegum:

34. Você costuma consumir SALGADOS FRITOS? Com qual frequência? (como: coxinha, quibe, pastel, enroladinho de salsicha e polenta/aipim/batata frita, sem contar as de pacote).

- () Não costumo consumir salgados fritos₍₀₎
 () Sim, 1 dia por semana₍₁₎
 () Sim, 2 dias por semana₍₂₎
 () Sim, 3 dias por semana₍₃₎
 () Sim, 4 dias por semana₍₄₎
 () Sim, 5 dias por semana₍₅₎
 () Sim, 6 dias por semana₍₆₎
 () Sim, todos os dias₍₇₎

34-ComSalgFrit:

35. Você costuma consumir LEGUMES ou VERDURAS, sem considerar batatas ou aipim? Com qual frequência? (como: alface, tomate, abóbora, brócolis, cenoura, couve, espinafre e pepino).

- () Não costumo consumir legumes ou verduras₍₀₎
 () Sim, 1 dia por semana₍₁₎
 () Sim, 2 dias por semana₍₂₎
 () Sim, 3 dias por semana₍₃₎
 () Sim, 4 dias por semana₍₄₎
 () Sim, 5 dias por semana₍₅₎
 () Sim, 6 dias por semana₍₆₎
 () Sim, todos os dias₍₇₎

35-ComLegVerd:

36. Você costuma consumir FRUTAS FRESCAS ou SALADA DE FRUTAS? Com qual frequência? (sem contar suco natural ou açaí em tigela/copo).

- () Não costumo consumir frutas frescas ou salada de frutas₍₀₎
 () Sim, 1 dia por semana₍₁₎
 () Sim, 2 dias por semana₍₂₎
 () Sim, 3 dias por semana₍₃₎
 () Sim, 4 dias por semana₍₄₎
 () Sim, 5 dias por semana₍₅₎
 () Sim, 6 dias por semana₍₆₎
 () Sim, todos os dias₍₇₎

36-ComeFruSalFru:

37. Você costuma comer alimentos do tipo FAST-FOOD (como: cachorro quente, hambúrguer, sanduíche, pizza e batata frita). Com qual frequência?

- () Não costumo comer alimentos do tipo fast-food₍₀₎
 () Sim, 1 dia por semana₍₁₎
 () Sim, 2 dias por semana₍₂₎
 () Sim, 3 dias por semana₍₃₎
 () Sim, 4 dias por semana₍₄₎
 () Sim, 5 dias por semana₍₅₎
 () Sim, 6 dias por semana₍₆₎
 () Sim, todos os dias₍₇₎

37-ComFastFood:

38. Você costuma comer ALIMENTOS INTEGRAIS? Com qual frequência? (como: pão, arroz e macarrão integral).

- () Não costumo comer alimentos integrais₍₀₎
 () Sim, 1 dia por semana₍₁₎
 () Sim, 2 dias por semana₍₂₎
 () Sim, 3 dias por semana₍₃₎
 () Sim, 4 dias por semana₍₄₎
 () Sim, 5 dias por semana₍₅₎
 () Sim, 6 dias por semana₍₆₎
 () Sim, todos os dias₍₇₎

38-ComAlimInteg:

39. Você costuma comer CARNES VERMELHAS? Com qual frequência? (como: carne de boi, de porco, de cabra e de ovelha).

- () Não costumo comer carnes vermelhas₍₀₎
 () Sim, 1 dia por semana₍₁₎
 () Sim, 2 dias por semana₍₂₎
 () Sim, 3 dias por semana₍₃₎
 () Sim, 4 dias por semana₍₄₎
 () Sim, 5 dias por semana₍₅₎
 () Sim, 6 dias por semana₍₆₎
 () Sim, todos os dias₍₇₎

39-ComCarnVerm:

40. Se sim, você costuma:

- () Tirar o excesso de gordura visível₍₀₎
 () Comer com a gordura₍₁₎

40-SeComCarnVerm:

41. Você costuma comer AVES? Com qual frequência? (como: frango/galinha, peru e codorna).

- () Não costumo comer aves₍₀₎
 () Sim, 1 dia por semana₍₁₎
 () Sim, 2 dias por semana₍₂₎
 () Sim, 3 dias por semana₍₃₎
 () Sim, 4 dias por semana₍₄₎
 () Sim, 5 dias por semana₍₅₎
 () Sim, 6 dias por semana₍₆₎
 () Sim, todos os dias₍₇₎

41-ComAve:

42. Se sim, você costuma:

- () Tirar a pele₍₀₎
 () Comer com a pele₍₁₎

42-SeComAve:

43. Você costuma comer PESCADOS? Com qual frequência? (como: pescada, tainha, anchova, sardinha e atum (inclusive enlatados), marisco, lula e camarão).

- () Não costumo comer pescados₍₀₎
 () Sim, 1 dia por semana₍₁₎
 () Sim, 2 dias por semana₍₂₎
 () Sim, 3 dias por semana₍₃₎
 () Sim, 4 dias por semana₍₄₎
 () Sim, 5 dias por semana₍₅₎
 () Sim, 6 dias por semana₍₆₎
 () Sim, todos os dias₍₇₎

43-ComPescad:

44. Você costuma consumir ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS? Com qual frequência? Marque com um "X" no nº de dias da semana que você costuma comer cada alimento listado na primeira coluna.

Alimentos (alguns exemplos de marcas)	Nº de dias na semana							
	Não consome	1 dia	2 dias	3 dias	4 dias	5 dias	6 dias	7 dias
Presunto, mortadela, peito de peru, apresuntado								
Frango empanado (nuggets/steak)								
Linguiças								
Salsichas								
Carne de hambúrguer (Sadia®, Seara®, Perdigão®)								
Hambúrguer pronto para consumo (Hot Pocket®)								
Macarrão instantâneo (Nissin miojo®)								
Salgadinho de pacote (Elma chips®)								
Biscoitos doces simples (Maria®, Maisena®)								
Biscoitos doces recheados (Trakinas®, Bono®)								
Biscoitos doces integrais (Cereale® e Nesfit®)								
Biscoitos salgados simples (Club Social® e Pit Stop®)								
Biscoitos salgados recheados (Hot Cracker®, Pit Stop®)								
Biscoitos salgados integrais (Club Social® e Pit Stop®)								
Barra de cereal (Nesfit®, Ritter® e Nutry®)								
Pipoca de micro-ondas (Yoki®)								
Pizzas prontas (Sadia®, Seara®, Perdigão® e Aurora®, elaboradas pelo supermercado)								
Lasanha e outras preparações (Sadia®, Perdigão®)								

44-ComAlimUltrap:

a) Presunt:

b) FrangEmpan:

c) Linguic:

d) Salsich:

e) CarnHamb:

f) HambPront:

g) MacInstant:

h) Salgad:

i) BiscDoceSimp:

j) BiscDoceRech:

k) BiscDoceInteg:

l) BiscSalgSimp:

m) BiscSalgRech:

n) BiscSalgInteg:

o) BarraCereal:

p) PipocMicro:

q) PizzaPront:

r) Lasanha:

ESTADO NUTRICIONAL

Gostaríamos que você respondesse algumas questões relacionadas ao seu peso corporal e a sua altura.

45. Qual seu peso corporal atual (em quilogramas)? Ex.: 58,9 kg

_____ Kg () Eu não sei/Eu não quero responder₍₉₉₎

45-Peso:

46. Qual sua altura (em metros)? Ex: 1,65 m.

_____ m () Eu não sei/Eu não quero responder₍₉₉₎

46-Altura:

47. Você teve alteração do seu peso após o ingresso à universidade?

- () Não, eu mantive o meu peso₍₀₎
 () Sim, meu peso aumentou₍₁₎
 () Sim, meu peso aumentou, mas já retornei ao peso usual₍₂₎
 () Sim, meu peso diminuiu₍₃₎
 () Sim, meu peso diminuiu, mas já retornei ao peso usual₍₄₎
 () Eu não sei/Eu não quero responder₍₉₉₎

47-Alt peso:

48. Se você teve alteração de peso corporal, marque com um "X" os fatores mais importantes para essa alteração? Caso o seu peso não tenha alterado, pule para a questão seguinte (Questão 49).

<input type="checkbox"/>	Pouco tempo disponível para comer	48- Impfator :
<input type="checkbox"/>	Pouco tempo disponível para preparar alimentos em casa	a)TempCom :
<input type="checkbox"/>	Pouco tempo disponível para praticar atividade física	b)TempPrep :
<input type="checkbox"/>	Pouca habilidade para preparar alimentos em casa	c)TempAtivfis :
<input type="checkbox"/>	Consumo de lanches e fast food	d)HabilCoz :
<input type="checkbox"/>	Consumo de bebidas alcoólicas	e)Lanch :
<input type="checkbox"/>	Consumo de bebidas açucaradas (como: refrigerantes, energéticos, sucos industrializados)	f)BebAlc :
<input type="checkbox"/>	Consumo de doces e guloseimas	g)Bebacu :
<input type="checkbox"/>	Pular refeições	h)Doce :
<input type="checkbox"/>	Substituir refeições por lanches	i)PulaRef :
<input type="checkbox"/>	Restrição alimentar (Alguns exemplos: produtos sem glúten, sem lactose, vegetarianos, veganos e dietéticos)	j)SubRef :
<input type="checkbox"/>	Alimentação fora de casa	k)RestAlim :
<input type="checkbox"/>	Não morar com os pais	l)AlimFora :
<input type="checkbox"/>	Conhecimento sobre alimentação, nutrição e saúde	m)NãoPais :
<input type="checkbox"/>	Disponibilidade de alimentos menos saudáveis na universidade	n)Conhec :
<input type="checkbox"/>	Preferências alimentares	o)DispAlim :
<input type="checkbox"/>	Sabor	p)PrefAlim :
<input type="checkbox"/>	Estresse e ansiedade	q)Sabor :
<input type="checkbox"/>	Outro(s): Qual(is)? _____	r)EstAns :
		s)Outro :

SOCIODEMOGRÁFICOS

E agora, faremos algumas perguntas sobre você, condições de trabalho e moradia; escolaridade e renda de sua família.

49. Qual é a sua idade? _____ anos

49-Id:

50. Qual é a sua data de nascimento? ____/____/____

50-Nasc:

51. Qual é o seu sexo? () Feminino₍₀₎ () Masculino₍₁₎

51-Sex:

52. Qual é o seu curso? _____

52-Cur:

53. O seu ingresso na universidade foi pela política de ações afirmativas (como cota racial, renda e PCD)?

53-Ing:

- Sim₍₀₎
 Não₍₁₎

54. Você recebe algum dos auxílios listados abaixo? Você pode assinalar mais de uma opção.

- Não recebo₍₀₎
 Bolsa Estudantil UFSC₍₁₎
 Isenção de Alimentação no RU₍₂₎
 Moradia Estudantil₍₃₎
 Auxílio Moradia₍₄₎
 Auxílio Creche₍₅₎
 Outro₍₆₎ Qual: _____

54-Aux:

55. Em que fase do curso você está matriculado ATUALMENTE? (Caso você esteja cursando disciplinas de mais de uma fase, registre a fase em que você realiza o maior número de disciplinas).

- 1ª fase ₍₀₎
 2ª fase ₍₁₎
 3ª fase ₍₂₎
 4ª fase ₍₃₎
 5ª fase ₍₄₎
 6ª fase ₍₅₎
 7ª fase ₍₆₎
 8ª fase ₍₇₎
 9ª fase ₍₈₎
 10ª fase ₍₉₎
 11ª fase ₍₁₀₎
 12ª fase ₍₁₁₎

55-Faz:

56. Quantas HORAS POR DIA, em média, você permanece na Universidade?

56-Hrs:

_____ horas por dia

57. Nos ÚLTIMOS 7 DIAS, em quantos dias você veio à universidade?

- Não vim à Universidade nos últimos sete dias₍₀₎
 1 dia nos últimos sete dias₍₁₎
 2 dias nos últimos sete dias₍₂₎
 3 dias nos últimos sete dias₍₃₎
 4 dias nos últimos sete dias₍₄₎
 5 dias nos últimos sete dias₍₅₎
 6 dias nos últimos sete dias₍₆₎
 todos os dias₍₇₎

57-Dias:

58. ATUALMENTE, você realiza alguma atividade remunerada? (Você pode assinalar mais de uma opção).

- Não₍₀₎
 Sim, Bolsa Monitoria₍₁₎
 Sim, Bolsa Estágio (PIBE)₍₂₎
 Sim, Bolsa PIBIC, PET, Extensão₍₃₎
 Sim, Estágio Remunerado₍₄₎
 Sim, Trabalho formal (carteira de trabalho assinada)₍₅₎
 Sim, Trabalho informal (alguns exemplos: vende sanduíches e bombons; aulas particulares)₍₆₎
 Outro₍₇₎. Qual? _____

58-Ativ:

59. ATUALMENTE, você mora:

- Com pais₍₀₎
 Com parentes (Alguns exemplos: tios, avós e primos)₍₁₎
 Com companheiro(a) ou esposo(a)₍₂₎
 Sozinho(a)₍₃₎
 Com amigos₍₄₎
 Em república ₍₅₎
 Em moradia estudantil da UFSC₍₆₎
 Em Pensionato₍₇₎
 Outro₍₈₎. Qual? _____

59-Mor:

60. Qual é a sua situação conjugal?

- Solteiro(a)₍₀₎
 Casado(a) ou morando com companheiro(a) ou união estável₍₁₎
 Separado(a) ou Divorciado(a)₍₂₎
 Viúvo(a)₍₃₎

60-EstCiv:

61. Qual é a escolaridade da sua MÃE?

- Nunca estudou₍₀₎
 Ensino Fundamental Incompleto₍₁₎
 Ensino Fundamental Completo₍₂₎
 Ensino Médio ou Técnico Incompleto₍₃₎
 Ensino Médio ou Técnico Completo₍₄₎
 Ensino Superior ou Tecnólogo Incompleto₍₅₎
 Ensino Superior ou Tecnólogo Completo₍₆₎
 Pós graduação₍₇₎.
 Eu não sei/Eu não quero responder₍₉₉₎.

61-EscMae:

62. Qual é a escolaridade do seu PAI?

- Nunca estudou₍₀₎
 Ensino Fundamental Incompleto₍₁₎
 Ensino Fundamental Completo₍₂₎
 Ensino Médio ou Técnico Incompleto₍₃₎
 Ensino Médio ou Técnico Completo₍₄₎
 Ensino Superior ou Tecnólogo Incompleto₍₅₎
 Ensino Superior ou Tecnólogo Completo₍₆₎
 Pós graduação₍₇₎.
 Eu não sei/Eu não quero responder₍₉₉₎.

62-EscPai:

63. No ÚLTIMO MÊS, qual foi a renda da sua família, incluindo você, em Reais (R\$)? (Salário mínimo atual de R\$ 954,00).

- Sem rendimento₍₀₎
 Até R\$ 953,99₍₁₎
 De R\$ 954,00 a R\$ 2.861,99₍₂₎
 De R\$ 2.862,00 a R\$ 4.769,99₍₃₎
 De R\$ 4.770,00 a R\$ 9.539,99₍₄₎
 De R\$ 9.540,00 a R\$ 14.309,99₍₅₎
 Acima de R\$ 14.310,00₍₆₎
 Eu não sei/Eu não quero responder₍₉₉₎.

63-Rend:

Muito Obrigada! Sua contribuição foi muito importante para nossa pesquisa.