

*Feijó.* (Departamento de Pediatria - Unidade de Adolescentes, Faculdade de Medicina, UFRGS).

Estudos direcionados ao padrão alimentar dos adolescentes revestem-se de importância na medida em que durante esta etapa são adotados padrões de dietas que constituirão a base do hábito alimentar da vida adulta do indivíduo. Foram avaliados 530 adolescentes de uma escola secundarista de classe média alta de Porto Alegre, entre 14 e 18 anos, sendo 46% do sexo masculino e 54% do sexo feminino. Os adolescentes foram questionados sobre seus hábitos alimentares nas principais refeições diárias. Observou-se que cerca de 60% dos jovens tomam café da manhã todos os dias, enquanto que 17% nunca o fazem, não encontrando-se diferença entre os sexos. A maioria dos entrevistados de ambos os sexos almoçam refeição (77%) e jantam lanche (25%) todos os dias, e a grande maioria nunca deixa de almoçar (95.5%) ou de jantar (86%). Cerca de 45% dos adolescentes consideram "boa" sua alimentação, sendo que a maioria dos que considera "muito boa" é do sexo masculino, enquanto que a maior parte dos que consideram "ruim" ou "muito ruim" é do sexo feminino. O principal motivo pelo qual os jovens não se alimentam melhor, em ambos os sexos, é o hábito/costume. O sexo masculino refere mais a falta de tempo do que o sexo feminino, enquanto que este cita significativamente mais a dieta como o principal motivo para não se alimentar melhor. A partir destes resultados, conclui-se que os adolescentes de classe média alta têm hábitos alimentares adequados em relação às refeições principais, apresentando um julgamento compatível com estes, havendo, entretanto, diferenças entre os sexos quanto à justificativa de seu padrão alimentar atual, sendo necessárias avaliações posteriores.