

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL – UFRGS
INSTITUTO DE CIÊNCIAS BÁSICAS DA SAÚDE
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO EM CIÊNCIAS: QUÍMICA DA
VIDA E SAÚDE

Aline Bernard

**SUBSTÂNCIAS QUE INTERFEREM NOS HÁBITOS ALIMENTARES
E NA SAÚDE HUMANA:
SENTIDOS E SIGNIFICADOS SOCIOCULTURAIS NO CONTEXTO ESCOLAR**

Porto Alegre, RS

2022

Aline Bernard

**SUBSTÂNCIAS QUE INTERFEREM NOS HÁBITOS ALIMENTARES
E NA SAÚDE HUMANA:
SENTIDOS E SIGNIFICADOS SOCIOCULTURAIS NO CONTEXTO ESCOLAR**

Defesa de tese apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Educação em Ciências: Química da Vida e Saúde do Instituto de Ciências Básicas da Saúde da Universidade Federal do Rio Grande do Sul – UFRGS –, como requisito parcial para obtenção do título de doutora em Educação em Ciências.

Orientadora: Prof^a. Dra. Eva Teresinha de Oliveira Boff

Porto Alegre, RS
2022

CIP - Catalogação na Publicação

Bernard, Aline

Substâncias que Interferem nos Hábitos Alimentares e na Saúde Humana: Sentidos e Significados Socioculturais no Contexto Escolar / Aline Bernard. -- 2022.

171 f.

Orientador: Eva Teresinha de Oliveira Boff.

Tese (Doutorado) -- Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Instituto de Ciências Básicas da Saúde, Programa de Pós-Graduação em Educação em Ciências: Química da Vida e Saúde, Porto Alegre, BR-RS, 2022.

1. Educação Alimentar e Nutricional. 2. comportamento alimentar de adolescentes. 3. substâncias que interferem na vida escolar. 4. promoção da saúde. I. de Oliveira Boff, Eva Teresinha, orient. II. Título.

AGRADECIMENTOS

À minha orientadora, doutora Eva Teresinha de Oliveira Boff, por ter aceitado orientar o trabalho e mais do que isso, por ser paciente e saber conduzir tão bem todo o caminho percorrido. Posso dizer com toda certeza que aprendi muito contigo e principalmente percebi o entusiasmo e amor que você tem quando está ensinando. Arrisco dizer que busco transmitir estes mesmos sentimentos no meu trabalho como nutricionista e também nesta pesquisa. Obrigada por me acompanhar nesta trajetória.

À banca de defesa desta tese que aceitou contribuir neste processo: José Cláudio Del Pino, Maria Cristina Pensera de Araújo, Graça Simões de Carvalho.

À Secretaria Municipal de Educação e Cultura e à Secretaria Municipal de Administração de Panambi/RS que possibilitaram o desenvolvimento desta pesquisa.

Ao Secretário Municipal de Administração de Panambi, André Alves Batista e sua equipe. Agradeço por valorizar e acreditar nesta pesquisa e no meu trabalho como Nutricionista durante o período que trabalhei da Prefeitura Municipal de Panambi/RS.

Às escolas onde realizei a pesquisa. Agradeço a toda a comunidade escolar, pela colaboração, disponibilidade e contribuição nesta tese.

À Universidade Federal do Rio Grande do Sul, ao Programa de Pós-Graduação em Educação em Ciências: Química da Vida e Saúde e à coordenação deste PPG, pela oportunidade de uma educação pública de qualidade.

Ao Jean estudante de nutrição e bolsista de iniciação científica que tanto contribuiu com esta pesquisa.

Ao meu marido, meus pais e meu irmão que sempre apoiaram e incentivaram a minha vontade de aprender mais e, com isso, fizeram-se presentes em toda esta trajetória.

A todos aqueles que, de alguma forma, contribuíram para a concretização deste trabalho: professores, colegas, familiares e amigos.

RESUMO

As discussões sobre o consumo de substâncias que interferem na vida escolar de estudantes de educação básica, em especial quanto aos hábitos alimentares e à saúde humana, são importantes, pois é nessa fase do desenvolvimento humano que se pressupõe a passagem de uma situação de dependência infantil para uma maior autonomia social. O objetivo da pesquisa foi investigar as implicações na vida escolar, nos hábitos alimentares e na saúde humana de estudantes de educação básica ocasionadas pelo consumo de substâncias alimentares e/ou psicoativas, considerando o seu meio sociocultural. Entende-se que as substâncias alimentares podem promover fatores positivos ou negativos dependendo do tipo de alimento e as respectivas quantidades consumidas. Trata-se de uma pesquisa de abordagem quantitativa e qualitativa com delineamento descritivo e transversal. Foi desenvolvida em Escolas Municipais e Estaduais de Educação Básica do município de Panambi no interior do Rio Grande do Sul. Os sujeitos da pesquisa foram estudantes dos anos finais do Ensino Fundamental e professores. Os dados foram produzidos por meio da análise de artigos científicos, questionários e encontros formativos. A parte qualitativa foi analisada com base nos argumentos de Moraes e Galiazzi (2016) sobre a análise textual discursiva (ATD). Para os dados quantitativos foi realizada análise estatística descritiva e inferencial usando o *software* SPSS. Percebemos diversas influências dos comportamentos e aprendizagens escolares relacionadas ao contexto de vida dos estudantes, tais como questões: sociais, ambientais, culturais e econômicas. No estudo buscamos aprofundar a investigação no campo da Saúde e da Educação, considerando, ainda, abordagens sociais, socioantropológicas e socioculturais. Defendemos a importância de articular a promoção da saúde na escola com uma perspectiva de proposta curricular que considere a vivência e a fase de vida dos alunos. Abordamos estudos sobre a necessidade de compreensão da multidimensionalidade do comportamento alimentar, considerando-o complexo, pois envolve aspectos socioculturais, subjetivos e individuais, conscientes e inconscientes sobre a alimentação e a nutrição. Trouxemos reflexões a partir dos argumentos de Edgar Morin e Pierre Bourdieu. O processo de análise das produções bibliográficas, fez compreender uma parcela dos conhecimentos produzidos e validados sobre as implicações do comportamento de adolescentes com o uso de substâncias alimentares e/ou psicoativas e a influência na saúde, nos hábitos alimentares e nos significados socioculturais no contexto escolar. Identificamos a significância com $p < 0,05$ sobre o desempenho escolar dos estudantes ao associarmos a dificuldade de concentração, dormir mal, quantidade de comida em casa e a escolaridade da mãe. Além disso, observamos que o maior consumo de açúcar branco, bebidas adoçadas, panificados e baixo consumo de frutas podem estar relacionados à interferência negativa no desempenho escolar. Em relação às substâncias psicoativas, o estudo mostra que o consumo de energéticos, bebida alcoólica com energético e drogas pode estar associado ao pior desempenho escolar. Identificamos algumas relações sobre as escolhas alimentares e o uso de substâncias psicoativas conforme a renda dos estudantes, como a menor quantidade de comida em casa, que se mostrou relacionada com a baixa renda das famílias. O baixo consumo de alimentos ultraprocessados, associado a uma maior frequência no consumo de frutas e saladas mostrou-se relacionado à renda familiar superior a quatro salários mínimos. Na pesquisa percebemos que a alimentação, a nutrição e o consumo de substâncias psicoativas têm relação direta com as condições do ambiente em que os estudantes vivem, pois os diferentes conhecimentos e saberes, os aspectos históricos, ambientais e socioculturais em que os sujeitos estão inseridos, são fundamentais para compreender as implicações de substâncias alimentares e/ou psicoativas na vida escolar.

Palavras-chave: Educação Alimentar e Nutricional; comportamento alimentar de adolescentes; substâncias que interferem na vida escolar; promoção da saúde.

ABSTRACT

Discussing the consumption of substances that interfere in the experience of students in basic education is important, especially relating eating habits and health issues, since it is in such phase of human development in which children become socially autonomous. The objective of the research is to investigate the implications of the consumption of food and psychoactive substances in students of basic education considering the sociocultural field. It understands that food can promote positive or negative factors depending on the type of food or substances consumed. It is a both qualitative and quantitative approach of transversal description. It was developed in municipal and state schools of basic education of the city of Panambi in the state of Rio Grande do Sul. The subjects of research are students of the final years of elementary school. The data is product of the analysis of scientific articles, questionnaires, interviews and meetings. The qualitative analysis is based upon Moraes and Galiazzi (2016) view on Discursive Textual Analysis. The quantitative analysis is set upon descriptive and influential statistics through the SPSS software. Several influences were noticed in the behavior and learnings relating the context of life of the students such as social, environmental, cultural and economic. The study deepens the investigation on both Health and Education fields considering the antropological approach and presents the importance of articulation between health promotion at school in the perspective of a curriculum that considers the experience of the students through the comprehension of the multidimension of complex eating habits, that are subjective and individual, conscious and unconscious. The text reflects on Edgar Morin and Pierre Bourdieu to analyze, in the third chapter, the knowledge validated about the implications of the behavior of teenagers with food and psychoactive substances in their health, habits and sociocultural meanings for the scholar context. We identify the significance of eating habits and mother's education in scholar performance, considering concentration and sleep difficulties. It also identifies that the consumption of white sugar, white flour and sweetened beverages in opposition to the little consumption of fresh fruit can explain some of the poor scholar performance. About psychoactive substances, the study shows that the consumption of energy drinks, alcohol and drugs also relate to poorer scholar performance. We identify about the consumption in relation to the students familiar income, revealing that when there is less income, the poorer are the eating habits such as ultraprocessed products and, on the other side, the more income, the better quality of food. Finally, it presents that the consumption of food and psychoactive substances are directly related to the environmental conditions os the students' families and knowledges, including historic and cultural aspects, all fundamental to comprehend the implications of their consumption habits in their scholar performance.

Keywords: Food and nutrition education; Teenage nutrition habits; Substances that interfere in scholar performance; Health promotion.

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 – Distribuição de alunos por escola	71
Tabela 2 – Distribuição de estudantes conforme dados sociodemográficos, saúde e dados socioeconômicos relacionados ao desempenho escolar	72
Tabela 3 – Consumo alimentar relacionado à nota de maior frequência e maiores dificuldades nas aulas	80
Tabela 4 – Distribuição do consumo alimentar e hábito de realizar o café da manhã relacionado com o desempenho escolar de estudantes	81
Tabela 5 – Distribuição do consumo de substâncias psicoativas relacionado com o desempenho escolar de estudantes	89
Tabela 6 – Frequência de consumo de substâncias psicoativas pelos alunos	90
Tabela 7 – Distribuição do consumo de substâncias psicoativas e suplemento alimentar conforme a idade dos estudantes	93
Tabela 8 – Consumo de alimentos para melhorar o humor associado a situações de saúde ..	95
Tabela 9 – Consumo de substâncias psicoativas, suplemento alimentar e a relação com o consumo de doces ultraprocessados	99
Tabela 10 – Relação do consumo alimentar com fatores econômicos	104
Tabela 11 – Relação do consumo de substâncias psicoativas com fatores sociais	114
Tabela 12 – Relação do consumo de outras drogas com substâncias psicoativas	116
Tabela 13 – Relação do consumo de drogas ilícitas com desempenho escolar	117
Tabela 14 – Relação do consumo de drogas com alimentação, renda e trabalho	119

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 – Localização do município de Panambi no Estado do Rio Grande do Sul	31
Figura 2 – Localização de Panambi conforme municípios da região	31
Figura 3 – Fluxograma do desenho metodológico	35
Figura 4 – Fluxograma de seleção dos artigos	38

LISTA DE SIGLAS

Aids – Síndrome da Imunodeficiência Adquirida
ATD – Análise Textual Discursiva
BNCC – Base Nacional Comum Curricular
Capes – Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior
CNPq – Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico
Consea – Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional
DHAA – Direito Humano à Alimentação Adequada
DCNT – Doenças Crônicas Não Transmissíveis
EAN – Educação Alimentar e Nutricional EB – Educação Básica
Ideb – Índice de Desenvolvimento da Educação Básica
IMC – Índice de Massa Corporal
IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística
IST – Infecções Sexualmente Transmissíveis
Lilacs – Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde
MAHP – Museu e Arquivo Histórico de Panambi
Medline – Medical Literature Analysis and Retrieval System On-line
MS – Ministério da Saúde
OMS – Organização Mundial da Saúde
PCN – Parâmetros Curriculares Nacionais
PBF – Programa Bolsa Família
POF – Pesquisa de Orçamentos Familiares
Pense – Pesquisa Nacional de Saúde dos Escolares
PNAE – Programa Nacional de Alimentação Escolar
RS – Rio Grande do Sul
SE – Situação de Estudos
SNC – Sistema Nervoso Central
TCLE – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido
TV – Televisão
UFRGS – Universidade Federal do Rio Grande do Sul
Unijuí – Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	11
1 REFERENCIAL TEÓRICO	18
1.1 LIMITES E DESAFIOS DA NUTRIÇÃO EM RELAÇÃO AO ATO DE COMER	21
1.2 CONTRIBUIÇÃO DO PENSAR COMPLEXO PARA A ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO	24
2 O CONTEXTO E OS CAMINHOS METODOLÓGICOS DA PESQUISA	30
2.1 CONTEXTO DAS ESCOLAS PARTICIPANTES DA PESQUISA	32
2.2 OS PRESSUPOSTOS METODOLÓGICOS DA PESQUISA	33
3 O PROCESSO DE DESCRIÇÃO E INTERPRETAÇÃO DAS PRODUÇÕES CIENTÍFICAS	41
3.1 COMPORTAMENTO E HÁBITO ALIMENTAR: DIFERENÇAS CONCEITUAIS PARA O CAMPO DA ALIMENTAÇÃO E DA NUTRIÇÃO	41
3.2 ESTILO DE VIDA E HÁBITOS INADEQUADOS COMO FACILITADORES PARA COMPORTAMENTOS DE RISCO AOS AGRAVOS À SAÚDE	45
3.3 REPRESENTAÇÕES SOCIAIS NO CONTEXTO DA ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO NA ADOLESCÊNCIA	53
3.4 PROMOÇÃO DA SAÚDE NA INTERFACE COM A ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO	60
3.5 AS REPRESENTAÇÕES SOCIAIS NA PERSPECTIVA DE BOURDIEU	65
3.6 ALGUMAS CONSIDERAÇÕES	69
4 FATORES QUE PODEM INTERFERIR NO DESEMPENHO ESCOLAR	70
4.1 CARACTERÍSTICAS DA POPULAÇÃO DO ESTUDO	70
4.2 DESEMPENHO ESCOLAR RELACIONADO A FATORES DE SAÚDE, DADOS SOCIODEMOGRÁFICOS E SOCIOECONÔMICOS	71
4.3 DESEMPENHO ESCOLAR RELACIONADO AO CONSUMO ALIMENTAR	78
4.4 DESEMPENHO ESCOLAR ASSOCIADO A CONSUMO DE SUBSTÂNCIAS PSICOATIVAS	87
4.5 CONSUMO DE ALIMENTOS E RELAÇÃO COM A SAÚDE E DEPENDÊNCIA POR SUBSTÂNCIAS PSICOATIVAS	94
4.6 ALGUMAS CONSIDERAÇÕES	100
5 ALIMENTAÇÃO, NUTRIÇÃO E SUBSTÂNCIAS PSICOATIVAS: RELAÇÕES COM OS CONTEXTOS SOCIOCULTURAIS	102

5.1 FATORES SOCIAIS RELACIONADOS COM O CONSUMO ALIMENTAR	102
5.2 FATORES SOCIAIS RELACIONADOS COM O USO DE SUBSTÂNCIAS PSICOATIVAS	112
5.3 RELAÇÃO ENTRE O CONSUMO DE DROGAS, CONTEXTO DE VIDA E DESEMPENHO ESCOLAR	114
5.4 ENCONTROS FORMATIVOS DE PROFESSORES: UMA REFLEXÃO SOBRE OS ARGUMENTOS DOS ESTUDANTES	121
5.5 ALGUMAS CONSIDERAÇÕES	123
CONSIDERAÇÕES FINAIS	124
REFERÊNCIAS	130
APÊNDICES	145

INTRODUÇÃO

As discussões sobre o consumo de substâncias que interferem na vida escolar de estudantes de educação básica, em especial quanto aos hábitos alimentares e a saúde humana, são oportunas, pois o consumo de substâncias psicoativas, como drogas ilícitas, álcool, tabaco e também a cafeína, presente em alimentos, suplementos e bebidas, são substâncias ingeridas, em sua maioria, por jovens (SOUSA; PEREIRA, 2018). Destacamos, ainda, com base no atual Guia Alimentar para a População Brasileira (BRASIL, 2014), que estão ocorrendo mudanças no padrão alimentar com diminuição no consumo de alimentos *in natura* ou minimamente processados e o aumento do consumo das substâncias industrializadas nos alimentos, como os aditivos e conservantes, provocando alergias, reações adversas e doenças crônicas, como o diabetes mellitus, hipertensão arterial, câncer e obesidade.

Entendemos que é oportuno iniciar falando de um dos fatores relacionados à obesidade, pois este é hoje um problema de saúde pública, apresentando uma crise global que atinge uma parcela cada vez mais significativa da população. Atualmente, os dados da Organização Mundial da Saúde (OMS) revelam que 40% de toda a população mundial está acima do peso, três vezes mais do que há 40 anos (OMS, 2018). No Brasil, conforme dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), um em cada dois adultos e uma em cada três crianças encontram-se nessa mesma condição (BRASIL, 2010). A OMS salienta que a obesidade é um problema multifatorial, e enfrentá-la exige um esforço igualmente diversificado (OMS, 2018).

Monteiro *et al.* (2018) relacionam o aumento acelerado da obesidade às mudanças no padrão alimentar da população como um todo, que hoje privilegia produtos ultraprocessados, que contêm elevada concentração de substâncias nocivas ao organismo, como altos níveis de sódio, açúcar e gorduras saturadas em detrimento das preparações caseiras e alimentos *in natura* ou minimamente processados.

Existe, hoje, um conjunto de evidências científicas, entre elas o Guia Alimentar para a População Brasileira, que relacionam o consumo desses produtos ao aumento de peso (BRASIL, 2014). Evidências apontam, também, para a exposição cada vez mais precoce à má alimentação. São comercializados produtos ultraprocessados tão ostensivamente que chegam a transformar os hábitos alimentares tradicionais e locais (BRASIL, 2014).

Essa mudança no hábito alimentar da população brasileira, ocorrida nas últimas décadas, tem atraído a atenção da comunidade científica, pois a substituição de alimentos *in natura* por alimentos ultraprocessados vem contribuindo para o empobrecimento da

alimentação em termos de saúde (POLÔNIO; PERES, 2009). Em razão da alta demanda de alimentos industrializados, tem se modificado, nas últimas décadas, a fabricação e o preparo dos mesmos (BRASIL, 2014).

A indústria alimentícia tem se beneficiado do avanço da indústria química e passou a utilizar um grande número de substâncias artificiais incorporadas nos alimentos para melhorar as condições de armazenagem e oferecer alimentos seguros, e assim atender às expectativas do mercado consumidor (POLÔNIO; PERES, 2009). Os aditivos alimentares tornaram-se obrigatórios na alimentação moderna, sobretudo por sua capacidade de manter a qualidade e a validade dos alimentos vendidos em supermercados por um longo tempo. Há, entretanto, estudos que associam a utilização inadequada dessas substâncias a efeitos prejudiciais à saúde, como o aparecimento de câncer, alergias e outras enfermidades (GOUVEIA, 2006).

Entre as substâncias adicionadas aos alimentos, também se inclui os corantes, os conservantes e as nitrosaminas, que são substâncias presentes, geralmente, em alimentos industrializados, que se acumulam no organismo sendo necessário controlar as suas doses de ingestão diária, porém não existem informações bem-definidas para cada substância quanto à dose diária de ingestão (PRADO; GODOY, 2007).

As reações adversas aos conservantes, corantes e aditivos alimentares são raras, mas não devem ser menosprezadas (PEREIRA; MOURA; CONSTANT, 2008). O corante artificial, a tartrazina, os sulfitos e o glutamato monossódico, são relatados como causadores de reações. O metabissulfito de sódio causa reações mais frequentes (urticária e exacerbação da asma). O citrato de sódio, usado como antioxidante, pode causar reações alérgicas, além da queda da pressão arterial, vermelhidão da pele e dor de cabeça, porém mais raramente que os sulfitos (PEREIRA; MOURA; CONSTANT, 2008). Outra substância importante a se mencionar é a cafeína, pois os efeitos agudos e crônicos, provocados pelo seu uso, podem provocar consequências à saúde, como arritmias, parada cardíaca e infarto agudo não fatal do miocárdio (FRANKE *et al.*, 2011). Sentir os efeitos agudos e crônicos da cafeína no organismo é fácil quando a ingestão se dá a partir dos hábitos alimentares, pela suplementação de tal substância em bebidas e, ainda, em medicamentos de venda livre, utilizados como estimulantes e emagrecedores (GILES *et al.*, 2012). Considerando os efeitos farmacológicos e toxicológicos da cafeína, é necessário atribuir certa responsabilidade e ponderação ao uso dessa substância e também levar em conta a vulnerabilidade do indivíduo, as manifestações clínicas, bem como a finalidade do seu consumo (CAZARIM; ARAÚJO, 2011).

Sobre o consumo de substâncias doces, a literatura científica revela que sintomas de fissura por doce e preferência por esta substância são comumente encontrados em indivíduos

dependentes químicos (LEVINE; KOTZ; GOSNELL, 2003). A maioria das teorias etiológicas para esse fenômeno aponta para os mecanismos neuroquímicos de controle dos comportamentos de recompensa (PELCHAT, 2002). As substâncias doces demonstraram estimular o sistema opioide endógeno, responsável pela sensação de prazer (KAMPOV-POLEVOY *et al.*, 2004). Além disso, foi demonstrado que várias drogas de abuso e alimentos de sabor doce têm em comum a habilidade de aumentar a concentração extracelular de dopamina, sugerindo que as drogas de abuso e as substâncias doces compartilham o mesmo mecanismo dopaminérgico que reforça a repetição do comportamento de busca e uso, muitas vezes levando à compulsão em indivíduos geneticamente suscetíveis (KAMPOV-POLEVOY *et al.*, 2004).

Esse consumo exagerado também pode ser uma expressão de abuso e dependência de açúcares. Apesar, entretanto, de os profissionais da área da saúde realizar a observação dos indivíduos que apresentam uma alta ingestão de açúcares, o uso exagerado desta substância não costuma ser associado, na literatura científica mundial, a uma perda de controle, a um desejo compulsivo de seu uso ou mesmo a um desvio patológico do comportamento (ROSA *et al.*, 2008).

Desse modo, chamamos a atenção para o fato de que o consumo de álcool e o uso de substâncias, como tabaco, anfetaminas ou cocaína, não eram percebidos como sendo de substâncias que desenvolviam patologias; sua utilização era vista como uma opção do indivíduo ou uma forma de *status* social (ROSA *et al.*, 2008). Hoje em dia, contudo, essas substâncias são consideradas drogas e acarretam grandes problemas de saúde. Estudos, como de Silva, Teixeira e Ferreira (2014), no entanto, têm demonstrado que o consumo excessivo de açúcares pela população mundial tem relação com o desenvolvimento de doenças crônicas. São poucos, entretanto, os achados na literatura científica a respeito da possível relação de abuso e dependência de açúcares (ROSA, *et al.*, 2008).

O tabaco ou cigarros também são substâncias abordadas neste estudo. O seu consumo já foi considerado um hábito, porém tem-se apresentado nos últimos anos como prejudicial à saúde. É tido como vício mortal, um problema de saúde pública. Diante de inúmeras evidências que ligam o cigarro a doenças como o câncer e outras complicações fatais, foi investido em políticas eficientes de educação para a saúde, que permitiu ao Brasil reduzir a um terço o número de fumantes (BORTOLETTO, 2018). O programa antitabagismo brasileiro é considerado, hoje, referência internacional.

Por outro lado, o consumo de álcool constitui-se, na atualidade, como um dos mais sérios problemas sociais em escala mundial, tornando-se, assim, a redução do seu

consumo uma das mais importantes ações de Saúde Pública, no sentido da promoção da saúde e recuperação econômica (GRANVILLE-GARCIA *et al.*, 2014). Cabe destacar que em indivíduos que bebem e/ou fumam diariamente ocorre aumento de até 60% das chances de desenvolvimento de câncer quando associados à alimentação rica em gorduras, frituras ou alimentos industrializados ricos em corantes e conservantes (FEITOSA; PONTES, 2011).

Outro grupo de substâncias, identificado por Carneiro *et al.* (2012), refere-se aos agrotóxicos. Os autores mencionam que o uso prolongado e diário de cereais, frutas e legumes com exposição a agrotóxicos, também implica substâncias prejudiciais à saúde. Os graves problemas de saúde com a utilização dos agrotóxicos ocorrem, principalmente, pelo desconhecimento dos efeitos tóxicos dos princípios ativos (CARNEIRO *et al.*, 2012). Os agrotóxicos utilizados na agricultura e em outras atividades econômicas, dispersam-se pelo ar, água e solo, expondo, de maneira intensa, não somente os trabalhadores, mas também a população próxima ao local de sua utilização (MOREIRA *et al.*, 2012).

E como substâncias que são benéficas ao organismo citamos os antioxidantes que são agentes responsáveis pela inibição e redução das lesões causadas pelos radicais livres nas células (BIANCHI; ANTUNES, 1999). Shami e Moreira (2004) descrevem que a produção excessiva de radicais livres pode levar a diversas formas de dano celular e sua cronicidade pode estar envolvida com a etiogênese ou com a formação de inúmeras doenças. As lesões causadas pelos radicais livres nas células podem ser prevenidas ou reduzidas por meio da atividade de antioxidantes, sendo encontrados em muitos alimentos principalmente frutas e verduras (BIANCHI; ANTUNES, 1999).

O consumo das substâncias mencionadas, de modo exagerado ou não, leva a uma reflexão a respeito dos fatores que interferem na qualidade de vida dos sujeitos, podendo ser de forma positiva ou negativa, além de questões ligadas às suas condições socioeconômicas e culturais. A partir disso cita-se Bourdieu (2007) com o conceito de *habitus*, que corresponde à adoção de um tipo de prática que tem a ver com costumes estabelecidos tradicionalmente e que atravessa gerações, com as possibilidades reais de aquisição dos alimentos e com uma sociabilidade construída tanto no âmbito familiar e comunitário quanto compartilhada e atualizada pelas outras dimensões da vida social. Ao alimentar-se de pratos preparados de forma típica, o indivíduo não só dá conta da própria sobrevivência, mas se sente seguro em suas tradições e reconhece sua identidade social.

Dessa forma, entende-se que, nesta pesquisa, a abordagem na escola de temas relacionados à saúde dos estudantes vai ao encontro de diretrizes que orientam trabalhar os

conteúdos escolares de forma reflexiva e com capacidade de escolhas conscientes, com conteúdos relevantes que, ao serem discutidos, fazem sentido para os alunos. O tema de investigação deste estudo está em consonância com essas orientações, pois busca compreender as implicações na saúde provocadas pelo consumo de substâncias alimentares e/ou psicoativas e compreender os sentidos e significados socioculturais dos estudantes no contexto escolar em que estão inseridos, proporcionando articulação entre as áreas da saúde e a educação.

A abordagem do tema saúde nas escolas aprofundou-se a partir da perspectiva transversal proposta nos Parâmetros Curriculares Nacionais – PCN (BRASIL, 1998) – e, no momento atual, por intermédio da Base Nacional Comum Curricular – BNCC (BRASIL, 2017). Sob essa abordagem, o currículo pode contemplar as principais questões de saúde, cuja concepção considera determinantes sociais, bem como as dimensões individuais e coletivas (BRASIL, 2012a). Em concomitância aos PCNs, a BNCC indica os conhecimentos, saberes, valores e conteúdos que constituem o currículo escolar. O documento aponta a necessidade do aluno em se conhecer e cuidar da sua saúde física e emocional, bem como a valorização da diversidade de saberes e vivências culturais (BRASIL, 2017).

As diretrizes recomendam que os conteúdos escolares sejam organizados por meio de temas estruturantes, com o objetivo de sustentar sua própria existência, e que “dizem respeito à saúde, à produção de alimentos, à produção tecnológica, enfim, ao modo como interage com o ambiente para dele extrair sua sobrevivência” (BRASIL, 1998, p. 39). Para promover no aluno a possibilidade de compreender a forma pela qual o ser humano se relaciona com a natureza e as transformações que promove nela, é necessário considerar os saberes que eles trazem de suas vivências quando chegam à escola, pois seus conhecimentos são os significados produzidos na interação social, que passam a constituir a própria mente deles (BOFF, 2011).

A partir dessa visão, Boff e Del Pino (2018) discutem a constituição de espaços coletivos com a intenção de contribuir na formação de sujeitos críticos com capacidade de intervir na realidade social como um caminho importante para a transformação da realidade escolar, pois, a partir disso, o professor deixa de ser um aplicador dos conhecimentos produzidos por outros para se constituir em um sujeito participativo e autor de seu processo de ensino e aprendizagem. Assim, desenvolver um processo emancipatório faz do professor sujeito que participa das discussões e definições do currículo escolar a partir das vivências dos estudantes.

Freire (2015) criticou a educação bancária, entendida como simples transmissão de conteúdos, e enfatizou o respeito pelos conhecimentos prévios dos sujeitos sociais e seu contexto histórico e político. Dessa forma, a proposta emancipatória, direcionada à visão de Freire (2015), compreende o educando como aquele que deve se libertar e emancipar por meio do diálogo, da reflexão, da negociação e da problematização com o educador, quando o conhecimento é construído por meio da comunicação e do diálogo e dos saberes que resultam das significações atribuídas da vivência cotidiana dos estudantes.

Com base nos argumentos apontados, **o objetivo central desta pesquisa é investigar as implicações, na vida escolar, nos hábitos alimentares e na saúde humana de estudantes de educação básica, que podem ser ocasionadas pelo consumo de substâncias alimentares e/ou psicoativas, considerando o seu meio sociocultural.** Entende-se que as substâncias alimentares podem promover fatores positivos ou negativos dependendo do tipo de alimento e as respectivas quantidades consumidas. Já as psicoativas agem no sistema nervoso central de quem as consomem e causam alterações na função cerebral. Essas alterações interferem temporariamente no humor, consciência, comportamento e percepção do indivíduo (BRASIL, 2008).

O estudo poderá contribuir com a vida escolar dos estudantes ao proporcionar uma reflexão social e cultural sobre o consumo abusivo de substâncias psicoativas. A pesquisa perpassa a investigação no campo da saúde e da educação, considerando, ainda, abordagens sociais, socioantropológicas e socioculturais (BRASIL, 2012a, 2014, 1998, 2017).

Pela importância de investigação, a tese será orientada pela seguinte questão central de pesquisa: **Que implicações, na vida escolar de estudantes de educação básica, podem ser identificadas pelo consumo de substâncias alimentares e/ou psicoativas e que sentidos e significados socioculturais são produzidos pelos estudantes?**

No detalhamento da pesquisa são focalizados os seguintes objetivos:

- 1 – Realizar revisão integrativa para aprofundar a compreensão sobre o estudo do uso de substâncias alimentares e psicoativas e suas implicações no comportamento, na saúde e na aprendizagem escolar de adolescentes;
- 2 – Realizar um diagnóstico dos estudantes de 6º ao 9º ano da educação básica, do município de Panambi – Rio Grande do Sul (RS), sobre o consumo de substâncias alimentares e/ou psicoativas;
- 3 – Compreender as possíveis implicações que o consumo de substâncias alimentares nocivas e/ou psicoativas pode ocasionar na vida escolar e na saúde de estudantes de educação básica;

- 4 – Analisar os sentidos e significados socioculturais produzidos pelos estudantes sobre o consumo de substâncias psicoativas;
- 5- Socializar com os professores de educação básica, os resultados da pesquisa na perspectiva de refletir sobre questões que nem sempre são visualizadas pelos docentes.

Para responder à questão central de pesquisa e atender aos objetivos propostos, a tese foi estruturada em capítulos:

No primeiro capítulo apresentamos o Referencial Teórico, com a intenção de aprofundar o tema, realizando uma revisão integrativa da literatura. Buscamos o suporte de autores como Bourdieu e Morin, investigando as implicações nos hábitos alimentares e na saúde humana ocasionadas pelo consumo de substâncias alimentares e/ou psicoativas por estudantes de educação básica, considerando o seu meio sociocultural.

No segundo capítulo, intitulado “O Contexto e os Caminhos Metodológicos da Pesquisa”, descrevemos e analisamos os caminhos percorridos durante o processo de pesquisa.

No terceiro capítulo, nomeado “Substâncias que interferem no comportamento de adolescentes: sentidos e significados socioculturais”, realizamos uma revisão bibliográfica, na qual buscou-se analisar estudos que relacionam as implicações do comportamento de adolescentes com o uso de substâncias alimentares e/ou psicoativas e a influência na saúde, hábitos alimentares e significados socioculturais no contexto escolar por meio de uma revisão integrativa.

No quarto capítulo, “Possíveis interferências de alimentos, substâncias psicoativas, situações de saúde e renda na vida escolar”, produzimos um diagnóstico dos estudantes dos anos finais do Ensino Fundamental com o objetivo de compreender as implicações do consumo de alimentos e substâncias psicoativas, situações de saúde e renda em adolescentes e sua influência na vida escolar.

No quinto capítulo, intitulado “Alimentação, nutrição e substâncias psicoativas: relações com os contextos socioculturais”, abordamos sobre a perspectiva da alimentação, nutrição e consumo de substâncias psicoativas com relação direta com o ambiente em que as pessoas vivem, o que compõe um conjunto que é influenciado pela subjetividade, pela história e pela cultura de determinada sociedade. Discutimos sobre os hábitos e comportamentos, e cabe citá-los neste capítulo porque eles se formam e se sustentam pelos contextos sociais em que se inserem e se desenvolvem. Logo, buscamos discutir sobre a alimentação, nutrição e uso de substâncias psicoativas dialogadas com as questões sociais, econômicas e demográficas dos indivíduos pesquisados.

1 REFERENCIAL TEÓRICO

A partir de uma discussão inicial apresentada na introdução desta tese sobre as substâncias alimentares e/ou psicoativas, temos a intenção de aprofundar esse tema realizando uma revisão integrativa da literatura e, posteriormente, uma pesquisa direcionada a adolescentes, buscando compreender as interferências desse consumo no seu meio social. Para produzir esta análise buscou-se o suporte de autores, tendo sua centralidade teórica no referencial histórico-cultural do sociólogo Bourdieu (1983, 1998, 2007, 2014). Além deste autor, foi realizada, também, uma abordagem sobre a teoria da complexidade de Morin (2003, 2010, 2011) a partir do comportamento alimentar complexo. Com base nesses autores, temos a intenção de investigar as implicações nos hábitos alimentares e na saúde humana, ocasionadas pelo consumo de substâncias alimentares e/ou psicoativas por estudantes de educação básica, considerando o seu meio sociocultural. Levantamos, ainda, a ideia de identificar a influência que esse consumo representa no contexto escolar.

A adolescência é uma fase fundamental na promoção da saúde e na aquisição de comportamentos protetores da saúde (VIEIRA *et al.*, 2008). Isso é destacado ao considerarmos que o adolescente, enquanto etapa do desenvolvimento humano, que pressupõe a passagem de uma situação de dependência infantil para a inserção social, enfrenta rápidas alterações físicas, psicológicas, socioculturais e cognitivas, bem como a busca por identidade e autonomia (SILVA; TEIXEIRA; FERREIRA, 2014). Nesse sentido, acredita-se que as influências na alimentação e no consumo de substâncias psicoativas estão fortemente relacionadas com a inserção social vivenciada pelo adolescente.

O consumo abusivo de substâncias psicoativas é considerado uma questão de saúde pública extremamente relevante em praticamente todo o mundo, pois, além do comprometimento das estruturas cerebrais, as substâncias psicoativas podem causar problemas físicos, psicológicos, sociais e ocupacionais (BRASIL, 2010).

Conforme Malta *et al.* (2015), em meio a comportamentos de risco entre adolescentes têm sido identificado o uso das substâncias psicoativas. Por isso, foram criados sistemas de monitoramentos contínuos dessas exposições a comportamentos de risco, como a Pesquisa Nacional de Saúde dos Escolares (PeNSE), realizada em parceria entre o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) e o Ministério da Saúde (MS) (IBGE, 2009), em 2009, 2012 e 2015 (IBGE, 2009, 2013, 2016), demonstrando a importância da continuidade desse monitoramento para apoio às políticas públicas.

Dentre os comportamentos monitorados pela Pense, inclui-se o uso de substâncias psicoativas, como tabaco, álcool e outras drogas ilícitas (MALTA *et al.*, 2011). Segundo Andrade (2017), essas substâncias apresentam um risco que pode estar presente em qualquer lugar, inclusive no entorno das escolas. As substâncias psicoativas podem interferir no cotidiano e nas relações sociais dos adolescentes. O autor menciona, também, que o ambiente escolar configura um espaço propício para a socialização dos indivíduos.

As escolas podem preparar-se para lidar com situações associadas ao uso dessas substâncias, pois isso pode interferir no processo ensino-aprendizagem (ANDRADE, 2017). Horta *et al.* (2007) observaram que a ocorrência de reprovações escolares e a falta de vínculo com a escola, causando prejuízos no desempenho escolar, estão associadas ao consumo de tabaco e drogas ilícitas e, inclusive, destacaram que os alunos que apresentam mais problemas escolares, como reprovação e dificuldade no desempenho, têm mais chances de utilizar substâncias psicoativas. Logo, são duas vias, pois o uso das substâncias pode favorecer os problemas para aprendizagem por levar à perda de memória e maior dificuldade de concentração, conforme os autores, mas também alunos com perfil de pior desempenho escolar tendem a buscar o uso dessas substâncias, agravando ainda mais a aprendizagem escolar.

Diante disso, concorda-se com Andrade (2017) ao sugerir a realização de estudos de intervenção no ambiente escolar, pois é crucial traçar estratégias de educação em saúde que visem a orientar a comunidade escolar sobre as concepções do uso de substâncias psicoativas e as consequências decorrentes desse uso. Um exemplo de intervenção sobre a temática desenvolvida no contexto escolar foi realizada por Boff (2011), ao discutir o tema substâncias ou drogas psicoativas em sala de aula. O conceito proposto pela Organização Mundial de Saúde (OMS), em 1993, classificou drogas como “toda substância natural ou sintética que introduzida no organismo vivo, pode modificar uma ou mais de suas funções” (OMS, 1993, p. 69-82). Essa definição esclarece, em um sentido amplo, que droga é qualquer substância química, natural ou sintética, capaz de modificar um sistema biológico.

Boff (2011), porém, realizou o seu estudo direcionado a drogas que modificam o estado de consciência do usuário. A autora argumenta que essas substâncias afetam grande parte dos jovens em idade escolar, entendendo que o conhecimento sobre como a droga atua no organismo humano pode ser um caminho que auxilie os adolescentes. Nesse sentido, Boff (2011) propôs uma Situação de Estudos (SE) para abordar a temática. Conforme a autora, uma das características da SE é discutir uma situação real, concreta, da vivência cotidiana dos estudantes. A partir da SE, primeiramente problematizou-se, em sala de aula, o conhecimento

cotidiano dos alunos e, posteriormente, desenvolveu-se os conceitos disciplinares sobre a temática. A autora realizou, inclusive, uma sistematização sobre a ação das drogas no Sistema Nervoso Central (SNC) a partir das discussões levantadas em sala de aula, em que os próprios estudantes apresentaram os tipos de drogas mais frequentes e seus efeitos no SNC, podendo ser depressoras, perturbadoras e estimuladoras. Isso auxilia muito os alunos a compreenderem melhor os efeitos negativos das drogas no processo de aprendizagem.

Pensando a partir dessa discussão sobre a importância de proporcionar a análise de fatores presentes na vivência cotidiana dos estudantes, como comentado no início deste referencial, o intuito desta tese é investigar sobre os sentidos e significados socioculturais dos indivíduos, seja para hábitos alimentares ou uso de substâncias psicoativas, pois ambos têm abordagens multifatorial. Iniciamos, então, uma reflexão a partir dos conceitos de Bourdieu.

Pierre Bourdieu (1983) afirma que assumir a juventude como um fenômeno independente de questões sociais é uma tentativa de manipulação da realidade, pois não considerar as diferentes oportunidades vivenciadas por jovens de distintas classes sociais levaria a ignorar as suas diferenças, e isso significa contribuir com a ideologia de classes dominantes, ou seja, com a visão de que apenas determinadas culturas são legítimas. Nesta perspectiva, o conceito simbólico de Bourdieu, conforme Marques e Gutierrez (2009), comer é uma experiência social que envolve trocas simbólicas, acordos e negociações constantes sobre o significado dos alimentos em uma cultura. Assim, o comer é uma ação concreta de incorporação tanto de alimentos quanto de seus significados, permeados por trocas simbólicas, envolvendo uma infinidade de elementos e de associações capazes de expressar e consolidar a posição de um agente social em suas relações cotidianas (MARQUES; GUTIERREZ, 2009). Nesse aspecto, a comida, ou ainda o ato de se alimentar, transforma-se num ato simbólico.

Seguindo com Bourdieu (1998), mencionamos a violência simbólica, a qual se apoia em uma imposição determinada e se dá na criação contínua de crenças no processo de socialização, que leva o indivíduo a se posicionar no espaço social seguindo os padrões e costumes. Bourdieu (1998) aborda aspectos do discurso dominante, o qual desencadeia uma violência simbólica a partir do reconhecimento da sua legitimidade, não apresentando aos indivíduos as diversas culturas, hábitos e conhecimentos existentes. Assim, uma cultura alimentar e seus conhecimentos, que não são considerados pertencentes à cultura dominante, acabam enfrentando violências simbólicas para se manterem vivos e reconhecidos pelos seus povos.

Para Bourdieu e Passeron (2014), é fundamental investir na valorização das diferenças segundo a origem social e familiar e as repercussões dessa formação diferenciada para suas atitudes e comportamentos escolares. Para ele, o aluno traz sua bagagem social e cultural comum com grau variado ao longo do percurso a partir de sua origem social, que o coloca em condições mais ou menos favoráveis diante das experiências escolares. Nesse sentido, nesta tese, ao buscarmos relacionar o consumo de substâncias alimentares e/ou psicoativas com o contexto sociocultural dos estudantes, vamos ao encontro dos argumentos de Bourdieu, que menciona a valorização das diversas culturas.

Interligando as questões culturais e sociais, mencionamos, também, a discussão do conceito de *habitus* de Bourdieu, que é imprescindível discutir no campo da alimentação e nutrição. Para Bourdieu (2007), é o *habitus* que faz um agente ser detentor de um gosto, porque as preferências estão associadas às condições objetivas de existência. Bourdieu e Passeron (2014) apresenta o conceito de *habitus* como sendo as exterioridades interiorizadas pelo indivíduo de acordo com sua trajetória social. O *habitus* é formado durante a socialização do indivíduo, desde o seu relacionamento familiar, sua primeira educação, passando pela escola, religião, trabalho, todos os meios que, enfim, irão contribuir para a formação do sujeito em determinado contexto social, estando diretamente vinculado ao pertencimento a uma classe social (BOURDIEU; PASSERON, 2014).

Tendo em vista, a constituição do *habitus* de um indivíduo, é importante discutir, durante o processo da adolescência, que envolve questões complexas de mudanças psicológicas e sociais, quando a influência do meio em que se insere o adolescente se faz marcante na formação de seu caráter, pensamentos e hábitos (BRETAS *et al.*, 2008). Desse modo, pode-se afirmar que o conceito de *habitus* está relacionado com o meio social dos estudantes e suas vivências, e saber valorizar os hábitos já existentes na cultura dos indivíduos e discutir para que o reconhecido e valorizado em determinado grupo social também seja visto e considerado nas abordagens referentes à alimentação e nutrição, é uma das principais linhas de abordagem desta tese.

1.1 LIMITES E DESAFIOS DA NUTRIÇÃO EM RELAÇÃO AO ATO DE COMER

Uma das intenções, nesta tese, é proporcionar uma discussão sobre a alimentação no contexto da globalização, abordada amplamente por Poulain (*apud* GIORGI, 2015) ao discutir a sociologia da alimentação, caracterizando os alimentos enquanto produtos naturais que passam por um processo de construção cultural, sendo valorizados na cultura alimentar de

cada povo. A alimentação é construída coletivamente cheia de representações simbólicas. Desta forma, observa-se que a alimentação, enquanto prática associada a diversas representações, permite-nos compreender como os diversos grupos imprimem constantemente ao mundo suas vontades, crenças e valores, sendo uma dimensão social extremamente importante (POULAIN *apud* GIORGI, 2015).

O autor ressalta, porém, que com os avanços do agronegócio referentes à utilização de técnicas de conservação, transporte e acondicionamento, foi possível produzir alimentos em abundância e diversidade. Poulain (*apud* GIORGI, 2015) entende que, por meio da mundialização e da industrialização da esfera alimentar, os produtos tornam-se padronizados, homogeneizados.

Nesse sentido, Poulain (*apud* GIORGI, 2015) discute a respeito do excesso de alimentos industrializados encontrado na atualidade. Como não conhecem a real procedência do que ingerem, tampouco conhecem as transformações sofridas pelos alimentos e quem os manipula, os indivíduos veem-se em situação nutricional e simbólica tormentosa, pois a industrialização significa, também, uma perda da identidade dos sujeitos por meio da perda da identidade dos próprios alimentos por eles consumidos. O autor ainda destaca, como importante modificação da alimentação, o crescente consumo de alimentos na rua, diminuindo cada vez mais o preparo das refeições em casa e também a utilização de alimentos *in natura*.

Poulain (*apud* GIORGI, 2015) cita socioantropólogos que estudam a alimentação humana, como Fischler (1995), quando aponta para um processo de desregulação das práticas alimentares e de autonomização dos indivíduos em suas escolhas, o que acaba por tornar a alimentação uma esfera permanente de decisões, dúvidas e angústias. Assim, discursos contraditórios e imperativos a respeito dos alimentos se proliferam com velocidade. Desta forma, Poulain (*apud* GIORGI, 2015) ressalta que o que caracteriza a situação atualmente não é a ausência de regras, mas o excesso delas, contribuindo para o aumento da ansiedade das pessoas.

Viana *et al.* (2017) trazem essa discussão abordando sobre a racionalidade nutricional, que pode estar colaborando com o processo de medicalização da sociedade; isto pode ocorrer quando o sujeito perde a autonomia em escolher a própria comida e sente-se forçado a buscar maiores informações para saber o que comer, aumenta a alimentação não saudável associada à funcionalidade negativa, por atribuir-lhe excessiva responsabilidade como consequências prejudiciais à saúde, sem levar em conta as particularidades individuais e subjetivas dos sujeitos, e a ideia de que comer bem é comer de acordo com princípios científicos, deixando de lado toda a complexidade da alimentação.

O conceito de racionalidade nutricional foi proposto por Viana *et al.* (2017) e se refere às práticas alimentares constantemente atentas ao equilíbrio de nutrientes, em detrimento do prazer de comer e dos valores com que a alimentação marca o convívio social a ele associado. Tais práticas alimentares levam a preocupações centradas no consumo racional de alimentos e na alimentação totalmente equilibrada, acarretando em uma preocupação excessiva com o valor nutricional do alimento e da saúde e não considerando os aspectos subjetivos e socioculturais da comida.

Segundo o autor, não encontrar um meio termo entre a ciência e as questões sociais pode levar a alimentação e a saúde a serem condicionadas apenas a uma mercadoria. Se focado somente na medicalização, o papel do nutricionista fica restrito apenas à prescrição dietética baseada exclusivamente em características nutricionais, e deixa de lado toda a multidimensionalidade do ato de se alimentar (VIANA *et al.*, 2017). Este modelo restritivo das intervenções no campo da alimentação é colocado pelos autores como um processo de racionalização e medicalização da dieta. Os autores defendem que comer é uma função humana complexa; é um ato que resulta da história pessoal de cada indivíduo. O comer é repleto de significados e sentidos, e atentar-se a isso é importante para se ter uma nutrição mais humanizada, sendo possível atingir a todos, considerando o seu meio social (VIANA *et al.*, 2017).

Associado ao tema racionalidade nutricional de Viana *et al.* (2017), tem-se o conceito de nutricionismo, utilizado por Michael Pollan (2008), também como referência ao aspecto da racionalidade desenvolvida em torno da alimentação, que mostra como principal a identificação do alimento como nutriente, minimizando os componentes socioculturais e socioantropológicos da alimentação. Gyorgy Scrinis (2021) destaca o nutricionismo como restrito ao nutriente, ignorando a interação entre eles, a qualidade do alimento e também a combinação entre alimentos, que formam um padrão alimentar ou até mesmo um comportamento alimentar e sua visão multidimensional e complexa.

Pensando nos conceitos de racionalidade nutricional e nutricionismo, citamos Prado *et al.* (2011), que asseveram que estudar a alimentação e a nutrição no sentido da racionalidade e da visão biológica é uma característica da concepção biomédica no âmbito da saúde, sendo desvinculadas das questões sociais que envolvem o alimento e o ato de comer. Assim, o nutrir e a dieta são concebidos de modo a estarem voltados ao funcionamento e à fisiologia do corpo humano biológico, desprovidos de vínculos ou implicações sociais (CAMARGO JÚNIOR, 2013).

De acordo com Viana *et al.* (2017), a visão biologicista contribui para uma busca da alimentação baseada em determinadas características de alguns nutrientes ou compostos funcionais, seguindo um modelo de alimentação medicalizado. Os autores trazem o conceito de medicalização da comida, como o olhar para o alimento apenas sob o ponto de vista de nutrientes, ou seja, desvinculando a alimentação saudável do conceito de saúde e colocando a ausência de doença como fator único para a saúde, tornando, assim, a alimentação cada vez mais distanciada de sua multidimensionalidade.

Nesse sentido, Kraemer (2014, p. 12) afirma que:

não considerar a subjetividade, a interioridade, as histórias de vida, os laços afetivos, as relações familiares, as dimensões culturais locais, regionais e globais e o cenário político e econômico que envolve a alimentação é caminhar na contramão dos novos contornos do que se considera saúde.

O que o autor intenciona propor como discussão, refere-se aos desafios atuais da nutrição, que apontam como principal problema a concepção de alimentação saudável que tem sido orientada por uma visão simplista de saúde, que, além de não questionar, se reduz à busca de cura ou prevenção de patologias, ignorando aspectos sociais, culturais, históricos e a relação de prazer ao se alimentar, e isso não é considerado saudável. Não temos a intenção, no entanto, de afirmar que não devemos nos importar com a alimentação e que ela não é um determinante de saúde, apenas temos o intuito de interligar os pontos e fazer uma abordagem ampla acerca da alimentação e da nutrição.

1.2 CONTRIBUIÇÃO DO PENSAR COMPLEXO PARA A ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO

A partir dos levantamentos realizados sobre os desafios e limites da nutrição, torna-se necessário trazer a discussão sobre comportamentos e hábitos alimentares, assunto muito bem abordado por Klotz-Silva, Prado e Seixas (2016), referindo os hábitos alimentares como relacionados à ideia de consumo alimentar ou, ainda, ingestão alimentar de energia e nutrientes. Alvarenga *et al.* (2019) citam costumes e modo de comer de uma pessoa ou comunidade geralmente como inconsciente, sem pensar. Sobre o comportamento, Klotz-Silva, Prado e Seixas (2016) relacionam aos aspectos psicológicos da ingestão de comida. Para compreender melhor, conceituamos, a partir de Alvarenga *et al.* (2019), o comportamento, sendo definido como a maneira de se comportar ou de se conduzir, condutas, procedimentos, conjunto de ações observáveis de um indivíduo. Além disso, pode ser definido também como

um conjunto de reações do indivíduo diante das interações do meio onde está envolvido sob determinadas circunstâncias (ALVARENGA *et al.*, 2019).

Já o termo comportamento alimentar, para Alvarenga *et al.* (2019), é definido como ação em relação ao ato de se alimentar envolvendo consumo, modo de comer, como e onde se come. De acordo com Atzingen (2011), comportamento alimentar trata-se de algo muito complexo, pois comer é um ato social que vai para além das necessidades básicas de alimentação, indispensável ao desenvolvimento dos valores vitais, comum a todo ser humano, além de estar associado às relações sociais, às escolhas inseridas em cada indivíduo através de gerações e às sensações proporcionadas pelos sentidos envolvendo o ato de comer. Diante disso, percebe-se que é importante diferenciar os conceitos de hábito alimentar e comportamento alimentar, pois o foco da abordagem nutricional pode ser inadequado sem a compreensão do que significam ambos os termos (ALVARENGA *et al.*, 2019). Carvalho (2012) aponta diferenças entre hábito e comportamento:

O comportamento alimentar implica uma ideia que pode ser profundamente específica de um modo de se alimentar, mas não tem uma preocupação com a duração da ação como a de um hábito. Traduz uma prática sem a pretensão de situá-la no tempo, e dessa forma não expressa um processo contínuo, porque não tem a obrigação de relacionar um momento a outro que se segue, o que não ocorre com a ideia de hábito alimentar (p. 431-432).

Nesse sentido, identifica-se que o comportamento pode ou não ter repetições, porém o hábito ocorre com a repetição frequente e torna-se inconsciente. Além desses termos, temos a prática alimentar, a qual é entendida, por Alvarenga *et al.* (2019), como a forma com que os indivíduos se relacionam com a alimentação em diferentes esferas. Leônidas e Santos (2011) relatam que hábito, prática ou comportamento alimentar são todas as formas de convívio com o alimento, ou seja, as práticas alimentares não se resumem apenas aos alimentos que são ingeridos ou que se deixa de ingerir, mas englobam, também, as regras, significados e valores que permeiam os diferentes aspectos relativos à prática de consumo alimentar.

Ao analisar os textos que abordam as diferenciações entre esses termos, é possível identificar que, muitas vezes, não são diferenciados, pois existe, ainda, no meio científico, uma desvalorização da cultura alimentar e de trazer as discussões sobre alimentação e nutrição pelo viés das Ciências Humanas e Sociais. Segundo Klotz-Silva, Prado e Seixas (2016), ter compreensão sobre a multidimensionalidade do comportamento alimentar distancia-se da visão biomédica, pois, segundo o autor, o termo comportamento alimentar, muitas vezes, é mencionado como sendo um evento controlável e cuja repetição altera o hábito, prevalecendo a ideia de que deve ser observado para a prevenção de doenças, uma vez

que é repetidamente associado aos fatores de risco à saúde. Ao compreendermos o real sentido de comportamento alimentar, porém, é possível perceber que a ideia de conhecer os comportamentos não é aplicável para se ter uma garantia de atitudes ou escolhas adequadas dos indivíduos ao comer, pois envolve todos os processos relacionados à alimentação e à nutrição, e, segundo Canesqui e Diez-Garcia (2005 *apud* FISCHLER, 1995), o comportamento alimentar é complexo.

Para compreendermos essa declaração de Claude Fischler (1991) citada por Canesqui e Diez-Garcia (2005), busca-se, no paradigma da complexidade de Morin, elementos para entender a relação entre comportamentos e hábitos alimentares. Segundo Klotz-Silva, Prado e Seixas (2016), é na perspectiva do pensamento complexo que o comportamento se desloca de uma ação condicionada para uma extensão que comporta as dimensões sociocultural, subjetiva e individual, consciente e inconsciente, enquanto o hábito afirma-se como aquilo que, na repetição, faz sentido para o indivíduo, permitindo que este possa apropriar-se de forma singular das informações e orientações provenientes da ciência e sustentar suas mudanças.

Diante disso, Klotz-Silva, Prado e Seixas (2016) colocam a alimentação como um fenômeno de difícil abordagem, não podendo ser direcionado a abordagens simplificadoras. É por esse motivo que as autoras trazem Morin (2010, 2011), que percebe a incapacidade de abordar alguns problemas de modo simples e constrói o pensamento complexo rompendo com o paradigma da simplificação.

Segundo Morin (2011), a complexidade surge na falha da simplicidade, posto que o pensamento complexo agrega todos os possíveis modos simplificadores de pensar, mas não dá espaço às implicações redutoras, unidimensionais, mutiladoras, enquanto o pensamento simplificador desfaz a complexidade da realidade. Assim, entende-se que a complexidade é a transformação do paradigma da simplificação para o da complexidade. A intenção é propor a possibilidade de articulações entre os conhecimentos, pois, ao fragmentar-se determinados conhecimentos, se isola o que foi separado e se oculta as possíveis ligações entre eles; isso ocorre quando existe o desmembramento pelo pensamento disjuntivo.

Logo, conforme Morin (2011), o pensamento complexo busca o conhecimento multidimensional, ou seja, saber não fragmentado, não redutor, que reconhece que qualquer conhecimento está inacabado, incompleto, e oferece a possibilidade de ser questionado, interrogado e reformulado. O autor aborda o pensamento complexo a partir da palavra *complexus*, que significa tecido junto, existindo complexidade quando elementos diferentes são inseparáveis constitutivos do todo. Dessa forma, o comportamento alimentar envolve o

pensamento complexo, pois está relacionado a valores culturais e simbólicos, além de aspectos demográficos, econômicos, sociais, ambientais, psicológicos, nutricionais e de saúde (KRAEMER, 2014). Esses constituintes do comportamento alimentar são inseparáveis, e, ao abordá-los a partir da teoria da complexidade de Morin, é possível compreender o todo sem deixar de lado algum determinante que constitui o comportamento alimentar. A partir desse entendimento, citamos o que Morin (2011) expõe sobre a teoria: “é preciso substituir um pensamento que isola e separa por um pensamento que distingue e une” (p. 89).

Associado aos determinantes relacionados ao comportamento alimentar, Seixas *et al.* (2020) escrevem sobre as pressões para a homogeneização de hábitos alimentares difundidas cada vez mais pelas grandes corporações e mídia. Nesse sentido, Morin (2013) e Moss (2015 *apud* SEIXAS *et al.*, 2020) afirmam que estamos diante de um quadro de crescimento da prevalência da obesidade e das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNTs), e tem-se tornado cada vez maior a adesão ao entendimento de que estamos diante de um cenário global que é fruto do intenso processo de expansão do neoliberalismo acompanhado da propagação das fusões entre grandes corporações do setor agroalimentício e a consolidação de um sistema alimentar global que oferece quantidades excessivas de alimentos calóricos e ricos em sal, açúcar e gordura. Seixas *et al.* (2020), porém, ressaltam que esse processo não tem sido linear, pois pequenos agricultores e produtores de alimentos, organizações da sociedade civil, têm sido criativos em apresentar formas de resistências.

A partir dessa visão, Seixas *et al.* (2020) trazem Morin com a teoria da complexidade, e ensina, com base em Morin (2011), que problemas complexos exigem um pensar e agir igualmente complexos para analisar e propor saídas. Os autores asseveram que é necessário ampliar o olhar sobre as análises das práticas alimentares nas diversas partes do mundo, e que a interdisciplinaridade, a multiprofissionalidade e a valorização de diferentes saberes são estratégias importantes para as ciências e para a proposição de ações mais adequadas e efetivas.

Após realizar essas abordagens sobre os termos comportamentos alimentares e hábitos alimentares, retornamos à discussão levantada no início deste referencial teórico, citando o conceito de *habitus* de Bourdieu (2007), o qual aborda a questão dos hábitos e costumes, discutindo a presença de subjetividades dos indivíduos e coletividades como elementos que podem trazer importantes contribuições para a compreensão dos comportamentos e hábitos alimentares para além de visões simplificadoras.

Pensar o campo da alimentação e nutrição para além do modelo simplificador, como o biomédico, significa a construção de esforços para aprofundar análises dos mais divergentes

problemas alimentares no mundo, como a fome, a desnutrição, a obesidade e transtornos alimentares. Para isso, o olhar, direcionado às ciências sociais e humanas, possibilita melhorar a percepção da amplitude do contexto alimentar e nutricional, identificando que, apesar de ser importante, apenas levar informações quanto a recomendações nutricionais à população não é suficiente (PRADO *et al.*, 2011). Bourdieu (2007), por meio do conceito de *habitus*, considera as distinções de classe social e abre caminhos para essas discussões, auxiliando no fortalecimento do campo da alimentação e nutrição. Trata-se, portanto, de abordar o comportamento em sua relação com o hábito, não de forma simplificadora, mas considerando a complexidade da vida e do ser humano, o que revela a necessidade de pesquisas para além do biológico e que levam em conta a subjetividade da cultura e da sociedade.

A partir disso, fazemos referência à alimentação e à nutrição com a intenção de não serem separadas, pois a nutrição envolve o nutriente e a alimentação é tudo o que se relaciona ao ato de comer, e, com isso, a sociologia na alimentação refere-se à perspectiva multidisciplinar, sendo o ato alimentar efetivamente um fenômeno complexo, abrangendo conhecimentos biológicos, psicológicos e sociais (PRADO *et al.*, 2011). Com esta abordagem, a relação entre o cultural, o social e o biológico passa a ser integrada no desenvolvimento de estudos sociais, e Morin (2000) faz referência à relação das atividades biológicas, como o beber e o comer, com as normas, valores, símbolos, ritos, envolvendo, assim, o cultural e o biológico.

Nesse sentido, concorda-se com Morin (2010) quando este refere que é “impossível conhecer as partes sem conhecer o todo, bem como conhecer o todo sem conhecer as partes” (p. 191). O autor salienta que a simplicidade das partes não explica a complexidade do todo. Nessa perspectiva, o pensamento será construído de modo que esteja condicionado para uma visão que envolva a singularidade dos aspectos subjetivos e individuais dos sujeitos. Uma reflexão realizada por Morin (2003) remete ao sistema de ensino, quando ensinam a separar as disciplinas em vez de reconhecer suas correlações, reunindo-as e integrando-as, e, com isso, obrigam a reduzir o complexo ao simples, separando o que está ligado e eliminando tudo o que causa desordens e contradições em nosso entendimento. O autor destaca que esse pensamento isolado permite que especialistas tenham um bom desempenho em compartimentos e setores não complexos, e associa isso ao funcionamento das máquinas artificiais, mas ignora e oculta as relações humanas e tudo o que é subjetivo e afetivo; o homem não está livre de emergências, pois o homem tem necessidades, desejos e esperanças que fazem parte da vida na sociedade humana.

Morin (2012) ressalta, ainda, que o principal objetivo da educação não é o de transmitir conhecimentos sempre mais numerosos ao aluno, mas o de criar nele um estado interior e profundo, uma espécie de polaridade de espírito que o oriente em um sentido definido, não apenas durante a infância, mas por toda a vida. Isso envolve também toda discussão realizada sobre a alimentação e a nutrição como forma de produzir sentido aos alunos a partir de seus contextos de vivência.

Nessa direção, citamos a BNCC, que busca garantir um patamar comum de aprendizagem a todos os estudantes inseridos nos diferentes contextos e condições dos sistemas, redes e escolas (BRASIL, 2017). Trata-se de um documento de caráter normativo que define o que os alunos devem desenvolver ao longo das etapas e modalidades da Educação Básica, sendo este a referência nacional para a formulação dos currículos e das propostas pedagógicas das instituições escolares municipais, estaduais e federais. As concepções de aprendizagem, definidas neste documento, são baseadas em dez competências gerais, que devem considerar a constituição de conhecimentos (conceitos e procedimentos), habilidades (práticas, cognitivas e socioemocionais), atitudes e valores e reconhecer que a educação básica deve priorizar não somente o desenvolvimento intelectual, mas social, físico, emocional e cultural (BRASIL, 2017).

Considerando a ideia com foco no desenvolvimento de competências, a BNCC afirma o seu compromisso com a educação integral (BRASIL, 2017). O conceito de educação integral, com que está comprometida, não se refere ao tempo integral, mas às dimensões intelectual, física, emocional, social e cultural do desenvolvimento humano, bem como as necessidades, as possibilidades, os interesses dos estudantes e os desafios da sociedade contemporânea (BRASIL, 2017), visando à formação e o desenvolvimento humano global. Nesse sentido, educação integral propõe superação da fragmentação do conhecimento e estimula a sua aplicação no cotidiano, contextualizando e evidenciando o protagonismo do estudante.

2 O CONTEXTO E OS CAMINHOS METODOLÓGICOS DA PESQUISA

Neste capítulo buscamos situar a pesquisa no contexto em que foi desenvolvida em um município do interior do RS. Trata-se de uma pesquisa de abordagem quantitativa e qualitativa com delineamento descritivo e transversal. Foi desenvolvida em Escolas Municipais e Estaduais de Educação Básica, do município de Panambi, com estudantes do 6º ao 9º ano do Ensino Fundamental e com professores de Escolas de Educação Básica do mesmo município. Para contextualizar, foi desenvolvida a pesquisa com base em consulta no *site* da Prefeitura e do Museu e Arquivo Histórico de Panambi (MAHP).

O município de Panambi, onde foi realizada a pesquisa, está situado na Região Noroeste Colonial do Estado do Rio Grande do Sul. A cidade tem população de 44.128 habitantes pelo censo de 2020, e se estende por 490,9 km², com 29 km² correspondendo à área urbana – 6,4% do total. O município possui uma topografia acidentada, de difícil planejamento urbanístico. Seus municípios limítrofes são: Condor e Ajuricaba ao norte, Santa Bárbara do Sul ao leste, Pejuçara ao sul e Bozano a oeste.

Figura 1 – Localização do município de Panambi no Estado do Rio Grande do Sul



Fonte: Google Maps.

Figura 2 – Localização de Panambi conforme municípios da região



Fonte: Google Maps.

Panambi é conhecida como a Cidade das Máquinas por seu potencial e seu grande e diversificado parque industrial, fruto do empreendedorismo, sendo este uma característica presente desde o início da colonização. A povoação, de maioria de origem alemã, iniciou com a fundação da Colônia chamada "Neu-Württemberg" em 1898. Como Panambi começou a apresentar uma estrutura socioeconômica bem desenvolvida, conquistou a emancipação no dia 15 de dezembro de 1954 e foi marcada a data para a primeira eleição para prefeito e para vereadores. Sua instalação oficial ocorreu em 28 de fevereiro de 1955.

Panambi possui o título de 3º Polo Metalomecânico do Estado por seu diversificado parque industrial, originado da presença de ferrarias, serrarias e oficinas artesanais desde o início da colonização. A sua importância econômica está localizado em torno do comércio, agricultura, pecuária e indústria. Desde 1914, com o surgimento das primeiras oficinas, é uma comunidade em constante desenvolvimento.

Neste município encontra-se centenas de pequenas, médias e grandes indústrias, que se dedicam aos mais variados ramos de atividade industrial, destacando-se as metalúrgicas, metalomecânicas, de eletroeletrônica, malharias, madeira, moveleira e de produtos alimentícios. Em 1992, com o início da instalação do Distrito Industrial, nosso município inaugurou uma nova fase no desenvolvimento, pois, com a criação de dezenas de novas indústrias, foi alavancada a criação de novos produtos e serviços, além de incrementar substancialmente a geração de emprego e renda.

O crescimento da indústria muito se deve ao bem-estruturado sistema educacional do município. O Colégio Evangélico Panambi possui um Centro de Formação Técnica, formando alunos nas diversas áreas de interesse da indústria local, tais como metalomecânica, eletrotécnica, mecatrônica, informática. Panambi também tem um *Campus* do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Farroupilha, com cursos direcionados à maior necessidade local, contribuindo, assim, com a qualificação da comunidade. O município conta, ainda, com um *Campus* da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul (Unijuí), com formação superior na área de metalomecânica, dotado de diversos laboratórios de ensaios técnicos, dando suporte às indústrias de Panambi. Graças a este eficiente sistema educacional do município, todos os anos surgem novas empresas formando as escolas técnicas que têm foco voltado à inovação tecnológica e ao empreendedorismo, além de haver um forte investimento por parte das indústrias na formação de funcionários, visando o crescimento técnico das mesmas.

Além do desenvolvimento econômico e educacional de Panambi, é importante mencionar sobre as características herdadas da colonização alemã. É pertinente citar: a língua,

a religiosidade, a educação e a gastronomia. A comunicação na língua alemã ainda é comum dentre os panambienses. Na educação, o município é referência com relação ao ensino tecnológico e profissionalizante. Na gastronomia, há a presença de diversos pratos originalmente germânicos, como Käsekuchen (cuca de requeijão), Eisbein (joelho de porco), Sauerkraut (chucrute), Salzbrezel (rosca de sal), Leberkäse (pão de carne), Streuselkuchen (cuca de farofa), Apfelstrudel (folhado de maçã), Bienestich (bolo de amendoim), entre outros quitutes, que podem ser saboreados nas padarias, confeitarias e restaurantes da cidade.

2.1 CONTEXTO DAS ESCOLAS PARTICIPANTES DA PESQUISA

Um dos critérios para a seleção das escolas foi pertencer à rede pública de ensino no município de Panambi. Também foi considerado o Índice de Desenvolvimento da Educação Básica (Ideb), que foi criado em 2007 e reúne, em um só indicador, os resultados de dois conceitos igualmente importantes para a qualidade da educação: o fluxo escolar e as médias de desempenho nas avaliações (FERNANDES, 2007). A partir desse indicador, foram escolhidas duas escolas que possuem a menor média de avaliação segundo o Ideb, duas escolas que em a melhor média e duas escolas que possuem avaliação intermediárias de avaliação para o ano de 2017. Uma dessas escolas com avaliação intermediária no Ideb, porém, participou apenas do teste piloto para o desenvolvimento da pesquisa, e as outras cinco escolas participaram da pesquisa após o teste piloto. Considera-se importante esse critério, porque nos questionários são abordadas as possíveis implicações do consumo de substâncias alimentares e/ou psicoativas na vida dos estudantes e sua influência na vida escolar.

Foram selecionadas, então, seis escolas de educação básica, sendo três da rede municipal de ensino e duas da rede estadual. As escolas com melhor Ideb foram a Escola Estadual de Ensino Fundamental Adolfo Kepler e a Escola Municipal de Ensino Fundamental Madalena; as escolas com nota intermediária no Ideb foram a Escola Municipal de Ensino Fundamental Princesa Isabel (participou do teste piloto) e a Escola Municipal de Ensino Fundamental Dona Leopoldina; já as escolas com pior Ideb foram a Escola Municipal de Ensino Fundamental Waldenor Winkler e a Escola Estadual de Ensino Médio Paulo Freire.

As escolas situadas em bairros de menor nível econômico são as com pior Ideb, e os alunos que frequentam a escola possuem diferentes realidades sociais, envolvendo casos de maior vulnerabilidade social. Entre as escolas com melhor Ideb, selecionou-se uma situada no interior do município de Panambi, possuindo alunos de diversas localidades da área rural com famílias que se sustentam, em sua maioria, da agricultura familiar. A outra escola com melhor

Ideb foi uma escola estadual pertencente a um bairro com melhor nível econômico no município e com menores índices de situações de vulnerabilidade social. Já as escolas de nota intermediárias no Ideb não apresentam tantas situações de vulnerabilidade e pobreza como as escolas de pior Ideb. Todas as escolas têm turmas de Educação Infantil, Anos Iniciais e Finais do Ensino Fundamental e uma escola, além dessas turmas, também possui o Ensino Médio. As situações sobre a vulnerabilidade e o nível econômico das escolas foram identificadas a partir de conversas informais com funcionários das escolas durante a realização da pesquisa, porém dados mais específicos sobre o contexto e realidade de cada escola serão apresentados no capítulo seis desta tese.

2.2 OS PRESSUPOSTOS METODOLÓGICOS DA PESQUISA

A análise quantitativa, de acordo com Creswell (2012), apresenta como dados os números e indicadores que podem ser analisados com o auxílio da estatística e revelar informações úteis, rápidas e confiáveis a respeito de um grande número de observações.

Para a análise qualitativa, Creswell (2012) leciona que as suas técnicas, como entrevistas abertas, fornecem informações sobre a própria fala dos entrevistados, oferecendo diferentes perspectivas sobre o tema e delineando os aspectos subjetivos do fenômeno. De acordo com Silva e Silveira (2007), a pesquisa qualitativa é caracterizada por sua forma compreensiva, humanista e ecológica, para realizar análises mais complexas.

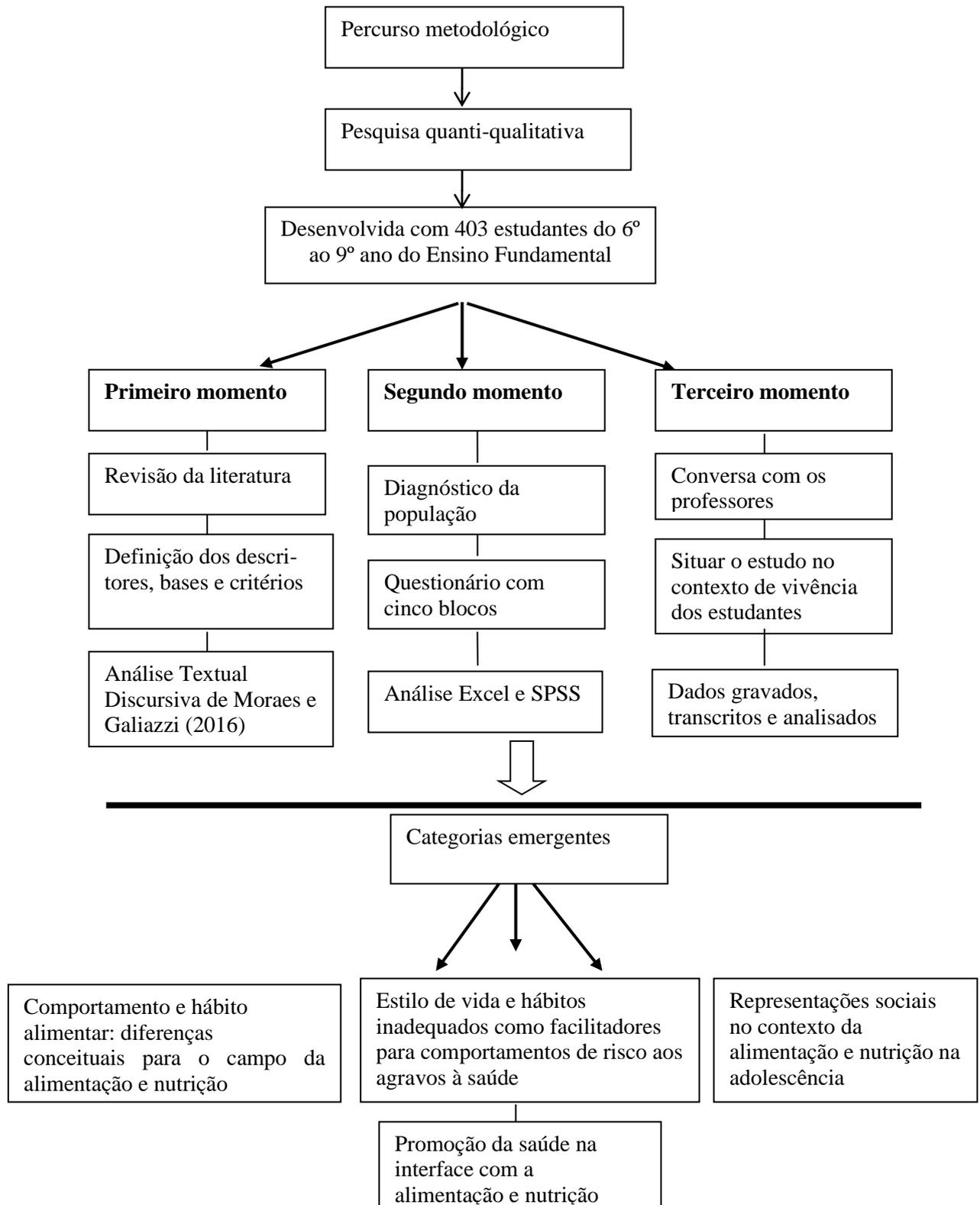
Neste estudo a etapa quantitativa precede a qualitativa. A análise qualitativa será realizada a partir dos resultados preliminares produzidos pela análise quantitativa. Creswell e Clark (2011) definem métodos mistos, como um procedimento de coleta, análise e combinação de técnicas quantitativas e qualitativas em um mesmo desenho de pesquisa. O pressuposto central, que justifica a abordagem multimétodo, é o de que a interação entre eles fornece melhores possibilidades analíticas. O pesquisador pode selecionar apenas os casos destoantes e examiná-los por intermédio de técnicas qualitativas.

Creswell (2012) ressalta que tanto as técnicas quantitativas quanto as qualitativas têm potencialidades e limitações. Em geral, elas são utilizadas com propósitos distintos. A vantagem da integração consiste em retirar o melhor de cada uma para responder uma questão específica. Em relação ao delineamento descritivo, caracteriza-se como um estudo que determina *status*, opiniões ou projeções futuras nas respostas obtidas, enquanto a transversal avalia e planeja programas para a prevenção e o controle de prováveis doenças.

O estudo consiste na observação detalhada de um contexto que inicia pelo diagnóstico da população, os quais serviram de subsídios para a realização da parte

qualitativa, tomando decisões acerca do objetivo do trabalho. Para compreender as implicações que o consumo de substâncias alimentares e/ou psicoativas ocasiona na vida escolar, nos hábitos alimentares e na saúde de estudantes de educação básica, levando em conta o seu meio sociocultural, foi imprescindível a realização de três momentos conforme mostra a Figura 3.

Figura 3 – Fluxograma do desenho metodológico



A Figura 3 demonstra, de forma concisa, o percurso metodológico de acordo com o detalhamento dos momentos de pesquisa, conforme segue:

O **primeiro** momento consiste na revisão integrativa, considerando importante a revisão para estudar o tema, possibilitando a sua abordagem de forma integral, bem como compreender a amplitude do tema de pesquisa e o que já foi investigado. Trata-se de um estudo de revisão integrativa da literatura baseado no referencial de Mendes, Silveira e Galvão (2008). A construção da revisão foi realizada em seis etapas: a elaboração da pergunta de pesquisa; a definição dos critérios de inclusão e exclusão dos estudos; a definição das informações a serem extraídas dos estudos selecionados e categorização (aplicação de um instrumento); a análise dos estudos; a interpretação dos resultados; e a apresentação da revisão e síntese do conhecimento. Segundo Mendes, Silveira e Galvão (2008), este método tem a finalidade de reunir e sistematizar resultados de pesquisas sobre um delimitado tema ou questão de maneira sistemática e ordenada, contribuindo para o aprofundamento do conhecimento do tema investigado.

O estado do conhecimento ou da arte foi organizado mediante a busca eletrônica de artigos publicados entre os anos de 2010 e 2020 em periódicos científicos. Foram selecionados apenas artigos completos, revisados por pares e disponíveis na íntegra de forma gratuita, disponibilizados nas seguintes bases de dados: Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (Capes), Medical Literature Analysis and Retrieval System On-line (Medline), Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (Lilacs) e Pubmed. A escolha por esses bancos de dados deu-se por serem espaços de amplo alcance, acesso facilitado e gratuito, e o mais importante é a qualidade de possuírem periódicos indexados e reconhecidos academicamente.

A primeira busca foi constituída pela identificação dos descritores-chave, que seriam relevantes para o estado da arte, e abrange a maior quantidade de artigos relevantes. Nesse primeiro momento da pesquisa, os descritores escolhidos foram: comportamento (behavior), adolescents (adolescent), hábitos alimentares (eating habits), alimentação (food), substâncias psicoativas (Psychoactive Substances) e cultura (culture). As buscas foram realizadas em português nos portais em que havia essa possibilidade, e os termos em inglês nas plataformas internacionais.

A busca foi alcançada com a associação de termos. Esse critério de seleção possibilitou uma aproximação maior com os objetivos da pesquisa, diminuição do encontro de artigos com temas não pertinentes ao assunto e uma seleção de trabalhos de relevante qualidade acadêmica.

Foram estabelecidos os seguintes critérios de inclusão: estudos que avaliaram a associação entre comportamentos e hábitos alimentares de adolescentes e suas relações com o uso de substâncias psicoativas e aprendizagem escolar, atribuindo significados socioculturais; artigos de livre-acesso e disponíveis na íntegra; artigos completos e revisados por pares; pesquisas realizadas com ambos os sexos; adolescentes de 10 a 19 anos de idade; e artigos publicados nos últimos dez anos (2010 a 2020).

O Quadro 1 expressa o número de trabalhos encontrados de acordo com os descritores elencados para a busca dos dados e suas respectivas bases.

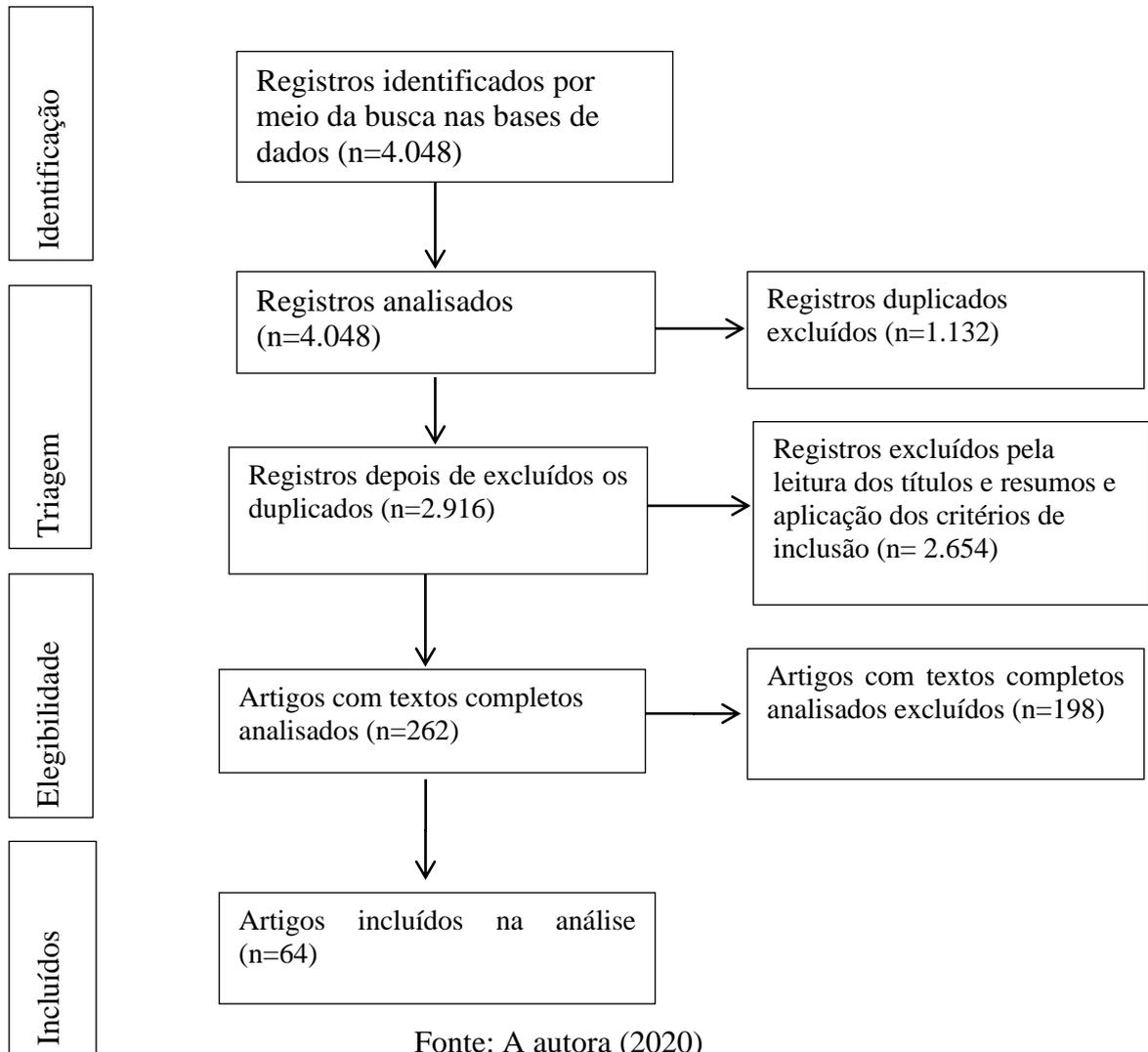
Quadro 1 – Relação dos trabalhos encontrados nas plataformas de busca e descritores pertinentes ao estudo

Periódicos Período de 2010 a 2020	Números de artigo encontrados com os descritores:		
	Comportamento + adolescentes + Hábitos alimentares + Ensino behavior AND adolescent AND eating habits AND education	Alimentação + adolescentes + Substâncias psicoativas food AND adolescent AND PsychoactiveSubstances	Comportamento + Adolescentes + Cultura + Alimentação behavior AND adolescent AND culture AND food
PORTAIS			
Capes	198	25	227
Medline(free)	556	176	560
Lilacs	71	8	20
Pubmed (free)	1.635	7	565
TOTAL	2.460	216	1.372
Total Geral	4.048		

Fonte: A autora (2020).

A partir dessa estratégia de investigação, encontrou-se a totalidade de 4.048 estudos. Verificada a quantidade expressiva de artigos, foram normatizados os passos a serem seguidos e, com isso, selecionados artigos com a mesma temática, conforme demonstrado na Figura 4 a seguir.

Figura 4 – Fluxograma de seleção dos artigos



A Figura 4 mostra que na terceira etapa foi realizada a leitura na íntegra dos artigos, sendo selecionados 64 para serem incluídos ao *corpus* da análise, pois estes estão relacionados com o tema definido nos critérios de inclusão. Cabe mencionar que um artigo de ano progresso faz parte desta revisão, pois considerou-se importante à temática e foi acrescentado com a finalidade de realizar uma reflexão sobre a abordagem utilizada em anos anteriores a respeito do tema estudado nesta revisão. Os artigos selecionados estão detalhados em quadros para cada categoria como Apêndice.

A interpretação dos dados foi realizada com base na Análise Textual Discursiva (ATD) de Moraes e Galiazzi (2016), que orientam para um processo de desconstrução, unitarização e categorização. A ATD “corresponde a uma metodologia de análise de informações de natureza qualitativa com a finalidade de produzir novas compreensões sobre os fenômenos e discursos” (p. 13).

A ATD “não pretende testar hipóteses para comprová-las ou refutá-las ao final da pesquisa, a intenção é a compensação, a reconstrução de conhecimentos existentes sobre os temas investigas” (p. 33). Examinamos a ATD organizando os argumentos em quatro focos, conforme proposto pelos autores. Os três primeiros focos compõem um ciclo, no qual constituem como elementos principais a *Desmontagem dos Textos*, o *Estabelecimento de Relações* e a *Captação do Novo Emergente*. O quarto foco surge a partir do transcorrer do ciclo como *Um Processo Auto-Organizado*.

O primeiro foco do ciclo de análise – a *Desmontagem dos Textos* –, também chamada de desconstrução e unitarização, consiste, inicialmente, em estabelecer uma relação entre a leitura dos textos e sua interpretação, para possibilitar a construção de significados a partir do conjunto de textos estudados (MORAES; GALIAZZI, 2016). Neste sentido, a ATD caracteriza-se como uma análise fenomenológica pela descrição dos fenômenos, e também como hermenêutica, pela necessidade de interpretação dos mesmos.

O segundo foco – *Estabelecimento de Relações* – consiste no confronto das unidades retiradas do *corpus* e a *emergência da categorização de análise*. “As categorias são constituintes da compreensão que emerge do processo analítico” (MORAES; GALIAZZI, 2016, p. 44). Ao definir as categorias e expressá-las “descritivamente a partir dos elementos que as constituem, inicia-se um processo de explicação de relações entre elas no sentido da construção da estrutura de um metatexto” (MORAES; GALIAZZI, 2016, p. 51). A construção do metatexto compõe o terceiro foco, denominado *Captação do Novo Emergente*. O quarto foco da ATD consiste em um processo auto-organizado e complexo, resultante do ciclo de um todo. Deste processo emergem as compreensões. A ATD é entendida como uma metodologia de caráter fenomenológico e hermenêutico, em que se valoriza o sujeito em seus modos de expressão dos fenômenos e se interpreta aquilo que se estuda por meio da hermenêutica.

A partir da explicação de como foi realizada a análise dos textos por intermédio da ATD, percebe-se que é uma análise que exige uma reorganização dos dados que permita reconhecer as informações para a construção de novos significados, ainda não tematizados, nos textos publicados. Ao examinar os textos em seus detalhes, fragmentando-os com o intuito de identificar as unidades constituintes, foram criadas categorias e construídas relações entre as unidades de base, possibilitando nova compreensão do todo, de modo crítico e validável (MORAES; GALIAZZI, 2016). A compreensão destas categorias foi realizada a partir das reflexões sobre a relação sociocultural, comportamental e ambiental do referencial teórico de Pierre Bourdieu, na perspectiva de analisar as relações com os fatores ambientais, comportamentais e culturais.

O **segundo** momento foi a realização de questionário com os estudantes de educação básica e a análise dos dados obtidos. O questionário foi composto por questões que consideram o contexto social e cultural em que os estudantes estão inseridos. As perguntas foram elaboradas com o intuito de compreender as implicações que o consumo de substâncias alimentares e/ou psicoativas ocasionam na vida escolar, nos hábitos alimentares e na saúde de estudantes de educação básica, considerando o seu meio sociocultural. A construção do questionário utilizado durante a pesquisa foi fundamentada por artigos científicos, repositório de teses e dissertações, documentos técnicos que possuem como tema central alimentação e nutrição, uso de substâncias psicoativas e comportamentos de risco situados no contexto de vida dos estudantes. Com este instrumento buscamos conhecer os hábitos alimentares, o consumo de substâncias psicoativas e o estilo de vida dos estudantes. O questionário considera, ainda, as questões sociais, culturais, econômicas e ambientais em que os estudantes estão inseridos. Os dados dos estudantes participantes da pesquisa, como sexo e idade, foram definidos como sociodemográficos; estar satisfeito com o peso, estado de saúde subjetivo, atividade física, dormir mal e sentir-se triste, foram definidos como saúde mental; situação econômica familiar, receber bolsa família, nível de educação dos pais, ter quantidade suficiente de comida em casa, foram definidos como nível socioeconômico. A frequência das refeições e consumo dos alimentos questionados foram definidos como fatores da alimentação.

A coleta de dados inicial ocorreu com a aplicação do questionário aos estudantes de educação básica. Primeiramente foi realizado um teste piloto com alunos não participantes da pesquisa, pois o questionário foi elaborado pela autora para fins deste estudo. O teste foi desenvolvido com 30 alunos do 6º ano do Ensino Fundamental de uma Escola Municipal de Panambi/RS, em duas modalidades: a) *on-line*, com 15 alunos, utilizando os formulários do Google para as respostas dos estudantes, sendo respondidos no laboratório de informática da escola; b) impresso, com outros 15 alunos com os mesmos questionamentos. Esse teste foi realizado para observar qual a melhor ferramenta a ser utilizada. Foi decidido usar o formulário *on-line* como parâmetro para a coleta de dados da pesquisa.

Os sujeitos envolvidos são estudantes do 6º ao 9º ano do Ensino Fundamental de cinco escolas estaduais e municipais de Panambi/RS. O questionário foi respondido por 403 alunos. A aplicação do questionário ocorreu em diferentes momentos, sendo utilizada a ferramenta dos formulários do Google para as respostas dos estudantes, e respondido nos laboratórios de informática das escolas, com duração de 50 minutos com cada turma. Destacamos que os participantes assinaram o Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TCLE), e aos menores de idade foi assinado o Termo de Consentimento pelo responsável. A

análise dos dados quantitativos ocorreu a partir de tabulação dos dados no *Excel* e confronto no *Software* SPSS, considerando a frequência, média, desvio-padrão e cruzamentos entre as variáveis. Para a análise usamos nomes fictícios das escolas pesquisadas ao apresentar os resultados. Como o tema da proposta de tese envolve a alimentação e nutrição, optamos por nomes de frutas, sendo cinco escolas com os seguintes nomes fictícios: Escola Morango, Escola Pera, Escola Ameixa, Escola Maçã e Escola Laranja.

O terceiro momento propõe a discussão dos resultados expressos pelos estudantes, com um grupo de professores, para refletir sobre as possíveis implicações na vida escolar, nos hábitos alimentares e na saúde, aliando a perspectiva de construir uma proposta emancipatória com foco no consumo de substâncias alimentares e/ou psicoativas e as inter-relações socioculturais. Realizamos cinco encontros com duração de três horas cada um. Os encontros foram feitos pela pesquisadora e por um bolsista de Iniciação Científica do Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) do curso de nutrição. Participaram, no total, dez professores.

Os professores que fizeram parte do encontro foram: quatro da Escola Morango, dois da Escola Pera, dois da Escola Ameixa, um da Escola Maçã e um da Escola Laranja. Ao convidar as escolas para participar da conversa foi estendido o convite para todos os professores e coordenadores, porém as escolas não conseguiram envolver todos os professores, mas salientaram que, a partir daquele representante na reunião, as informações e discussões seriam repassadas para todo o grupo de professores.

As interlocuções possibilitaram a socialização dos debates que ocorreram no âmbito escolar e que auxiliaram na reflexão e na constituição de um espaço de aprendizado para alunos e professores. As discussões foram argumentadas com base no Guia Alimentar para a População Brasileira (BRASIL, 2014) e na BNCC (BRASIL, 2017).

Os encontros foram realizados durante o mês de março de 2021 de forma *on-line* pelo *Google Meet*, em razão da pandemia da Covid-19. Os diálogos entre os professores, pesquisadora e bolsista foram gravados com recurso disponibilizado pelo *Google Meet*, e as reflexões registradas por escrito. Posteriormente as gravações foram transcritas e analisadas. No texto foram utilizadas alguns fragmentos de falas dos professores, sendo citados como P1,P2,...,Pn, sequentemente para a descrição de cada um.

O Projeto de Tese foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UFRGS, com o parecer consubstanciado número 33.159. A pesquisa foi desenvolvida de maneira a contemplar todos os preceitos éticos contidos na Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde, do Ministério da Saúde, no que se refere à pesquisa envolvendo seres humanos.

3 O PROCESSO DE DESCRIÇÃO E INTERPRETAÇÃO DAS PRODUÇÕES CIENTÍFICAS

Apresentamos, neste capítulo, os resultados obtidos da análise dos 64 artigos que compuseram o *corpus* da pesquisa, pois somente estes tiveram relação direta com o tema de estudo. A partir da análise do *corpus* da pesquisa emergiram quatro categorias que foram estabelecidas com base na ATD de Moraes e Galiazzi (2016), conforme mencionado anteriormente na metodologia. São elas: 1) comportamento e hábito alimentar: diferenças conceituais para o campo da alimentação e nutrição (emergiu da análise de 10 artigos); 2) estilo de vida e hábitos inadequados como facilitadores para comportamentos de risco aos agravos à saúde (emergiu da análise de 24 artigos); 3) representações sociais no contexto da alimentação e nutrição na adolescência (emergiu da análise de 18 artigos); e 4) promoção da saúde na interface com a alimentação e nutrição (emergiu da análise de 12 artigos). A seguir apresentamos detalhadamente as categorias de análise emergentes do *corpus* da pesquisa.

3.1. COMPORTAMENTO E HÁBITO ALIMENTAR: DIFERENÇAS CONCEITUAIS PARA O CAMPO DA ALIMENTAÇÃO E DA NUTRIÇÃO

Discutimos sobre os comportamentos e hábitos alimentares destacando as influências sociais para além das biológicas, biomédicas e medicalizadoras, problematizando sua interdisciplinaridade.

A análise dos artigos, incluídos nesta categoria, mostra a importância em definir os conceitos de comportamento e hábito alimentar e a necessidade de uma melhor compreensão desse tema no campo da alimentação e nutrição, pois o entendimento destes é fundamental para proporcionar uma visão ampliada aos contextos sociais que envolvem o ato de alimentar-se. Vaz e Bennemann (2014) ensinam que os comportamentos alimentares e hábitos alimentares são conceitos interligados e complementares, mas que o entendimento dos dois significados e de suas diferenças é fundamental para a sua abordagem no campo da alimentação e da nutrição. Os autores citam a escassez de conceitos específicos a respeito do comportamento e o hábito alimentar e a necessidade de uma melhor compreensão.

De acordo com Freitas, Minayo e Fontes (2011), hábito alimentar corresponde à adoção de um tipo de prática que tem a ver com os costumes estabelecidos tradicionalmente que atravessam gerações, com as possibilidades reais de aquisição dos alimentos e com uma

sociabilidade construída tanto no âmbito familiar e comunitário quanto compartilhada e atualizada pelas outras dimensões da vida social.

Nesse sentido, Klotz-Silva, Prado e Seixas (2017) argumentam que a concepção de hábito alimentar que circula largamente no campo da alimentação e nutrição vem sendo citada desacompanhada de questionamentos que envolvem o contexto cultural, social ou psíquico. Consideramos, assim, que, nesse espaço da ciência, a ideia de hábito alimentar predomina de forma naturalizada, correspondendo apenas ao que as pessoas comem, como um padrão que se repete. Essa abordagem remete a um sentido de regras científico-nutricionais a ser em seguida permanentemente pelos indivíduos, conformando, assim, um caminho para a formulação de proposições de solução de problemas como a obesidade.

Na busca por estudar de forma ampla os hábitos e os comportamentos alimentares, citamos os estudos de Klotz-Silva, Prado e Seixas (2016, 2017), em que apresentam discussões sobre as publicações realizadas no campo da alimentação e nutrição sobre as discussões levantadas quanto a comportamentos e hábitos alimentares, destacando a ideia de autores que percebem os comportamentos como eventos controláveis e cuja repetição altera o hábito.

Ao problematizar o modo simplificado como essa questão é abordada, Klotz-Silva, Prado e Seixas (2016, 2017) buscam, no paradigma da complexidade de Morin, elementos para entender a relação entre comportamentos e hábitos alimentares. Trata-se, portanto, de abordar o comportamento em sua relação com o hábito, não de forma simplificadora, mas considerando a complexidade da vida e do ser humano. A obstinação pela prevenção e pela cura que se apoia no uso ingênuo desses termos, expõe, com seu fracasso, que o comportamento não pode ser controlado e o ser humano e seus hábitos não podem ser condicionados.

Na perspectiva do pensamento complexo, o comportamento está relacionado às dimensões sociocultural, subjetiva e individual, consciente e inconsciente, enquanto o hábito afirma-se como aquilo que, na repetição, faz sentido para o indivíduo, permitindo que este possa se apropriar, de forma singular, das informações e orientações provenientes da ciência e sustentar suas mudanças (KLOTZ-SILVA; PRADO; SEIXAS; 2016, 2017)

Os estudos desenvolvidos por Klotz-Silva, Prado e Seixas (2016, 2017) corroboram com nossa pesquisa no sentido em que discutem a complexidade alimentar na perspectiva de Morin (2011), fazendo uma reflexão sobre a multifatorialidade que envolve a alimentação e nutrição. Para Morin, a complexidade tem origem na palavra *complexus* (o que é tecido junto) e se torna o próprio “tecido de acontecimentos, ações, interações, retroações, determinações, acasos,

que constituem nosso mundo fenomênico” (2011, p. 13). A partir deste pensamento, e dos conhecimentos produzidos pelos artigos, buscamos aprofundar as discussões sobre o tema, articulando as vivências proporcionadas pelo contexto familiar e escolar dos estudantes.

Nesse entendimento, Vaz e Bennemann (2014) asseveram que o comportamento alimentar é um conjunto de ações relacionadas ao alimento, que envolve desde a escolha até a ingestão, bem como tudo a que ele se relaciona. Já o hábito alimentar é a resposta do indivíduo ante o alimento e o que faz sentido. Fica evidente que o comportamento alimentar promove o hábito alimentar. Sendo assim, a abordagem alimentar não envolve apenas o aspecto prático do que comer ou como comer, mas também as questões complexas relacionadas às diversas dimensões da alimentação e nutrição.

Maia *et al.* (2018) salientam que padrões inadequados de alimentação na adolescência representam um dos principais fatores de risco para o aparecimento precoce da obesidade e de outras doenças crônicas. Deixam claro, porém, que análises do consumo de grupos alimentares isolados, que não consideram os comportamentos alimentares em toda a sua complexidade, têm mostrado desfechos insuficientes na área da alimentação e nutrição.

É com a reflexão proporcionada pelo estudo de Maia *et al.* (2018) que percebemos a importância de desenvolver estudos que possam contribuir de alguma maneira com referência à alimentação dos estudantes ou como argumentação para o desenvolvimento de políticas que considerem situações sociais o mais próximas possíveis do contexto de vida dos sujeitos. Para isso, é fundamental compreender em que situações as pesquisas mostram bons desfechos para o tema alimentação e nutrição. Foi com este pensamento, proporcionado a partir da leitura de artigos que já trazem essa reflexão, como o de Maia *et al.* (2018) e Klotz-Silva, Prado e Seixas (2016, 2017), que realizamos esta pesquisa. Assim, além de discutir sobre os determinantes sociais que envolvem o ato de comer, procuramos também identificar sentidos e significados socioculturais que podem ser percebidos pelos estudantes sobre os seus comportamentos alimentares.

O estudo de São Pedro, Araújo e Freitas (2016), que buscou compreender os significados de comer no cotidiano dos adolescentes, apontou situações que retratam alguns hábitos de adolescentes, como o uso do termo *comer besteira*, que foi recorrente entre eles, sendo referido para classificar alimentos sem necessidade de preparação prévia ou de rápido preparo, com baixo valor nutricional, como doces, bolos, pudins, salgados diversos, hambúrgueres e refrigerantes. Os autores também apresentaram o termo *agradinho*, citado pelos estudantes, relatando controlar o consumo dos alimentos ditos por eles como besteiras, e limitando-os, então, aos finais de semana. Isso sugere que os alimentos que não se enquadram

na categoria de besteiras não lhes agradavam, sendo consumidos não por gostar, mas, sim, por necessidade para controlar o peso, o que, segundo os autores, pareceu interferir na relação com o comer e a comida.

São Pedro, Araújo e Freitas (2016) mencionam, ainda, que a vontade de controlar ou reduzir o peso entre os adolescentes muda conforme relacionam-se com o alimento. Em muitos momentos o comer esteve relacionado com o gostar, e este foi associado a comer besteiras, mas, em outros momentos, significa o oposto, pois representavam a possibilidade de aumento de peso. Os adolescentes também relataram o comer compulsivo, principalmente no ambiente doméstico, local em que se sentem distantes de olhares do grupo, e foi justificado como decorrente de situações de estresse e altas demandas escolares. Os autores concluem, então, que os resultados reforçam a necessidade da valorização da alimentação, da cultura e das intersubjetividades relacionadas ao ato de comer. Não se trata de deixar de lado a importância do conhecimento biomédico, mas de compreender e interpretar relações que influenciam os significados atribuídos ao comer e à comida.

Lara e Paiva (2012), analisaram criticamente como é abordada a dimensão psicossocial na promoção de práticas alimentares saudáveis em adolescentes. Os autores destacaram que nesta última década ainda prevaleceram trabalhos de intervenção focados no indivíduo e pouco críticos ao contexto social intimamente ligados aos comportamentos alimentares. Sendo assim, os autores encerraram o estudo enfatizando que os debates que envolvem as relações alimentares devem ser ampliados para toda a complexidade que abrange o comportamento alimentar.

Dialogando sobre as diversas dimensões a se considerar ao discutir sobre os comportamentos alimentares, Nunes e Vasconcelos (2010) realizaram um estudo de abordagem fenomenológica com adolescentes e mostraram que as escolhas alimentares são decisões complexas ligadas não apenas ao alimento, mas também às condições sociais e tradições culturais. Além disso, comer é também uma atividade social, e o alimento é uma questão emocional. Desde o começo de nossas vidas a alimentação está entrelaçada com emoções, simbolismos e influências socioeconômicas e culturais. Desta forma, os autores explicam que se alimentar implica fazer escolhas e enfatizam o quanto a forma de se relacionar com a comida está ligada a questões emocionais.

O estudo de Oliveira e Santos (2020) analisou as dimensões sociais e culturais da alimentação abordadas nas diretrizes alimentares da segunda edição do Guia Alimentar para a População Brasileira, lançado em 2014 pelo Ministério da Saúde. O estudo, na segunda edição, enfatiza que os referenciais teóricos do documento estão baseados em estudos

epidemiológicos, clínicos, sociológicos, antropológicos e saberes populares. Nesse documento foi realizada uma nova classificação de alimentos, a qual favorece o desenvolvimento de diretrizes alimentares com abordagem de padrões de alimentação e refeição relacionados às práticas culinárias, o ato de comer e a comensalidade. Nesta perspectiva, concluiu-se que a segunda edição do guia possibilita aos profissionais de saúde e à população uma compreensão do alimento enquanto parte concreta da vida dos indivíduos e coletividade, extrapolando sua dimensão fisiológica e biológica. Nesse sentido, percebe-se que documentos oficiais direcionados ao campo da alimentação e nutrição estão mais abertos às discussões socioculturais que envolvem o ato de comer.

Lima *et al.* (2015) trazem a abordagem a partir de alguns autores da antropologia e da sociologia da alimentação, a diferença entre alimento e comida, quando se trata de aspectos fisiológicos e automáticos, como atendimento à sobrevivência humana, e o sentido dado pelo viés cultural, quando comer adquire importância simbólica. É na compreensão cultural e social da comida, portanto, que Lima *et al.* (2015) se fundamentam.

Em síntese, nesta categoria propomos uma reflexão sobre a interdisciplinaridade que envolve a compressão de comportamentos e hábitos alimentares, e sustentamos que eles se formam pelos contextos sociais que se inserem e se desenvolvem, e que, apesar de ser importante distingui-los, esses não podem ser totalmente separados. Enfatizamos que as pessoas e o ambiente são influenciados diretamente pela subjetividade, pela história e pela cultura de uma sociedade.

Neste sentido, podemos pensar, também, sobre as relações com o alimento e os vínculos que temos com as pessoas com quem comemos. Assim, pretendemos nos distanciar de discussões apenas sobre a visão biomédica que envolve a alimentação e a nutrição, e pensar, ainda, sobre os afetos, memórias e raízes culturais capazes de serem transmitidos por meio do ato de comer.

3.2 ESTILO DE VIDA E HÁBITOS INADEQUADOS COMO FACILITADORES PARA COMPORTAMENTOS DE RISCO AOS AGRAVOS À SAÚDE

Em relação à Categoria 2, discutimos sobre alguns comportamentos de risco com alta prevalência na vida dos adolescentes, estando eles relacionados com as questões socioculturais, socioeconômicas, sociodemográficas, socioambientais, analisando, por fim, as suas relações com os problemas de saúde em jovens.

A partir da leitura dos artigos que compuseram o *corpus* desta análise, foi possível verificar que ocorre uma variabilidade entre os estudos e percebe-se a proposição de trabalhos com metodologias diferenciadas nas pesquisas, mas todos os autores mostram que os adolescentes estão expostos a comportamentos de risco e que é importante a sociedade ter conhecimento sobre a questão em foco para saber articular melhor as ações envolvidas com os adolescentes. Segundo Vieira *et al.* (2015), os comportamentos de risco para a saúde, para além da influência direta no fenômeno saúde-doença, no curto prazo, têm, também, influência sobre os comportamentos futuros dos indivíduos.

Legnani *et al.* (2012) identificaram que metade dos adolescentes investigados estavam expostos a comportamentos de risco à saúde; as maiores prevalências foram para a prática insuficiente de atividade física, baixo consumo semanal de frutas e vegetais e elevado consumo semanal de refrigerantes e guloseimas, caracterizado como alimentação inadequada. O consumo de substâncias psicoativas também foi identificado, porém em menor proporção. Já um estudo de Vieira *et al.* (2015) mostraram que os maiores comportamentos de risco para a saúde foram o consumo de bebida alcoólica e outras substâncias psicoativas e alimentação inadequada; a insatisfação com a imagem corporal também foi prevalente. Esses comportamentos de risco, citados por Vieira *et al.* (2015) e Legnani *et al.* (2012), foram identificados em praticamente todos os artigos selecionados para esta categoria; portanto, iremos apresentar, no decorrer do texto, uma análise sobre as circunstâncias desses comportamentos.

Estudo de Vieira *et al.* (2008) identificou maior prevalência no consumo ou experimentação de bebida alcoólica, seguida do uso de tabaco e de outras drogas. Neste estudo foram investigados também pais e amigos quanto ao consumo de tabaco e uso de álcool. Os resultados revelaram que a maioria dos alunos havia experimentado alguma das substâncias, mencionando que os pais também utilizavam, e uma quantidade significativa de estudantes respondeu que a maioria dos amigos fumava ou bebia, e que a experimentação ocorreu em casa com a família ou com os amigos. Foi evidenciado, na pesquisa, que o uso de tabaco e álcool pelos pais e pelos amigos está associado à experimentação dessas substâncias pelos adolescentes (VIEIRA *et al.*, 2008). Logo, percebe-se a relação do meio social em que os jovens estão inseridos para a iniciação de tais comportamentos.

Diante dos dados apresentados, destacamos os sentidos e significados sociais atribuídos a esses comportamentos que afetam diretamente a saúde dos estudantes, e este é um dos temas transversais a ser discutido na escola com interação entre as diferentes áreas do conhecimento. Consideramos ser um tema importante para ser dialogado sob a perspectiva

das questões socioculturais envolvidas, bem como estar presente em projetos de pesquisa em conjunto com a Universidade.

Continuando a análise sobre a associação entre o consumo de tabaco, álcool, hábitos alimentares e sedentarismo, Barbosa, Casotti e Nery (2016) consideraram os fatores sexo, turno de aula e idade. Nessa análise os autores identificaram que os comportamentos estavam associados ao turno de aula e alguns à idade e ao sexo, mas chamou a atenção de todos os comportamentos estarem associados com o turno de aula, inferindo a influência do grupo no comportamento dos adolescentes. Entre os comportamentos de risco, a inatividade física e o baixo consumo de frutas e verduras esteve associado ao turno diurno, enquanto o maior uso de álcool e tabaco ocorreu nos estudantes que estudavam à noite. Os autores destacaram, ainda, que constataram alta prevalência de comportamentos de risco entre os adolescentes.

Vieira *et al.* (2015) mencionaram que o consumo de álcool está relacionado culturalmente e que surge, muitas vezes, como uma espécie de ritual de transição quase obrigatório, e o primeiro contato dos jovens com o álcool geralmente ocorre no seio da própria família e em casa. Os dados encontrados corroboram essa visão dos autores, pois os jovens envolvidos em contextos que forneciam recursos positivos eram menos propensos à aquisição de comportamentos de risco e mais propensos ao desenvolvimento de comportamentos protetores da saúde (VIEIRA *et al.*, 2015). Longo-Silva *et al.* (2016) e Legnani *et al.* (2012) também destacaram que o consumo de cigarros e de bebidas alcoólicas pode estar relacionado à presença de fatores ambientais que são estimulantes ao consumo destas substâncias psicoativas, tais como a existência destes hábitos na família, a influência da mídia, de amigos e o fácil acesso. Longo-Silva *et al.* (2016) também relacionaram o uso de tabaco e consumo de álcool a práticas de hábitos e estilo de vida pouco saudáveis e que levam a comportamentos alimentares prejudiciais.

Ao refletir sobre as pesquisas discutidas nessa categoria, alertamos sobre o consumo de substâncias psicoativas que podem causar problemas psicossociais, emocionais e orgânicos. O tabaco, em específico, pode provocar sérios problemas respiratórios e doença pulmonar progressiva, acarretando uma diminuição da capacidade vital respiratória, e, além de prejudicar a saúde do fumante, também atua de forma coletiva no ambiente em que ele convive (BRASIL, 2017).

Os resultados apresentados sugerem, porém, uma tendência ao uso de álcool, tabaco e outras drogas cada vez mais precocemente (LEGNANI *et al.*, 2012; VIEIRA *et al.*, 2015; VIEIRA *et al.*, 2008). Realça-se a importância da orientação sobre os efeitos prejudiciais dessas substâncias no início da idade escolar, o que poderia prevenir a experimentação

precoce e o uso abusivo de adolescentes e adultos. O álcool apresentou-se como a substância de maior prevalência, seguido do tabaco (LEGNANI *et al.*, 2012; VIEIRA *et al.*, 2015; VIEIRA *et al.*, 2008). A crença de que a bebida alcoólica não é droga contribui para o estímulo e o incentivo ao uso de álcool não somente durante a adolescência, mas em todas as faixas etárias (VIEIRA *et al.*, 2008).

Na perspectiva desses comportamentos citados pelos autores supramencionados, apresentamos os estudos de Malta *et al.* (2011) e Horta *et al.* (2014), que analisaram a Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (Pense)¹ realizada em 2012, e identificaram que, como consequência da busca de independência e da formação da identidade, os amigos passaram a exercer um papel cada vez mais importante na vida dos adolescentes. O excesso de conflitos intrafamiliares contribui para que o adolescente busque nas amizades relações de confiança que não conseguiu estabelecer em casa. Assim, para ser aceito pelo grupo, o jovem pode passar a fazer uso de álcool, tabaco e outras drogas, adquirindo comportamentos e atitudes semelhantes aos desse grupo. Com o apoio familiar a necessidade de se identificar com o grupo talvez não seja tão intensa. Por outro lado, a escola é o local onde primeiramente ocorre a formação dos grupos, portanto também exerce papel fundamental no desenvolvimento de comportamentos e hábitos saudáveis nos adolescentes (MALTA *et al.*, 2011; HORTA *et al.*, 2014).

Os estudos de Vieira *et al.* (2008, 2015), Malta *et al.* (2011) e Horta *et al.* (2014), mostraram dados sobre o consumo de bebida alcoólica, tabaco e drogas relacionados, principalmente, ao pertencimento ao grupo na busca de formação de identidade e também ao hábito de familiares em fazer uso de alguma dessas substâncias, sendo o consumo mais frequente o de bebida alcoólica. Neste estudo buscamos identificar outros fatores que podem estar relacionados com o consumo de substâncias psicoativas, envolvendo todo o contexto de vida dos estudantes junto com os familiares e também no âmbito escolar.

Pensando na importância da escola sobre ações voltadas à saúde de adolescentes, evidenciamos a necessidade de formação de professores para dialogar e promover espaços para a reflexão sobre a importância desta temática para a formação dos estudantes. Além disso, compreendemos a formação de professores como um processo contínuo que contribui para o aperfeiçoamento das práticas docentes, objetivando a qualidade do ensino.

Seguindo com os comportamentos de risco, encontramos artigos que citam os distúrbios alimentares. O estudo de Gomes *et al.* (2010) ressalta que o hábito de fumar e

¹ *Pense* é uma pesquisa realizada com escolares adolescentes, desde 2009, em parceria com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) e com o apoio do Ministério da Educação do Brasil.

consumir drogas apresentou associação significativa com distúrbios alimentares sugestivos de bulimia; distúrbio esse que os autores relacionam com a depressão, encontrando no estudo uma alta prevalência de jovens que relataram episódios depressivos.

Fortes, Morgado e Ferreira (2013), Fortes, Cipriani e Ferreira (2013), Azambuja, Pandolfo e Santos (2014) e Ferreira *et al.* (2013), associaram a insatisfação corporal com a aquisição de comportamentos alimentares inadequados e prejudiciais à qualidade de vida em adolescentes. Fortes, Morgado e Ferreira (2013) evidenciaram que a insatisfação corporal dos jovens com o peso e a aparência física, bem como o comprometimento psicológico, causaram maiores riscos para o desenvolvimento de comportamento alimentar inadequado e, conseqüentemente, hábitos alimentares não saudáveis. Os autores afirmam parecer que a gordura corporal acentuada pode ser considerada fator de risco para a instalação dos comportamentos alimentares inadequados no sexo feminino, demonstrando sintomas de compulsão alimentar. Já entre os adolescentes do sexo masculino, com perfil lipídico abaixo do normal, foi identificada restrição da ingestão de alimentos, buscando o aumento da massa muscular.

Rentz-Fernandes *et al.* (2017) investigaram a autoestima, a imagem corporal e a depressão, identificando que a insatisfação corporal tem se mostrado mais influente sobre a depressão do que o próprio Índice de Massa Corporal (IMC). Sousa *et al.* (2019) investigaram os adolescentes e verificaram que o que mais influencia na depressão é o fato de o adolescente se sentir obeso e não realmente ser obeso. Demonstra-se, com isso, a importância de valorizar as subjetividades dos adolescentes.

Ainda dialogando sobre a insatisfação corporal, Cromley *et al.* (2012) realizaram um estudo identificando que a maior satisfação corporal foi associada a uma menor probabilidade de se envolver em comportamentos não saudáveis de controle de peso, medos menos frequentes de perder o controle sobre a alimentação e menos importância atribuída à magreza. Adolescentes com maior satisfação corporal podem ser protegidos contra os negativos fatores comportamentais e psicológicos associados ao excesso de peso. Com as análises expostas, identificamos que a maioria das evidências disponíveis sugere a insatisfação corporal como um contribuinte-chave para comportamentos alimentares desordenados em adolescentes.

Ao confrontar os artigos analisados, percebemos que os estudos não apresentam fatos isolados, pois é identificado que os comportamentos de risco à saúde de adolescentes estão associados entre si. Dessa forma, verificamos o consumo de substâncias psicoativas associados à insatisfação da imagem corporal, o que vem contribuindo com estilos de vida não saudáveis, como controle de peso, excesso de exposição a meios midiáticos, inatividade

física, baixo consumo de frutas e vegetais e elevado consumo semanal de refrigerantes e guloseimas.

Braga, Molina e Figueiredo (2010) e Bittara e Soares (2020) verificaram a relação entre mídia e escolhas alimentares na imagem corporal e no possível desenvolvimento de transtornos alimentares em adolescentes. A mídia tem um papel importante, veiculando ideias de interesse de mercado, caracterizando o mundo ocidental de economia capitalista (BRAGA; MOLINA; FIGUEIREDO, 2010). Os adolescentes são um grupo de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares, e a mídia é um fator contribuinte no comportamento alimentar disfuncional (BITTARA; SOARES, 2020).

Como apresentamos no decorrer da categoria, as escolhas alimentares estão relacionadas às percepções de imagem corporal e outros comportamentos de risco, entre eles o comportamento sedentário e hábitos alimentares não saudáveis. Esses temas aparecem na pesquisa de Sousa *et al.* (2019) e Levy *et al.* (2010), que analisaram, de forma crítica, os dados da Pense realizada em 2009. Sousa *et al.* (2019) salientam que a exposição dos adolescentes aos meios midiáticos pode promover o consumo de alimentos industrializados enquanto estão assistindo TV ou conectados a outros meios de comunicação, bem como comportamentos sedentários.

Como percebemos os estudos de Rentz-Fernandes *et al.* (2017); Cromley *et al.* (2012); Braga, Molina e Figueiredo (2010); Bittara e Soares (2020); Sousa *et al.* (2019); Levy *et al.* (2010), incluídos nesta categoria abordaram sobre as escolhas alimentares, as influências da mídia e a autoimagem corporal, os resultados identificados fizeram nos questionários sobre o ato de comer e a comensalidade, por exemplo comer sozinho ou com a família, fazer outras atividades enquanto se alimenta, como assistir televisão ou mexer no celular, e, além disso, sentimentos que podem estar associados com os modos de comer. Buscamos aprofundar essas discussões a partir dos estudos analisados, pois, com a leitura, identificamos que os autores relacionaram angústias dos estudantes, depressão e sentimentos negativos relacionados ao corpo, estando diretamente ligados com as escolhas alimentares, e entendemos que os modos de comer poderão estar associados, também, com as preferências alimentares.

Sousa *et al.* (2019) destacam que a Pense demonstrou que os adolescentes entre 13 e 15 anos consomem guloseimas, ao menos, cinco vezes na semana. Este é um resultado preocupante, pois nessa fase ficou evidente o intenso consumo de alimentos gordurosos, altamente processados e de preparação rápida. Levy *et al.* (2010) ressaltam que 92% dos adolescentes haviam consumido guloseimas pelo menos uma vez na semana e que 40%

consumiam refrigerante mais que cinco vezes na semana. Tais hábitos podem culminar em problemas de saúde, como aumento do peso corporal e dificuldade em realizar atividades físicas, predispondo doenças na fase adulta. Com isso, Sousa *et al.* (2019) concluíram que o consumo de alimentos ultraprocessados², associado à inatividade física, sendo cultivado na infância, repetido na adolescência e, posteriormente, consolidado na fase adulta, leva à projeção do crescimento de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT).

O estudo de Fernandes *et al.* (2011) demonstrou que a prática de esportes culmina na inclusão de alguns hábitos positivos no estilo de vida do adolescente, incluindo o consumo de alimentos de melhor qualidade. A associação entre comportamentos sedentários e práticas alimentares não saudáveis pode estar relacionada com os dados citados na análise de Sousa *et al.* (2019), que relatam o consumo de alimentos industrializados pelos adolescentes enquanto estão conectados aos meios de comunicação, podendo ser explicada pela maior exposição a anúncios publicitários.

Já o estudo de Muniz *et al.* (2013) relata a relação inversa entre o consumo de alimentos saudáveis e não saudáveis, e que os adolescentes que consomem alimentos ricos em açúcares e gorduras consomem poucas frutas e vegetais. Um maior consumo de frutas foi observado entre jovens que contaram não ingerir bebidas alcoólicas, o que também foi associado ao maior consumo de arroz e feijão diariamente. Os autores sugerem que comportamentos que caracterizam um estilo de vida saudável seriam praticados de forma conjunta.

Sobre o consumo de bebidas adoçadas, Park *et al.* (2011), em análise, indicam que quase um em cada quatro estudantes do Ensino Médio relatou consumir bebidas adoçadas pelo menos três vezes por dia; além disso foi associado o consumo com o uso frequente de restaurantes *fast-food* e tempo prolongado assistindo televisão. Os autores sugeriram no estudo que os adolescentes podem estar consumindo até três quartos de xícara de açúcar por dia com a ingestão de bebidas adoçadas. Braz *et al.* (2019) fizeram uma análise sobre os fatores associados ao consumo de açúcar de adição e mostraram uma simultaneidade de comportamentos inadequados, ou seja, os adolescentes que ingerem mais açúcar também apresentam maior tempo assistindo televisão e, ainda, identificaram melhor nível socioeconômico associado à maior adição de açúcar.

Os estudos de Sousa *et al.* (2019), Levy *et al.* (2010), Fernandes *et al.* (2011), Muniz *et al.* (2013) e Braz *et al.* (2019) mostram consumo frequente de alimentos ultraprocessados

² Formulações industriais à base de ingredientes extraídos ou derivados de alimentos.

ricos em açúcares, gorduras, sódio e aditivos químicos, e os relacionam com outros comportamentos de risco, como sedentarismo e maior tempo assistindo televisão. Não relacionam, porém, com os demais determinantes sociais que consideramos ser fundamental compreender sobre as escolhas alimentares sob o viés da multifatorialidade.

Apenas envolvendo todos os aspectos podemos contribuir para a ampliação da autonomia dos sujeitos e, assim, a liberdade de escolha diante dos apelos da mídia e a EAN podem ser uma estratégia para a construção do empoderamento de estudantes. Nesse sentido, se os sujeitos têm autonomia de pensamento e também têm a capacidade de optar entre as alternativas existentes, de maneira instrumentalizada, consciente e deliberada, possuindo liberdade de escolha diante, inclusive, dos apelos da grande indústria na mídia.

Balbino e Barboza (2019) identificaram alguns principais incentivos para o consumo de bebidas açucaradas, entre eles o sabor, o preço, a praticidade e a pressão social dos amigos, quando os adolescentes são impulsionados a consumir para serem aceitos em determinados grupos e situações. Os autores expõem que o sabor das bebidas açucaradas foi um dos principais aspectos relacionados à atratividade do produto.

Como já mencionado, a pesquisa mostra que os comportamentos estão diretamente influenciados por fatores socioculturais, socioeconômicos e sociodemográficos. Também indica que as crianças e os adolescentes são influenciados pelos familiares e o meio em que convivem, estando expostos, muitas vezes, a uma alimentação pouco nutricional associada à inatividade física; fatores estes propícios ao sobrepeso e à obesidade. O estudo de Balbino e Barboza (2019) foi uma das leituras que contribuiu para nortear a nossa pesquisa, pois discute sobre o consumo de alimentos inserido no contexto social em que os estudantes vivem.

Além dos comportamentos de risco já apresentados, evidenciamos na pesquisa de Costa *et al.* (2018) a associação entre dois comportamentos prejudiciais à saúde do adolescente: a alta prevalência de consumo diário de, pelo menos, um grupo de alimentos ultraprocessados e de comportamento sedentário maior que duas horas por dia, posto que em cada dez adolescentes brasileiros sete apresentaram tais comportamentos. Além disso, observou-se associação positiva entre tempo de comportamento sedentário e consumo diário de, ao menos, um grupo de alimentos ultraprocessados, considerando que quanto maior o tempo de comportamento sedentário maior a prevalência de consumo diário deles. Os autores sugerem estratégias para redução das prevalências dos comportamentos que analisaram, como a regulamentação da oferta de alimentos ultraprocessados em ambiente escolar e a publicidade deste tipo de alimento, com políticas de melhoria do ambiente com a prática de atividades físicas.

Com base nos artigos elencados, podemos perceber que a mídia exerce fator de relevância na escolha dos grupos alimentares, mas não é determinante, uma vez que os grupos sociais nos quais se insere o adolescente também contribuem para sua preferência alimentar. Isso demonstra que os comportamentos dos adolescentes envolvem uma complexidade de fatores relacionados e que é importante que sejam trabalhados em conjunto e não isolados, pois percebemos, também, que os comportamentos não saudáveis se associam e vice-versa.

Diante do exposto, trouxemos para o texto um trabalho realizado por Baumgratz (2019), que também revela o acréscimo do consumo de alimentos industrializados tanto por influência dos grupos em que convivem quanto pela facilidade e praticidade que os mesmos oferecem, e apresentam uma proposta de atividade que pretende impulsionar os alunos a repensar e mudar hábitos, adotando uma alimentação e um estilo de vida mais saudável.

Enfim, verificamos nas pesquisas que grande parte dos estudos que analisam eventos com adolescentes mostram a existência de comportamentos de risco associados à sua vida, e estes estão relacionados com as dimensões socioculturais presentes em nossa sociedade. Em razão da alta prevalência de comportamentos de risco entre adolescentes, é fundamental que se realizem estudos sobre o tema com o intuito de conhecer melhor o público adolescente e suas realidades, para, assim, tentar estabelecer políticas adequadas e contribuir para um movimento de promoção da saúde dos adolescentes, visando os benefícios futuros proporcionados pelo desenvolvimento de hábitos saudáveis nesta fase da vida.

Além disso, consideramos importante o diálogo entre a Educação em Ciências e a Educação em Saúde, proporcionando a contextualização e a interdisciplinaridade sobre discussões direcionadas à Educação Alimentar e Nutricional como constitutivas do currículo escolar. Dessa forma, destacamos a abordagem da saúde na escola, levando em consideração as dimensões sociais e a aproximação dos estudantes ao proporcionar discussões voltadas à realidade da sua comunidade.

3.3 REPRESENTAÇÕES SOCIAIS NO CONTEXTO DA ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO NA ADOLESCÊNCIA

Na Categoria 3 procuramos trazer o enfoque aos impactos dos fatores socioculturais no consumo alimentar de adolescentes. As discussões focam a disponibilidade cada vez maior nos domicílios brasileiros de ultraprocessados, isso relacionado ao aumento da industrialização, contribuindo para a formação de novos hábitos e comportamentos alimentares. No meio desta realidade, buscamos refletir sobre o significado do comer

buscando relações afetivas e o fortalecimento de laços a partir do preparo dos alimentos *in natura* e minimamente processados.

Em decorrência da análise dos artigos, identificamos diversos estudos para compor o *corpus* desta categoria. Os estudos associam fatores socioculturais, socioeconômicos, sociodemográficos a comportamentos que levam a hábitos alimentares não saudáveis e, conseqüentemente, a agravos à saúde, como obesidade.

O impacto de fatores sociodemográficos e comportamentais na prevalência de sobrepeso e obesidade em adolescentes foi analisado por Guedes *et al.* (2010). Os resultados mostram que a proporção de escolares que apresentaram sobrepeso e são obesos é preocupante. Os principais fatores associados foram os sociodemográficos e comportamentais, identificados na ocorrência do sobrepeso; em relação à obesidade foram a classe econômica e escolaridade dos pais, número de irmãos, tipo de alimentação na escola, distância e meio de transporte entre a casa e a escola, realização de trabalho remunerado e tipo de atividade no lazer e no tempo livre. Percebemos que esses fatores estão diretamente ligados à rotina dos estudantes, mostrando que alterações no estado nutricional estão relacionadas com a realidade de inserção dos sujeitos na sociedade.

O estudo de Guedes *et al.* (2010) relacionou os fatores sociodemográficos e socioeconômicos com o sobrepeso e obesidade dos adolescentes, o que pressupõe mudanças nas escolhas alimentares. Nesta tese buscamos analisar estes fatores e suas associações diretamente com os comportamentos alimentares, além de analisar o contexto escolar envolvendo desde o desempenho até os sentimentos durante as aulas.

Nesta perspectiva, Martins *et al.* (2013) discutem sobre pesquisas relacionadas aos tipos de alimentos disponíveis nos domicílios brasileiros desenvolvidas nas últimas três décadas, e que mostraram um aumento constante de ultraprocessados e uma redução significativa de alimentos naturais ou alimentos minimamente processados e ingredientes culinários em todas as classes socioeconômicas e regiões geográficas. Esta tendência é um sério motivo de preocupação, refere Bielemann *et al.* (2015), porque algumas características dos alimentos ultraprocessados são a alta energia, açúcar livre, sódio, gordura total e gordura saturada; baixo teor de proteína e fibras, além da presença de aditivos, sendo esses produtos alimentícios associados ao excesso de peso e ao aumento do risco de Doenças Crônicas não Transmissíveis. Os exemplos desses produtos, citados pelos autores, são biscoitos recheados, salgadinhos de pacote, refrigerantes, macarrão instantâneo, entre outros.

Bielemann *et al.* (2015) também destacam o rápido aumento de transição nos países em desenvolvimento, que está relacionados ao processo de mudanças sociais, econômicas e

tecnológicas, gerando maior poder aquisitivo e acesso a produtos industrializados e de baixa qualidade nutricional. Monteiro *et al.* (2018) identificaram, em uma análise baseada na Pense de 2015, que o melhor nível socioeconômico e características sociodemográficas estavam associados com a maior exposição às práticas alimentares não desejáveis e ao comportamento sedentário.

Uma pesquisa de São Pedro, Araújo e Freitas (2016) aprofundou-se em relatos de adolescentes, e destacou a alimentação rápida, monótona e diretamente ligada ao comportamento dos grupos com os quais se relacionam. São Pedro, Araújo e Freitas (2016) também chamaram a atenção para os aspectos financeiros, pois identificaram nas narrativas que determinados alimentos, como frutas e verduras, eram adquiridos no ambiente familiar com frequência mensal, dificultando hábitos alimentares saudáveis. Os autores salientaram que alguns adolescentes relataram permanecer em torno de sete horas sem se alimentar, entre o café da manhã, realizado em casa, e o almoço servido no refeitório da escola. Alguns dos participantes do estudo eram provenientes de famílias chefiadas por mulheres de baixa renda, às vezes com ausência afetiva e financeira da figura paterna.

Após a análise de diversos relatos de adolescentes, São Pedro, Araújo e Freitas (2016) concluíram que o processo de seleção de um alimento está imbricado em teias socioculturais que envolvem valores, desejos e símbolos. O convívio com os adolescentes, segundo o autor, permitiu identificar que, em muitos momentos, o comer foi representado por refeições práticas, rápidas, de baixo custo, consumidas em grandes quantidades, socialmente valorizadas entre seus pares, comportamentos, muitas vezes, relacionados ao público jovem.

Longo-Silva *et al.* (2016) identificaram, em sua pesquisa, que o consumo de alimentos está associado a dados sociodemográfico, familiar e comportamental, pois as variáveis posse de telefone celular, acesso à Internet no domicílio, tabagismo, consumo de álcool, prática regular de atividade física, hábito de comer assistindo televisão ou estudando, assistir televisão no mínimo duas horas/dia e ausência de atitude visando à perda de peso, foram as variáveis que se associaram a maior porcentagem de adolescentes que consumiam salgadinhos fritos regularmente, lanches embalados, doces e refrigerantes. Dadas as características de grupos de alimentos, pode-se afirmar que os adolescentes têm substituído as principais refeições por lanches.

No estudo de Teixeira *et al.* (2012) foram identificados resultados semelhantes, em que um terço dos adolescentes substituiu o almoço, e metade deles substituíram o jantar, por lanches, sendo sanduíches, salgados, pizzas e hambúrgueres. Estes eram os principais substitutos das refeições. O hábito de pular o café da manhã era associado ao ganho de peso

durante a transição da adolescência à idade adulta. Longo-Silva *et al.* (2016) encontraram aumentos marcantes no consumo desses alimentos e diminuição no consumo de café da manhã por cinco anos. Outra descoberta importante é que esses comportamentos alimentares foram associados ao aumento de ganho de peso desde a adolescência até a idade adulta. No que diz respeito ao papel da família nos hábitos alimentares dos adolescentes, foi identificada uma associação significativa entre frequência das refeições com os pais ou responsáveis (mais de três dias por semana) com menor consumo de doces e refrigerantes.

Nesse sentido, Berge *et al.* (2017) realizaram um estudo descrevendo o envolvimento dos pais e de adolescentes na alimentação preparada para a família. Os resultados demonstraram que o envolvimento dos adolescentes no preparo de refeições para a família foi significativamente associado a vários marcadores de uma dieta de melhor qualidade e melhores padrões alimentares. Em contraste, o envolvimento dos pais na preparação de alimentos para a família não estava relacionado à ingestão alimentar do adolescente. Os autores destacam, ainda, que o envolvimento no ato de preparar comida para a família esteve relacionado a várias características sociodemográficas, incluindo nível de ensino e *status* de emprego dos pais, estando mais tempo em casa ou não, tamanho da família e esta com menos de três filhos.

O estudo de Minuzzi *et al.* (2019) revela que o apoio e o comportamento parental interferem diretamente no comportamento saudável dos adolescentes. Relações estabelecidas entre os grupos sugerem que uma postura conjunta positiva de ambos os pais possibilita aumentar a possibilidade de ter filhos com comportamento positivo, e apresentam cinco componentes associados ao estilo de vida: nutrição, atividade física, comportamento preventivo, relacionamentos e controle do estresse.

Nessa perspectiva, Barbosa *et al.* (2013) dialogam a respeito da reflexão de que as práticas de alimentação podem ser compreendidas como um núcleo de significação complexo, uma expressão sociocultural de significados das pessoas em seu contexto social. Comer é uma experiência social que envolve trocas simbólicas, acordos e negociações constantes sobre o significado dos alimentos em uma cultura. Dessa forma, a prática de cozinhar fortalece os laços, une as pessoas e aumenta o consumo de alimentos naturais e saudáveis.

Além dos estudos já discutidos nesta categoria, identificamos também, na presente revisão, pesquisas que refletem sobre a relação sociocultural, comportamental e ambiental da alimentação, relacionadas com os conceitos de Bourdieu (2007) e que corroboram os dados já discutidos até o momento.

Barbosa *et al.* (2013) apresentaram o conceito de *habitus* de Bourdieu, na perspectiva de que no cotidiano escolar existe um *habitus* que se institui no espaço escolar relativo à alimentação que ali se oferece. Esse *habitus* é incorporado no sujeito e tende a ser reproduzido, atribuindo significado conforme a teoria de Bourdieu sobre o mundo social. Dessa forma, pode-se afirmar que, assim como o *habitus* é estruturado socialmente, ele também é estruturante das ações sociais, e a vida escolar dos adolescentes contribui nas escolhas alimentares e em seus estilos de vida.

A discussão de *habitus* foi ampliada para a incorporação do *habitus* de consumo de *fast-food*, presente na sociedade atual. Carvalho e Luz (2009) mostram que o *fast-food* está associado ao princípio gerador de prestígio relacionado aos lanches rápidos, assim como pelas divulgações por meio de recursos midiáticos. Com essa visão que o estilo *fast-food* representa para os jovens, o aumento do consumo desses alimentos nesse público acaba por não ser pautado por perigos ou riscos à saúde, mas por significados compartilhados que definem o grupo e representam ideias de modernidade (CARVALHO; LUZ, 2009).

Carvalho e Luz (2009) destacam, ainda, que as práticas de alimentação e os hábitos alimentares estão sujeitos às pressões da globalização e, mesmo que as manifestações familiares e as primeiras experiências são marcantes e constituem o comportamento alimentar, a globalização e a industrialização contribuem com a formação de novos hábitos e comportamentos alimentares.

Prado *et al.* (2011) discutiram, na perspectiva sociocultural, sobre o conceito simbólico de Bourdieu, revelando que comer é uma experiência social que envolve trocas simbólicas, acordos e negociações constantes sobre o significado dos alimentos em uma cultura. Comer é uma ação concreta de incorporação tanto de alimentos quanto de seus significados, permeada por trocas simbólicas, envolvendo uma infinidade de elementos e de associações capazes de expressar e consolidar a posição de um agente social em suas relações cotidianas.

Moreira *et al.* (2015) ressaltam que os adolescentes estão influenciados pelos desejos, curiosidades e prazeres da adolescência. Acreditamos, portanto, que, a partir da análise psicossocial dos indivíduos, pode-se contribuir para a reflexão e o direcionamento das ações e estratégias que culminam em intervenções de prevenção de doenças e promoção e manutenção da qualidade de vida. Os resultados desse estudo demonstraram que é importante apreender as representações sociais dos adolescentes sobre sua qualidade de vida; isso requer a compreensão dos múltiplos fatores que estão relacionados ao seu pertencimento, atentando-

se não apenas aos aspectos biológicos desse período de transição, mas, também, aos seus papéis, valores, crenças e atitudes.

A investigação de Reina *et al.* (2013) analisou se as práticas alimentares e as pressões socioculturais influenciam no comportamento alimentar relacionado a comer na ausência de fome. O resultado demonstrou que comer na ausência de fome ocorreu com a ingestão de lanches. Esses fatores, como o controle da composição corporal, a restrição dos pais e a pressão familiar para ser magro, foram associados a comer na ausência de fome. A pressão da mídia também foi relacionada ao aumento do consumo de alimentos sem fome em meninas. Houve orientação quanto à aparência e preocupações relacionadas às pressões socioculturais e comer na ausência de fome.

Os autores declaram que as pressões socioculturais e as orientações externas sobre aparência relacionada à imagem corporal, podem contribuir para tais comportamentos alimentares durante a adolescência. Dessa forma, identificar os fatores socioculturais que influenciam comer na ausência de fome pode ser importante para o desenvolvimento de uma prevenção eficaz de ganho de peso e estratégias de intervenção.

A partir do estudo de Reina *et al.* (2013), identificando influências para comer na ausência de fome, acreditamos ser pertinente analisar a possibilidade do consumo de alimentos (doces e lanches prontos) associados a melhorar o humor, o que também seria na ausência de fome, mas relacionando a determinadas escolhas alimentares e com o objetivo de sentir-se mais humorado.

Fismen, Samdal e Torsheim (2012) dialogaram sobre a desigualdade alimentar por meio da desigualdade socioeconômica, referindo que diferentes aspectos das circunstâncias socioeconômicas dos adolescentes devem ser considerados a fim de tornar eficazes as intervenções de promoção da alimentação saudável à população jovem. Para ter uma melhor compreensão do conceito de *status* socioeconômico e como isso influencia o comportamento de saúde entre os jovens, foi realizado o estudo comparando o capital material (identificado pelas condições socioeconômicas) com o capital cultural de adolescentes (identificado pelo número de livros em casa). Destaca-se que o número de livros é considerado um item adequado ao avaliar o ambiente cultural em uma casa. Os autores destacam que quando coletaram os dados em 2005-2006, os livros impressos ainda não haviam sido substituídos pelos os *E-books*.

Identificamos, no estudo de Fismen, Samdal e Torsheim (2012), que o capital material foi um indicador positivo importante do consumo de frutas e vegetais, mas não para doces e refrigerantes, pois foi verificado um alto consumo. Já o número de livros,

representando o capital cultural, é o indicador mais forte da preferência alimentar e frequência das refeições. Normas, valores e condições de saúde, consciência e hábitos ligados ao capital cultural, parecem mais importantes do que fatores econômicos no que diz respeito às escolhas alimentares saudáveis.

Os autores citam os conceitos de Bourdieu de capital cultural e *habitus*, e ligam determinantes estruturais e comportamentais das pessoas relacionados ao estilo de vida. Esta abordagem abrange as escolhas conscientes da promoção da saúde e comportamentos, sugerindo que os hábitos alimentares dos adolescentes são influenciados pela percepção dos pais e suas atitudes em relação às escolhas de alimentos. É provável que os adolescentes que vivem em famílias com alto capital cultural aprendam a comer de forma mais saudável em casa.

O estudo de Miqueleiz *et al.* (2014) identificou que a principal diferença no maior consumo de frutas em comparação com o consumo de vegetais estava relacionada à realidade socioeconômica. Os pais preocupam-se mais com o consumo de frutas do que o de vegetais de seus filhos. Identificou-se uma frequência maior de alimentação pouco saudável em famílias de posição de baixo *status* socioeconômico. Esse estudo demonstrou, porém, que um melhor *status* econômico apenas está relacionado ao maior consumo de frutas, considerado como positivo, mas identificou pouco consumo de vegetais e um consumo frequente de *fast-food*, lanches, bebidas açucaradas e ausência de café da manhã nos adolescentes. Provavelmente educação e *status* socioeconômico dos pais influenciam os hábitos alimentares, facilitando ou restringindo a compreensão das informações nutricionais.

A pesquisa de Balbino e Barboza (2019) buscou compreender os fatores de influência no consumo das bebidas açucaradas. Os autores destacaram como resultados que os principais incentivos para o consumo são o sabor, o preço, a publicidade, a praticidade e a pressão social dos amigos, sendo impulsionados a consumir para serem aceitos em determinados grupos, e ainda familiares que incentivam o consumo de bebidas açucaradas. Observamos, pelos resultados, que a influência para a redução se dá com a conscientização sobre os aspectos negativos do consumo, com a inserção de ações reguladoras e exposição dos malefícios para contribuir na diminuição do consumo, evidenciando a melhoria de vida ocasionada pelo consumo consciente dessas bebidas.

O estudo de Muniz *et al.* (2013) expõe que, embora as adversidades socioeconômicas, especialmente a menor renda familiar, estejam associadas com baixas prevalências de consumo de frutas e vegetais, a renda familiar não se mostrou associada com nenhum dos desfechos. Apenas o menor número de moradores mostrou um efeito benéfico,

embora pequeno, sobre o consumo de legumes/verduras. Mesmo que a renda familiar não tenha se mostrado associada aos desfechos, este achado sugere que o baixo consumo destes alimentos é um hábito não saudável que afeta de forma similar adolescentes de todos os estratos sociais.

Os estudos de Miqueleiz *et al.* (2014), Balbino e Barboza (2019) e Muniz *et al.* (2013), analisaram alguns fatores socioeconômicos e familiares associados ao consumo de alimentos. Nesta tese aprofundamos a análise do consumo de alimentos relacionado com o nível de ensino dos pais, situação sobre acesso aos alimentos, desempenho escolar, sentimentos, modos de comer, trabalhar, dormir mal e uso de substâncias psicoativas como forma de considerar diversos fatores que possam estar relacionados.

A partir do *corpus* de análise apresentado, evidenciamos influências do consumo e os comportamentos alimentares de adolescentes relacionados com o grupo e também ligado a fatores ambientais, principalmente consumo alimentar domiciliar, aliado a fatores econômicos e culturais. São fatores considerados fundamentais para compreender as mudanças alimentares atuais, sendo preciso levar em conta o contexto social que envolve o percurso da nutrição ocorrido nos últimos anos, com uma busca cada vez maior por ultraprocessados e a diminuição de alimentos *in natura* e minimamente processados, sem ao menos que as pessoas questionem, tornando-se tão corriqueiro em suas vidas que, talvez, nem percebam a magnitude desse novo padrão alimentar.

3.4 PROMOÇÃO DA SAÚDE NA INTERFACE COM A ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO

Com os estudos analisados na Categoria 4 procuramos discutir ações de promoção da saúde no âmbito escolar e buscamos envolvê-las com os contextos sociais dos estudantes, considerando a instituição de modelos proativos de intervenção que possam contribuir, de modo mais efetivo, para o desenvolvimento saudável de adolescentes. Conforme Almeida *et al.* (2011), a escola representa um local promissor para a prática das ações de saúde. É neste ambiente que o adolescente permanece a maior parte de seu dia, o que facilita a socialização, o estreitamento de vínculos, a troca de experiências e a difusão de conhecimentos. Dessa forma, pode-se inferir que a escola constitui o local mais adequado para o desenvolvimento de ações preventivas voltadas à melhoria da qualidade de vida, tendo em vista que apresenta um importante papel junto a sociedade.

Segundo Albuquerque *et al.* (2012), o uso de um tema gerador para introdução de um determinado conteúdo de química abre muitas possibilidades. Assim, os autores relataram que

foi escolhido o tema “preocupação da sociedade com a saúde no consumo de alimentos processados ou industrializados”. Dessa forma, o estudo discorreu sobre o tema gerador aditivos químicos alimentares, discutido em aulas de química. O tema enfatiza a importância da informação sobre o consumo exagerado de alimentos com aditivos alimentares. A exposição do tema em sala de aula, com discussão sobre os aditivos mais prejudiciais à saúde, possibilitou a troca de conhecimentos e o início de conscientização, bem como a tentativa de mudança de hábitos nos estudantes.

Refletindo sobre a tomada de consciência discutida no estudo anterior, trazemos a pesquisa de São Pedro, Araújo e Freitas (2016), que dialoga sobre as representações sociais que estão relacionadas à realidade imediata do sujeito, inferindo que as práticas de educação em saúde podem interferir nessas representações, modificando a percepção dos comportamentos de risco dos adolescentes.

Os autores percebem, em sua análise, que os adolescentes associam a qualidade de vida à prática de esportes e outros hábitos de vida saudáveis. Os autores afirmam ser importante conhecer a realidade, as percepções e os hábitos dos sujeitos e, assim, dialogar sobre aspectos de educação em saúde inseridos no meio social em que estes vivem.

Reis, Malta e Furtado (2018) e Nilson, Jaime e Resende (2012) discutem sobre estratégias, como o Plano de Redução do Sódio em alimentos processados. Reis, Malta e Furtado (2018) propõem a revalorização dos alimentos regionais, que visam o resgate, a valorização e o fortalecimento da cultura alimentar, declarando que são importantes dispositivos para a saúde. Os autores enfatizam que para enfrentar o sobrepeso e a obesidade, além de atividade física e lazer, devem ser feitas ações de educação alimentar e nutricional tanto na escola quanto fora dela. O resgate, a valorização e o fortalecimento da agricultura sustentável, que respeita o conhecimento local e defende a biodiversidade e o reconhecimento da herança cultural e do valor histórico do alimento, são fundamentos que devem ser considerados ao buscar promover saúde (BOOG, 2010).

Reis, Malta e Furtado (2018) também apontam o papel da escola na escuta qualificada, no acolhimento das situações de sofrimento, no reconhecimento das mudanças e das situações de risco nos adolescentes, sendo fatores importantes na constituição de uma rede de cuidados singulares. Os autores salientam que o fortalecimento do vínculo, singular e acolhedor, tem produzido efeitos mais substantivos em ações e diálogos com estudantes. A pesquisa de Reis *et al.* (2018) sobre a Pense realizada com escolares menciona, em seu documento, que entender o universo dos adolescentes qualifica as propostas de políticas intersetoriais voltadas para este público.

O estudo de Pereira *et al.* (2017) expõe que os hábitos alimentares de adolescentes têm sido marcados pelo alto consumo de alimentos ricos em gorduras, sódio e açúcares simples, que, somados ao sedentarismo, estão diretamente relacionados com a incidência de obesidade, entre outras doenças crônicas não transmissíveis tanto nesta faixa etária quanto na vida adulta. Dessa forma, o autor afirma que este cenário reforça a urgência de se adotar programas de Educação Alimentar e Nutricional (EAN).

Casemiro, Fonseca e Secco (2014) apresentam uma pesquisa que reflete sobre o tema da saúde escolar e suas potencialidades de efetivação enquanto política pública. Os autores asseveram que ainda existe um cenário de ações que persiste com iniciativas centradas na doença, revelando atividades que desconsideram o contexto local e o espaço da vida, e apresentam uma lista de regras de controle de risco nem sempre possíveis de serem vivenciadas que acabam por culpabilizar a população pelo seu não cumprimento.

Os autores destacam, também, que a responsabilidade de como enfrentar realidades com suas adversidades, precariedades e riscos à saúde, não está sob o domínio de nenhum profissional isoladamente, destacando ser essencial a participação ativa dos estudantes, as famílias e a comunidade. A promoção da saúde trata, portanto, de um campo interdisciplinar complexo e desafiador. Casemiro, Fonseca e Secco (2014) deixam claro que as iniciativas interdisciplinares são realizadas a partir do diagnóstico local da realidade, com identificação dos problemas reais e das soluções viáveis em cada escola, de forma a contribuir para a autonomia dos sujeitos.

Nesse sentido, Boog (2010) apresenta uma intervenção em EAN, criada com base em diagnóstico realizado no âmbito de escola e comunidade, tendo como pressuposto teórico a relação homem/ambiente. A ação realizada refletiu sobre o cotidiano, valorizou o trabalho, a história e a identidade cultural, fortalecendo a autoestima das famílias. Os resultados demonstraram a possibilidade de criar um programa de incentivo ao consumo de alimentos produzidos na região, no qual o tema alimentação teve como ponto de partida não a ciência da nutrição, mas a relação homem/ambiente, mediada pelo trabalho, práticas de consumo, valores e representações sociais.

Silveira *et al.* (2011) analisaram estudos sobre EAN em escolas e apresentaram evidências de efeitos antropométricos positivos e de aumento no consumo de frutas e verduras. Isso aconteceu quando as intervenções ocorreram com atividades regulares na escola, envolvimento dos pais e introdução da EAN no currículo regular, aliados ao fornecimento de alimentos saudáveis na alimentação escolar.

Em um estudo sobre a representação da modernidade alimentar para a sociologia e a antropologia, de Fonseca *et al.* (2011), compreendeu o fenômeno alimentar e o seu consumo em uma abordagem mais qualitativa. Pode-se avançar na construção das ciências nutricionais, privilegiando-se uma abordagem compreensiva sobre o alimento e a alimentação. Os autores destacam que durante anos tem-se estudado sobre os nutrientes contidos no consumo alimentar humano e, assim, são relacionados à presença de doenças crônicas, permitindo que os conhecimentos sobre as associações entre nutrientes e doenças sejam cada vez mais conhecidos. A alimentação envolve, porém, a presença de crenças, valores e significados que precisa ser considerada nos estudos sobre consumo alimentar.

Diez-García *et al.* (2011) abordam a culinária como objeto de estudo alimentar e nutricional para intervenções que visam às mudanças alimentares. Os autores exploram o potencial da culinária nos seus diversos segmentos relacionados à sua subjetividade, e consideram que, por meio de um estudo visando a promover alimentação saudável com foco na culinária, foi possível dialogar sobre suas dimensões sensoriais, cognitivas e simbólicas que envolvem a alimentação e a nutrição.

Nesse sentido, Silva *et al.* (2015) analisaram a percepção sobre a prática de alimentação saudável de adolescentes. Os adolescentes entrevistados, apesar de terem conhecimento sobre alimentação saudável, nem sempre o põem em prática, em razão da multiplicidade de fatores que interferem em suas escolhas alimentares. A escola e a família apresentaram papel fundamental no incentivo à prática alimentar saudável.

Os estudos incluídos nesta categoria mostraram que o perfil de ações de EAN tem buscado evoluir considerando os fatores sociais que envolvem a alimentação e a nutrição. Conforme Cervato-Mancuso, Vincha e Santiago (2016), anteriormente as ações tinham o objetivo centrado na ampliação dos conhecimentos dos estudantes sobre o tema, enquanto, atualmente, priorizam a mudança individual de comportamento, considerando a sua complexidade e proporcionando discussões que vão além das questões biológicas, como a responsabilidade coletiva em vez de responsabilizar o indivíduo. É com base nesse atual cenário de ações de EAN, demonstradas nos estudos mencionados, que buscamos aprofundar nossas discussões nesta tese.

Enfim, nesta categoria discutimos sobre abordagens envolvendo adolescentes e percebemos que artigos que discutem sobre ações de educação em saúde, que não envolvem o contexto social dos alunos, não trazem efetividade em razão de questões multifatoriais que envolvem a alimentação e a nutrição. A partir disso, torna-se importante discutir sobre a necessidade de se ter uma compreensão completa dos fatores que influenciam no

comportamento dos adolescentes, com destaque para as características ambientais e pessoais. Neste sentido, evidenciamos que ir pelo caminho de estratégias centradas na responsabilização do indivíduo sobre o seu comportamento e autocontrole, vai na contramão deste cenário de reconhecimento da complexidade da nutrição.

As quatro Categorias (Comportamento e hábito alimentar: diferenças conceituais para o campo da alimentação e nutrição; Estilo de vida e hábitos inadequados como facilitadores para comportamentos de risco aos agravos à saúde; Representações sociais no contexto da alimentação e nutrição na adolescência; Promoção da saúde na interface com a alimentação e nutrição) que emergiram da análise dos artigos científicos mostram contribuições importantes para esta pesquisa, especialmente nos seguintes aspectos:

- Produção de conhecimento dos comportamentos alimentares dos indivíduos e suas diferenças em relação aos hábitos alimentares, a fim de não impor aos indivíduos como deve ser sua alimentação e sim estimular o desenvolvimento da autonomia na escolha alimentar;
- Identificação de comportamentos e estilos de vidas predominantes entre os adolescentes, como sedentarismo, hábitos alimentares não saudáveis, uso de substâncias psicoativas e distúrbios alimentares, sendo todos caracterizados como comportamentos de risco à saúde;
- Estabelecimento de compreensão sobre as representações sociais que envolvem o contexto da alimentação e nutrição na adolescência;
- Reflexão sobre mudanças no padrão alimentar conforme o nível de processamento dos alimentos;
- Todas as categorias mostram influências socioculturais, socioeconômicas, sociodemográficas, socioambientais inter-relacionadas;

Os estudos mostram mudanças importantes quando ocorrem ações de promoção da saúde no âmbito escolar, corroborando com nossa pesquisa ao defendermos, a complexidade do comportamento alimentar. Pois, é necessário compreender os fatores que envolvem as escolhas alimentares, em detrimento de estudos anteriores que defendiam apenas o fornecimento de conhecimentos sobre alimentação adequada e saudável sem considerar os determinantes sociais.

Concluimos, então que ao trabalhar com adolescentes em práticas de promoção da saúde, é importante considerar as diversas dimensões que envolvem os comportamentos e transformações que ocorrem na adolescência, pois estes irão repercutir em suas vidas. Considerando ainda que o adolescente está em fase de descobertas e com fatores como a possível influência da busca pela aceitação social, a influência familiar, o contexto escolar, as

influências midiáticas em suas escolhas e comportamentos é fundamental a produção de conhecimentos que contribuam para ampliação da autonomia dos adolescentes.

3.5 AS REPRESENTAÇÕES SOCIAIS NA PERSPECTIVA DE BOURDIEU

Os estudos incluídos no *corpus* da análise mostraram que os comportamentos de risco estão relacionados a fatores ambientais, comportamentais e culturais. Dessa forma, trazemos uma reflexão sobre a relação sociocultural, comportamental e ambiental da alimentação, relacionando com os conceitos de Bourdieu, buscando, assim, compreender o tema alimentação e nutrição, considerando a complexidade das relações que envolvem o ato de comer.

Em relação à categoria um, ao se discutir sobre os comportamento e hábitos alimentares, apresentamos a discussão sobre o conceito simbólico de Bourdieu conforme Marques e Gutierrez (2009), no que se refere à alimentação e à nutrição. Podemos afirmar que comer é uma experiência social que envolve trocas simbólicas, acordos e negociações constantes sobre o significado dos alimentos em uma cultura. Assim, o comer é uma ação concreta de incorporação tanto de alimentos quanto de seus significados, permeada por trocas simbólicas, envolvendo uma infinidade de elementos e de associações capazes de expressar e consolidar a posição de um agente social em suas relações cotidianas (MARQUES; GUTIERREZ, 2009). Nesse aspecto, a comida, ou ainda a ação de se alimentar, transforma-se num ato simbólico.

Seguindo com Bourdieu (1998), mencionamos a violência simbólica, a qual se apoia em uma imposição determinada e se dá na criação contínua de crenças no processo de socialização, que leva o indivíduo a se posicionar no espaço social, seguindo os padrões e costumes. Bourdieu (1998) aborda aspectos do discurso dominante, o qual desencadeia uma violência simbólica a partir do reconhecimento da sua legitimidade, não apresentando aos indivíduos as diversas culturas, *habitus* e conhecimentos existentes. Assim, uma cultura alimentar e seus conhecimentos, que não são considerados pertencentes à cultura dominante, acabam enfrentando violências simbólicas para poderem se manter vivos e reconhecidos pelos seus povos.

Interligando as questões culturais e sociais, trazemos também a discussão sobre o conceito de *habitus* de Bourdieu no campo da alimentação e nutrição. Para Bourdieu (2007), é o *habitus* que faz um agente ser detentor de um gosto, porque as preferências estão associadas às condições objetivas de existência. Bourdieu e Passeron (2014) apresenta o conceito de

habitus como sendo as exterioridades interiorizadas pelo indivíduo de acordo com sua trajetória social. O *habitus* é formado durante a socialização do indivíduo, desde o seu relacionamento familiar, sua primeira educação, passando pela escola, religião, trabalho, todos os meios que, enfim, irão contribuir para a formação do indivíduo em determinado contexto social, estando diretamente vinculado ao pertencimento a uma classe social (BOURDIEU; PASSERON, 2014).

Silva, Teixeira e Ferreira (2014) consideram que a busca por uma identidade adulta se apresenta estruturada nas primeiras relações afetivas que estes tiveram no âmbito familiar, porém a interação com diferentes relações sociais na fase da adolescência pode contribuir para a formação de um novo *habitus*. Esse aspecto refere-se também à alimentação, pois esta é mais do que simplesmente ingerir um alimento; abrange o significado das relações pessoais, sociais e culturais que estão envolvidas no ato alimentar. A cultura alimentar do indivíduo está diretamente ligada com a sua manifestação na sociedade (DIEZ-GARCÍA; CASTRO, 2011).

Na categoria 2, que apresentou as diversidades relacionadas aos comportamentos de risco para a saúde em adolescentes, discutimos, com base em Bourdieu (1983), que o estilo de vida está relacionado com as disposições e possibilidades encontradas pelo indivíduo em sua classe, e suas escolhas possíveis são proporcionadas por seu *habitus*. Nas vivências internalizadas o *habitus* tende à sua própria conservação, mas pode ser alterado na medida em que se modificam os contatos sociais do indivíduo (BOURDIEU; PASSERON, 2014).

Nesse sentido, Bourdieu (2007) salienta que o conceito de *habitus*, que é formado na primeira socialização do agente, geralmente na família (considerada uma das esferas de socialização mais importantes), está diretamente vinculado ao pertencimento a uma classe social. Segundo Bourdieu (2007, p. 164), o “*habitus* está relacionado com a capacidade de produzir práticas, com a capacidade de diferenciar e de apreciar essas práticas e os gostos, em que se constitui o mundo social representado, ou seja, o espaço dos estilos de vida”.

Assim, o *habitus* alimentar corresponde à adoção de um tipo de prática que tem a ver com costumes estabelecidos tradicionalmente e que atravessam gerações, com as possibilidades reais de aquisição dos alimentos e com uma sociabilidade construída tanto no âmbito familiar e comunitário quando compartilhada e atualizada pelas outras dimensões da vida social. Ao alimentar-se de pratos preparados de forma típica, o indivíduo não só dá conta da própria sobrevivência, mas se sente seguro em suas tradições e reconhece sua identidade social.

Nessa direção, Diez-García e Castro (2011) citam Bourdieu ao lembrar que as primeiras referências são da família e são significantes ao constituírem as estruturas das ações

dos sujeitos. Dessa forma, cabe considerar a vivência, a realidade, o aprendizado e a experiência proporcionada pelo meio social ao discutir os comportamentos, os hábitos alimentares e os estilos de vida dos sujeitos, inclusive dos adolescentes.

Como a sociedade vem sofrendo fortes influências midiáticas, em conjunto com o aumento da industrialização, os gostos e preferências alimentares estão mudando, oferecendo um contexto que reflete na alimentação e estilo de vida, levando à diminuição do consumo de alimentos *in natura*, principalmente por jovens, em prol de produtos ultraprocessados, comprometendo não apenas a cultura alimentar, mas também a saúde (SILVA; TEIXEIRA; FERREIRA, 2014). Cabe destacar que a mudança no hábito alimentar da população brasileira tem acarretado uma substituição de alimentos *in natura* por alimentos ultraprocessados, e vem contribuindo para o empobrecimento da alimentação em termos de saúde (POLÔNIO; PERES, 2009).

Na categoria 3 refletimos, a partir de Bourdieu (1983), sobre a sua afirmação de que assumir a juventude como um fenômeno independente de questões sociais é uma tentativa de manipulação da realidade, pois não considerar as diferentes oportunidades vivenciadas por jovens de distintas classes sociais levaria a ignorar as suas diferenças. Isso significa contribuir com a ideologia de classes dominantes, ou seja, com a visão de que apenas determinadas culturas são legítimas.

Diante disso, Bourdieu e Passeron (2014) questiona a neutralidade da escola e do conhecimento escolar. Na verdade, a escola cobra dos alunos os gostos, as crenças, os valores e as posturas dos grupos dominantes, tidas como cultura universal. A cultura e a herança familiar, que os constituem como indivíduos de um grupo social, são desvalorizadas pela escola, pois não são consideradas legítimas. Bourdieu e Passeron(2014, p. 52) ressalta que “em relação às camadas dominadas, o maior efeito da violência simbólica exercida pela escola não é a perda cultural familiar, é a inculcação de uma nova cultura exógena”. Somente reproduzir saberes, deixar se dominar pela cultura dominante, e não valorizar as características individuais, habilidades naturais e a cultura de cada indivíduo, alimenta críticas ao sistema educacional. Bourdieu deixa claro que, se de alguma maneira a escola é responsável pela reprodução das desigualdades sociais, de outro modo ela mesma seria capaz de acabar com as diferenças iniciais diante de si, e assim trabalhar pela promoção da igualdade de classes.

Ao relacionar essa distinção entre as classes com a alimentação e a nutrição, cita-se Diez-García e Castro (2011), que apresentam estudos relacionados a hábitos alimentares, destacando que as classes sociais trazem diferenças quanto ao acesso,

percepção, preparação, apreciação e valorização dos alimentos entre diferentes agentes sociais. Os autores lembram que essas variações dependem de seus hábitos e sua identidade social como grupo. Dessa forma, cabe considerar a vivência, a realidade, o aprendizado e experiências proporcionadas pelo meio social ao discutir o ato alimentar. Assim, entende-se que discussões apresentadas por Bourdieu (2006) sobre as desigualdades na distribuição de bens na sociedade, o que gera espaços sociais de disputas por objetos específicos, que simbolizam a posição que cada agente ocupa, são importantes ao discutir sobre os campos relacionados à alimentação e à nutrição.

Sobre a categoria 4, ao discutir ações de promoção da alimentação adequada e saudável no âmbito escolar, foi observada a abordagem da multiplicidade de fatores que interferem em escolhas alimentares com base em Bourdieu (2007), o qual considera que as percepções, pensamentos, práticas e ações internalizadas pelos agentes produzem estilos de vida, traduzindo-se em gostos, opiniões e capitais característicos a um grupo. Bourdieu (2007) relaciona o conceito de gosto com o *habitus*, que se origina das experiências individuais e coletivas, culturais e socialmente construídas do sujeito, posto que o *habitus* é responsável por um agente detentor de um gosto, pois as condições objetivas de existência associam-se às preferências (BOURDIEU, 2007).

Nesse contexto, as estruturas de um *habitus* anterior comandam o processo de estruturação de novos *habitus*, que serão produzidos por novas exigências pedagógicas (BOURDIEU, 1983, p. 18). Bourdieu (1983) menciona o *habitus adquirido* na família como o princípio da estruturação das experiências escolares que, por mais que sejam transformadas pela escola, têm como princípio de estruturação as experiências anteriores. Desse modo, os hábitos prévios de alimentação e estilos de vida das crianças, originários da família, precisam ser considerados na escola.

A partir da idade escolar ampliam-se os meios de convivência social da criança, e a oferta de alimentos e os estilos de vida tendem a se modificar, sendo a escola destacada por Bourdieu (2007) como o próximo espaço de constituição do *habitus*. Dessa forma, a partir da idade escolar ampliam-se os meios de convivência social da criança, e a oferta de alimentos e os estilos de vida tendem a se modificar. Nesse momento, os hábitos alimentares, com a promoção de uma alimentação e estilos de vida saudáveis, também passam a ser de responsabilidade da comunidade escolar.

3.6 ALGUMAS CONSIDERAÇÕES

A partir do processo de análise dos estudos que foram incluídos no *corpus* da pesquisa, foi possível identificar a alta prevalência de comportamentos de risco entre adolescentes. Conclui-se que a adolescência é uma fase de novas descobertas e, portanto, torna os adolescentes mais vulneráveis aos comportamentos de risco identificados neste estudo. Os fatores que estão relacionados a tais comportamentos são a aceitação social ou pressão do grupo, influência familiar, o contexto escolar, influências midiáticas e o contexto social geral em que vivemos atualmente.

Identificamos nos trabalhos analisados que os comportamentos estão relacionados às dimensões sociocultural, subjetiva e individual. Assim, ao discutir esse tema em práticas de promoção da saúde, é importante considerar as diversas dimensões que envolvem os comportamentos dos adolescentes, pois estes irão repercutir em sua vida futura.

Entendemos que a abordagem no contexto escolar de temas relacionados à saúde dos estudantes, vai ao encontro de diretrizes que orientam trabalhar os conteúdos escolares de forma reflexiva e com capacidade de escolhas conscientes, a partir de temas relevantes que, ao serem discutidos, produzem sentidos e significados para os alunos, sendo caracterizados como temas relevantes – aqueles que fazem parte da vida do adolescente –, como os comportamentos identificados nesta pesquisa. Dessa forma, acreditamos que é importante realizar estudos com o intuito de conhecer melhor o público adolescente e suas realidades para, assim, tentar estabelecer políticas adequadas e construir um caminho de promoção da saúde dos adolescentes, visando os benefícios futuros proporcionados pelo desenvolvimento de hábitos saudáveis nesta fase da vida.

Considerando a complexidade da determinação econômica, psicológica e cultural que envolve a temática alimentação e nutrição, é necessário maior investimento em políticas públicas que visem a intervir em seus determinantes. Esperamos que nossas discussões possam levar a uma melhor compreensão do perfil de adolescentes que consomem regularmente produtos não saudáveis e alimentos obesogênicos. A identificação dos fatores que estão associados ao consumo desses alimentos mostra que estratégias que promovem alimentação saudável devem considerar dados sociodemográficos e características familiares, comportamentais e ambientais.

4 FATORES QUE PODEM INTERFERIR NO DESEMPENHO ESCOLAR

Neste capítulo tratamos sobre o comportamento de adolescentes e a sua relação com os agravos à saúde, bem como o uso de substâncias alimentares e/ou psicoativas e outros fatores que podem interferir no desempenho escolar. O estudo mostra a necessidade em aprofundar os conhecimentos sobre o consumo de substâncias que interferem na vida escolar de estudantes de educação básica, em especial quanto aos hábitos alimentares e à saúde humana, pois o consumo de substâncias psicoativas, como o álcool, o tabaco e as drogas ilícitas, inicia, em sua maioria, na adolescência ainda em idade escolar (SOUSA; PEREIRA, 2018).

A adolescência é uma fase de insegurança nas escolhas, quando ocorrem modificações e a afirmação da identidade. É importante conhecer as implicações do uso abusivo de substâncias psicoativas por adolescentes, e assim auxiliar na sua formação. Com base nos argumentos apontados, o objetivo deste capítulo é compreender as implicações do consumo de alimentos e substâncias psicoativas e sua relação com situações de saúde em adolescentes e sua influência na vida escolar.

4.1 CARACTERÍSTICAS DA POPULAÇÃO DO ESTUDO

Como modo de obtenção dos dados aplicamos, inicialmente, um questionário nas turmas de alunos do 6º ao 9º anos das escolas incluídas na pesquisa, somando um total de 403 estudantes. Os estudantes não presentes no dia de responder o questionário não participaram da pesquisa, assim como um estudante que não teve permissão dos responsáveis, e cinco recusaram-se a responder o questionário.

Entre os participantes, 201 são sexo masculino e 200 do sexo feminino, com 2 casos omissos sem resposta. As idades variaram de 11 a 17 anos, com idade média de $13,5 \pm 1,3$ (média \pm desvio padrão).

O número de alunos e porcentagens de cada escola está demonstrado na Tabela 1 a seguir.

Tabela 1 – Distribuição de alunos por escola

Escolas	Número e porcentagem de alunos
Escola Morango	55 (13,6%)
Escola Pera	87(21,6%)
Escola Ameixa	60 (14,9%)
Escola Laranja	167 (41,4%)
Escola Maçã	34 (8,5%)
Total	403(100%)

Na Tabela 1 percebemos que a Escola Laranja tem maior número de alunos comparada às demais escolas, representando 41,4% do total de alunos envolvidos na pesquisa. Sobre o nível de ensino que os alunos estão cursando: 89 (22,1%) estão no 6º ano, 124 (30,8%) no 7º ano, 107 (26,6%) no 8º ano e 83 (20,6%) no 9º ano.

Os alunos que participaram da pesquisa são adolescentes e consideramos que esta é uma fase de instabilidade, conflitos, autoafirmação, insegurança nas escolhas e construção da identidade, por isso torna-se importante conhecer as implicações do uso abusivo de substâncias psicoativas por adolescentes, auxiliando, assim, na sua formação. Desta forma, o objetivo deste capítulo é compreender as implicações do consumo de substâncias alimentares e/ou substâncias psicoativas à saúde e sua influência na vida escolar.

4.2 DESEMPENHO ESCOLAR RELACIONADO A FATORES DE SAÚDE, DADOS SOCIODEMOGRÁFICOS E SOCIOECONÔMICOS

Foram realizados testes de qui-quadrado utilizando os dados sobre idade, sexo, estar satisfeito com o peso, dificuldade de concentração, dormir mal, sentir-se triste, nível econômico, quantidade de comida em casa, nível de educação do pai e nível de educação da mãe, sendo variáveis associadas ao desempenho escolar conforme mostra a Tabela 2. Para análise do qui-quadrado foi considerado resultado significativo quando $p < 0,05$.

Tabela 2 – Distribuição de estudantes conforme dados sociodemográficos, saúde e dados socioeconômicos relacionados ao desempenho escolar

	Desempenho escolar						Sig
	Muito fraco	Fraco	Razoável	Bom	Muito bom	Ótimo	
Frequência	10 (2,5)	15 (3,7)	137 (34)	171 (2,4)	50 (12,4)	19 (4,7)	
Idade média	14,2	13,4	13,5	13,6	13,3	12,8	0,590
DP	(1,6)	(1,7)	(1,2)	(1,4)	(1,2)	(1,2)	
Sexo							0,538
Masculino	7(70)	7(46,7)	75(54,7)	79(46,7)	25(50)	8(42,1)	
Feminino	3(30)	8(53,3)	62(45,3)	90(53,3)	25(50)	11(57,9)	
Renda familiar							0,390
Menos de um salário	2(20) 4(40)	0(0) 3(20)	11(8) 44(32,1)	6(3,5) 65(38)	4(8) 17(34)	0(0) 6(31,6)	
Um a três salários	1(10)	1(6,7)	19(13,9)	16(9,4)	7(14)	3(15,8)	
Quatro salários ou mais	3(30)	11(73,3)	63(46)	84(49,1)	22(44)	10(52,6)	
Não sabe							

Quantidade de comida em casa							0,030
Freq. não é suficiente	1(10)	0(0)	1(0,7)	0(0)	0(0)	0(0)	
Algumas vezes não é suficiente	1(10)	0(0)	7(5,1)	2(1,2)	0(0)	0(0)	
Quant. suficiente para comer	3(30)	6(40)	46(33,6)	57(33,3)	20(40)	7(36,8)	
Pouca variedade							
Sobra comida	3(30)	5(33,3)	24(17,5)	28(16,4)	1(2)	6(31,6)	
Não sabe	2(20)	4(26,7)	52(38)	73(42,7)	26(52)	5(26,3)	
	0(0)	0(0,0)	7(5,1)	11(6,4)	3(6)	1(5,3)	
Sentimento de tristeza							0,165
Nunca	1(10)	5(33,3)	37(27)	48(28,1)	23(46)	6(31,6)	
Raramente	3(30)	0(0)	20(14,6)	33(19,3)	7(14)	6(31,6)	
Algumas vezes	2(20)	4(26,7)	43(31,4)	51(29,8)	13(26)	5(26,3)	
Frequentemente	2(20)	2(13,3)	16(11,7)	24(14)	4(8)	0(0)	
Sempre	2(20)	4(26,7)	21(15,3)	15(8,8)	3(6)	2(10,5)	
Satisfeito com o peso							0,051
Sim	6 (60)	8(53,3)	78(56,9)	120(70,2)	37(74)	15(78,9)	
Não, estou gordo	4(40)	4(26,7)	42(30,7)	44(25,7)	11(22)	3(15,8)	
Não, estou magro	0(0)	3(20)	17(12,4)	7(4,1)	2(4)	1(5,3)	
Dificuldade de concentração							0,000
Nunca	1(0,9)	1(0,9)	21(18,9)	51(45,9)	30(27)	7(6,3)	
Raramente	0(0)	2(1,9)	40(38,5)	45(43,3)	12(11,5)	5(4,8)	
Algumas vezes	5(4,2)	6(5)	48(40,3)	47(39,5)	7(5,9)	6(5)	
Frequentemente	2(4,9)	1(2,4)	18(43,9)	20 (48,8)	0(0)	0(0)	
Sempre	2(7,4)	5(18,5)	10(37)	8(29,6)	1(3,7)	1(3,7)	
Dorme mal							0,040
Nunca	2(20)	4(26,7)	36(26,3)	54 (31,6)	19(38)	11(57,9)	
Raramente	0(0)	1 (6,7)	38(27,7)	50(29,2)	19 (38)	1(5,3)	
Algumas vezes	4(40)	6 (40)	43(31,4)	47(27,5)	8 (13,8)	3(15,8)	
Frequentemente	2(20)	0 (0)	9 (6,6)	11(6,4)	3 (3,4)	2 (10,5)	
Sempre	2(20)	4 (26,7)	11(8)	9(5,3)	1 (3,6)	2 (10,5)	
Total	10(100)	15 (100)	137(100)	171(100)	50(100)	19 (100)	
Escolaridade da mãe							0,006
Analfabeto	0(0)	1(6,7)	3(2,2)	1(0,6)	0(0)	0(0)	
E. F. Incom.	2(20)	4(26,7)	31(22,6)	27(15,8)	4(8)	5(26,3)	
E. F. Compl.	3(30)	3(20)	15(10,9)	18(10,5)	2(4)	3(15,8)	
E. M. Incom.	0(0)	0(0)	14(10,2)	13(7,6)	1(2)	0(0)	
E. M. Comp.	1(10)	1(6,7)	31(22,6)	42(24,6)	20 (40)	3(15,8)	
Sup. Incomp.	0(0)	2(13,3)	1(0,7)	3(1,8)	1(2)	2(10,5)	
Superior Comp.	0(0)	0(0)	9(6,6)	19(11,1)	8(11,1)	3(15,8)	
Não sei	4(40)	4(26,7)	33(24,1)	48 (28,1)	14(28,0)	3(15,8)	
Escolaridade do pai							0,292
Analfabeto	0(0)	0(0)	5(3,6)	6(3,5)	1(2)	1(5,3)	
E. F. Incom.	3(30)	5(33,3)	31(22,6)	35(20,5)	5(10)	8(42,1)	
E. F. Compl.	1(10)	2(13,3)	16(11,7)	16(9,4)	4(8)	4(21,1)	
E. M. Incom.	0(0)	1(6,7)	4(2,9)	7(4,1)	2(4)	2(10,5)	
E. M. Comp.	0(0)	1(6,7)	25(18,2)	35(20,5)	10(20)	1(5,3)	
Sup. Incomp.	0(0)	0(0)	0(0)	4(2,3)	0(0)	0(0)	
Superior Comp.	1(10)	0(0)	8(5,8)	14(8,2)	9(18)	1(5,3)	
Não sei	5(50)	6(40)	48(35)	54(31,6)	19(38)	2(10,5)	

Fonte: A autora (2021).

Conforme a Tabela 2, apresentaram-se como dados significativos em relação à associação com desempenho escolar a dificuldade de concentração, dormir mal, quantidade de comida em casa e a escolaridade da mãe (cada um com $p < 0,05$). As outras análises realizadas não foram significativas, com $p > 0,05$. Nos resultados é possível perceber que um elevado número de estudantes relatou não saber a renda familiar, o que pode ter interferido na significância para essa variável.

Os dados socioeconômicos sobre a renda familiar revelaram frequência de 23 (5,7%) dos estudantes que responderam a renda sendo menos de um salário mínimo, 140 (34,7%) que a renda é entre 1 e 2 salários mínimos, 47 (11,7%) que é 4 salários ou mais e 193 (47,9%) responderam que não sabem informar. Como verificado na Tabela 1, o número de alunos que não soube informar a renda representa quase a metade das respostas obtidas.

Outra pergunta foi em relação a receber auxílio do Programa Bolsa Família (PBF), um Programa federal de transferência de renda para famílias em situação de pobreza (famílias com renda entre R\$ 89 e R\$ 178 por pessoa) ou de extrema pobreza (famílias com renda de até R\$ 89 por pessoa) (BRASIL, 2021). O Programa tem a finalidade de promover acesso aos direitos sociais básicos e romper com o ciclo intergeracional da pobreza (BRASIL, 2021). Como resposta obtivemos que 43 (10,7%) responderam que recebem, 281 (69,7%) que não recebem, 53 (13,2%) que recebiam e não recebem mais e 26 (6,5%) responderam que não sabem. Identificamos um número pequeno de alunos cujas famílias recebem, atualmente, auxílio financeiro do Programa. Uma porcentagem menor ainda (5,7%) de alunos, porém, respondeu que possui renda inferior a um salário mínimo. Dessa forma, uma parte dos alunos (5%), que respondeu não saber informar a renda, provavelmente possui renda baixa e corresponde aos alunos que informaram que suas famílias recebem bolsa família. Há, também, os alunos que responderam que, no momento, as famílias não recebem mais auxílio do Programa, representando um número levemente maior que os que recebem.

Não receber mais o auxílio do Programa está relacionado com não se encaixar mais nele em razão de mudança na renda ou não atingir as condicionalidade exigidas, pois o PBF é concedido às pessoas por meio de auxílio financeiro vinculado ao cumprimento de compromissos na Saúde, Educação e Assistência Social. Esses compromissos são chamados de condicionalidades (BRASIL, 2021). As famílias em situação de pobreza e extrema pobreza podem ter maior dificuldade de acesso e de frequência aos serviços de Saúde (BRASIL, 2021). Nesse contexto, o objetivo das condicionalidades do Programa é garantir a oferta das ações básicas e potencializar a melhoria da qualidade de vida da população mais vulnerável, contribuindo para a sua inclusão social (BRASIL, 2021).

Um dado que não está na Tabela 2, mas que cabe mencionar por estar relacionado com a interferência de renda dos estudantes, é em relação ao trabalho com remuneração, em que 312 (77,4%) responderam que nunca trabalharam, 5 alunos (1,2%) responderam que trabalharam nos últimos 6 meses em período integral, 42 (10,4%) responderam que trabalham em período parcial, 37 (9,2%) trabalham esporadicamente e 7 (1,7%) responderam outros. Com esses dados percebe-se que 22,6% dos alunos já trabalharam ou trabalham, conciliando com os estudos.

Em relação à quantidade de comida em casa, 2 alunos (0,5%) marcaram que frequentemente não é suficiente, 10 (2,5%) que algumas vezes não é suficiente, 139 (34,5%) responderam que têm quantidade suficiente para comer, 68 (16,9%) que têm quantidade, mas pouca variedade de comida, 162 (40,2%) que sobra comida e 22 (5,5%) responderam que não sabem informar. Esses dados são interessantes, pois revelam uma porcentagem alta de alunos que mencionam sobrar comida, mas, ao mesmo tempo, 3% responderam não ser suficiente e um número considerável informou não ter variedade quanto a frutas e saladas, ou seja, possuindo acesso aos alimentos considerados básicos, como arroz, feijão, massa e outros triviais. Ao analisar as respostas dessa pergunta, associados com os demais fatores socioeconômicos levantados nesta pesquisa, percebemos um desequilíbrio e uma desigualdade social atingindo, inclusive, o Direito Humano à Alimentação Adequada (DHAA), que reconhece o direito fundamental de toda pessoa a estar livre da fome e da má nutrição, e o direito de todos à alimentação adequada e saudável, como pré-requisitos para a realização de outros direitos humanos (SILVA *et al.*, 2017). Uma definição ampliada para o conceito de alimentação adequada e saudável, apresentada pelo Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional em 2007, expõe que

[...] a realização de um direito humano básico, com a garantia ao acesso permanente e regular, de forma socialmente justa, a uma prática alimentar adequada aos aspectos biológicos e sociais dos indivíduos, de acordo com o ciclo de vida e as necessidades alimentares especiais, pautada no referencial tradicional local. Deve atender aos princípios da variedade, equilíbrio, moderação, prazer (sabor), às dimensões de gênero e etnia, e às formas de produção ambientalmente sustentáveis, livre de contaminantes físicos, químicos, biológicos e de organismos geneticamente modificados (CONSEA, 2007).

O DHAA baseia-se em ter a garantia à disponibilidade ao alimento de qualidade (englobando aspectos higiênico-sanitários e da cultura alimentar de uma determinada população) em quantidade suficiente para satisfazer as demandas nutricionais do indivíduo, e que haja a garantia de acessibilidade ao alimento de forma sustentável, ininterrupta, não interferindo no proveito de outros direitos humanos essenciais (GAMBA, 2010). Dessa forma,

percebemos que é um direito ter uma alimentação em qualidade e quantidade suficientes, porém, neste estudo, 16,9% dos alunos revelam que não possuem variedade alimentar, além de 3% responder não ter alimentos em quantidade suficiente, podendo, assim, comprometer o estado nutricional dos estudantes.

Em relação ao DHAA, trazemos o conceito apresentado no guia alimentar para a população brasileira (BRASIL, 2014):

[...] um direito humano básico que envolve a garantia ao acesso permanente e regular, de forma socialmente justa, a uma prática alimentar adequada aos aspectos biológicos e sociais do indivíduo e que deve estar em acordo com as necessidades alimentares especiais; ser referenciada pela cultura alimentar e pelas dimensões de gênero, raça e etnia; acessível do ponto de vista físico e financeiro; harmônica em quantidade e qualidade, atendendo aos princípios da variedade, equilíbrio, moderação e prazer; e baseada em práticas produtivas adequadas e sustentáveis.

Ao discutir sobre o DHAA expomos, também, a reflexão sobre a alimentação escolar, que é um meio de proporcionar o direito à alimentação adequada. Segundo Barbosa *et al.* (2013), é um espaço complexo e desafiador, pois está entre uma das práticas escolares. É, ainda, uma atividade cotidiana, porém com uma cultura de preparação, distribuição e consumo particulares da escola. Esse cotidiano e o modo de comer dos alunos, entretanto, pode demonstrar um *habitus*, conforme o conceito de Bourdieu já apresentado anteriormente nesta tese, sendo instituído no espaço escolar relativo à alimentação que ali se oferece.

Para discutir sobre esta prática no espaço escolar direcionado à construção da autonomia, não se pode pensar em uma prática centrada na relação alimentos e seus nutrientes. O alimento e a alimentação, ao se apresentarem como elementos pedagógicos no espaço escolar, compondo propostas efetivas envolvidas com o currículo, poderão propiciar discussões que avançam em direção a análises mais ampliadas da realidade social e possibilitar o entendimento do espaço escolar como favorecedor de ações transformadoras desta realidade.

Nesse espaço de atuação social estão os sujeitos que têm, legalmente, instituído o direito humano à alimentação adequada. É preciso desenvolver, todavia, a cultura do direito e o *habitus*, instituídos como parte do cotidiano. Uma cultura do direito envolve as possibilidades que o sujeito tem de conhecer e escolher os alimentos. Isso proporciona a autonomia que envolve a capacidade de optar entre as alternativas existentes de forma consciente, com liberdade de escolha, inclusive diante dos apelos da mídia.

Dessa forma, uma cultura do direito envolve as possibilidades que têm o sujeito de conhecer e escolher os alimentos em quantidade e qualidade adequadas. Isso envolve a

segurança alimentar e nutricional, sendo o direito à alimentação adequada o resultado do processo de construção social construído na realidade local. Nesse sentido, questionamos os estudantes desta pesquisa sobre o lanche que escolhem na escola; 26 (6,5%) alunos responderam que levam lanche de casa, outros 26 (6,5%) compram o lanche próximo à escola, 57 (14,1 %) nunca comem lanche na escola, mas a maioria, com 245 (60,8%) alunos, respondeu que come o lanche da alimentação escolar, e 49 alunos responderam outros. Percebemos que a maioria dos alunos escolheu o lanche da alimentação escolar, que busca sempre, como princípio, uma alimentação adequada e saudável (BRASIL, 2020).

Ao continuar a análise referente à Tabela 2, discutimos a associação sobre sentir-se triste e a sua relação com o desempenho escolar, porém isso revelou não significância. Nesse sentido, ao refletir sobre as frequências desses sentimentos, identificamos que 120 (29,8%) responderam que nunca sentem tristeza, 69 (17,1%) raramente sentem, 118 (29,3%) algumas vezes, 49 (12,2%) frequentemente e 47 (11,7%) sempre têm sentimento de tristeza. Os resultados demonstram preocupação, pois mais da metade dos alunos (53,2%) informou que tem esse sentimento com regularidade, e, destes, 23,9% disseram ser com frequência e/ou sempre. Outros 46,4% responderam que não possuem ou é fato raro de acontecer. A coleta desses dados foi realizada antes da pandemia da Covid-19. Hoje a situação vivenciada é outra e os dados podem ter sofrido variações.

Os sintomas de tristeza, muitas vezes, não são percebidos com facilidade, e, quando sentidos com frequência, sem haver intervenção do aluno, seja na escola, em casa ou nos serviços de saúde, são preocupantes, pois podem desencadear problemas de saúde mental e, segundo dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), são necessárias formações de professores nessa área. A OMS (2001) informa que um em cada cinco adolescentes enfrentará problemas de saúde mental, incluindo transtornos de ansiedade, depressão e déficit de atenção e hiperatividade, que podem piorar o desempenho e ampliar a evasão escolar (OMS, 2001). Dos transtornos mentais, 75% começam antes dos 24 anos e 50% começam antes dos 14 anos (OMS, 2001).

Outra associação realizada foi sobre estar ou não satisfeito com o peso e o desempenho escolar, no entanto identificamos valor não significativo. No questionário respondido verificamos que a maioria dos alunos – 265 (65,8%) – mencionou que sim, está satisfeita com o peso; já 108 (26,8%) disseram que não, que estou gordo, e 30 (7,4%) responderam que não, estou magro.

Realizamos também a análise de estar satisfeito com o peso por gênero, e identificamos que 136 (69,7%) dos alunos do sexo masculino estão satisfeitos com o peso e

127 (63,5%) do sexo feminino estão satisfeitas, e os alunos que não estão satisfeitos por se sentirem gordos, do sexo masculino, são 48 (23,9%), já do sexo feminino são 60 (30,0%) que dizem não estar satisfeitas. Em relação a se sentirem magros, obtivemos a resposta de 17 (8,5%) do sexo masculino e 13 (6,5%) do sexo feminino. Percebemos que o sexo feminino tem uma tendência em sentir-se mais gordo; já o sexo masculino em sentir-se mais magro, porém as diferenças nas respostas em números não foram tão expressivas, não se mostrando significativas, com $p = 0,338$ pelo teste de Pearson Chi-Square.

Ao pensarmos em selecionar os sujeitos da pesquisa por gênero, remetemos à discussão sobre a complexidade da escolha alimentar, trabalhando o conceito gênero no contexto da alimentação, o que é interessante, pois sabemos que comportamentos alimentares estão relacionados, de forma complexa, com as dimensões socioculturais que envolvem o ato de alimentar-se. Por exemplo, as questões midiáticas que envolvem as percepções de imagem corporal estão presentes na sociedade de forma cada vez mais marcante. Foi possível percebermos, na revisão da literatura realizada, que o sexo feminino está muito exposto a pressões da sociedade sobre o corpo, e isso interfere diretamente no comportamento e nas escolhas alimentares (REINA *et al.*, 2013).

Nesse sentido, ao refletirmos sobre as situações que desencadeiam os comportamentos alimentares, percebemos que o gênero tem relação nesse processo e as discussões sobre as influências socioculturais que envolvem as escolhas alimentares no contexto do gênero, tornam-se importantes ao abordar as práticas alimentares e cuidados com o corpo, pois as vivências são muito diferentes de acordo com o gênero pesquisado.

Analizamos, também, a prática de atividade física associada ao desempenho escolar, e notamos que níveis maiores de exercício físico na escola e fora dela foram associados significativamente ao melhor desempenho escolar. A prática de atividade física foi mencionada pela maioria dos alunos, posto que 258 (64%) a realizam na escola e fora dela, 112 (27,8%) fazem atividade física somente na escola, 20 (5%) afirmam executar apenas fora da escola e 13 (3,2%) disseram que não realizam. Sobre a frequência de atividade física, 171 (42,4%) afirmaram que realizam de 1 a 2 vezes na semana, 145 (36%) de 3 a 5 vezes na semana e 67 (16%) de 6 a 7 vezes na semana.

Refletindo sobre os resultados apresentados, citamos Moreira *et al.* (2015), que revelam que a prática da atividade física, em conjunto com a alimentação saudável, tem efeitos benéficos para a saúde, pois pode reduzir os níveis de ansiedade, estresse e depressão, aumentar o humor, o bem-estar físico e psicológico, a autoestima e o rendimento nos estudos e nas demais atividades da sua vida diária, influenciando positivamente na qualidade de vida.

Sobre a dificuldade de concentração dos alunos, identificamos significância, conforme apresentado na Tabela 2, considerando que menores níveis de concentração podem estar relacionados a pior desempenho escolar, pois é possível perceber que um número maior de alunos não tem dificuldade de concentração e responderam com melhor desempenho escolar.

Ao continuar a análise com questões relacionadas à rotina dos estudantes, pensamos ser interessante saber sobre como eles estão dormindo, uma vez que foi um valor que apresentou significância na Tabela 2, mostrando que alunos que não dormem bem têm pior rendimento escolar. Obteve-se como resposta para frequência dos estudantes sobre dormir mal: 126 (31,3%) responderam que isso não acontece, 109 (27%) que ocorre raramente, 112 (27,8%) algumas vezes, 27 (6,7%) frequentemente e 29 (7,2%) sempre. Percebemos que 41,7% dos alunos responderam que dormem mal com uma regularidade maior, sendo 13,9% com muita frequência ou sempre.

Sobre a escolaridade dos pais identificamos valor de p significativo apenas para a escolaridade da mãe, conforme a Tabela 2. Nesse sentido, percebemos a possibilidade de que maior número de alunos com mãe com mais escolaridade responderam ter melhor desempenho escolar. Vários fatores podem estar relacionados a esse valor significativos, por isso, no avançar desta tese, discutiremos sobre os níveis de escolaridade com a renda, pois, conforme Bourdieu e Passeron (2014), as classes mais baixas tendem a ter comportamentos como a depreciação de si, a desvalorização da escola e a resignação ao insucesso ou à exclusão. Os autores fazem questão de deixar claro que, se de alguma maneira a escola é responsável pela reprodução das desigualdades sociais, de outro modo só ela, mas em uma estrutura diferente, seria capaz de amortizar as diferenças iniciais diante de si, e assim trabalhar pela tão sonhada promoção da igualdade de classes. Isso poderia contribuir para que estudantes não enfrentassem problemas, como sentirem-se excluídos da sua realidade, e isso levaria à possibilidade de maior aproveitamento escolar.

4.3 DESEMPENHO ESCOLAR RELACIONADO AO CONSUMO ALIMENTAR

A análise dos artigos referente ao assunto desempenho escolar e consumo de alimentos é importante, porém é um tema pouco discutido em pesquisas até o momento. A pesquisa de Kim *et al.* (2016) menciona que poucos estudos avaliam as relações dos hábitos alimentares com o desempenho escolar. Kim *et al.* (2016) realizaram um estudo pesquisando

os hábitos alimentares, atividade física, obesidade, região de residência, avaliação subjetiva da saúde e níveis de estresse, econômico e de educação dos pais.

Realizamos análise de regressão logística multinomial para verificar as probabilidades relacionadas aos hábitos alimentares e desempenho escolar medido pela nota de maior frequência e dificuldades nas aulas. Na Tabela 3, apresentada a seguir, constam os dados que se mostraram significativos sobre o consumo associado ao pior desempenho escolar como referência às notas de maior frequência e para maiores dificuldades nas aulas. Para a análise das variáveis consideramos significativo $p < 0,05$. Analisamos outras variáveis relacionadas ao consumo alimentar que não se mostraram significativas para a regressão logística multinomial.

Tabela 3 – Consumo alimentar relacionado à nota de maior frequência e maiores dificuldades nas aulas

	B	Erro Padrão	Z(Wald)	Sig.	Exp(J)
Nota maior frequência					
Bebida láctea	2,971	1,318	5,077	0,024	19,506
Energético	-3,201	1,580	4,104	0,043	0,041
Chocolate	-3,392	1,626	4,355	0,037	0,034
Brigadeiro	-3,981	1,974	4,067	0,044	0,190
Panificados	2,834	1,203	5,549	0,018	17,009
Salgadinhos industrializados	3,466	1,487	5,433	0,020	32,005
Consumo mais do que pretendia	-1,960	0,829	5,594	0,018	0,141
Café	-1,635	0,787	4,315	0,038	0,195
Maiores dificuldades nas aulas					
Chocolate	2,525	1,084	5,423	0,020	12,493
Panificados	-2,263	0,922	6,031	0,014	0,104
Bebidas adoçadas	2,207	1,116	3,909	0,048	9,088
Açúcar branco	2,191	1,094	4,014	0,045	8,942
Consumo mais do que pretendia	-1,720	0,771	4,970	0,026	0,179
Uso de suplemento alimentar					
Café	-4,443	1,498	8,794	0,03	0,012
Bebida alcoólica	1,533	0,715	4,595	0,032	4,633
	1,547	0,707	4,791	0,029	0,213

Fonte: A autora (2021).

A Tabela 3 apresenta a relação dos alimentos que se mostraram significativos ao relacionar-se o fator do desempenho escolar com a nota de maior frequência e maiores dificuldades nas aulas. O consumo dos alimentos e bebidas que se mostraram significativos também são demonstrados na Tabela 3. Para aprofundar esses dados realizamos teste qui-quadrado sobre os hábitos alimentares e a associação com o desempenho escolar, e identificamos valor significativo para maior consumo de bebidas adoçadas, panificados e

açúcar branco, podendo estar relacionados ao pior desempenho escolar, assim como menor consumo de frutas, como demonstrado na Tabela 4. Para análise do qui-quadrado foi considerado resultado significativo quando $p < 0,05$.

Tabela 4 – Distribuição do consumo alimentar e hábito de realizar o café da manhã relacionado com o desempenho escolar de estudantes

Fatores	Muito fraco	Fraco	Razoável	Bom	Muito bom	Ótimo	Sig
Café da manhã							0,622
Nunca	2(20)	2(13)	28(20,4)	17(9,9)	8(16)	1(5,3)	
Raramente	4(40)	3(20)	37(27)	46(26,9)	13(26)	6(31,6)	
Algumas vezes	1(10)	5(33,3)	19(13,9)	43(25,1)	11(22)	4(21,1)	
Frequentemente	0(0)	2(13,3)	17(12,4)	22(12,9)	4(8)	2(10,5)	
Sempre	3(30)	3(20)	36(26,3)	43(25,1)	14(28)	6(31,6)	
Frutas							0,047
Nenhuma vez na semana	4(40)	3(20)	23(16,8)	22(12,9)	5(10)	6(31,6)	
1 a 2 vezes na semana	3(30)	8(53,3)	59(43,1)	75(43,9)	13(26)	5(26,3)	
3 a 4 vezes na semana							
5 a 7 vezes na semana	1(10)	1(6,7)	31(22,6)	42(24,6)	14(28)	5(26,3)	
Duas vezes ou mais por dia	0(0)	2(13,3)	15(10,9)	13(7,6)	8(16)	3(15,8)	
	2(20)	(6,7)	(6,6)	(11,1)	(20)	0(0)	
Saladas							0,767
Nenhuma vez na semana	4(40)	5(33,3)	31(22,6)	43(25,1)	10(20)	5(26,3)	
1 a 2 vezes na semana	2(20)	4(26,7)	45(32,8)	51(29,8)	10(20)	6(31,6)	
3 a 4 vezes na semana	2(20)	3(20)	26(19)	37(21,6)	17(34)	3(15,8)	
5 a 7 vezes na semana	2(20)	0(0)	19(13,9)	22(12,9)	8(16)	4(21,1)	
Duas vezes ou mais por dia	0(0)	3(20)	16(11,7)	18(10,5)	5(10)	1(5,3)	
Salgadinho industrializado							0,102
Nenhuma vez na semana	3(30)	0(0)	25(18,2)	27(15,8)	12(24)	6(31,6)	
1 a 2 vezes na semana	3(30)	6(40)	39(28,5)	68(39,8)	14(28)	6(31,6)	
3 a 4 vezes na semana	1(10)	5(33,3)	41(29,9)	38(22,2)	18(36)	3(5,8)	
5 a 7 vezes na semana	2(20)	1(6,7)	16(11,7)	24(14)	5(10)	0(0)	
Duas vezes ou mais por dia	1(10)	3(20)	16(11,7)	14(8,2)	1(2)	4(21,1)	

Guloseimas doces							0,720
Nenhuma vez na semana	5(50)	2(13,3)	14(10,2)	23(13,5)	8(16)	6(31,6)	
1 a 2 vezes na semana	3(30)	2(13,3)	54(39,4)	69(40,4)	20(40)	5(26,3)	
3 a 4 vezes na semana	1(10)	5(33,3)	32(23,4)	39(22,8)	13(26)	4(21,1)	
5 a 7 vezes na semana	1(10)	2(13,3)	25(18,2)	25(14,6)	6(12)	1(5,3)	
Duas vezes ou mais por dia	0(0)	4(26,7)	12(8,8)	15(8,8)	3(6,0)	3(15,8)	
Bebidas adoçadas							0,035
Nenhuma vez na semana	1(10)	0(0)	10(7,3)	15(8,8)	8(16)	5(26,3)	
1 a 2 vezes na semana	7(70)	4(26,7)	34(24,8)	39(22,8)	15(30)	2(10,5)	
3 a 4 vezes na semana							
5 a 7 vezes na semana	1(10)	3(20)	30(21,9)	49(28,7)	14(28)	3(15,8)	
Duas vezes ou mais por dia	1(10)	4(26,7)	31(22,6)	41(24)	7(14)	4(21,1)	
	0(0)	4(26,7)	32(23,4)	27(15,8)	6(12)	5(26,3)	
Panificados							0,026
Nenhuma vez na semana	3(30)	1(6,7)	22(16,1)	34(19,9)	12(24)	5(26,3)	
1 a 2 vezes na semana	4(40)	6(40)	50(36,5)	61(35,7)	12(24)	4(21,1)	
3 a 4 vezes na semana	2(20)	3(20)	38(27,7)	36(21,1)	17(34)	0(0)	
5 a 7 vezes na semana	1(10)	5(33,3)	12(8,8)	23(13,5)	7(14)	5(26,3)	
Duas vezes ou mais por dia	0(0)	0(0)	15(10,9)	17(9,9)	2(4)	5(26,3)	
Açúcar branco							0,017
Nenhuma vez na semana	4(40)	0(0)	24(17,5)	40(23,4)	16(32)	5(26,3)	
1 a 2 vezes na semana	6(60)	5(33,3)	43(31,4)	39(22,8)	12(24)	2(10,5)	
3 a 4 vezes na semana	0(0)	2(13,3)	30(21,9)	32(18,7)	11(22)	6(31,6)	
5 a 7 vezes na semana	0(0)	6(40)	21(15,3)	35(20,5)	5(10)	1(5,3)	
Duas vezes ou mais por dia	0(0)	2(13,3)	19(13,9)	25(14,6)	6(12)	5(26,3)	

Fonte: A autora (2021).

Ao analisarmos a Tabela 4, além das significância já mencionadas, é possível perceber, também, apesar de o consumo de bebida láctea não revelar valor significativo sobre o desempenho escolar, uma relação entre os alunos que não consomem a bebida láctea nenhuma vez na semana e têm melhor desempenho escolar.

Além da análise sobre os alimentos, consideramos importante realizar associação com o café da manhã, pois, segundo Barufaldi *et al.* (2015), essa refeição é considerada um componente para um estilo de vida saudável, e um dos benefícios sugeridos é que sua realização diária promove uma proteção contra o excesso de peso. Outros benefícios associados ao consumo desta refeição incluem uma fonte importante de energia e nutrientes após um jejum noturno, efeitos positivos no desempenho cognitivo (COULTHARD; PALLA; POT, 2017).

Nesta pesquisa identificamos, conforme a Tabela 4, que nunca ou raramente tomar o café da manhã teve uma maior associação com o rendimento escolar muito fraco, e ter o hábito de realizar o desjejum com frequência foi sugestivo de melhor rendimento escolar, porém o resultado não é significativo, com $p = 0,622$. A pesquisa de Hoyland, Dye e Lawton (2009) também apontou relações positivas entre consumo de café da manhã e desempenho escolar, além de perceber melhora na atenção, memória e frequência escolar. Um estudo de Deshmukh-Taskar (2010), citado por Kim *et al.* (2016), trouxe ainda a informação de que alimentos do café da manhã que não produzem altos níveis de glicose no sangue após a refeição, proporcionaram melhor desempenho intelectual dos alunos. Nesse sentido, analisaremos, no decorrer deste capítulo, o consumo de doces pelos estudantes e a sua relação com o desempenho escolar.

Quanto à frequência de alunos que têm o hábito de realizar o café da manhã, 58 (14,4%) responderam que nunca fazem essa refeição, 109 (27%) responderam que raramente tomam café da manhã, 83 (20,6%) dos estudantes realizam essa refeição algumas vezes, 47 (11,7%) realizam frequentemente e 106 (26,3%) realizam sempre. Conforme as respostas, percebemos que os alunos que responderam realizar o desjejum mais vezes na semana foram apenas 37,6%, e a maioria não faz essa refeição ou a faz com uma frequência menor. No estudo de Sousa *et al.* (2020) sobre o levantamento de frequência das refeições, verificamos que as menores prevalências ocorreram no consumo do café da manhã entre os adolescentes de 13 a 15 anos. Segundo Trancoso, Cavalli e Proença (2010), as razões, normalmente citadas para a não realização do café da manhã, são: falta de tempo, falta de fome nesse momento do dia ou desejo de fazer dieta para perder peso. Este resultado lembra-nos que os alunos perdem o café da manhã por motivos complexos.

Em relação ao número de refeições, verificamos várias respostas: 5 alunos responderam realizar apenas o café da manhã, 4 somente o lanche da manhã, 3 unicamente o almoço, 13 apenas o lanche da tarde, 1 só o jantar, 2 apenas o café da manhã e lanche da manhã, 3 somente o lanche da manhã e o almoço, 5 unicamente o almoço e o lanche da tarde e 8 alunos responderam apenas o almoço e o jantar. Essas respostas foram de alunos que realizam somente uma ou duas refeições, sendo 44 alunos, o que representa 10,5% dos estudantes. O número de alunos que realiza 3 ou 4 refeições representa 215 (51,6%), a maioria deles; já os que realizam 5 ou 6 refeições foram 144 (34,5%) estudantes; entre esses alunos que fazem mais refeições esteve sempre presente o almoço e o jantar. Os dados preocupantes são em relação aos 10,5% dos alunos que realizam uma ou duas refeições, e, ainda, em alguns casos, uma das refeições é o lanche da escola. Conforme Trancoso, Cavalli e

Proença (2010), a omissão de refeições é um fenômeno comum entre adolescentes. Chama-se atenção para os resultados deste estudo, que revela que 16,9% dos alunos responderam não ter com regularidade alimentos em quantidade suficiente para comer, remetendo, assim, à possibilidade de não fazer mais refeições por não ter alimentos.

Leal (2010) e Araki (2011), citados por Sousa *et al.* (2020), demonstraram que o almoço é a refeição mais consumida pelos adolescentes, seguido pelo jantar, que, apesar de ter uma boa prevalência de consumo, também é a refeição na qual ocorrem maiores substituições de alimentos tradicionais por alimentos consumidos em lanches. Segundo recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira (BRASIL, 2014), é importante que sejam realizadas, no mínimo, as três principais refeições: café da manhã, almoço e jantar, e, em algumas situações específicas, ainda é recomendado o consumo de lanches entre as refeições.

Como mencionado anteriormente, ao verificarmos os dados apresentados na Tabela 4, percebemos que não consumir frutas pode estar relacionado com o pior rendimento escolar. Neste estudo notamos que 63 (15,6%) estudantes não consomem frutas nenhuma vez na semana, 164 (40,7%) consomem 1 a 2 vezes na semana, 94 (23,3%) 3 a 4 vezes, 41 (10,2%) 5 a 7 vezes na semana e 41 (10,2%) comem mais que duas vezes ao dia. Assim, 64% dos alunos não comem frutas todos os dias, além dos que responderam não consumir frutas nunca, sendo identificado que apenas 20,4% dos alunos têm o hábito de comer frutas todos os dias.

Sobre o consumo de saladas não houve significância, porém a frequência identificada foi: 98 (24,3%) estudantes não comem nenhuma vez na semana, 119 (29,5%) 1 a 2 vezes na semana, 88 (21,8%) 3 a 4 vezes na semana, 55 (13,6%) 5 a 7 vezes na semana e 43 (10,7%) comem mais que duas vezes no dia. Com um resultado semelhante ao consumo de frutas, verificamos que 24,3% dos alunos consomem saladas todos os dias, 51,3% comem alguns dias na semana e os demais não consomem. Existem fatores complexos para o baixo consumo de frutas e saladas. Um deles é a falta de acesso, como discutido anteriormente em relação ao questionamento sobre ter quantidade suficiente de alimentos em casa com variedade, incluindo frutas e verduras, quando 16,6% dos alunos não possuem esses alimentos, somados aos que responderam não ter comida suficiente, até mesmo os alimentos básicos presentes em cestas básicas, como arroz, feijão, óleo, massa, farinha, etc. Isso está associado à renda, fator que também será abordado neste capítulo.

Assim como no estudo anterior, Kim *et al.* (2016) identificaram que o consumo de frutas e vegetais foi relacionado a melhores níveis de escolaridade e desempenho escolar, sendo percebido que o consumo de quatro ou mais porções/dia esteve associado a um aumento estatisticamente significativo no nível de antioxidantes, como carotenoides e alfa-

tocoferol nos níveis sanguíneos, fornecendo micronutrientes, como vitaminas C e E, necessárias para o metabolismo do cérebro. Também destacaram a luteína e a zeaxantina que atuam no tecido cerebral, auxiliando nas funções visuais e cognitivas dos indivíduos.

A pesquisa de Goff *et al.* (2019) identificou como baixo o consumo de frutas e verduras, com menos de uma porção por dia, o que foi associado à pior saúde mental na adolescência, independentemente de gênero ou etnia. Nesse mesmo estudo, Goff *et al.* (2019) realizaram associação entre ingestão alimentar, estado nutricional, desempenho escolar e características sociodemográficas, e verificaram que adolescentes que consumiam frutas e vegetais mais de três vezes por semana eram mais propensos a ter bom desempenho escolar. Os autores salientam que, ao ajustar as variáveis sociodemográficas e o IMC, permaneceu o resultado de que o consumo de frutas e vegetais é associado positivamente ao desempenho escolar, e a baixa estatura teve associação negativa.

Neste estudo, como pode-se perceber na Tabela 4, não foi identificada associação significativa entre o consumo de salgadinhos industrializados com o desempenho escolar, porém percebeu-se que 21,6% dos alunos comem todos os dias salgadinhos, 48 (11,9%) consomem 5 a 7 vezes na semana, 39 (9,7%) comem mais que duas vezes na semana e 107 (26,6%) 3 a 4 dias na semana. Dessa forma, 48,2% dos alunos fazem uso com uma frequência maior desses ultraprocessados durante a semana. Os alunos que não comem ou fazem isso com menor frequência somaram 51,8%, representando a maioria deles, no entanto com uma diferença pequena para os que comem quase todos os dias. As respostas foram 73 (18,1%) que não comem e 136 (33,7%) que consomem 1 a 2 vezes na semana.

Fizemos três perguntas sobre o consumo de alimentos doces, como guloseimas, açúcar branco e bebidas adoçadas. Sobre consumir guloseimas doces, 58 (14,4%) relataram não consumir nenhuma vez na semana, 154 (38,2%) comem 1 a 2 vezes por semana, 94 (23,3%) afirmaram consumir 3 a 4 vezes na semana, 60 (14,9%) responderam 5 a 7 vezes na semana e 37 (9,2%) responderam mais de duas vezes no dia. Quanto a consumir açúcar branco, 90 (22,3%) responderam nenhuma vez na semana, 107 (26,6%) 1 a 2 vezes na semana, 81 (20,1%) relataram consumir 3 a 4 vezes na semana, 68 (16,9%) que consomem 4 a 5 vezes na semana e 57(14,1%) relataram consumir mais que duas vezes no dia. O consumo de guloseimas doces com frequência maior que três vezes na semana foi menor (47,4%) em relação ao consumo de açúcar branco (51,1%).

Quanto às bebidas adoçadas, que não tomam nenhuma vez na semana foi respondido por 39 (9,7%) dos alunos; 101 (25,1%) responderam 1 a 2 vezes na semana, 100 (24,8%) tomam 3 a 4 vezes na semana, 84 (22,1%) 5 a 7 dias e 74 (18,4%) duas vezes ou mais no dia.

O consumo com frequência de bebidas adoçadas foi maior entre os três questionamentos sobre doces, com 65,3% das respostas; além disso, o consumo de duas vezes no dia, como pode-se perceber, também foi mais elevado.

Esses resultados vão ao encontro do estudo de Costa *et al.* (2018) sobre a Pense de 2015, que revela que marcadores não saudáveis apareceram em destaque, com mais de 30% dos adolescentes relatando consumo frequente de guloseimas e ultraprocessados salgados. Conforme o estudo, a dieta dos adolescentes brasileiros ainda é marcada pelo consumo de alimentos tradicionais, como o feijão, mas observa-se a substituição destes alimentos pelo consumo de ultraprocessados, como doces, biscoitos, refrigerantes e *fast food*. Levy *et al.* (2010) investigaram o consumo regular (≥ 5 dias/semana) de quatro grupos de ultraprocessados entre adolescentes da Pense 2009, 2012 e 2015, encontrando altas proporções de adolescentes que consomem guloseimas, refrigerantes, biscoitos doces e embutidos. Os autores destacam o consumo diário de quatro para cada dez adolescentes em relação a estes alimentos.

Identificamos que o maior consumo de açúcar branco, bebidas adoçadas e panificados pode estar relacionado à interferência negativa no desempenho escolar, assim como o baixo consumo de frutas. Kim *et al.* (2016) verificaram que realizar a refeição do café da manhã, não pular refeições e ingerir frequentemente frutas, vegetais e leite, foram relacionados a altos níveis de desempenho escolar. Em contraste, consumir, em média, 7 vezes por semana refrigerantes, macarrão instantâneo, *fast food* e doces, foram associados negativamente com o desempenho escolar.

Outro estudo que se aproxima do tema desta pesquisa é o de Hollar *et al.* (2010), que mencionando a ingestão nutricional deficiente, quando a recomendação necessária de macro e micronutrientes não é atingida e está associada negativamente à assiduidade, à pontualidade e a notas na escola, bem como problemas de comportamento. Os autores relatam, também, que a composição nutricional de *fast food*, que contém altas quantidades de gorduras e carboidratos, pode influenciar no desempenho escolar de forma negativa. Murray *et al.* (2009) e Edwards *et al.* (2011) ressaltam que a ingestão, a curto prazo, de uma dieta rica em gordura, prejudica a capacidade de exercício e a função cognitiva.

Diante de um cenário que revela aumento constante no consumo de alimentos ultraprocessados, foi necessário desenvolver um Guia Alimentar para a População Brasileira com base nesse cenário atual (BRASIL, 2014). Monteiro *et al.* (2018) destacam a nova classificação sobre o nível de processamento dos alimentos da seguinte forma: alimentos *in natura* ou minimamente processados (provenientes diretamente de plantas ou

animais); gorduras, óleos, sal e açúcar, (utilizados durante preparações culinárias); alimentos processados (passam por processos industriais, com adição de sal ou açúcar para fins de conservação); e alimentos ultraprocessados (resultantes de múltiplos processos industriais que incluem a adição de substâncias químicas, como conservantes e aromatizantes).

Em relação a essas classes de alimentos, o Guia Alimentar (BRASIL, 2014) defende que os alimentos *in natura*, ou minimamente processados, constituam a base da alimentação; gorduras, óleos, sal e açúcar sejam usados em quantidades pequenas; alimentos processados sejam limitados; e alimentos ultraprocessados sejam evitados. Além disso, o Guia defende a relação entre alimentação, sustentabilidade, cultura e sistema alimentar.

A partir dessa classificação nova dos alimentos, não podemos deixar de mencionar que o Guia Alimentar (BRASIL, 2014) também defende a alimentação sustentável, a valorização da cultura alimentar e o sistema alimentar como um todo, e não apenas este documento, mas também os princípios do Marco de Referência de EAN para Políticas Públicas (BRASIL, 2012b), que defendem a sustentabilidade em amplo sentido.

Nesse sentido, o sistema alimentar atual, direcionado para a grande propagação de alimentos ultraprocessados e mudanças globais nos padrões alimentares, está na contramão de documentos oficiais que têm como diretrizes a sustentabilidade alimentar, e, conforme WILLETT *et al.* (2019), apud Marchioni, Carvalho e Villar *et al.* (2021) mencionam, o incentivo é referente a práticas alimentares que beneficiem ao mesmo tempo o organismo humano e o meio ambiente, sendo uma explicação sucinta utilizada pelos autores sobre o termo *saúde planetária*.

Desta forma, o sistema alimentar, que interfere diretamente no comportamento alimentar, requer um olhar que considere esse fenômeno como um sistema complexo. A partir de Morin (2011) podemos considerar as inter-relações dos múltiplos elementos inseridos no contexto, levando em conta a teoria da complexidade já mencionada nesta tese. Para Morin (2011), “tudo o que é produzido volta sobre o que o produz” (p. 74). Nessa direção, o autor utiliza a relação entre indivíduo e sociedade como sendo produzida por intermédio das interações entre os indivíduos e suas subjetividades; por exemplo, por meio da cultura alimentar ou, até mesmo, o afeto, que é possível transmitir pela comida. Essa subjetividade do indivíduo está ligada à sociedade em que ele está inserido, formando, conforme menciona o autor, uma teia de interações em forma de espiral, na qual todo começo tem origem em um final.

Assim, Morin (2011) conclui que os indivíduos, a um só tempo, são produtos e produtores da sociedade; logo, o todo está interligado com as partes e somente é possível o conhecimento do todo se este for associado ao conhecimento de suas partes (MORIN, 2003). Pensando na subjetividade dos indivíduos é que consideramos o processo de escolha alimentar, influenciado por múltiplos determinantes, como aponta Contento (2010), ao mencionar os determinantes biológicos, como os sinais de fome e saciedade; a experiência alimentar construída no contexto de vida dos estudantes, como a constituição de preferências alimentares; os condicionantes sociais, que exercem as influências pelas pessoas com quem os estudantes convivem; os determinantes pessoais, que estão relacionados com crenças e valores; além dos determinantes ambientais, que envolvem o meio em que os indivíduos estão inseridos – cultural, econômico e social –, sendo estes alguns exemplos do comportamento alimentar como um fator complexo e multifatorial.

4.4 DESEMPENHO ESCOLAR ASSOCIADO A CONSUMO DE SUBSTÂNCIAS PSICOATIVAS

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), drogas psicoativas são substâncias não produzidas pelo organismo que têm a propriedade de atuar sobre um ou mais de seus sistemas, produzindo alterações em seu funcionamento. Quando consumidas são capazes de alterar as funções mentais, como percepção, vigília, atenção, pensamento, julgamento, comportamento psicomotor e relações interpessoais, podendo levar à dependência (OMS, 2013). Pensando nessas interferências das substâncias psicoativas apontadas no organismo, foi realizado o cruzamento entre as variáveis consumo de substâncias psicoativas e o desempenho escolar, como demonstrado na Tabela 5.

Tabela 5 – Distribuição do consumo de substâncias psicoativas relacionado com o desempenho escolar de estudantes

Desempenho escolar							
Fatores	Muito fraco	Fraco	Razoável	Bom	Muito bom	Ótimo	Sig
Bebida alcoólica							0,064
Nunca	1(10)	7(46,7)	36(26,3)	53(31)	22(44)	11(57,9)	
Sim, algumas vezes no mês	6(60)	3(20)	49(35,8)	69(40,4)	20(40)	7(36,8)	
Sim, duas vezes na semana	1(10)	2(13,3)	17(12,4)	14(8,2)	3(6)	0(0)	
Apenas uma vez para experimentar	2(20)	3(20)	35(25,5)	30(20,5)	5(10)	1(5,3)	
Consumo de bebida alcoólica com energético							0,005
Nunca							
Apenas para experimentar	3 (30)	6(40,6)	63(46)	100(58,5)	36(72)	14(73,7)	
Sim, duas vezes na semana	3(30)	3(20)	26(19)	37(21,6)	9(18)	2(10,5)	
Sim, algumas vezes durante o mês	2 (20)	0(0)	16(11,7)	9(5,3)	0(0)	0(0)	
	2(20)	6(40)	32(23,4)	25(14,6)	5(10)	3(4,1)	
Cigarro							0,266
Nunca	7(70)	12(80)	111(81)	152(88,9)	45(90)	18(94,7)	
Apenas para experimentar	2(20)	1(6,7)	15(10,9)	14(8,2)	4(8)	1(5,3)	
Sim, duas vezes na semana	0(0)	0(0)	4(2,9)	0(0)	1(2)	0(0)	
Sim, algumas vezes durante o mês	1(10)	2(13,3)	7(5,1)	5(2,9)	0(0)	0(0)	
Drogas							0,000
Nunca	9(90)	13(86,7)	125(91,2)	164(96,5)	48(98)	19(100)	
Apenas para experimentar	0(0)	0(0)	8(5,8)	6(3,5)	1(2)	0(0)	
Sim, duas vezes na semana	1(10)	0(0)	1(0,7)	0(0)	0(0)	0(0)	
Sim, algumas vezes durante o mês	0(0)	2(13,3)	3(2,2)	0(0)	0(0)	0(0)	
Café preto							0,469
Nenhuma vez na semana	4(40)	5(33,3)	32(23,4)	28(16,4)	10(20,0)	5(26,3)	
Uma a duas vezes na semana	3(30)	4(26,7)	25(18,2)	35(20,5)	10(20,0)	1(5,3)	
Três a quatro vezes na semana	1(10)	3(20,0)	19(13,9)	23(13,5)	6(12,0)	3(15,8)	
Cinco a sete vezes na semana	0(0)	2(13,3)	28(20,4)	26(15,2)	10(20,0)	2(10,5)	
Duas vezes ou mais por dia	2(20)	1(6,7)	33(24,1)	59(34,5)	14(28,0)	8(42,1)	

Consumo de energético	0,004					
Nenhuma vez na semana	7(70)	10(66,7)	62(45,3)	113(66,1)	40(80,0)	16(84,2)
Uma a duas vezes na semana	1(10)	1(6,7)	45(32,8)	33(19,3)	7(14,0)	2(10,5)
Três a quatro vezes na semana	0(0)	1(6,7)	15(10,9)	13(7,6)	2(4,0)	0(0)
Cinco a sete vezes na semana	1(10)	2(13,3)	8(5,8)	3(1,8)	1(2,0)	1(5,3)
Duas vezes ou mais por dia	1(10)	1(6,7)	7(5,1)	9(5,3)	0(0)	0(0)

Fonte: A autora (2021).

É possível verificar, na Tabela 5, que o consumo de energético, bebida alcoólica com energético e drogas foi associado ao pior desempenho escolar. Não houve significância para o consumo de café, cigarro e bebida alcoólica relacionado a interferências no desempenho escolar, porém, ao analisar a Tabela 5, pode-se verificar que ter um bom desempenho escolar pode contribuir para diminuir o uso de bebida alcoólica entre os estudantes apesar de não possuir significância estatística. Um estudo realizado por Ruzzi-Pereira (2015) revela que o uso de qualquer droga psicoativa foi negativamente associado ao desempenho escolar, e que é pior se houver o consumo de múltiplas drogas (álcool, tabaco e drogas ilícitas).

Em relação aos impactos negativos sobre o desempenho escolar, foi investigado, por Teodoro *et al.* (2020), se o uso de drogas psicoativas influencia na reprovação escolar dos estudantes, mostrando que 20,89% dos que usam ou já usaram álcool tiveram reprovação escolar, enquanto apenas 13,24% dos que nunca beberam já repetiram de ano. Os autores destacaram que também houve relação entre o uso de tabaco e drogas ilícitas com a reprovação escolar.

Após o cruzamento apresentado na Tabela 5 entre o consumo de substâncias psicoativas e o desempenho escolar, pensamos ser pertinente apresentar a frequência de consumo de álcool, cigarro e outras drogas, conforme mostra a Tabela 6.

Tabela 6 – Frequência de consumo de substâncias psicoativas pelos alunos

Substâncias psicoativas e consumo					
Substâncias	Nunca experimentou	Sim, mais que duas vezes na semana	Sim, algumas vezes durante o mês	Sim, apenas uma vez para experimentar	Total
Bebida alcoólica	131(32,5%)	154(38,2%)	37(9,2%)	81(20,1%)	403 (100%)
Cigarro	346(85,9%)	5(1,2%)	15(3,7%)	37(9,2%)	403 (100%)
Drogas*	380(94,3%)	2 (0,5%)	5(1,2%)	15(3,7%)	402(99,7%)

*Um aluno não respondeu.

Fonte: A autora (2021).

Ao analisar a Tabela 6 percebemos maior frequência no consumo de bebida alcoólica, seguido do menor consumo de cigarro e, por último, drogas, conforme já relatado em dados da Pense 2015, que apontou o álcool como uma substância psicoativa de maior frequência, usada por cerca de um quarto dos adolescentes e, principalmente, entre as meninas (MALTA, 2018). O tabagismo foi descrito por cerca de 5% dos escolares, enquanto a experimentação de drogas ilícitas, alguma vez na vida, foi o dobro (MALTA, 2018). Na Pense de 2009 o uso do tabaco foi de 24,2%, apresentando redução na última pesquisa. Esse fato tem sido atribuído às medidas regulatórias, proibição da propaganda e aumento dos preços do tabaco (MALTA *et al.*, 2015). Como mencionam Vendrame *et al.* (2009), no entanto, o álcool, no Brasil, é socialmente aceito e estimulado por meio de propagandas de cerveja, o que incita o consumo entre jovens. É a substância psicoativa de maior utilização entre os jovens, dados esses identificados nos estudos mencionados e também nesta pesquisa.

Conforme a frequência descrita na Tabela 6, percebemos que apenas 32,5% dos alunos não experimentaram bebida alcoólica, e, ademais, o consumo, com regularidade de duas vezes na semana, foi maior (38,2%) em relação aos que consumiram somente para experimentar ou consomem uma vez no mês, que foi de 29,3%. A experimentação da bebida alcoólica, nessa fase, está associada aos comportamentos de risco e, além de aumentar a chance de envolvimento em acidentes, está fortemente relacionada à morte violenta e às dificuldades no aprendizado que se referem aos prejuízos nas habilidades emocionais e cognitivas, levando a baixo desempenho escolar e problemas de concentração (PAIVA *et al.*, 2015).

Como mencionamos anteriormente, identificamos que o consumo de tabaco foi maior em relação ao uso de drogas, provavelmente por ser uma substância psicoativa lícita. A partir dos resultados levantados nas respostas dos alunos, concordamos com Vieira *et al.* (2015), que escreveram, em sua pesquisa, que estudos epidemiológicos descrevem um quadro preocupante, pois o uso abusivo de substâncias psicoativas tem início cada vez mais precocemente, e ocorre de forma acentuada tanto no Brasil quanto no mundo (VIEIRA *et al.*, 2015).

Sobre o consumo de café, 84 (20,8%) responderam não consumir nenhuma vez na semana, 78 (19,4%) consomem 1 a 2 vezes na semana, 55 (13,6%) 3 a 4 vezes na semana, 68 (16,9%) 4 a 5 vezes na semana e 118 (29,3%) mais que 2 vezes ao dia. Apesar de não apresentar valor significativo, ao analisar a Tabela 5 é possível perceber uma tendência de que não tomar café preto tenha associação com o baixo desempenho escolar, e tomar café mais de 2 vezes no dia teve associação com o melhor rendimento escolar.

Em relação ao consumo de energético, 249 (61,8%) relataram que não consomem nenhuma vez na semana, 89 (22,1%) relataram consumir 1 a 2 vezes na semana, 31 (7,7%) relataram consumir 3 a 4 vezes na semana, 16 (4%) responderam 5 a 7 vezes na semana e 18 (4,5%) mais de 2 vezes por dia. Sobre bebida alcoólica e energético, 223 (55,3%) responderam nunca, 80 (19,9%) responderam apenas 1 vez para experimentar, 27 (6,7%) responderam sim, mais de 2 vezes na semana, e 73 (18,1%) responderam sim, algumas vezes durante o mês.

Estudos discutem (LAZZERI *et al.*, 2016; COELHO; SANTOS; SILVA, 2020; ALVARENGA *et al.*, 2018) sobre o excesso do consumo de cafeína entre jovens por estar cada vez mais presente em bebidas e alimentos. Essa discussão, levantada por esses estudos, é pertinente para esta pesquisa, pois identificamos o consumo frequente de energético e bebida alcoólica com energético, posto que, ambos, interferem significativamente no desempenho escolar.

O estudo de Lazzeri *et al.* (2016) descreveu o consumo de cafeína e sua associação com fatores sociodemográficos e principais fontes alimentares, incluindo bebidas energéticas com cafeína. As principais fontes de cafeína ingeridas por adolescentes são refrigerantes, chá, café e bebidas energéticas. Os autores identificaram um aumento significativo no consumo de cafeína em bebidas energéticas, e 25% dos adolescentes excederam as diretrizes máximas de consumo diário.

Segundo os autores, a cafeína é um estimulante frequentemente consumido, pois está presente em alimentos e bebidas ou como aditivo. O consumo é sempre um motivo de estudo em razão dos potenciais efeitos adversos à saúde, e a ingestão de doses altas de cafeína foi associada com o aumento de relatos de nervosismo, agitação e inquietação. A ingestão de cafeína por jovens está associada à disfunção do sono e crescimento do uso e/ou dependência de álcool. Por outro lado, o consumo da cafeína também está associado com certos benefícios para a saúde, incluindo maior atenção, alerta mental, concentração, resistência e melhor desempenho no atletismo (LAZZERI *et al.*, 2016).

No estudo de Coelho, Santos e Silva (2020), os autores analisam o tema Educação sobre Drogas, que vem sendo discutido na área de Ensino de Ciências, e destacam as drogas lícitas, como os produtos cafeinados, que estão presentes em uma diversidade de alimentos comercializados. O artigo contextualiza o uso do café e de outros produtos cafeínicos como alimentos psicoativos utilizados entre jovens e adultos ao longo dos tempos, e chama atenção ao estímulo ao consumo de alimentos e bebidas com composição de cafeína como prática influenciada pela indústria alimentícia.

Alvarenga *et al.* (2018) apontam a cafeína como, provavelmente, a substância psicoativa mais usada mundialmente. É uma droga legalizada tanto em alimentos quanto em bebidas. Além do café, está presente no guaraná, nos derivados do cacau, em uma variedade de chás e plantas, e, ainda, em analgésicos, bebidas energéticas e suplementos alimentares.

Nesta perspectiva, Coelho, Santos e Silva (2020) afirmam que a cafeína, enquanto droga estimulante do sistema nervoso central, pode promover efeitos indesejáveis, mas demonstram preocupação quando o uso é excessivo e não controlado, fazendo uma reflexão aprofundada sobre a cafeína e os seus aspectos socioculturais, salientando que a cafeína faz parte de uma dieta alimentar cultivada no seio familiar, recoberta por sentimentos de cuidado e afetos.

A partir dos resultados de consumo de bebida alcoólica, cigarro e outras drogas, investigamos sobre as idades em que os alunos iniciam a experimentação de tais substâncias, conforme mostra a Tabela 7.

Tabela 7 – Distribuição do consumo de substâncias psicoativas e suplemento alimentar conforme a idade dos estudantes

Fatores	Idade						
	11 anos	12 anos	13 anos	14 anos	15 anos	16 anos	17 anos
Cigarro							
Nunca	22(100)	75(91,5)	83(84,7)	86(84,3)	60(82,2)	17(73,9)	100,0
Sim, mais de duas vezes na semana	0(0)	3(3,7)	12(12,2)	13(12,7)	4(5,5)	5(21,7)	0,0
Sim, algumas vezes durante o mês	0(0)	1(1,2)	0(0)	1(1)	3(4,1)	0(0)	0,0
Apenas uma vez para experimentar	0(0)	3(3,7)	3(3,1)	2(2)	6(2,7)	1(4,3)	0,0
Droga							
Nunca	22(100)	78(95,1)	95(96,9)	97(5,1)	65(90,3)	20(87)	3(100)
Sim, mais de duas vezes na semana	0(0)	2(2,4)	2(2)	4(3,9)	6(8,3)	1(4,3)	0(0)
Sim, algumas vezes durante o mês	0(0)	0(0)	0(0)	0(0)	1(1,4)	1(4,3)	0(0)
Apenas uma vez para experimentar	0(0)	2(2,4)	1(1,2)	1(1)	0(0)	1(4,3)	0(0)
Bebida alcoólica							
Nunca	11(50)	41(50)	29(29,6)	26(25,5)	19(26)	4(17,4)	1(33,3)
Sim, mais de duas vezes na semana	9(40,9)	24(29,3)	40(40,8)	41(40,2)	27(37)	11(47,8)	2(66,7)
Sim, algumas vezes durante o mês	1(4,5)	5(6,1)	7(7,1)	14(13,7)	8(11)	2(8,7)	0(0)
Apenas uma vez para experimentar	1(4,5)	12(14,6)	22(22,4)	21(20,6)	19(26)	6(26,1)	0(0)
Bebida alcólica e energético							

Nunca	14(63,6)	52(63,4)	62(63,3)	55(53,9)	31(42,5)	9(39,1)	0(0)
Sim, mais de duas vezes na semana	4(18,2)	13(15,9)	15(15,3)	21(20,6)	15(20,5)	9(39,1)	3(100)
Sim, algumas vezes durante o mês	2(9,1)	4(4,9)	5(5,1)	7(6,9)	9(12,3)	0(0)	0(0)
Apenas uma vez para experimentar	2(9,1)	13(15,9)	16(16,3)	19(18,6)	18(24,7)	5(21,7)	0(0)
Energético							
Nenhuma vez na semana	17(77,3)	63(76,8)	64(65,3)	53(52)	39(53,4)	11(47,8)	2(66,7)
Uma a duas vezes	2(9,1)	13(15,9)	20(20,4)	29(28,4)	20(27,4)	5(21,7)	0(0)
Três a quatro vezes	1(4,5)	4(4,9)	5(5,1)	7(6,9)	10(13,7)	4(17,4)	0(0)
Cinco a sete vezes	1(4,5)	1(1,2)	4(4,1)	6(5,9)	2(2,7)	2(8,7)	0(0)
Duas vezes ou mais por dia	1(4,5)	1(1,2)	5(5,1)	7(6,9)	2(2,7)	1(4,3)	0(0)
Suplemento alimentar							
Sim	2(9,1)	6(7,3)	4(4,1)	13(12,7)	14(19,2)	3(13)	0(0)
Não	19(86,4)	73(89)	85(86,7)	81(79,4)	52(71,2)	17(73,9)	3(100)
Tomou apenas uma vez	1(4,5)	3(3,7)	8(7,8)	7(7,6)	7(9,6)	3(13)	0(0)

Fonte: A autora (2021).

Conforme apresentado na Tabela 7, o consumo de cigarro e drogas inicia-se aos 12 anos, assim como o de bebida alcoólica, energético e também suplementos alimentares, que começam já aos 11 anos. O início do consumo mais acentuado para as substâncias psicoativas é aos 13 e 14 anos. Os estudantes de 17 anos não relataram consumir. No Brasil, a média de idade de início de uso de substâncias psicoativas entre escolares situa-se entre os 13 anos para o álcool e 13 e 14 para as outras substâncias psicoativas (CARLINI *et al.*, 2010). Observa-se um aumento de uso cada vez mais precoce dessas substâncias, o que compromete a saúde em uma fase importante do desenvolvimento, e expõe ainda mais a situações de vulnerabilidade, como Infecções Sexualmente Transmissíveis (IST)/Síndrome da Imunodeficiência Adquirida (Aids) (SANCHEZ *et al.*, 2003).

É pertinente discutir na escola a partir dos dados sobre o consumo de substâncias psicoativas, pois é um local importante para o desenvolvimento de atividades, e é onde ocorrem as interações entre os adolescentes. Como mencionado na revisão integrativa realizada no capítulo 2, esse período é marcado pelo desejo do jovem em imaginar-se independente e livre, associado à vontade de ser aceito pelos grupos, gerando situações conflitantes para o adolescente.

A introdução de atividades que envolvam a promoção da saúde e a prevenção do uso de drogas, visando a impedir os danos provocados pelo consumo abusivo dessas substâncias psicoativas, é relevante e torna-se fundamental (BAUER *et al.*, 2018). Nesse sentido, o espaço

educativo não se limita apenas a empreendimentos para a construção do conhecimento, mas também à formação de pessoas capazes de agir com compreensão das próprias ações (SOARES *et al.*, 2017).

4.5 CONSUMO DE ALIMENTOS E RELAÇÃO COM A SAÚDE E DEPENDÊNCIA POR SUBSTÂNCIAS PSICOATIVAS

Ao realizarmos uma revisão da literatura no capítulo 3, percebemos que não são muitos os estudos com o intuito de verificar a dependência por substâncias alimentares, por isso foi feita análise buscando observar se consumir alimentos para melhorar o humor está relacionado com as situações de saúde e sentimentos, além de observar a associação com o consumo de substâncias psicoativas e também se o consumo de ultraprocessados sofre interferência pelo uso de substâncias que causam dependência. Na Tabela 8, apresentada a seguir, podemos verificar a ingestão de alimentos para melhorar o humor com as questões de saúde. Cabe destacar que o questionário mencionava o consumo de alimentos doces, lanches e frituras com a finalidade de melhorar o humor.

Tabela 8 – Consumo de alimentos para melhorar o humor associado a situações de saúde

Fatores	Melhorar o humor					Sig
	Nunca	Raramente	Algumas vezes	Frequentemente	Sempre	
Sentimento de tristeza						0,000
Nunca	66(52)	23(27,1)	21(18,3)	5(12,8)	5(13,5)	
Raramente	18(14,2)	21(24,7)	18(15,7)	7(17,9)	5(13,5)	
Algumas vezes	27(21,3)	27(31,8)	43(37,4)	14(35,9)	7(18,9)	
Frequentemente	11(8,7)	7(8,2)	15(13)	10(25,6)	6(16,2)	
Sempre	5(3,9)	7(8,2)	18 (15,7)	3(7,7)	14(37,8)	
Estar doente						0,276
Nunca	10(7,9)	1(1,2)	5(4,3)	1(2,6)	3(8,1)	
Raramente	64(50,4)	52(61,2)	57(49,6)	20(51,3)	15(40,5)	
Algumas vezes	46(36,2)	28(32,9)	44(38,3)	17(43,6)	13(35,1)	
Frequentemente	7(5,5)	4(4,7)	8(7,0)	1(2,6)	6(16,2)	
Sempre	0(0)	0(0)	1(9)	0(0)	0(0)	
Dores no estômago						0,000
Nunca	57(45,2)	29(34,1)	34(29,6)	4(10,3)	10(27,8)	
Raramente	43(34,1)	34(40)	30(26,1)	18(46,2)	7(19,4)	
Algumas vezes	21(16,7)	16(18,8)	40(34,8)	13(33,3)	12(33,3)	
Frequentemente	4(3,2)	4(4,7)	10(8,7)	2(5,1)	5(13,9)	
Sempre	1(2,5)	2(2,4)	1(0,9)	2(5,1)	2(5,6)	

Dorme mal						0,005
Nunca	51(40,2)	25(29,4)	31(27)	10(25,6)	9(24,3)	
Raramente	37(29,1)	31(36,5)	25(21,7)	11(28,2)	5(13,5)	
Algumas vezes	26(20,5)	20(23,5)	41(35,7)	13(33,3)	12(32,4)	
Frequentemente	4(3,1)	4(4,7)	13(11,3)	2(5,1)	4(10,8)	
Sempre	9(7,1)	5(5,9)	5(4,3)	3(7,7)	7(18,9)	
Se cansa com facilidade						0,000
Nunca	60(47,2)	21(24,7)	26(22,6)	8(20,5)	9(24,3)	
Raramente	25(19,7)	25(29,4)	22(19,1)	14(35,9)	5(13,5)	
Algumas vezes	27(21,3)	23(27,1)	37(32,2)	8(20,5)	5(13,5)	
Frequentemente	5(3,9)	7(8,2)	15(13,0)	6(15,4)	1(2,7)	
Sempre	10(7,9)	9(10,6)	15(13,0)	3(7,7)	17(45,9)	
Dor de cabeça						0,000
Nunca	17(13,4)	9(10,6)	12(10,4)	1(2,6)	3(8,1)	
Raramente	4(3,8)	30(35,3)	25(21,7)	10(25,6)	10(27)	
Algumas vezes	43(33,9)	31(36,5)	54(47)	16(41,0)	6(16,2)	
Frequentemente	14(11)	13(15,3)	18(15,7)	10(26,5)	10(27)	
Sempre	5(3,9)	2(2,4)	6(5,2)	2(5,1)	8(21,6)	
Dificuldade de concentração						0,002
Nunca	50(39,4)	22(25,9)	22(19,1)	8(20,5)	9(24,3)	
Raramente	33(26)	28(32,9)	26(22,6)	11(28,2)	6(16,2)	
Algumas vezes	31(24,4)	22(25,9)	44(38,3)	13(33,3)	10(27)	
Frequentemente	10(7,9)	11(12,9)	11(9,6)	4(10,3)	5(13,5)	
Sempre	3(2,4)	2(2,4)	12(10,4)	3(7,7)	7(18,9)	
Satisfeito com o peso						0,314
Sim	77(60,6)	60(70,6)	75(65,2)	27(69,2)	26(70,3)	
Não, estou gordo	37(29,1)	16(18,8)	35(30,4)	11(28,2)	9(24,3)	
Não, estou magro	13(10,2)	9(10,6)	5(4,3)	1(2,6)	2(5,4)	

Fonte: A autora (2021).

Ao analisarmos a Tabela 8 é possível perceber que apenas estar satisfeito com o peso e estar doente não apresentaram valor significativo. Nesse sentido, o sentimento de tristeza, dormir mal, a dificuldade de concentração, ter dor de cabeça, cansar-se com facilidade e dores no estômago, todos podem estar relacionados com a escolha de alimentos para melhorar o humor. Entre os alimentos listados no questionário estavam doces e lanches salgados.

Notamos que um maior número de alunos que não têm sentimentos de tristeza também não buscam consumir alimentos com o intuito de melhorar o humor, e o contrário também foi percebido, pois alunos que frequentemente ou sempre têm sentimento de tristeza responderam consumir alimentos para melhorar o humor com maior assiduidade. Sobre dores no estômago, alunos que responderam não sentir consumiram menos alimentos para melhorar o humor (doces e lanches salgados).

Em relação a dormir mal, identificamos a possibilidade de que alunos que não dormem bem geralmente consomem alimentos para melhorar o humor; já para os alunos que

dormem bem isso não ocorre com a mesma frequência. Sobre cansar com facilidade, percebemos um número maior de alunos que respondeu que isso não ocorre e também não têm o hábito de consumir alimentos para melhorar o humor.

Sobre as dores de cabeça, também observamos alunos que não sentem ou sentem raramente, e também não consomem alimentos para melhorar o humor. Quanto à dificuldade de concentração, um maior número de alunos que não sente dificuldade de concentração também não consome alimentos para melhorar o humor em relação a alunos que sentem mais dificuldade de concentração.

Ao realizarmos a frequência dos estudantes na ingestão de doces e lanches salgados para melhorar o humor, observamos que 76 (18,9%) deles responderam que frequentemente ou sempre têm esse hábito e 115 (28,5%) relatam algumas vezes. Já sobre consumir mais alimentos do que pretendia, 89 (22,1%) responderam frequentemente ou sempre e 129 (32%) algumas vezes. Esses dados demonstram uma quantidade relevante de estudantes que consome alimentos em busca de compensar algo ou consome em excesso por algum motivo.

Para discutir melhor sobre esta abordagem, apresentamos o estudo de Kauffman *et al.* (2018), que versa sobre a existência de uma relação entre os sintomas de insônia e o comer em estudantes. Os resultados mostraram que os sintomas de insônia produziram efeito indireto na emoção, como comer compulsivamente motivado pela busca de controlar os efeitos negativos e aliviar o tédio. Os alunos que têm sintomas de insônia podem estar em maior risco de ter emoções desreguladas, levando, conseqüentemente, a padrões e comportamentos alimentares não saudáveis. O estudo de Kauffman *et al.* (2018) mostrou que estudantes que dormem menos relataram ter atitudes negativas sobre a alimentação e maior compulsão alimentar em comparação com alunos que dormiam oito ou mais horas por noite.

Estudos que relacionam o comer compulsivo com a insônia (LEVINE; KOTZ; GOSNELL, 2003) discutem como os açúcares interagem com neuroquímicos reguladores no cérebro para afetar a ingestão de energia. Os autores concluem que a ingestão de açúcares induz a mudanças neuroquímicas em áreas do cérebro envolvidas em recompensa e energia. Eles sugerem uma relação entre o caminho de recompensa do sabor doce e a recompensa causada pelo uso de drogas, inferindo que uma alta preferência ou ingestão de substâncias com sabor doce podem estar relacionadas ao uso subsequente de drogas.

Sharma e Fulton (2013) estudaram a relação da ingestão de alimentos com mais gorduras e o comportamento depressivo, inferindo que podem provocar alterações nos circuitos de recompensa do cérebro, desencadeando a obesidade. Os autores concluem que o

consumo crônico de alimentos ricos em gordura e a obesidade induzem a mudanças no circuito de recompensa que estão associadas a um fenótipo semelhante ao depressivo.

Um estudo recente de Jacques *et al.* (2019) analisou se o consumo de açúcar leva a mudanças no cérebro neurobiológico, função que altera os estados emocionais e os comportamentos. Os autores mencionam que já se sabe que o consumo excessivo de alimentos e bebidas com alto teor de gordura/açúcar contribui para o desenvolvimento da obesidade.

Nessa perspectiva, os autores afirmam que o consumo de açúcar, a longo prazo, demonstrou reduzir o controle de impulso, diminuindo, portanto, a capacidade de resistir aos alimentos ricos em gordura e açúcar, contribuindo para a obesidade. Dessa forma, segundo Jacques *et al.* (2019), após o consumo os hormônios são liberados para reduzir a sensação de estresse, que também aumenta o desejo por alimentos de conforto, perpetuando, assim, hábitos alimentares emocionais. Nesse sentido, pode-se asseverar que o consumo de açúcar está intimamente ligado ao estresse e emoções.

Com os estudos de Jacques *et al.* (2019) e Levine, Kotz e Gosnell (2003), inferimos que o consumo excessivo de açúcar pode levar a adaptações cerebrais envolvendo diferentes sistemas, substratos moleculares e mudanças subsequentes no comportamento. Talvez compreensões sobre esses mecanismos neurais de impulsividade e excessos são necessárias para ajudar no desenvolvimento de melhores tratamentos para a obesidade.

Sawaya e Filgueiras (2013) fizeram uma revisão mostrando que alimentos e bebidas industrializados altamente palatáveis, como os ultraprocessados, são produzidos para gerar grande prazer e promovem alterações neuroanatômicas que podem ser permanentes e passar para os filhos e próximas gerações. Essas alterações, segundo os autores, causam uma desregulação no processo fisiológico, que inclui modificações em processos neurais e metabólicos envolvendo processos de memória, aprendizagem e influências do contexto social.

Ainda, nessa pesquisa, Sawaya e Filgueiras (2013) dialogam na perspectiva de afirmar que existem evidências de que as propagandas de alimentos e bebidas açucaradas ou com sabor doce geram esse mesmo reflexo, pois o indivíduo vê a propaganda, lembra e quer consumir, sendo recompensado. Esses estímulos têm aumentado o comer/beber como vício. Os autores ainda ressaltam que o gostar é diferente do querer, e, quando um indivíduo vê uma propaganda, ele está expressando o querer.

O estudo de Sawaya e Filgueiras (2013) destaca, ainda, que os três componentes da dieta moderna que respondem a essas características são: açúcar, gordura e sal; e a mistura

deles forma alimentos/produtos altamente palatáveis, que são os ultraprocessados, possuindo efeito somatório do prazer e gerando estímulos de recompensa. Sawaya e Filgueiras (2013) lecionam que esses componentes, quando combinados e acrescentados em maior quantidade à comida, direcionam o consumidor a comer na ausência de fome e lembrar-se com mais facilidade da sensação prazerosa, a ponto de preferir aquele produto entre outros.

A partir dessas pesquisas e da análise apresentada neste estudo, pode-se ter um possível sinal de dependência por substâncias alimentares, sendo refletida conforme o estado de saúde física e mental dos sujeitos, alertando, assim, para riscos à saúde e necessidade de mais pesquisas para se compreender melhor sobre esse tema que está diretamente ligado à saúde das pessoas. Associados a isso, investigou-se sobre o uso de substâncias psicoativas e a possível relação com o consumo de doces provenientes de produtos ultraprocessados, conforme mostra a Tabela 9.

Tabela 9 – Consumo de substâncias psicoativas, suplemento alimentar e a relação com o consumo de doces ultraprocessados

Fatores	Consumo de ultraprocessados em número de vezes por semana					Sig
	Nenhuma vez	1 a 2 vezes	3 a 4 vezes	5 a 7 vezes	2 ou mais vezes no dia	
Droga						0,551
Nunca	55(94,8)	149(96,8)	86(91,5)	54(91,5)	36(97,3)	
Sim, mais de duas vezes na semana	2(3,4)	3(1,9)	6(6,4)	3(5,1)	1(2,7)	
Sim, algumas vezes durante o mês	1(1,7)	0(0)	1(1,1)	0(0)	0(0)	
Apenas uma vez para experimentar	0(0)	2(1,3)	1(1,1)	2(3,4)	0(0)	
Bebida alcoólica						0,196
Nunca	21(36,2)	49(31,8)	31(33,0)	20(33,3)	10(27)	
Sim, mais de duas vezes na semana	17(29,3)	67(43,5)	37(39,4)	17(28,3)	16(43,2)	
Sim, algumas vezes durante o mês	7(12,1)	12(7,8)	3(3,2)	10(16,7)	5(13,5)	
Apenas uma vez para experimentar	13(22,4)	26(16,9)	23(24,5)	13(21,7)	6(16,2)	
Cigarro						0,274
Nunca	48(82,8)	138(89,6)	76(80,9)	52(86,7)	32(86,5)	
Sim, mais de duas vezes na semana	7(12,1)	8(5,2)	14(14,9)	3(5)	5(13,5)	
Sim, algumas vezes durante o mês	1(1,7)	1(0,6)	2(2,1)	1(1,7)	0(0)	
Apenas uma vez para experimentar	2(3,4)	7(4,5)	2(2,1)	4(6,7)	0(0)	

Bebida alcoólica e energético						0,554
Nunca	34(58,6)	89(57,8)	52(55,3)	28(46,7)	20(54,1)	
Sim, mais de duas vezes na semana	8(13,8)	34(22,1)	21(22,3)	11(18,3)	6(16,2)	
Sim, algumas vezes durante o mês	5(8,6)	5(3,2)	8(8,5)	6(10)	3(8,1)	
Apenas uma vez para experimentar	11(19)	26(16,9)	13(13,8)	15(25)	8(21,6)	
Supl. alimentar						0,016
Sim	10(17,2)	7(4,5)	11(11,7)	6 (10)	8(21,6)	
Não	40(69)	136(88,3)	77 (81,9)	49(81,7)	28(75,7)	
Apenas uma vez para experimentar	8(13,8)	11(7,1)	6(6,4)	5(8,3)	1(2,7)	
Energético						0,000
Nenhuma vez na semana	43(74,1)	100(64,9)	54(57,4)	28(46,7)	24(64,9)	
Uma a duas vezes	6(10,3)	39(25,3)	26(27,7)	16(26,7)	2(5,4)	
Três a quatro vezes	2(3,4)	7(4,5)	8(8,5)	10(16,7)	4(10,8)	
Cinco a sete vezes	4(6,9)	3(1,9)	3(3,2)	5(8,3)	1(2,7)	
Dois ou mais vezes	3(5,2)	5(3,2)	3(3,2)	1(1,7)	6(16,2)	

Fonte: A autora (2021).

Ao analisar a Tabela 9 verificamos que esta apresenta $p < 0,05$, ou seja, significativo para o uso de energético e suplemento alimentar relacionado com o consumo de guloseimas doces, que são produtos ultraprocessados. As demais variáveis, como outras drogas, bebida alcoólica, cigarro e bebida alcoólica com energético, não apresentaram valor significativo. Quanto aos suplementos alimentares, apesar de ser um número maior de alunos que nunca utilizou, é possível identificar uma probabilidade maior de alunos que respondeu já ter consumido doces ultraprocessados com maior frequência. Já sobre o consumo de energético, um maior número de alunos que não utiliza também consome ultraprocessados apenas uma a duas vezes na semana ou nem consome.

Realizamos o cruzamento dos dados sobre o consumo de doces e substâncias psicoativas por termos identificado artigos que dialogam sobre a hipótese de dependência pelo uso de açúcar. Um desses estudos é o de Rosa *et al.* (2008), que buscou desenvolver um instrumento para avaliar o abuso e dependência de açúcares. Os autores ressaltam que a literatura científica revela que sintomas de dependência por substâncias doces, ou “fissura” por doces, são comumente encontrados em indivíduos dependentes químicos. A maioria das teorias etiológicas para esse fenômeno aponta para os mecanismos neuroquímicos de controle dos comportamentos de recompensa e sensação de prazer. Além disso, foi demonstrado que várias drogas de abuso e alimentos de sabor doce compartilham o mesmo mecanismo:

umentar a concentração extracelular de dopamina, que reforça a repetição do comportamento de busca e uso, muitas vezes levando à compulsão em indivíduos (ROSA *et al.*, 2008).

O estudo de Mehlig *et al.* (2018) demonstra que a exposição precoce a dietas ricas em gordura e açúcar pode afetar comportamentos mais tarde na vida, incluindo o uso de álcool. O estudo identificou associação do consumo frequente de alimentos ricos em gordura e açúcar na infância e predisposição ao uso regular de álcool na adolescência. O presente estudo explorou a relação entre consumo infantil de alimentos ricos em açúcar e alto teor de gordura no uso de álcool na adolescência. Crianças com alta propensão a consumir açúcar e gordura estavam em maior risco de uso posterior de álcool, em comparação com crianças com propensão para baixo teor de gordura e açúcar.

Em seu estudo, Levine, Kotz e Gosnell (2003) discutem como os açúcares interagem com neuroquímicos reguladores no cérebro para afetar a ingestão de energia. Os autores concluem que a ingestão de açúcares induz a mudanças neuroquímicas em áreas do cérebro envolvidas em recompensa e energia, e sugerem uma relação entre o caminho de recompensa do sabor doce e a recompensa causada pelo uso de drogas, inferindo que uma alta preferência ou ingestão de substâncias com sabor doce podem estar relacionadas ao uso subsequente de drogas. Talvez o estudo de Mehlig *et al.* (2018) possa ter alguma relação relacionada à pesquisa de Levine, Kotz e Gosnell (2003), pois mencionam que os mecanismos de dependência para açúcar são os mesmos para substâncias psicoativas, e relacionam o uso subsequente de drogas. São necessários, no entanto, mais estudos para poder estabelecer outras relações específicas.

4.6 ALGUMAS CONSIDERAÇÕES

Os dados apresentados no capítulo sobre o comportamento de adolescentes e a sua relação com os agravos à saúde, bem como o uso de substâncias alimentares e/ou psicoativas, trouxeram diversas reflexões sobre o tema, como a identificação de hábitos alimentares direcionados a preferências por ultraprocessados e menor consumo de alimentos *in natura*, como frutas e saladas, além de elevada experimentação de bebida alcoólica e energéticos; já em relação a cigarro e drogas, o consumo, ou o fato de já ter experimentado, foi menor referente ao álcool.

Para além de identificar o consumo de alimentos e a experimentação ou uso de substâncias psicoativas, realizamos associações com dados sociodemográficos, econômicos, estruturas familiares, sentimentos e demais dados que estão relacionados com a vivência dos

estudantes, buscando relações com o contexto escolar e identificando significância relacionada à interferência negativa no desempenho escolar sobre o maior consumo de açúcar branco, bebidas adoçadas e panificados, assim como baixo consumo de frutas.

Discutimos, também, sobre o direito de ter uma alimentação com qualidade e quantidade suficiente, pois percebemos alunos que não têm a possibilidade de ter variedade alimentar e, além disso, alguns não possuem alimentos em quantidade suficiente, o que pode comprometer o seu estado nutricional, pois, dentro desse contexto do DHAA, está a garantia da segurança alimentar e nutricional dos estudantes, que fica prejudicada quando o acesso aos alimentos é comprometido.

Buscamos discutir situações que estão relacionadas às reais necessidades dos adolescentes e, por isso, as questões socioculturais são fundamentais de serem consideradas, possibilitando que, de alguma forma, se possa contribuir para a constituição de conhecimentos, habilidades, atitudes e valores que sejam significativos na vida dos estudantes.

5 ALIMENTAÇÃO, NUTRIÇÃO E SUBSTÂNCIAS PSICOATIVAS: RELAÇÕES COM OS CONTEXTOS SOCIOCULTURAIS

Neste capítulo abordamos sobre a perspectiva da alimentação, nutrição e consumo de substâncias psicoativas com relação direta com o ambiente em que as pessoas vivem, o que compõe um conjunto que é influenciado pela subjetividade, pela história e pela cultura de determinada sociedade, pois são questões complexas e multifatoriais com influências individuais, familiares e contextuais.

Diez-García e Castro (2011) mencionam que os hábitos alimentares estão associados às distintas classes sociais e apresentam diferenças quanto ao acesso, percepção, preparação, apreciação e valorização dos alimentos entre os diversos agentes sociais. Nesse sentido, a influência sobre a preferência pelo consumo desses alimentos está relacionada às condições de acesso, às formas de apreciá-lo, compreendê-lo e inseri-lo em seu estilo de vida (BRASIL, 2014). Com isso, remete-se ao sentido do comer para além da função biológica, relacionando-o com as subjetividades dos indivíduos (LEONEL; MENASCHE, 2017).

Associados à temática da alimentação e nutrição, abordaremos, neste capítulo, também sobre o uso de drogas na adolescência, que é um problema complexo e multifatorial que sofre influência de aspectos individuais, familiares e contextuais (ZAPPE; DAPPER, 2017). Dessa forma, o objetivo, aqui, é discutirmos sobre a alimentação, nutrição e o uso de substâncias psicoativas associadas às questões sociais, econômicas e demográficas dos indivíduos pesquisados.

5.1 FATORES SOCIAIS RELACIONADOS COM O CONSUMO ALIMENTAR

Conforme Xavier *et al.* (2014), o consumo diário de alimentos saudáveis, como frutas e hortaliças, está relacionado à disponibilidade, à acessibilidade, ao custo e à qualidade dos alimentos. Nesse sentido, realizamos uma análise sobre o consumo alimentar e a relação com a renda familiar dos estudantes, conforme demonstrado na Tabela 10.

Tabela 10 – Relação do consumo alimentar com fatores econômicos

Fatores	Renda familiar				Sig
	Menos de 1 salário	1 a 3 salários	4 ou mais salários	Não sei	
Guloseimas doces					0,475
1 a 2 vezes na semana	6(26,1)	19(13,6)	5(10,6)	28(14,5)	
2 a 3 vezes na semana	7(30,4)	47(33,6)	20(42,6)	80(41,5)	
3 a 4 vezes na semana	5(21,7)	34(24,3)	15(31,9)	40(20,7)	
5 a 7 vezes na semana	4(17,4)	23(38,3)	3(6,4)	30(15,5)	
2 vezes ou mais no dia	1(4,3)	17(12,1)	4(8,5)	15(7,8)	
Salgadinhos industrializados					0,611
1 a 2 vezes na semana	6(26,1)	25(17,9)	9(19,1)	33(17,1)	
2 a 3 vezes na semana	8(34,8)	41(29,3)	18(38,3)	69(35,8)	
3 a 4 vezes na semana	4(17,4)	39(27,9)	14(29,8)	50(25,9)	
5 a 7 vezes na semana	3(13)	15(10,7)	3(6,4)	27(14)	
2 vezes ou mais no dia	2(8,7)	20(14,3)	3(6,4)	14(7,3)	
Bebidas adoçadas					0,124
1 a 2 vezes na semana	0(0)	12(8,6)	5(10,6)	22(11,4)	
2 a 3 vezes na semana	11(47,8)	28(20)	10(21,3)	52(26,9)	
3 a 4 vezes na semana	2(8,7)	33(23,6)	15(31,9)	50(25,9)	
5 a 7 vezes na semana	4(17,4)	36 (25,7)	9(19,1)	40(20,7)	
2 vezes ou mais no dia	6(26,1)	31(22,1)	8(17)	29(15)	
Frutas					0,699
1 a 2 vezes na semana	4(17,4)	19 (13,6)	4(8,5)	36(18,7)	
2 a 3 vezes na semana	8 (34,8)	58(41,4)	24(51,1)	74(38,3)	
3 a 4 vezes na semana	7(30,4)	32(22,9)	13(27,7)	42 (21,8)	
5 a 7 vezes na semana	3(13)	15(10,7)	4(8,5)	19(9,8)	
2 vezes ou mais no dia	1(4,3)	16(11,4)	2(4,3)	22(11,4)	

Saladas					0,914
1 a 2 vezes na semana	5(21,7)	33(23,6)	9(19,1)	51(26,4)	
2 a 3 vezes na semana	7(30,4)	45(32,1)	17(36,2)	59(25,9)	
3 a 4 vezes na semana	6(26,1)	27(19,3)	10(21,3)	45(23,3)	
5 a 7 vezes na semana	3(13)	22(15,7)	4(8,5)	26(13,5)	
2 vezes ou mais no dia	2 (8,7)	13(9,3)	7(14,9)	21(10,9)	
Quantidade de comida em casa					0,000
Frequentemente não é suficiente	2(8,7)	0(0)	0(0)	0(0)	
Às vezes não é suficiente	3(13)	5(3,6)	0(0)	2(1)	
Há quantidade suficiente para comer	7(30,4)	47(33,6)	4(8,5)	81(42)	
Há quantidade suficiente, mas sem variedade	7(30,4)	29(20,7)	8(17,0)	24(12,4)	
Sobra comida	3(13)	56(40)	34(72,3)	69(35,8)	
Não sabe	1(4,3)	3(2,1)	1(2,1)	17(8,8)	

Fonte: A autora (2021).

Na Tabela 10 observamos que foi significativo apenas para quantidade de comida em casa, com $p < 0,000$; já para o consumo de frutas e saladas não encontramos resultado significativo, e, além disso, para o consumo de bebidas adoçadas, guloseimas doces e salgadinhos industrializados, também não houve significância. Notamos que praticamente metade dos alunos não sabe sobre a renda familiar, o que pode ter interferido nos resultados deste estudo. Ao analisar os dados da Tabela 10, porém, é possível perceber que sobre o consumo de bebidas adoçadas, guloseimas doces e salgadinhos industrializados, possuir uma renda de quatro salários ou mais pode ter contribuído para um consumo com menor frequência durante a semana, assim como para frutas e saladas uma renda maior eleva o consumo desses alimentos. Esses são dados, todavia, que mostram uma tendência ao analisar as porcentagens, no entanto não apresentam significância, pois as diferenças são sutis.

Conforme Toral e Slater (2007), a escolaridade e a renda interferem no consumo de alimentos, uma vez que o nível de instrução tem relação positiva sobre o consumo de frutas e hortaliças, e a condição econômica é um fator delimitador das escolhas alimentares, pois produtos de melhor valor nutricional, ou seja, mais saudáveis, são mais caros. Para ter variedade, isto é, uma dieta caracterizada pelo consumo de frutas, hortaliças, grãos integrais e carnes magras, ricas em diversos nutrientes, o custo é mais elevado do que as dietas ricas em doces, alimentos gordurosos e carboidratos simples. Quanto maior o poder aquisitivo menor é

a proporção de famílias em que o consumo alimentar corresponde a menor variedade alimentar (SILVA; PAIS-RIBEIRO; CARDOSO, 2008).

Nesse sentido, pensamos no conceito de gosto, apresentado por Bourdieu (2007), como o construído social e culturalmente, articulando experiências individuais e coletivas, sendo resultado de uma construção social e remetendo aos estilos de vida e maneiras de se relacionar com as práticas dos sujeitos, marcadas pelas trajetórias e experiências vivenciadas pelos indivíduos e, assim, interferindo nas escolhas alimentares. Segundo Bourdieu (2007), o gosto e o paladar são cultivados no emaranhado da história, da economia, da política e da própria cultura. O gosto está longe de ser uma resposta individual; ele está inserido em um contexto, sendo expresso também pelo nível social (BOURDIEU, 2007). Dessa forma, entendemos que o gosto é construído social e culturalmente e está relacionado às experiências vividas.

Considerando tais dados, analisamos o grau de instrução da mãe e o consumo de guloseimas, que apresentaram valor significativo com p 0,009. O consumo de doces com menor frequência pode estar relacionado com o maior nível de ensino das mães. Para as respostas de estudantes com mães que possuem nível médio completo, o consumo de doces com pequena frequência é de 57%, e para os estudantes com mães de nível superior incompleto as respostas foram de 77% para não consumir. Já a porcentagem de alunos que não come doces ou faz isso apenas 1 a 2 vezes na semana e que possuem mães com nível de Ensino Fundamental incompleto, foi de 40%, e nos alunos com mães analfabetas foi de 20% os que comem com menor frequência na semana. Ao analisar o grau de ensino e o consumo de açúcar branco, não obtivemos significância com p 0,06.

Sobre o consumo de frutas teve-se significância com p 0,01. O consumo de frutas com maior frequência (todos os dias ou duas vezes ou mais no dia) para estudantes com mães com nível superior foi de 43,6%; já para alunos com mães com menor nível de ensino o consumo de frutas todos os dias foi em média 15%, ou seja, um valor significativamente menor em razão do grau de ensino. Em relação ao consumo de saladas e o nível de ensino das mães, não teve significância, com p 0,324.

Ao analisar o consumo de alimentos conforme o grau de instrução do pai, obtivemos significância para o consumo de saladas com p 0,00, com associação de 35%. Já para o consumo de frutas não teve significância, com p 0,477. Nesta análise, porém, percebemos que os estudantes com pais com menor grau de ensino ou analfabetos apresentaram um consumo de saladas com maior frequência durante a semana do que os estudantes com pais com grau de ensino mais elevado, nível superior, sendo o consumo de 61,4% de saladas todos os dias e

41,2%, respectivamente, conforme os graus de ensino mencionados. Para os demais graus de ensino, o consumo foi menor e semelhante, seja para estudantes com pais com Ensino Fundamental incompleto ou pais com Ensino Médio completo, sendo as respostas para consumo todos os dias de saladas entre 20% a 25%.

O grau de instrução do pai e o consumo de carnes também teve valor significativo com $p < 0,001$ e associação de 39%. Os alunos que têm os pais analfabetos ou com o Ensino Fundamental incompleto consomem carne menos vezes na semana, com 23,1% que não comem ou raramente consomem para os analfabetos e 19,2% para os com Ensino Fundamental incompleto; já para os estudantes que têm pais com Ensino Superior completo quase não consumir carne foi 2,9%, e Ensino Médio completo foi 6,9%, ou seja, uma porcentagem menor de alunos que não comem em relação aos níveis mais baixos de ensino.

Sobre outros alimentos não obtivemos significância em relação aos graus de instrução do pai, como o consumo de bebidas adoçadas, com $p < 0,365$, e também para o consumo de salgadinhos industrializados, com $p < 0,374$; para guloseimas doces o p foi 0,257, e para o consumo de açúcar branco também não foi significativo, com $p < 0,316$.

Em relação à quantidade de comida em casa e o consumo de açúcar branco, observamos significância com $p < 0,02$ e com 28% de associação. Dos alunos que responderam sobrar comida, 34,6% informaram que utilizam o açúcar branco todos os dias; já os alunos em que falta comida frequentemente e às vezes tiveram respostas de 50% e 40% respectivamente, porém o número de alunos em que falta comida é bem menor em relação aos alunos em que sobra comida. Dos alunos que marcaram possuir quantidade suficiente de alimentos, 25% responderam que consomem todos os dias açúcar branco, e os alunos que têm quantidade suficiente, mas sem variedade, a resposta para consumo todos os dias foi 35,3%. Percebemos, então, que os alunos que nem sempre têm quantidade suficiente para comer ou têm, mas sem variedade, consomem mais açúcar branco. Sobre a quantidade de comida em casa e o consumo de frutas e saladas não foi significativo, com $p < 0,985$ e $p < 0,682$ respectivamente. A relação entre o consumo de guloseimas doces e salgadinhos industrializados com a quantidade de comida em casa, também não obteve significância, com $p < 0,322$ e $p < 0,533$.

Ainda, pensando na renda das famílias, fizemos a análise sobre os alunos que responderam receber bolsa família. Sobre essa resposta e tomar café da manhã foi significativo com $p < 0,04$. Os alunos que recebem bolsa família e tomam café da manhã frequentemente ou sempre, são 53,3%, e os alunos que não recebem para as mesmas frequências são 34,1%. Logo, os alunos que as famílias recebem o auxílio tomam café da manhã com maior frequência.

Sobre o consumo de frutas e receber bolsa família não foi significativo, com $p = 0,792$; já para o consumo de saladas e receber bolsa família teve significação, com $p = 0,003$. Quem recebe bolsa família teve uma porcentagem maior para o consumo de saladas, com 53,5%, e os alunos que não recebem e consomem com mais frequência foram 45,3%, sendo 25,3% que consomem duas vezes ou mais no dia dos que recebem e os que não recebem é 8,5%

Além disso, receber bolsa família e o consumo de panificados também foi significativo, com $p = 0,043$. Referente aos alunos que não recebem bolsa família, 58,2% responderam consumir panificados mais que três vezes na semana; desses, 16,3% comem 2 vezes ou mais no dia e 42,7% dos alunos que recebem bolsa família consomem panificados 3 vezes ou mais na semana, e, destes, 7,5% consome 2 ou mais vezes no dia. Então, os alunos que responderam que as famílias não recebem bolsa comem com maior frequência os panificados durante a semana.

Sobre a composição das famílias, também foi questionada a análise da significância associada com hábitos alimentares. Identificamos que 158 alunos responderam morar em 4 pessoas em sua casa, seguido de cem alunos que disseram morar com 3 pessoas; 5 pessoas morando em casa foi a resposta de 81 alunos; 6 pessoas convivendo na mesma casa foi a resposta de 26 alunos, e para 7 pessoas que moram na mesma casa obtivemos resposta de 16 alunos; os demais foram números menores. Sobre as significâncias, a relação de quantas pessoas moram em casa e tomar café da manhã não teve significância, com $p = 0,877$, e sobre o consumo de frutas o p foi 0,124 também não significativo, e para o consumo de saladas obteve-se $p = 0,337$. Para a quantidade de pessoas que moram em casa o consumo de guloseimas e açúcar branco o p não foi significativo, cada um com $p = 0,178$ e 0,829 respectivamente.

Em relação à quantidade de pessoas que moram em casa e o consumo de panificados e embutidos, identificamos associação com significância, ou seja, $p < 0,05$. Sobre a quantidade de pessoas que moram em casa e o consumo de panificados, obteve-se significância com $p = 0,004$ e 39% de associação. Nas casas que moram 2, 3 ou 4 pessoas, o consumo, com frequência, de panificados, foi entre 20% e 40%; já nas casas em que moram 7 pessoas o consumo foi de 62,6%. Percebemos que o número maior de pessoas eleva o consumo de panificados.

Já o consumo de embutidos e a quantidade de pessoas em casa foi significativo com $p = 0,013$ e 37% de associação. Dos alunos que responderam ter 5 pessoas que moram em casa 38,3% consomem todos os dias embutidos e dos que responderam 7 pessoas, 46,2% consomem todos os dias; nas casas onde são menos membros, com 3 ou 4 pessoas, as

respostas para consumir todos os dias foram de 20% a 25%, mostrando que mais pessoas em casa estão relacionadas com consumo de embutidos com maior frequência. Os alunos, porém, que responderam que moram 2 pessoas em casa e também marcaram consumir todos os dias embutidos, foram 38%.

Ao analisar as significâncias sobre o consumo de alimentos e dados sociodemográficos, percebemos que, apesar de não se ter uma significância para todos os pontos analisados, alguns demonstraram, sim, relação entre as escolhas alimentares e as estruturas familiares, a renda e o grau de instrução. Esse cenário põe em evidência a importância de iniciativas governamentais que invistam em programas públicos, como o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), visando a facilitar o acesso e o aumento do consumo desses alimentos para todos os estratos sociais (XAVIER *et al.*, 2014).

Além disso, os fatores culturais e ambientais, como a influência da escolha alimentar da família, dos amigos e o local onde esses alimentos são consumidos, são outras razões que podem ser analisadas como determinantes para escolhas alimentares (XAVIER *et al.*, 2014). O autor sugere analisar fatores pessoais e ambientais, como disponibilidade, acessibilidade, custo, normas culturais e qualidade dos alimentos, que possam influenciar no consumo alimentar de adolescentes.

Dessa forma, estudos relacionados à antropologia da alimentação são fundamentais, pois consideram os determinantes relacionados à escolha alimentar, como as representações culturais, crenças, conhecimentos e práticas associados à alimentação e compartilhados por indivíduos de um grupo que, conforme sua cultura, passa a ter preferências alimentares, sendo fatores importantes a considerar na abordagem sobre alimentação e nutrição com os sujeitos. Freitas, Minayo e Fontes (2011) fazem uma crítica sobre a alimentação ser reduzida a uma necessidade física de ingestão de elementos bioquímicos. Os autores mencionam como um ponto negativo que a nutrição, em algumas situações, ainda seja vista como modelo teórico-prático centrado na atenção à doença. Nesse sentido, o conceito de campo, apresentado por Bourdieu (2007), que corresponde à produção de um processo social e de conhecimento integrado por saberes, práticas e relações de poder, é citado no estudo de Freitas, Minayo e Fontes (2011), pensando na alimentação e nutrição como campo interdisciplinar, pois inclui não apenas o saber técnico, mas também a cultura e todas as relações que permeiam o sentido e as práticas alimentares.

Ao realizarmos esse cruzamento, as escolhas dos alimentos, as estruturas familiares, renda e graus de instrução das famílias, pensamos na perspectiva da EAN como campo de conhecimento e de prática contínua e permanente, transdisciplinar, intersetorial e

multiprofissional da alimentação (BRASIL, 2012b). Buscamos, nesta pesquisa, levar em conta as duas dimensões que se articulam: a alimentar e a nutricional. Conforme Brasil (2012a), a questão alimentar refere-se à produção e disponibilidade de alimentos, à escolha, ao preparo, ao consumo alimentar, já a dimensão nutricional demonstra a relação com a saúde e com a utilização biológica do alimento. Ao considerar essa articulação, pensamos na alimentação como uma prática social, uma vez que tais dimensões possuem uma abordagem integrada, incluindo a biológica, a sociocultural, a ambiental e a econômica (BRASIL, 2012b).

Em seu estudo, Boog (2010) afirma que focar apenas nos nutrientes dos alimentos e em sua informação científica é uma ação limitada para a promoção da saúde. O importante é saber como os indivíduos pensam e sentem as questões sobre a sua alimentação, reconhecendo a necessidade de respeitar e também modificar conhecimentos, atitudes, valores e relações sociais que visem à promoção da alimentação adequada e saudável. Foi pensando nisso que realizamos uma associação dos hábitos de consumo alimentares dos estudantes com a prática de fazer refeições mexendo no celular e também sobre realizar as refeições sozinhos.

Sobre fazer refeições mexendo no celular, 51 (12,7%) alunos responderam nunca, 57 (14,1%) informaram que raramente, 111 (27,5%) algumas vezes, 77 (19,1%) frequentemente e 107 (26,6%) realizam sempre. Em relação a realizar as refeições sozinho, 191 (47,4%) responderam nunca, 112 (27,8%) mencionaram raramente, 27 (6,7%) referiram algumas vezes, 27 (6,7%) frequentemente e 46 (11,4%) responderam sempre. A partir dessas frequências é possível identificar que 75,2% dos alunos não fazem refeições sozinhos ou raramente a fazem. Em conformidade com o estudo de Martins *et al.* (2013), que analisou sobre o hábito de se alimentar junto com os pais, identificamos que esse hábito foi bastante frequente entre os adolescentes brasileiros, e mais de 70% relataram fazer as refeições com eles em, pelo menos, cinco dias da semana. Esse número foi bastante semelhante ao encontrado em outro estudo, que registrou uma prevalência de 68% dos adolescentes brasileiros realizando refeições quase sempre/sempre com os pais (BARUFALDI *et al.*, 2016).

Analisamos o impacto de fazer a refeição sozinho e os hábitos alimentares, porém não identificamos valor significativo com $p < 0,005$ para consumo de frutas ou para consumo de alimentos ultraprocessados. Isso, no entanto, está relacionado com o maior consumo de saladas com significância $p < 0,01$, sendo 70,4% dos alunos que, frequentemente, fazem as refeições sozinhos e não comem salada ou apenas 1 a 2 vezes na semana. Além disso, fazer as refeições sozinhos demonstrou, nesta pesquisa, estar relacionado com o maior consumo de

açúcar branco, sendo significativo com $p < 0,01$, quando 28,3% dos alunos que sempre fazem as refeições sozinhos consomem açúcar branco duas vezes ou mais no dia, e os alunos que nunca fazem as refeições sozinhos consomem açúcar branco 2 ou mais vezes no dia são 16,2%.

O estudo de Martins *et al.* (2013) avaliou a associação entre fazer refeições com os pais e a qualidade da alimentação de adolescentes brasileiros. A pesquisa identificou que a prática de comer junto com os pais foi associada com a melhor qualidade da alimentação dos adolescentes, especificamente à maior frequência de consumo de feijão, frutas e hortaliças, e a menor frequência de consumo de guloseimas, ultraprocessados salgados e salgados fritos. Conforme os autores, realizar refeições frequentemente com os pais foi positivamente associada com uma alimentação saudável, e inversamente com a alimentação não saudável.

Identificamos, nesta pesquisa, que dormir mal está relacionado com fazer as refeições sozinhos, com $p < 0,000$, apresentando significância com associação de 36%. Os alunos que sempre fazem as refeições sozinhos (26,1%) também sempre dormem mal, e os alunos que nunca dormem mal e não fazem as refeições sozinhos representam 39,8%. Além disso, percebemos que realizar as refeições sozinhos está relacionado com a dificuldade de concentração na escola, pois 34,8% dos alunos responderam que frequentemente ou sempre realizam as refeições sozinhos e que também têm dificuldade de concentração na mesma frequência; já os alunos que nunca realizam as refeições sozinhos e responderam sempre ou frequentemente ter dificuldade de concentração, foram 12,6%. Esta análise teve $p < 0,00$ significativo, com associação de 28%. Diante disso, realizamos uma análise sobre dormir mal e a dificuldade de concentração, e identificamos significação com $p < 0,000$, posto que apenas 9,6% dos alunos que nunca dormem mal têm frequentemente e sempre dificuldade de concentração, mas uma porcentagem maior (41,3%) dos alunos que sempre dormem mal têm dificuldade de concentração frequentemente e sempre.

Sobre os modos de fazer as refeições dos alunos, entre eles fazer as refeições sozinhos em casa, acreditamos que pode estar relacionado à rotina familiar, em que os estudantes estão inseridos e podem contribuir na constituição do comportamento alimentar. Nesse sentido, conforme Diez-García e Castro (2011), pensamos a culinária como um exemplo de como a experiência sociocultural fica na história dos sujeitos; portanto, os padrões alimentares são resultantes da relação dos sujeitos com a natureza, a aprendizagem e a herança cultural. A culinária de cada família constitui um repertório único, com sabores e gostos específicos. Um exemplo são os alimentos utilizados com maior frequência e que constituem a base da alimentação, a constituição das refeições e a estrutura dos cardápios

cotidianos, que são diferentes em cada grupo familiar, constituindo uma particularidade que provoca sentimentos de pertencimento a um grupo.

O estudo de Díez-García e Castro (2011) mostra o impacto da pobreza na restrição do repertório de ingredientes, o que limita as possibilidades culinárias, mas também revela que, entre famílias com a mesma condição social, as que têm maior envolvimento com o preparo da comida possuíam um repertório culinário mais diversificado e mais interesse e cuidados com a comida.

Não encontramos valor significativo para a realização de refeições sozinho e a idade dos alunos nesta pesquisa, pois o p identificado foi 0,07. Um estudo da Pense de 2012, conduzido por Maia *et al.* (2018), no entanto, demonstrou diferenças socioeconômicas no consumo de alimentos marcadores de alimentação saudável e não saudável por adolescentes brasileiros. Os autores observam que adolescentes mais velhos realizavam menos frequentemente a refeição com os pais, dado também verificado em um trabalho de Barufaldi *et al.* (2016), que ainda analisaram que esses estudantes consumiam mais salgadinhos fritos, *fast foods* e refrigerantes.

Ao realizarmos esta análise consideramos que há vários fatores que estão relacionados com fazer as refeições sozinho, por isso, devido ao impacto das práticas dos pais na alimentação dos seus filhos, é importante incentivar refeições saudáveis em companhia. O Guia Alimentar para a População Brasileira (BRASIL, 2014) recomenda, sempre que possível, comer em companhia dos familiares, amigos, colegas de trabalho ou na escola, assim como compartilhar as atividades domésticas de preparo das refeições. Segundo o Guia, “seres humanos são seres sociais e o hábito de comer em companhia está impregnado em nossa história, assim como a divisão da responsabilidade por encontrar ou adquirir, preparar e cozinhar alimentos” (BRASIL, 2014, p. 96).

Compartilhar o momento da alimentação e as atividades envolvidas constitui-se um modo simples e profundo de criar e desenvolver relações interpessoais, sendo o comer parte natural da vida social (BRASIL, 2014). Conforme o Guia Alimentar para População Brasileira (BRASIL, 2014) as refeições compartilhadas feitas no ambiente da casa são momentos preciosos para cultivar e fortalecer laços entre pessoas que se gostam. São excelentes oportunidades para as crianças e adolescentes adquirirem bons hábitos e valorizarem a importância de refeições regulares, feitas em ambientes apropriados. Comer em companhia ajuda colegas e amigos a se conhecerem melhor e trocar experiências. Facilita o entrosamento de grupos, aumenta o senso de pertencimento e contribui para o bom desempenho de tarefas do trabalho ou da escola (BRASIL, 2014). Ao percebermos a importância de refeições

compartilhadas com a família, torna-se importante que ações voltadas à promoção de uma alimentação saudável e adequada considerem as dificuldades para o compartilhamento das refeições em família e as estimulem como prática que pode contribuir para a saúde e bem-estar dos estudantes.

Pensando nas questões alimentares, destacamos a publicação, em 2014, da nova versão do Guia Alimentar para a População Brasileira (BRASIL, 2014), que possui papel importante nesse processo por considerar a promoção da alimentação, adequada e saudável, como parte da construção de um sistema alimentar social e ambientalmente sustentável e por ressaltar condicionantes da alimentação, desde a produção do alimento até seu consumo. O Guia também apresenta uma ampla discussão, tendo em vista que estão ocorrendo mudanças no padrão alimentar com o aumento do consumo das substâncias industrializadas nos alimentos e diminuição do consumo de alimentos *in natura*, o que vem ampliando os problemas de saúde, incluindo a obesidade, além de transformar os hábitos alimentares tradicionais e locais (BRASIL, 2014).

Diante disso, esta pesquisa aborda uma reflexão sobre a alimentação e as práticas alimentares contextualizadas no mundo globalizado, com o intuito de construir um diálogo voltado à valorização dos alimentos *in natura* que fazem parte da história da alimentação e da nutrição. Pesquisas de Diez-García e Castro (2011) mostram que a elevada produção e consumo de alimentos ultraprocessados estão levando ao distanciamento da relação das pessoas com os alimentos, alterando suas percepções, pensamentos, práticas e ações relacionadas ao ato de comer.

5.2 FATORES SOCIAIS RELACIONADOS COM O USO DE SUBSTÂNCIAS

PSICOATIVAS

Neste item do capítulo procuramos dar ênfase para o uso de substâncias psicoativas e os fatores econômicos, sociais e ambientais. Nesse sentido, realizamos uma análise sobre o consumo dessas substâncias e a relação com a renda familiar dos estudantes.

Tabela 11 – Relação do consumo de substâncias psicoativas com fatores sociais

Renda familiar considerando o salário mínimo					
Fatores	Menos de 1	1 a 3	4 ou mais	Não sabe	Sig
Cigarro					0,015
Nunca	14(60,9)	124(88,6)	37(78,7)	171(88,6)	
Sim, mais de duas vezes na semana	5(21,7)	12(8,6)	5(10,6)	15(7,8)	
Sim, algumas vezes durante o mês	1(4,3)	1(0,7)	2(4,3)	1(0,5)	
Apenas uma vez para experimentar	3(13)	3(2,1)	3(6,4)	6(3,1)	
Droga					0,013
Nunca	19(82,6)	132(94,3)	44(95,7)	185(95,9)	
Sim, mais de duas vezes na semana	4(17,4)	6(4,3)	1(1,7)	4(2,1)	
Sim, algumas vezes durante o mês	0(0)	2(1,4)	0(0)	0(0)	
Apenas uma vez para experimentar	0(0)	0(0)	1(2,2)	4(2,1)	
Energético					0,956
Nenhuma vez na semana	14(60,9)	89(63,6)	28(59,6)	118(61,1)	
1 a 2 vezes	7(30,4)	25(17,9)	11(23,4)	46(23,8)	
3 a 4 vezes	1(4,3)	13(9,3)	3(6,4)	14(7,3)	
5 a 7 vezes	0(0)	6(4,3)	3(6,4)	7(3,6)	
2 ou mais vezes por dia	1(4,3)	7(5,0)	2(4,3)	8(4,1)	
Bebida alcoólica e energético					0,320
Nunca	10 (43,5)	80(57,1)	19(40,4)	114(59,1)	
Sim, mais de duas vezes na semana	5(21,7)	29(20,7)	10(21,3)	36(18,7)	
Sim, algumas vezes durante o mês	1(4,3)	8(5,7)	6(12,8)	12(6,2)	
Apenas uma vez para experimentar	7(30,4)	23(16,4)	12(25,5)	31(16,1)	
Bebida alcoólica					0,299
Nunca	5(21,7)	50(35,7)	9(19,1)	67(34,7)	
Sim, mais de duas vezes na semana	8(34,8)	51(36,4)	23(48,9)	72(37,3)	
Sim, algumas vezes durante o mês	5(21,7)	10(7,1)	5(10,6)	17(8,8)	
Apenas uma vez para experimentar	5(21,7)	29(20,7)	10(21,3)	37(19,2)	

Fonte: A autora (2021).

Ao analisarmos a Tabela 11 identificamos que o consumo de cigarro e drogas se apresenta significativo ao ser relacionado com a renda, com $p < 0,05$. A renda menor que um salário mínimo esteve relacionada com maior porcentagem de alunos que já experimentaram ou usam tabaco ou drogas.

Como o emprego de substâncias psicoativas é multifatorial, buscamos estudos que têm mostrado outros fatores que podem estar associados, como a contribuição das famílias na

proteção e redução de riscos do uso dessas substâncias (BARRETO, 2012; MALTA *et al.*, 2014). A supervisão e o diálogo têm sido apontados por esses autores como fatores de proteção para o uso de substâncias entre adolescentes. O estudo de Alwan *et al.* (2011) aponta associação entre comportamentos de risco, como uso de tabaco, álcool e drogas, para a saúde mental, incluindo sentimentos de solidão, não ter amigos e insônia.

O estudo de Malta *et al.* (2015) mostrou que fazer as refeições cinco vezes ou mais em conjunto foi a única categoria associada de maneira a proteger do uso de todas as substâncias estudadas, ressaltando a necessidade de maior e constante envolvimento na vida dos filhos. Além disso, outro estudo de Malta *et al.* (2014) revela que o fato de os pais ou responsáveis saberem o que os adolescentes fazem no tempo livre nos últimos 30 dias, tem efeito protetor, e que os alunos que faltam as aulas sem avisar os pais têm maior chance de fumar, beber e experimentar drogas.

Com base no estudo de Barreto (2012) e Malta *et al.* (2014), acreditamos ser pertinente associar outros determinantes sociais, além da renda, com o consumo de substâncias psicoativas.

5.3 RELAÇÃO ENTRE O CONSUMO DE DROGAS, CONTEXTO DE VIDA E DESEMPENHO ESCOLAR

A análise sobre os estudantes que responderam já ter experimentado algum tipo de droga ilícita, conforme indicado nas Tabelas 10, 11 e 12, mostra que houve associação do consumo de drogas, como maconha, crack, cocaína, etc., com o cotidiano dos estudantes. Também indica que existe influência de familiares, de questões sociais, econômicas e ambientais, além de demandas quanto às expressões de sentimentos que possam estar relacionados à saúde mental dos estudantes participantes da pesquisa.

Como já mencionamos anteriormente, a frequência de estudantes que responderam já terem usado drogas foi 22 do total de 403 alunos, sendo 7 do sexo feminino e 15 do masculino. Na Tabela 10 apresentamos o cruzamento do consumo de drogas com outras substâncias psicoativas.

Tabela 12 – Relação do consumo de outras drogas com substâncias psicoativas

Consumo de drogas			
Fatores	Apenas uma vez para experimentar	Algumas vezes durante mês	Mais que duas vezes na semana
Cigarro			
Nunca	4(18)	1 (4,6)	0(0)
Apenas uma vez para experimentar	5(22,7)	1(4,6)	1(4,6)
Sim, algumas vezes durante o mês	5(22,7)	2(9)	0(0)
Sim, mais de duas vezes na semana	1(4,6)	1(4,6)	1(4,6)
Bebida alcoólica			
Nunca	0 (0)	0 (0)	0(0)
Apenas uma vez para experimentar	0 (0)	0 (0)	0(0)
Sim, algumas vezes durante o mês	8(36,8)	4(18)	1 (4,6)
Sim, mais de duas vezes na semana	7(32,2)	1 (4,6)	1 (4,6)

Fonte: A autora (2021).

Ao analisar a Tabela 12 percebemos que dos 22 estudantes que já experimentaram drogas ilícitas apenas 5 (22,6%) nunca experimentaram cigarro. Em relação à bebida alcoólica, nenhum respondeu nunca ter experimentado. Com isso, podemos perceber uma associação entre o consumo de drogas ilícitas e o consumo de cigarro e bebida alcoólica. Augusta *et al.* (2010) afirmam que é ampla a variedade de problemas associados ao uso de drogas, principalmente por se tratar de uma condição clínica multifatorial que tem produzido problemas sociais e de saúde em todo o mundo, envolvendo características biopsicossociais. Mesmo assim, Augusta *et al.* (2010) mencionam que a identificação dos fatores que levam ao consumo de substâncias psicoativas pode contribuir para a formulação de estratégias com vistas à prevenção do consumo. Um dos fatores que apresentamos a seguir, na Tabela 13, é referente ao desempenho escolar, em que buscamos identificar possível associação com o consumo de drogas ilícitas. Na Tabela 5, apresentada no capítulo 4, apontamos o uso de drogas como possivelmente associado ao pior desempenho escolar, porém apresentamos, na Tabela 13, mais variáveis associadas ao contexto escolar e apenas com os alunos que responderam utilizar outras drogas.

Tabela 13 – Relação do consumo de drogas ilícitas com desempenho escolar

Consumo de drogas			
Fatores	Apenas uma vez para experimentar	Algumas vezes durante mês	Mais que duas vezes na semana
Desempenho escolar			
Muito fraco	0 (0)	1 (4,6)	0 (0)
Fraco	0 (0)	0 (0)	1(4,6)
Razoável	8(36,8)	4 (18)	1 (4,6)
Bom	6(27,6)	0 (0)	0 (0)
Muito bom	1 (4,6)	0 (0)	0 (0)
Reprovou			
Nunca	8(36,8)	0 (0)	0 (0)
Uma vez	6(27,6)	2 (9)	0 (0)
Mais de uma vez	1 (4,6)	3(13,8)	2 (9)
Nota de maior frequência			
Menor que 50	3(13,8)	1 (4,6)	1 (4,6)
50 a 59	3(13,8)	3(13,8)	1 (4,6)
60 a 69	5(22,7)	1 (4,6)	0 (0)
70 a 79	3(13,8)	0 (0)	0 (0)
80 a 89	1 (4,6)	0 (0)	0 (0)
Dificuldade após leitura de um texto			
Lembra poucas coisas que leu	5(22,7)	2 (9)	1(4,6)
Dificuldade de concentrar-se	1 (4,6)	2 (9)	1 (4,6)
Dificuldade de compreender	1 (4,6)	1 (4,6)	0 (0)
Não tem dificuldade	8(36,8)	0 (0)	0 (0)
Gosta da escola			
Não	3(13,8)	1 (4,6)	1 (4,6)
Sim	3(13,8)	0 (0)	0 (0)
Mais ou menos	5(22,7)	4(18)	1 (4,6)

Fonte: A autora (2021).

Conforme apresentado na Tabela 13, na variável desempenho escolar apenas 7 alunos que utilizam drogas ilícitas responderam desempenho escolar bom ou muito bom, posto que os outros 15 responderam desempenho escolar muito fraco, fraco e razoável. Em relação a já ter reprovado, identificamos que dos 22 estudantes 8 responderam nunca terem reprovado. Consideramos este número como alta taxa de reprovação escolar entre os estudantes que já utilizaram drogas ilícitas, pois foi referente a 63,6% dos alunos que já reprovaram, sendo 6 (27,2%) que já reprovaram mais de uma vez.

Tavares *et al.* (2001) identificaram associação entre o pior desempenho escolar e o uso de drogas. Conforme os autores, o número de reprovações escolares mostrou-se associado ao uso de drogas. Tavares *et al.* (2001), no entanto, não estabeleceram uma relação causal, pois, para os autores, tanto o uso de drogas poderia interferir no bom desempenho do aluno quanto dificuldades escolares poderiam tornar-se em fatores de risco para uso de drogas. Nesse sentido, lembramos que a escola é reconhecida como uma instituição muito importante para a realização de intervenções, abordando a temática nas aulas, fomentando discussões e oferecendo informações para os estudantes sobre o uso de drogas ilícitas (ZAPPE; DAPPER, 2017).

Sobre a nota de maior frequência, 5 alunos responderam nota menor que 50 pontos e 4 responderam nota maior que 7. Dessa forma, mais da metade respondeu que a nota fica entre 50 e 69 pontos. Analisamos também a variável sobre dificuldade após leitura de um texto e identificamos que a maior porcentagem dos alunos, 63,6%, relata alguma dificuldade, sendo a variável *lembrar de poucas coisas que leu* a que apresentou mais respostas dos estudantes. Ao questionarmos sobre gostar da escola, entre os estudantes que utilizam drogas ilícitas apenas 5 (22%) responderam gostar da escola.

Podemos concluir, desse modo, sobre a possibilidade de um pior rendimento escolar com dificuldades para aprovação, leitura de texto e ter uma relação positiva com a escola, ou seja, gostar do local em que estuda. De acordo com Silveira e Santos (2012), o uso de substâncias psicoativas associa-se à maior vulnerabilidade social com baixa condição socioeconômica, sendo um fator que pode contribuir para uma mais expressiva exposição a situações de risco, por isso analisamos situações de alimentação, renda e trabalho e consumo de drogas, conforme apresentado na Tabela 14.

Tabela 14 – Relação do consumo de drogas com alimentação, renda e trabalho

Consumo de drogas			
Fatores	Apenas uma vez para experimentar	Algumas vezes durante mês	Mais que duas vezes na semana
Café da manhã			
Não toma	3(13,8)	1(4,6)	2 (9)
Raramente	3(13,8)	2 (9)	0 (0)
Algumas vezes	2 (9)	2 (9)	0 (0)
Sempre	6(27,6)	0 (0)	0 (0)
Realiza as refeições sozinho			
Não	12(55,2)	2 (9)	0 (0)
Frequentemente	0 (0)	1 (4,6)	1 (4,6)
Sempre	3(13,8)	2 (9)	1 (4,6)
Realiza refeições assistindo TV			
Não	3(13,8)	2 (9)	0 (0)
Raramente	0 (0)	1 (4,6)	0 (0)
Frequentemente	3(13,8)	1(4,6)	2 (9)
Sempre	9(41,4)	1 (4,6)	0 (0)
Quantidade de comida em casa			
Sobra	6(27,6)	2 (9)	1 (4,6)
Há quantidade suficiente para comer	2 (9)	2 (9)	1(4,6)
Há quantidade, mas sem variedade	4(18)	1 (4,6)	0 (0)
Não sabe	3(13,8)	0 (0)	0 (0)
Renda familiar			
Menos de 1 salário	3(13,8)	1(4,6)	0 (0)
1 a 3 salários	4(18)	2 (9)	2 (9)
4 salários ou mais	2 (9)	1(4,6)	0 (0)
Não sabe	6(27,6)	1(4,6)	0 (0)
Recebe Bolsa Família			
Sim	4 (18)	3(13,8)	0 (0)
Recebia e não recebe mais	0 (0)	2 (9)	1(4,6)
Não	11(50,6)	0 (0)	1(4,6)
Já trabalhou			
Não	5(22,7)	4(18)	0 (0)
Período parcial	8(36,8)	0 (0)	1(4,6)
Esporádico	2 (9)	0 (0)	1(4,6)
Outro	0 (0)	1(4,6)	0 (0)

Fonte: A autora (2021).

Sobre o café da manhã, percebemos que 11 (50%) alunos não tomam ou raramente fazem a refeição, representando a metade, sendo apenas 6 alunos que fazem a refeição sempre. Em relação a realizar a refeição sozinho, menos da metade dos estudantes respondeu

esta alternativa. Realizar a refeição assistindo televisão sempre ou frequentemente, no entanto, foi respondida por 16 (72,7%) dos alunos que utilizam drogas ilícitas. A recomendação do Guia Alimentar para a População Brasileira (BRASIL, 2014) defende que a refeição seja feita com atenção, algo que pode ser comprometido ao associar este momento a programas de televisão.

Pensando de forma direcionada aos alimentos, identificamos que 14 (63,6%) alunos responderam não comer ou consumir 1 a 2 vezes por semana frutas e saladas; assim, mais da metade dos alunos que utilizam drogas não têm o hábito de consumir estes alimentos com frequência durante a semana. Sobre o consumo de alimentos ultraprocessados, percebemos que dois alunos responderam consumir estes alimentos duas vezes por dia, sendo bebidas adoçadas, macarrão instantâneo, bolacha recheada, sorvete e chocolates, ou seja, eles têm o hábito de consumir esta variedade de alimentos ultraprocessados duas vezes por dia. Estes também foram alunos que responderam não consumir frutas e saladas.

Em relação à quantidade de comida em casa para os alunos que já experimentaram ou usam outras drogas, apenas 5 (22,7%) alunos responderam que não possuem variedade alimentar, apesar de ter uma quantidade suficiente para comer. Nenhum aluno respondeu que não tem quantidade suficiente para comer, e os outros 17 (77,3%) alunos, como detalhado na Tabela 12, responderam ser suficiente, sobrar comida e não saber.

Sobre a renda familiar foram 4 alunos que responderam menos de 1 salário mínimo e 7 que responderam não saber. Com estes 7 (31,8%) alunos que não informaram a renda familiar, tornou-se difícil estabelecer uma possível relação entre o consumo de outras drogas e a renda familiar. Sobre o Programa Bolsa Família, 7 (31,8%) estudantes responderam que suas famílias recebem e outros não recebem ou já receberam e atualmente não se enquadram mais nos critérios do Programa. Quanto ao questionamento sobre já ter trabalhado, 12 (54,5%) alunos responderam que já o fizeram em período parcial ou esporádico. A maioria dos jovens que experimentaram ou usam drogas já trabalharam recebendo alguma remuneração nos últimos meses.

Ao refletirmos sobre os cruzamentos apresentados com o uso de drogas ilícitas, seja alimentação, quantidade de comida em casa ou renda, identificamos uma relação com alguns destes fatores não sendo eles isolados e sim relacionados. Autores como Targino e Hayasida (2018) indicaram que fatores como família, amigos, religião, escola, comunidade, informações sobre as drogas e questões socioeconômicas, podem ser tanto de risco quanto de proteção, dependendo das relações que se estabeleçam entre o sujeito e tais fatores. Os fatores relacionados ao trabalho, renda e mídia, parecem estar mais fortemente relacionados aos

riscos no uso de drogas (TARGINO; HAYASIDA, 2018). Para Horta *et al.* (2018), o uso de drogas ilícitas tem maior probabilidade de ocorrer entre alunos com trabalho remunerado.

Ao analisarmos dados como dormir mal, dificuldade de concentração e dores de cabeça, identificamos que sete alunos responderam a alternativa sempre ou frequentemente. O sentimento de tristeza foi respondido por nove alunos. Falta de apetite e tonturas foram cinco alunos, considerando todas as respostas como sempre ou frequentemente. São dados que precisam ser considerados, pois percebemos que estão relacionados, uma vez que estas dificuldades ou sentimentos foram mencionados concomitantemente pelos mesmos alunos. Tivemos apenas dois alunos a mais que mencionaram tristeza e não lembraram as outras alternativas, e, destes que responderam dificuldade de concentração, dores de cabeça e sentimentos de tristeza, apenas dois não responderam falta de apetite e tonturas.

Horta *et al.* (2018) identificaram prevalências mais elevadas de consumo de drogas ilícitas em alunos que responderam se sentirem sozinhos e nos que relataram dificuldade para dormir. Sobre os sentimentos, Backes *et al.* (2014) identificaram que meninas geralmente usavam drogas para compensar os problemas afetivos, emocionais e alívio do sofrimento. Em contrapartida, meninos as utilizavam para melhorar a socialização, prazer, assim como para outras formas de lazer. Desta maneira, não apenas determinantes sociais, mas também sentimentos, podem aumentar o consumo de drogas ilícitas entre adolescentes.

Nesse sentido, concordamos com Horta *et al.* (2018), quando ressaltam a importância de as escolas desenvolverem programas relacionados ao uso de drogas em seus currículos escolares. A criação de uma cultura preventiva é necessária, uma vez que ações isoladas dificilmente englobarão a complexidade do tema; além disso, a pesquisa identificou maior prevalência de consumo em populações mais jovens.

Horta *et al.* (2018) mencionam que não foram verificadas diferenças estatisticamente significativas entre as prevalências de uso de drogas ilícitas entre as amostras da Pense em 2009, 2012 e 2015, o que indica que os esforços em políticas públicas direcionadas a conter o consumo de substâncias ou, pelo menos, postergar a experimentação, não tem tido sucesso. No máximo conseguiu-se evitar o crescimento das prevalências desse comportamento (HORTA *et al.*, 2018).

Um dos programas aliados ao desenvolvimento de ações de promoção da saúde é o Programa Saúde na Escola (PSE), política intersetorial instituída em 2007, que visa à integração permanente da educação e da saúde. A articulação entre Escola e Atenção Primária à Saúde é a base do PSE, com o objetivo de contribuir no desenvolvimento da cidadania e da qualificação das políticas públicas brasileiras (BRASIL, 2007). O Programa possui 12 eixos

de ações de promoção da saúde respectivos ao atual ciclo (2021-2022). São ações como: alimentação saudável e prevenção da obesidade, prevenção ao uso de álcool, tabaco, crack e outras drogas, promoção das práticas corporais, da atividade física e do lazer na escola, as quais são temas discutidos nesta pesquisa (BRASIL, 2007).

5.4 ENCONTROS FORMATIVOS DE PROFESSORES: UMA REFLEXÃO SOBRE OS ARGUMENTOS DOS ESTUDANTES

Aconteceram encontros formativos com professores dos respectivos estudantes que participaram da pesquisa respondendo ao questionário. As discussões abordaram os resultados do diagnóstico realizado com os estudantes do 6º ao 9º ano do Ensino Fundamental das escolas de Panambi, conforme já indicado anteriormente. O objetivo foi socializar com os professores de educação básica os resultados da pesquisa, na perspectiva de refletir sobre questões que nem sempre são visualizadas pelos docentes, mas que influenciam na vida escolar, nos hábitos alimentares e na saúde dos estudantes. Os encontros foram motivados pela importância de retornar os dados da pesquisa para a escola e também de compreender melhor sobre o contexto de vida dos adolescentes, além de dialogar na perspectiva de construir uma proposta curricular emancipatória com foco no consumo de substâncias alimentares e/ou psicoativas e as inter-relações socioculturais.

A partir das discussões foi possível estabelecer momentos de reflexão para se compreender as reais situações e contextos de vida dos estudantes, constituindo um espaço de aprendizado para os pesquisadores e também para os professores. Foram apresentadas as respostas dos estudantes com ênfase nos comportamentos de risco relacionados ao estilo de vida e também sobre o desempenho escolar. No fragmento de diálogo a seguir, podemos perceber as reflexões construídas por uma das professoras.

[...] ja trabalhei em escolas de diferentes realidades e percebemos que a qualidade da alimentação interfere no interesse escolar, concentração, desempenho. Criança com fome não aprende. Mas, fome, fome de que né? Porque temos crianças que comem muito bem até com sobrepeso e aí você percebe que é uma criança desinteressada, desmotivada, mas tem excesso de açúcar, muito refri, muito chocolate. Trabalhei em realidades bem opostas, com crianças até subnutridas e interferia, e via criança que comia muito e também não tinha desempenho ideal. Então sabemos que essas situações interferem, sabemos que é um contexto maior. Mas a alimentação tem essa ligação, mas eu nunca tinha refletido sobre isso de forma específica como nesse projeto agora. É algo que vem pra somar pra gente (P1).

A partir dessa fala percebemos que a pesquisa pode auxiliar na compreensão de situações-problemas que os professores vivenciam na sua realidade do contexto de sala de aula, porém são necessárias discussões amplas que envolvam todo o contexto em que o estudante está inserido e considerem a sua complexidade. Nesse sentido, uma ação emancipatória proporciona uma perspectiva de desenvolver a autonomia dos estudantes, para que, desta forma, eles possam fazer escolhas de modo consciente.

Outra situação que identificamos foi em relação às dificuldades relatadas pelos estudantes na escola, entre elas a dificuldade de concentração. Sobre isso, temos o seguinte trecho de fala de uma professora:

Ler e interpretar você precisa em todas as áreas, então eu julgo que é a grande dificuldade deles. Esses 48% não ter dificuldade não é verdade, são poucos que conseguem ler e interpretar. É uma geração muito imediatista, precisam ter tudo mastigado. Não sei se é culpa do ensino desde pequenos não trabalhando a leitura de forma adequada, é algo muito complexo, e eles chegam nos anos finais muito dependentes de receber mastigado mesmo, do professor. Você passa a tarefa no quadro e eles leem e não entendem, sempre precisam vir e perguntar o que é pra fazer. Vocês devem até ter percebido isso durante a pesquisa. Eles têm muita dificuldade com leitura e interpretação. Eles estão num mundo muito cibernético, muito visual e isso mexe com o modo como eles lidam com o conhecimento e isso reflete na leitura e interpretação. É o nosso grande desafio; esse é o problema do nosso ensino e das notas. E têm vários porquês, a alimentação, o sono ruim, várias coisas (P2).

A professora fala sobre o resultado referente às respostas dos alunos quanto a ter dificuldade durante a leitura de um texto, e 48% deles responderam não ter dificuldades. A docente discorda desse número afirmando que mais alunos têm dificuldades, principalmente, em interpretar um texto, indicando que eles não têm consciência sobre suas necessidades de aprendizagem.

Após a discussão com os professores consideramos que atingimos nosso objetivo de poder compilar todas as informações obtidas com a coleta de dados e estabelecer uma relação com quem acompanha os adolescentes diariamente e, além disso, conhecer suas famílias e as situações de vulnerabilidades enfrentadas. O seguinte diálogo, da professora P3, expressa a sua visão após os resultados da pesquisa: *“Penso que temos que revisar nosso plano pedagógico e vou aproveitar a pesquisa. São dados bem necessários que podem nos ajudar a entender muita coisa. A pesquisa sistematizou muito além e é muito rica.*

A fala da professora remete-nos à discussão sobre a necessidade de considerar as situações multifatoriais que envolvem o contexto de vida dos estudantes, e inserir essa visão na prática em sala de aula é fundamental para se proporcionar uma educação problematizadora e desfragmentada. Boff (2011) defende que a transformação do currículo

escolar, por meio de SE, pode propiciar a contituição de espaços de reflexão e proposição de soluções para o enfrentamento dos problemas percebidos no contexto escolar, pois busca articular o ensino em sala de aula com as situações reais ligadas ao contexto escolar. No fragmento de diálogo a seguir podemos perceber a fala de outra professora sobre a identificação dos problemas enfrentados pelos estudantes.

Eu acho que essa pesquisa que vocês fizeram foi muito boa. E ver também que os problemas que estávamos percebendo foram confirmadas na pesquisa de vocês, o que mostra que estamos no caminho, identificando corretamente o problema dos alunos para poder ajudá-los. E eu acho importante relatar isso para eles. Mostrar esses dados e gráficos pra que eles vejam como reflète a alimentação nessa questão da concentração, ficar quieto na aula etc. (P4).

Notamos que os professores que participaram da pesquisa buscaram identificar os problemas e, a partir disso, encontrar soluções. Com isso, acreditamos ser pertinente aprofundar as discussões sobre a construção de ações emancipatórias. Conforme Boff (2011), as aprendizagens contruídas não estão prontas nos livros didáticos, pois as ideias ou problemas de cada indivíduo são consideradas, analisadas e refletidas, proporcionando diferentes compreensões sobre a prática em sala de aula. Podemos afirmar que os encontros formativos realizados buscaram proporcionar a superação da visão do ensino desconectado da realidade em que os estudantes estão inseridos, e, com base nisso, acreditamos ser um caminho para que a escola possa contribuir na formação de indivíduos conscientes e autônomo em suas decisões.

5.5 ALGUMAS CONSIDERAÇÕES

Neste capítulo procuramos realizar associações mais direcionadas ao consumo de alimentos e dados sociodemográficos, percebendo que, apesar de não se ter uma significância para todos os pontos analisados, alguns demonstraram relação entre as escolhas alimentares e as estruturas familiares, a renda e o grau de instrução das famílias dos alunos, mostrando a importância de dialogar o tema alimentação, nutrição e o uso de substâncias psicoativas, com as questões sociais, econômicas e demográficas dos indivíduos pesquisados, pois estão relacionadas com os contextos sociais e a subjetividade dos estudantes, sendo práticas, hábitos, costumes e comportamentos que estão imersos na identidade cultural, na condição social e na memória familiar em que os estudantes estão inseridos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir das discussões e reflexões que realizamos, cuja centralidade foi investigar as implicações que podem ser ocasionadas pelo consumo de substâncias alimentares e/ou psicoativas na vida escolar, nos hábitos alimentares e na saúde humana de estudantes de educação básica, considerando o seu meio sociocultural, percebemos diversas influências relacionadas aos comportamentos e aprendizagens escolares que dizem respeito ao contexto de vida dos estudantes. No estudo propusemos aprofundar a investigação no campo da saúde e da educação, considerando, ainda, abordagens sociais, socioantropológicas e socioculturais.

Discutimos sobre a importância de diferenciar os termos comportamento alimentar e hábito alimentar, o que, muitas vezes, não acontece, pois existe, ainda, no meio científico, uma desvalorização das discussões sobre alimentação e nutrição pelo viés das Ciências Humanas e Sociais. Abordamos sobre a necessidade de compreensão da multidimensionalidade do comportamento alimentar, considerando-o complexo. Dessa forma, buscamos discutir a partir do paradigma da complexidade de Morin, pois é na perspectiva do pensamento complexo que é possível abordar as dimensões socioculturais, subjetivas e individuais, conscientes e inconscientes, sobre a alimentação e a nutrição, e essa compreensão não é possível com abordagens simplificadoras.

Neste sentido, tivemos a iniciativa de, após a coleta e a análise dos dados, apresentar para as escolas pesquisadas os resultados com o intuito de contribuir com a escola, possibilitando conhecer características importantes sobre o contexto de vida dos estudantes. Buscamos conversar, também, com os professores, pois são eles que mais bem conhecem os alunos. Assim, partimos do princípio de que os professores que convivem diariamente com os alunos conhecem melhor suas subjetividades e motivos que possam tê-los levado a responder determinada alternativa. A conversa com os professores sobre diversos assuntos que envolvem o contexto escolar e que estão relacionados com o contexto familiar, proporcionou reflexões importantes para compreender melhor os dados identificados, pois os professores conhecem as famílias, seus problemas sociais, condição econômica e situações de vulnerabilidade social e emocional.

A partir desta perspectiva, os professores conseguiram compartilhar inúmeras situações não apenas vivenciadas no ambiente escolar, mas também no ambiente familiar, e que são relatadas pelos alunos ou pelos seus familiares, possibilitando discussões sobre ações que possam ser desenvolvidas nas escolas e que contribuam para a emancipação dos sujeitos, tornando-os críticos e pensando além do seu contexto de vida. Uma das reflexões que emergiu

da conversa foi sobre a criticidade ao sistema alimentar, que visa o ultraprocessamento dos alimentos em larga escala proposto pela grande indústria alimentícia, e o que podemos fazer como sujeitos para pensar além disso e identificar alternativas na alimentação e nutrição, como dialogar com os alunos sobre onde são produzidos os alimentos, quem faz isso, valorizar os alimentos regionais, a agricultura familiar, os hábitos culinários de cada cultura, incluindo os praticados em suas próprias residências, estimulando o afeto que pode envolver o cultivo, preparo e consumo dos alimentos, ajudando os estudantes a refletir sobre isso, ou seja, apresentando outras possibilidades além do que a grande indústria alimentícia nos expõe por meio da mídia e provocando a aparência de que a única possibilidade seja consumir diariamente ultraprocessados, sem nos dar outras visões sobre o ato alimentar. Isso podemos discutir com toda a comunidade escolar e reaprender as diversas formas de alimentação.

Nesse sentido, queremos propor discussões em que as escolas possam compreender o cotidiano dos estudantes e dialogar com suas culturas, oportunizando igualdade para todos com valorização de todas as formas culturais, e, a partir disso, ir além do contexto pensando em novas possibilidades. Isso envolve a regionalidade alimentar, pois o ultraprocessamento opera em uma visão globalizada, em que indivíduos de locais totalmente diferentes consomem o mesmo produto, e isso pode levar a uma cultura alimentar unificada, quando as culturas alimentares regionais perdem espaço.

Assim, defendemos um currículo escolar que promova a autonomia dos estudantes por meio dos saberes e práticas construídos na escola, pois é no seu conjunto de ações, fazendo referência ao processo sociocultural, que proporcionará uma real compreensão do contexto de vida dos estudantes. Da mesma forma, os profissionais da saúde também precisam trabalhar nesta perspectiva, pois isso poderão proporcionar práticas direcionadas ao cuidado de si, com sujeitos capazes de fazer escolhas conscientes. Defendemos a EAN como estratégia de construção da autonomia na escola, proporcionando a compreensão do direito à alimentação adequada e saudável de modo articulado com os determinantes sociais, sendo consideradas as individualidades dos sujeitos, suas realidades e alternativas, contribuindo na construção da autonomia na escola.

Com a revisão integrativa realizada aprofundamos as discussões sobre os comportamentos e hábitos alimentares dos estudantes, considerando que, para uma real compreensão do comportamento alimentar, é necessário conhecer e considerar os diferentes costumes socioculturais que podem ser construídos de acordo com a sociedade, questões sociodemográficas, ambientais, culturais, econômicas e crenças, dentre outros determinantes.

Evidenciamos também nas pesquisas incluídas no corpus de análise que o sedentarismo, hábitos alimentares não saudáveis, uso de substâncias psicoativas e distúrbios alimentares, são comportamentos de risco à saúde. Os comportamentos mencionados foram abordados nesta categoria, mas chama-se atenção sobre o uso de drogas, álcool e tabaco durante a adolescência, pois também é considerado um problema complexo e multifatorial, posto que os aspectos individuais, familiares e do grupo em que estão inseridos influenciam na aquisição e manutenção deste e de outros comportamentos de risco. Concluímos que grande parte dos estudos que analisam eventos com adolescentes identificaram comportamentos de risco associados com as dimensões socioculturais.

Nesta perspectiva, discorreremos sobre as representações sociais no contexto da alimentação e nutrição na adolescência. Os estudos incluídos no *corpus* associaram fatores socioculturais, socioeconômicos, sociodemográficos e comportamentais relacionados às escolhas alimentares, identificando opções não saudáveis que levam a agravos à saúde. Nessa categoria abordamos, ainda, sobre os tipos de alimentos disponíveis nos domicílios brasileiros, que revelaram um aumento de ultraprocessados e uma redução significativa de alimentos naturais ou minimamente processados e ingredientes culinários em todas as classes socioeconômicas e regiões geográficas. Dessa forma, relacionamos o consumo alimentar e os comportamentos dos adolescentes com o grupo, e também com fatores ambientais domiciliares. O processo de seleção de um alimento está relacionado com as questões socioculturais que envolvem valores, desejos e símbolos.

Por último, apresentamos estudos que procuraram discutir ações de promoção da saúde no âmbito escolar, considerando a instituição de modelos de intervenção que possam contribuir de modo efetivo para o desenvolvimento saudável dos adolescentes. As pesquisas que foram discutidas nesta categoria trouxeram uma abordagem compreensiva sobre o alimento e a alimentação, mostrando que durante anos se estudou sobre os nutrientes presentes nos alimentos como forma de prevenir doenças, porém a alimentação não envolve apenas nutrientes, mas a presença de crenças, valores e significados, sendo fundamental ser considerada nos estudos sobre consumo alimentar. Não basta ter conhecimento sobre alimentação saudável, pois existe multiplicidade de fatores que interferem nas escolhas alimentares.

Dessa forma, a partir do processo de análise dos estudos que foram incluídos no *corpus* da pesquisa, foi possível identificarmos alta prevalência de comportamentos de risco entre adolescentes. Concluímos que a adolescência é uma fase de novas descobertas e, portanto, torna os adolescentes mais vulneráveis aos comportamentos de risco identificados

neste estudo. Os fatores que estão relacionados a tais comportamentos são a aceitação social ou a pressão do grupo, a influência familiar, o contexto escolar, as influências midiáticas e o contexto social geral em que vivemos atualmente. Além disso, os comportamentos estão relacionados às dimensões sociocultural, subjetiva e individual. Assim, ao discutirmos esse tema em práticas de promoção da saúde, é importante considerar as diversas dimensões que envolvem os comportamentos dos adolescentes, pois estes irão repercutir em suas vidas futuras.

No quarto capítulo fizemos um diagnóstico dos estudantes do 6º ao 9º ano de escolas de educação básica do município de Panambi, Rio Grande do Sul (RS), sobre o consumo de substâncias alimentares e/ou psicoativas, com o intuito de compreendermos as possíveis implicações que o consumo de substâncias alimentares e/ou psicoativas pode ocasionar na vida escolar e na saúde de estudantes de educação básica. Neste capítulo identificamos significância com $p < 0,05$ sobre o desempenho escolar dos estudantes ao associar a dificuldade de concentração, dormir mal, quantidade de comida em casa e a escolaridade da mãe. Além disso, observamos que o maior consumo de açúcar branco, bebidas adoçadas e panificados podem estar relacionados à interferência negativa no desempenho escolar, assim como baixo consumo de frutas. Em relação às substâncias psicoativas, verificamos que o consumo de energético, bebida alcoólica com energético e drogas pode estar associado ao pior desempenho escolar, e também foi possível percebermos que ter um bom desempenho escolar pode contribuir para diminuir o uso de bebida alcoólica entre os estudantes, apesar de não possuir significância estatística.

Realizamos análise sobre as variáveis sentimento de tristeza, dormir mal, dificuldade de concentração, ter dor de cabeça, cansar-se com facilidade e ter dores no estômago, as quais podem estar relacionadas com a escolha de alimentos para melhorar o humor. Entre os alimentos listados no questionário estavam doces e salgados. Associados a isso, investigamos sobre o uso de substâncias psicoativas e a possível relação com o consumo de doces provenientes de produtos ultraprocessados. Verificamos valor significativo com $p < 0,05$ para o uso de energético e suplemento alimentar, relacionado com o consumo de guloseimas doces que são produtos ultraprocessados.

A partir dessas pesquisas e da análise apresentada, podemos ter um possível sinal de dependência por substâncias alimentares sendo refletida conforme o estado de saúde física e mental dos sujeitos, alertando, assim, para riscos à saúde e necessidade de mais pesquisas para poder compreender melhor sobre esse tema que está diretamente ligado à saúde das pessoas.

No quinto capítulo buscamos, a partir do diagnóstico realizado com os alunos sobre o consumo de substâncias alimentares e/ou psicoativas, analisar os sentidos e significados socioculturais produzidos pelos estudantes sobre o consumo de substâncias psicoativas e alimentares. Partimos do pressuposto de que a adolescência é uma fase de insegurança nas escolhas, quando ocorrem modificações e a afirmação da identidade, por isso é importante compreender as implicações do consumo de alimentos e substâncias psicoativas, relacionando com as situações de saúde e a influência na vida escolar.

Neste sentido, abordamos sobre a perspectiva da alimentação, nutrição e consumo de substâncias psicoativas com relação direta com o ambiente em que os estudantes vivem, o que compõe um conjunto que é influenciado pela subjetividade, pela história e pela cultura de determinada sociedade. Nesta tese discutimos sobre os hábitos e comportamentos, porque eles se formam e se sustentam pelos contextos sociais em que os indivíduos se inserem e se desenvolvem.

Nesta perspectiva, salientamos que o ambiente familiar pode apresentar influência nos hábitos alimentares dos estudantes, pois é neste ambiente que são disponibilizados os alimentos e as preparações culinárias para o consumo. Além disso, percebemos que maior frequência em realizar refeições sozinho pode estar associada ao maior consumo de alimentos ultraprocessados, bem como menor consumo de alimentos saudáveis, como frutas e saladas. Além disso, dificuldade de concentração e dormir mal também estiveram relacionadas com fazer as refeições sozinho.

Ainda no quinto capítulo identificamos algumas relações sobre as escolhas alimentares e o uso de substâncias psicoativas conforme a renda dos estudantes, como a menor quantidade de comida em casa, que pode estar relacionada com renda baixa das famílias, com valor significativo de $p < 0,05$. Além disso, o consumo de bebidas adoçadas, guloseimas doces e salgadinhos industrializados em estudantes que possuem renda de quatro salários ou mais, teve possível relação com o consumo em menor frequência durante a semana. Assim como para o consumo de frutas e saladas uma renda maior pode elevar o consumo desses alimentos. Apesar de identificarmos essa relação, porém, aos analisarmos as porcentagens de consumo não revelaram-se dados significativos com $p < 0,05$. Sobre o consumo de substâncias psicoativas, identificamos que o consumo de cigarro e drogas apresentou-se significativo ao relacionar com a renda com $p < 0,05$. A renda menor que um salário mínimo pode estar relacionada com maior porcentagem de alunos que já experimentaram ou usam tabaco ou drogas.

Direcionamos discussões sobre o atual Guia Alimentar para a População Brasileira (BRASIL, 2014), que defende que a alimentação deriva de práticas alimentares que apresentam significados sociais e culturais. O Guia considera que os alimentos agregam significados culturais, comportamentais e afetivos singulares, que não podem ser desconsiderados nas estratégias de promoção da alimentação adequada e saudável.

Esse documento utiliza estudos sociológicos, antropológicos e saberes populares para construir diretrizes alimentares que abordam os modos de comer: a regularidade e a atenção; os ambientes apropriados; estar em companhia; e os alimentos produzidos de maneira sustentável, sendo crítico quanto a informações sobre alimentos veiculadas a indústria alimentícia e valorizando a prática culinária como forma de compartilhar as habilidades em momentos com a família.

Refletimos, ainda, sobre as mudanças no padrão alimentar com o aumento do consumo das substâncias industrializadas nos alimentos e diminuição do consumo de alimentos *in natura*, o que vem aumentando os problemas de saúde, além de transformar os hábitos alimentares tradicionais e locais. Diante disso, na pesquisa abordamos sobre a alimentação e as práticas alimentares, contextualizadas no mundo globalizado, com o intuito de construir um diálogo voltado à valorização dos alimentos *in natura* que fazem parte da história da alimentação e nutrição.

A partir dos resultados apresentados foi possível notar que padrões e contextos refletem nos comportamentos dos adolescentes e conhecê-los com o intuito de estabelecer medidas preventivas nesta etapa do desenvolvimento torna-se importante ao considerar essa abordagem a partir da realidade em que o adolescente está inserido. É nesta perspectiva que acreditamos que o desenvolvimento de ações emancipatórias no currículo escolar possa considerar a multifatorialidade e a complexidade que envolve os comportamentos, para isso defendemos uma articulação intersetorial da saúde e da educação, além de considerar as abordagens sociais, socioantropológicas e socioculturais que envolvem a alimentação e nutrição.

REFERÊNCIAS

ALBUQUERQUE, M. V. *et al.* Educação alimentar: uma proposta de redução do consumo de aditivos alimentares. **Química e Sociedade**, v. 34, n. 2, p. 51-57, maio 2012.

ALMEIDA, J. R. S. *et al.* Oficinas de promoção de saúde com adolescentes: relato de experiência. **Rev. Rene**, Fortaleza, 12 (n. esp.), p. 1.052-1.058, 2011.

ALVARENGA, E. A. *et al.* Uso de cafeína em crianças e adolescentes. **Rev. Med. Minas Gerais**, 28:e-1983, 2018.

ALVARENGA, M. S. *et al.* (org.). **Nutrição Comportamental**. 2. ed. Barueri: Manole, 2019.

ALWAN, H. *et al.* Association between substance use and psychosocial characteristics among adolescents of the Seychelles. **BMC Pediatr.**, 11, p. 85, 2011. DOI: <https://doi.org/10.1186/1471-2431-11-85>

ANDRADE, M. E. *et al.* Experimentação de substâncias psicoativas por estudantes de escolas públicas. **Revista de Saúde Pública**, v. 51, 2017.

ATZINGEN, M. C. B. C. **Sensibilidade gustativa de adultos de uma instituição universitária do município de São Paulo**. 2011. Tese (Doutorado) – Faculdade de Saúde Pública, Programa de Pós-Graduação em Nutrição e Saúde Pública, 2011.

AUGUSTA, M. *et al.* Caracterização das internações psiquiátricas para desintoxicação de adolescentes dependentes químicos. **Rev. Bras. Enferm.**, Brasília, 63(5), p. 735-740, set. 2010.

AZAMBUJA, C. R.; PANDOLFO, K. C. M.; SANTOS, D. L. Autopercepção da imagem corporal e estado nutricional de escolares. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, São Paulo, v. 8, n. 47, p. 316-321, set./out. 2014.

BACKES, D. *et al.* Indicadores de risco associados ao consumo de drogas ilícitas em escolares de uma comunidade do sul do Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, 19, p. 899-906, 2014.

BALBINO, T. R.; BARBOZA, S. I. S. Doce veneno: uma análise do consumo de bebidas açucaradas por adolescentes. **Reciis – Rev. Eletron. Comun. Inf. Inov. Saúde**, 13(2), p. 365-380, abr./jun. 2019.

BARBOSA, Najla Veloso Sampaio *et al.* Alimentação na escola e autonomia – desafios e possibilidades. **Ciência & Saúde Coletiva**, 18(4), p. 937-945, 2013.

BARBOSA, F. N. M.; CASOTTI, C. A.; NERY, A. A. Comportamento de risco à saúde de adolescentes escolares. **Texto Contexto Enferm**, 25(4), p. e2620015, 2016.

BARBOSA, N. V. S. *et al.* Alimentação na escola e autonomia – desafios e possibilidades. **Ciência & Saúde Coletiva**, 18(4), p. 937-945, 2013.

BARRETO, S. C. A. **Psicologia e pedagogia**. 7. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2007.

BARRETO, S. M. Contextual factors associated with smoking among Brazilian adolescents. **J. Epidemiol. Community Health.**, 66(8), p. 723-729, 2012. DOI: <https://doi.org/10.1136/jech.2010.122549>

BARUFALDI, L. A. *et al.* Café da manhã: vinculado a consumo e comportamentos alimentares em adolescentes. **Adolesc. e Saúde**, 12(2), p. 7-16, 2015.

BARUFALDI, L. A. *et al.* Erica: prevalência de comportamentos alimentares saudáveis em adolescentes brasileiros. **Rev. Saúde Pública**, 50 (supl 1):6s, 2016.

BAUER, T. X. *et al.* Drogas psicoativas no contexto de trabalho do professor de escola pública. **Journal Health NPEPS**, 3(1), p. 166-184, 2018.

BERGE, J. M. *et al.* Preparação da comida da família e seus efeitos na dieta do adolescente. Qualidade e padrões alimentares. **J. Adolesc. Health**, 1º nov. 2017.

BEZERRA, José Arimatea Barros. **Educação alimentar e nutricional**: articulação de saberes. Fortaleza: Edições UFC, 2018.

BIELEMANN, R. M. *et al.* Consumo de alimentos ultraprocessados e impacto na dieta de adultos jovens. **Rev. Saúde Pública**, 49, p. 28, 2015.

BITTARA, C.; SOARES, A. Mídia e comportamento alimentar na adolescência. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, 28(1), p. 291-308, 2020.

BOFF, E. T. de O. **Processo interativo**: uma possibilidade de produção de um currículo integrado e constituição de um docente pesquisador – autor e ator – de seu fazer cotidiano escolar. 2011. Tese (Doutorado) – Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Instituto de Ciências Básicas da Saúde, Programa de Pós-Graduação em Educação em Ciências: Química da Vida e Saúde, Porto Alegre, RS, 2011.

BOFF, E. T. DE O.; DEL PINO, J. C. **Processo interativo de formação docente**: uma perspectiva emancipatória na constituição do currículo escolar. 1. ed. Curitiba: Appris, 2018. V. 1.

BOOG, M. C. F. Programa de educação nutricional em escola de Ensino Fundamental de zona rural. **Rev. Nutr.**, Campinas, 23(6), p. 1.005-1.017, nov./dez. 2010.

BORTOLETTO, A. P. M. É preciso tratar a obesidade como um problema de saúde pública. **Rev. RAE**, São Paulo, v. 58, n. 3, p. 337-341, maio/jun. 2018.

BOURDIEU, P. **A distinção**: crítica social do julgamento. São Paulo: Edusp; Porto Alegre: Zouk, RS, 2007.

BOURDIEU, P. **Escritos de educação**. Petrópolis: Vozes, 1998.

BOURDIEU, P. **Questões de sociologia**. Rio de Janeiro: Ed. Marco Zero, 1983.

BOURDIEU, P. **Sociologia**. São Paulo: Ática, 1983. p. 82-121. (Coleção Grandes Cientistas Sociais, vol. 39).

BOURDIEU, P.; PASSERON, J.-C. **A reprodução**: elementos para uma teoria do sistema de ensino. Trad. Reynaldo Bairão. Rev. Pedro Benjamin Garcia e Ana Maria Baeta. 7. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2014.

BRAGA, P. D.; MOLINA, C. B.; FIGUEIREDO, T. A. M. Representações do corpo: com a palavra um grupo de adolescentes de classes populares. **Ciência & Saúde Coletiva**, 15(1), p. 87-95, 2010.

BRASIL. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Pesquisa de orçamentos familiares 2002/2003**: antropometria e análise do estado nutricional de crianças e adolescentes no Brasil. Rio de Janeiro, 2010.

BRASIL. Lei nº 11.947, de 16 de junho de 2009. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar e do Programa Dinheiro Direto na Escola aos alunos da educação básica. **Diário Oficial da União**, p. 2-4, 17 jun. 2009.

BRASIL. **Decreto nº 6.286, de 05 de dezembro de 2007**. Institui o Programa Saúde na Escola - PSE, e dá outras providências. *Diário Oficial [da] União* Brasília, DF, 06 dez. 2007.

BRASIL. Ministério da Educação. Secretaria da Educação Básica. **Base Nacional Comum Curricular**. Terceira versão. Brasília: MEC, 2017. Disponível em: http://basenacionalcomum.mec.gov.br/imagens/BNCC_publicacao.pdf. Acesso em: 16 set. 2017.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política Nacional de Alimentação e Nutrição**. Brasília: Ministério da Saúde, 2012a.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014. 156p.: il.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. **Bolsa Família**. Disponível em: <https://aps.saude.gov.br/ape/bfa>. Acesso em: 26 jul. 2021.

BRASIL. **Prevenção ao uso de álcool e outras drogas no ambiente de trabalho**: conhecer para ajudar. Brasília: Secretaria Nacional Antidrogas; Serviço Social da Indústria, 2008. 172 p.

BRASIL. **Resolução nº 466/2012**. Diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos, Brasília, DF, 2012c.

BRASIL. **Resolução Nº 6, de 8 de maio de 2020**. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE. Brasília, DF, 2020.

BRASIL. Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros Curriculares Nacionais: Ciências Naturais**. Brasília: MEC; SEF, 1998.

BRASIL. Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. **Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas**. Brasília, 2012b.

BRAZ, M. *et al.* Consumo de açúcares de adição por adolescentes em estudo de base populacional. **Ciência & Saúde Coletiva**, 24(9), p. 3.237-3.246, 2019.

BRETAS, J. R. S. *et al.* Os rituais de passagem segundo adolescentes. **Acta Paul. Enferm.**, v. 21, n. 3, p. 404-411, 2008.

CAMARGO JÚNIOR, K. R. Medicalização, farmacologização e imperialismo sanitário. **Cad. Saúde Pública**, 29(5), p. 844-846, 2013.

CANESQUI, A. M.; DIEZ-GARCIA, R. W. Ciências sociais e humanas nos cursos de nutrição. *In*: CANESQUI, A. M.; DIEZ-GARCIA, R. W. **Antropologia e nutrição: um diálogo possível**. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2005. p. 255-274.

CARLINI E. L. A. *et al.* **VI levantamento nacional sobre o consumo de drogas psicotrópicas entre estudantes do Ensino Fundamental e Médio das redes pública e privada de ensino nas 27 capitais brasileiras** – 2010. São Paulo: Cebrid – Centro Brasileiro de Informações sobre Drogas Psicotrópicas; Unifesp; Universidade Federal de São Paulo; Brasília: Senad – Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas, 2010. 506 p.

CARNEIRO, F. F. *et al.* **Dossiê Abrasco** – um alerta sobre os impactos dos agrotóxicos na saúde. Rio de Janeiro: Abrasco, 2012.

CARVALHO, E. A. A. *et al.* Uso de cafeína em crianças e adolescentes. **Rev. Med.**, Minas Gerais, 28: e-1983, 2018.

CARVALHO, M. C. V. S. Práticas e saberes na alimentação: natural, racional ou social? *In*: LUZ, M. T.; BARROS, N. F. **Racionalidades médicas e práticas integrativas em saúde, estudos teóricos e empíricos**. Rio de Janeiro: Cepesc, 2012. p. 425-442.

CARVALHO, M. C. V. S.; LUZ, M. T. Práticas de saúde, sentidos e significados construídos: instrumentos teóricos para sua interpretação. **Interface – Comunic., Saúde, Educ.**, v. 13, n. 29, p. 313-326, abr./jun. 2009.

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

CASEMIRO, J. P.; FONSECA, Alexandre Brasil Carvalho da; SECCO, Fabio Vellozo Martins. Promover saúde na escola: reflexões a partir de uma revisão sobre saúde escolar na América Latina. **Ciência & Saúde Coletiva**, 19(3), p. 829-840, 2014.

CAZARIM, M. S.; ARAÚJO, A. L. A. O paciente idoso e o aspecto da utilização de antimicrobianos: repercussão ao sistema público de saúde brasileiro (SUS). **Rev. Ciênc. Farm. Básica Aplic.**, 32(3), p. 305-311, 2011.

CERVATO-MANCUSO, A. M.; VINCHA, K. R. R.; SANTIAGO, D. A. Educação alimentar e nutricional como prática de intervenção: reflexão e possibilidades de fortalecimento. **Physis Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, 26 [1], p. 225-249, 2016.

COELHO, F. J. F.; SANTOS, G. S. dos; SILVA, M. de L. da. Gostaria de um cafezinho, um chá ou um refrigerante? O uso da cafeína na perspectiva da redução de danos entre jovens e adultos. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 8, e221985625, 2020. ISSN 2525-3409. DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v9i8.5625>

CONSEA. Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. CONFERÊNCIA NACIONAL DE SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL – POR UM DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL COM SOBERANIA E SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL, 3., 2007. Fortaleza. **Relatório final**. Fortaleza: Consea, 2007.

CONTENTO, I. R. Na overview of food choice and dietary change: implications for nutrition education. *In*: CONTENTO, I. R. **Nutrition Education: Linking Research, Theory and Practice**. Sudbury: Jones & Bartlett, 2010. p. 28-49. Cap. 4.

COSTA, C. S. *et al.* Comportamento sedentário e consumo de alimentos ultraprocessados entre adolescentes brasileiros: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), 2015. **Cad. Saúde Pública**, 34(3), p. e00021017, 2018.

COULTHARD, J. D.; PALLA, L.; POT, G. K. Breakfast consumption and nutrient intakes in 4-18-year-olds: UK National Diet and Nutrition Survey Rolling Programme (2008-2012). **Br. J. Nutr.**, 118(4), p. 280-290, Aug. 2017. DOI: 10.1017/S0007114517001714

CRESWELL, J. W. **Qualitative Inquiry and research design: choosing among five approaches**. Thousand Oaks, CA: Sage, 2012.

CRESWELL, J. W.; CLARK, V. L. **Designing and conducting mixed methods research**. 2.nd. Los Angeles: Sage Publications, 2011.

CROMLEY, T. R. *et al.* Relationships between body satisfaction and psychological functioning and weight-related cognitions and behaviors in overweight adolescents. **J. Adolesc. Health**, 50(6), p. 651-653, June 2012.

DESHMUKH-TASKAR, P. *et al.* A relação entre pular o café da manhã e o tipo de café da manhã consumido com sobrepeso/obesidade, obesidade abdominal, outros fatores de risco cardiometabólico e a síndrome metabólica em jovens adultos. O Exame Nacional de Saúde e Nutrição Pesquisa (NHANES): 1999-2006. **Saúde Pública Nutr.**, 16, p. 2.073-2.082, 2013.

DIEZ-GARCÍA, R. W.; CASTRO, I. R. R. A culinária como objeto de estudo e de intervenção no campo da alimentação e nutrição. **Ciênc. Saúde Coletiva [on-line]**, v. 16, n. 1, p. 91-98, 2011. ISSN 14138123.

EDWARDS, G.; ARIF, A.; HADGSON, R. **Bull World Health Organ**, 59(2), p. 225-242, 1981.

EDWARDS, L. M. *et al.* Short-term consumption of a high-fat diet impairs whole-body efficiency and cognitive function in sedentary men. **Faseb Journal**, 25(3), p. 1.088-1.096, Mar. 2011. DOI: 10.1096/fj.10-171983.

FARIAS JÚNIOR, J. C. *et al.* Comportamentos de risco à saúde em adolescentes no Sul do Brasil: prevalência e fatores associados. **Revista Panamericana de Salud Pública**, v. 25, n. 4. p. 344-352, 2009.

FASEB. The Faseb Journal. **Research Communication**, v. 25, Mar. 2011.

FEITOSA, R. C. L.; PONTES, E. R. J. C. Levantamento dos hábitos de vida e fatores associados à ocorrência de câncer de tabagistas do município de Sidrolândia (MS, Brasil). **Ciência & Saúde Coletiva**, 16(2), p. 605-613, 2011.

FERNANDES R. A. *et al.* Cross-sectional association between health and healthy food habits and leisure physical activity in adolescents. **Jornal de Pediatria**, v. 87, n. 3, 2011.

FERNANDES, R. **Índice de Desenvolvimento da Educação Básica (Ideb)**. Brasília: Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira, 2007.

FERREIRA NETO, J. A.; FARIAS, R. de C. P. Alimentação, comida e cultura: o exercício da Comensalidade Romilda de Souza Lima. **Demetra**, 10(3), p. 507-522, 2015.

FERREIRA, A. *et al.* Composição e percepção corporal de adolescentes de escolas públicas **Motricidade**, v. 9, n. 3, p. 19-29, 2013.

FISCHLER, C. **El (H)omnívoro**. El gusto, la cocina y el cuerpo. Barcelona: Anagrama, 1995.

FISMEN, A. S.; SAMDAL, O.; TORSHEIM, T. Family affluence and cultural capital as indicators of social inequalities in adolescent's eating behaviours: a population-based survey. **BMC Public Health**, 12, p. 1.036, 2012. DOI: <https://doi.org/10.1186/1471-2458-12-1036>

FONSECA, A. B. T. *et al.* Modernidade alimentar e consumo de alimentos: contribuições sócio-antropológicas para a pesquisa em nutrição. **Ciênc. Saúde Coletiva**, 16 (9), set. 2011.

FORTES, L. S.; CIPRIANI, F. M.; FERREIRA, M. E. C. Comportamentos de risco para transtorno alimentar: fatores associados em adolescentes escolares. **Trends Psychiatry Psychother**, 35(4), p. 279-286, 2013.

FORTES, L. S.; MORGADO, F. F. R.; FERREIRA, M. E. C. Fatores associados ao comportamento alimentar inadequado em adolescentes escolares. **Rev. Psiqu. Clín.**, 40(2), p. 59-64, 2013.

FRANKE, A. G. *et al.* Use of coffee, caffeine tea drinks and caffeine tablets for cognitive enhancement in pupils and students in Germany. **Pharmac Psychiatry**, n. 44(7), p. 331-338, nov. 2011.

FREIRE, P. **Pedagogia do oprimido**. 59. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2015.

FREITAS, M. do C. S. de; MINAYO, M. C. de S.; FONTES, G. A. V. Sobre o campo da alimentação e nutrição na perspectiva das teorias compreensivas. **Ciência & Saúde Coletiva**, 16(1), p. 31-38, 2011.

GAMBA, J. C. M. O direito humano à alimentação adequada : revisitando o pensamento de Josué de Castro. **Rev. Jurídica da Presidência**, 11(95), p. 52-81, 2010.

GILES, G. E. *et al.* Differential cognitive effects of energy drink ingredients: Caffeine, taurine, and glucose. **Pharmacol. Biochem. Behav.**, n. 102(4), p. 569-577, Oct. 2012.

GIORGI, V. de V. Adentrando o “espaço social alimentar”: sociologias da alimentação, por Jean-Pierre Poulain. **Demetra: Alimentação, Nutrição & Saúde**, [S.l.], v. 10, n. 3, p. 729-738, ago. 2015. ISSN 2238-913X. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/demetra/article/view/15858>. Acesso em: 21 ago. 2021. DOI: <https://doi.org/10.12957/demetra.2015.15858>

GOFF, L. M. *et al.* Associações de ingestão alimentar com risco cardiometabólico em um ambiente multiétnico coorte: uma análise longitudinal dos Determinantes da Adolescência. Estudo de jovens adultos, bem-estar social e saúde (DASH). **British Journal of Nutrition**, 121, p. 1.069-1.079, 2019. DOI: 10.1017/S0007114519000291

GOMES J. P. *et al.* Associação entre comportamento alimentar, consumo de cigarro, drogas e episódios depressivos em adolescentes. **Rev. Nutr.**, Campinas, 23(5), p. 755-762, set./out. 2010.

GOUVEIA F. Indústria de alimentos: no caminho da inovação e de novos produtos. **Inovação Unimep**, n. 2, p. 32-37, 2006.

GRANVILLE-GARCIA, A. *et al.* Alcohol consumption among adolescents: attitudes, behaviors and associated factors. **Cien. Saúde Coletiva [on-line]**, v. 19, n. 1, p. 7-16, 2014. ISSN 1413-8123.

GUEDES, D. P. *et al.* Impacto de fatores sociodemográficos e comportamentais na prevalência de sobrepeso e obesidade de escolares. **Rev. Bras. Cineantropom Desempenho Hum.**, 12(4):221-231, 2010.

HOLLAR, D. *et al.* Efeito de uma intervenção de prevenção de obesidade de dois anos sobre mudanças percentuais no índice de massa corporal e desempenho acadêmico em crianças do ensino fundamental de baixa renda. **American Journal of Public Health** 100, n. 4, p. 646-653, 1º abr. 2010.

HORTA R. L. *et al.* Uso na vida de substâncias ilícitas e fatores associados entre escolares brasileiros. Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE 2012). **Rev. Bras. Epidemiol.**, SUPPL PeNSE, p. 31-45, 2014.

HORTA, R. L. *et al.* Prevalência e condições associadas ao uso de drogas ilícitas na vida: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar 2015. **Rev. Bras. Epidemiol.**, 21, E180007, supl. 1, 2018.

HORTA, R. L. *et al.* Tobacco, alcohol, and drug use by teenagers, Rio Grande do Sul State, Brazil: a gender approach. **Cad. Saúde Pública**, 23(4), p. 775-783, 2007.

HOYLAND, A.; DYE, L.; LAWTON, C. L. Uma revisão sistemática do efeito de desjejum sobre o desempenho cognitivo de crianças e adolescentes. **Nutr Res Rev.**, 22, p. 220-243, 2009.

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar** (PeNSE) 2009. Rio de Janeiro: IBGE, 2009. 144 p.

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar** (PeNSE) 2012. Rio de Janeiro: IBGE, 2013. 254 p.

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar** (PeNSE) 2015. Rio de Janeiro: IBGE, 2016. 126 p.

JACQUES, A. *et al.* The impact of sugar consumption on stress driven, emotional and addictive behaviors. **Neuroscience and Biobehavioral Reviews**, 103, p. 178-199, 2019.

KAMPOV-POLEVOY, A. B. *et al.* Sweet liking, novelty seeking, and gender predict alcoholic status. **Alcohol Clin. Exp. Res.**, 28, p. 1.291-1.298, 2004.

KAUFFMANA, B. Y. *et al.* Insomnia and eating expectancies among college students: the role of emotion dysregulation. **Cogn Behav Ther**, 47(6), p. 470-481, Nov. 2018. DOI: 10.1080/16506073.2018.1466910

KIM, S. Y. *et al.* Hábitos alimentares estão associados à escola. **Medicamento**, v. 95, n. 12, mar. 2016.

KLOTZ-SILVA, J.; PRADO, S. D.; SEIXAS, C. M. A força do "hábito alimentar": 1.065 referências conceituais para o campo da alimentação e nutrição. **Physis Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, 27(4), p. 1.065-1.085, 2017.

KLOTZ-SILVA, J.; PRADO, S. D.; SEIXAS, C. M. Comportamento alimentar no campo da alimentação e nutrição: do que estamos falando? **Physis Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, 26(4), p. 1.103-1.123, 2016.

KRAEMER, F. B. *et al.* O discurso sobre a alimentação saudável como estratégia de biopoder. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, 24 [4], p. 1.337-1.359, 2014.

LARA, B. R.; PAIVA, V. S. F. A dimensão psicossocial na promoção de práticas alimentares saudáveis. **Comunicação Saúde Educação** v. 16, n. 43, p. 1.039-1.054, out./dez. 2012.

LARA, B. R.; PAIVA, V. S. F. A dimensão psicossocial na promoção de práticas alimentares saudáveis. **Interface – Comunic., Saúde, Educ.**, v. 16, n. 43, p. 1.039-1.054, out./dez. 2012.

LAZZERI, G. *et al.* Trends from 2002 to 2010 in Daily Breakfast Consumption and its Socio-Demographic Correlates in Adolescents across 31 Countries Participating in the HBSC Study. **PLoS One**, 11(3), e0151052-e0151052, 2016.

LEGNANI, E. *et al.* Comportamentos de risco à saúde e excesso de peso corporal em escolares de Toledo, Paraná, Brasil. **Motricidade**, v. 8, n. 3, p. 59-70, 2012.

LEONEL, A.; MENASCHE, R. Comida, ato alimentar e outras reflexões consumidas. **Contextos da Alimentação – Revista de Comportamento, Cultura e Sociedade**, v. 5, n. 2, jul. 2017.

LEÔNIDAS, C.; SANTOS M. A. Imagem corporal e hábitos alimentares na anorexia nervosa: uma revisão integrativa da literatura. **Psicol. Refl. Crít.**, 25(3), p. 550-558, 2011.

LEVINE, A. S.; KOTZ, C. M.; GOSNELL, B. A. Sugars: hedonic aspects, neuroregulation, and energy balance. **Am. J. Clin. Nutr.**, Printed in USA, 78, p. 834S-42S, 2003.

LEVY, R. B. *et al.* Consumo e comportamento alimentar entre adolescentes brasileiros: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), 2009. **Ciênc. Saúde Coletiva**, 15, Suppl 2, p. 3.085-3.097, 2010.

LIMA, R. S. *et al.* Alimentação, comida e cultura: o exercício da comensalidade. **Demetra**, 10(3), p. 507-522, 2015.

LONGO-SILVA, G. *et al.* Fatores associados ao consumo regular de alimentos obesogênicos: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar, 2012. **Rev. Nutr.**, Campinas, 29(5):609-633, set./out. 2016.

LOUZADA, M. L. C. *et al.* Alimentos ultraprocessados e perfil nutricional da dieta no Brasil. **Rev. Saúde Pública**, 49(38), 2015.

MAHAN, L. K. **Krause**: alimentos, nutrição e dietoterapia. 12. ed. São Paulo: Elsevier 2010.

MAIA, E. G. *et al.* Padrões alimentares, características sociodemográficas e comportamentais entre adolescentes brasileiros. **Rev. Bras. Epidemiol.**, 21, E180009, supl. 1, 2018.

MALDANER, O. A. **A formação inicial e continuada de professores de química: professores/pesquisadores**. Ijuí, RS: Editora Unijuí, 2000. (Coleção Educação em Química).

MALTA, D. C. *et al.* Família e proteção ao uso de tabaco, álcool e drogas em adolescentes. Pesquisa Nacional de Saúde dos Escolares. **Rev. Bras. Epidemiol.**, 14(1), Supl., p. 166-77, 2011. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S1415-790X2011000500017>

MALTA, D. C. *et al.* Prevalência de fatores de risco e proteção de doenças crônicas não transmissíveis em adolescentes: resultados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), Brasil, 2009. **Ciênc. Saúde Coletiva**, 15(Supl. 2), .p. 3.009-3.019, 2010.

MALTA, D. C. *et al.* Tendência de fumantes na população brasileira segundo a Pesquisa Nacional de Amostra de Domicílios 2008 e a Pesquisa Nacional de Saúde 2013. **Rev. Bras. Epidemiol.**, 18(Suppl 2), p. 45-56, 2015. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/1980-5497201500060005>

MALTA, D. C. *et al.* Uso de substâncias psicoativas, contexto familiar e saúde mental em adolescentes brasileiros, Pesquisa Nacional de Saúde dos Escolares (PeNSE 2012). **Rev.**

Bras. Epidemiol., 17(Suppl 1), p. 46-61, 2014. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/1809-4503201400050005>

MALTA, D. C. Uso de substâncias psicoativas em adolescentes brasileiros e fatores associados: Pesquisa Nacional de Saúde dos Escolares, 2015. **Rev. Bras. Epidemiol.**, 21 Suppl 1, 2018.

MARCHIONI, D. M.; CARVALHO, A. M.; VILLAR, B. S. Dietas sustentáveis e sistemas alimentares: novos desafios da nutrição em saúde pública. **Revista USP São Paulo**, n. 128, p. 61-76, jan./fev./mar. 2021.

MARQUES, R. F. R.; GUTIERREZ, G. L. Contribuições teóricas da obra de Pierre Bourdieu à educação nutricional. In: MENDES, R. T.; VILARTA, R.; GUTIERREZ, G. L. (org.). **Qualidade de vida e cultura alimentar**. Campinas: Ipes, 2009. p. 97-106.

MARTINS, A. P. B. *et al.* Participação crescente de produtos ultraprocessados na dieta brasileira (1987-2009). **Rev. Saúde Pública**, 47(4), p. 656-665, 2013.

MEHLIG, K. *et al.* Children's propensity to consume sugar and fat predicts regular alcohol consumption in adolescence. **Public Health Nutrition**, 21(17), p. 3.202-3.209, 2018.

MENDES, K. D. S.; SILVEIRA R. C. C. P.; GALVÃO, C. M. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde na enfermagem. **Texto Contexto Enfermagem**, Florianópolis, 17(4), p. 758-764, out./dez. 2008.

MINUZZI, T. *et al.* Relação do comportamento do perfil do estilo de vida de escolares com o de seus pais. **Ciência & Saúde Coletiva**, 24(9), p. 3.563-3.570, 2019.

MIQUELEIZ, E. *et al.* Padrão socioeconômico na alimentação não saudável em crianças e adolescentes na Espanha. **Aten. Primário**, 46(8), p. 433-439, 2014.

MONTEIRO, C. A. *et al.* The un Decade of Nutrition, the nova food classification and the trouble with ultra-processing. **Public Health Nutr.**, 21, p. 5-17, 2018.

MOORE, G. F. *et al.* Associations between deprivation, attitudes towards eating breakfast and breakfast eating behaviours in 9- to-11-year-olds. **Public Health Nutri.**, 10(6), p. 582-589, 2007.

MORAES, R.; GALIAZZI, M. C. **Análise textual discursiva**. 3. ed. Ijuí: Editora Unijuí, 2016.

MOREIRA, J. C. *et al.* Contaminação de águas superficiais e de chuva por agrotóxicos em uma região do estado do Mato Grosso. **Ciê. Saúde Colet.**, 17(6), p. 1.557-1.568, 2012.

MOREIRA, R. M. *et al.* Representações sociais de adolescentes sobre qualidade de vida: um estudo de base estrutural. **Ciência & Saúde Coletiva**, 20(1), p. 49-56, 2015.

MORIN, E. **A cabeça bem feita: repensar a reforma, reformar o pensamento**. 8. ed. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2003.

MORIN, E. **Introdução ao pensamento complexo**. 4. ed. Porto Alegre: Sulina, 2011.

MORIN, E. **Meu caminho**: entrevistas com Djénane Kareh Tager. Rio de Janeiro: Bertrand; Brasil, 2010.

MOSS, M. **Sal, açúcar e gordura**: como a indústria alimentícia nos fisgou. Rio de Janeiro: Intrínseca, 2015.

MUNIZ, L. C. *et al.* Prevalência e fatores associados ao consumo de frutas, legumes e verduras entre adolescentes de escolas públicas de Caruaru, PE. **Ciência & Saúde Coletiva**, 18(2), p. 393-404, 2013.

MURRAY, A. J. *et al.* Deterioration of physical performance and cognitive function in rats with short-term high-fat feeding. **Faseb Journal**, 23(12), p. 4.353-4.360, Dec. 2009. DOI: 10.1096/fj.09-139691.

NILSON, E. A. F.; JAIME, P. C.; RESENDE, D. O. Iniciativas desenvolvidas no Brasil para a redução do teor de sódio em alimentos processados. **Rev. Panam Salud Publica**, 34(4), p. 287-292, 2012.

NUNES, A. L.; VASCONCELOS, F. de A. G. de. Transtornos alimentares na visão de meninas adolescentes de Florianópolis: uma abordagem fenomenológica **Ciência & Saúde Coletiva**, 15(2), p. 539-550, 2010.

OLIVEIRA, J. S. *et al.* Erica: uso de telas e consumo de refeições e petiscos por adolescentes brasileiros. **Rev. Saúde Pública**, 50 (supl 1):7s, 2016.

OLIVEIRA, M. S. da S.; SANTOS, L. A. da S. Guias alimentares para a população brasileira: uma análise a partir das dimensões culturais e sociais da alimentação. **Ciência & Saúde Coletiva**, 25(7), p. 2.519-2.528, 2020.

OMS. Organização Mundial da Saúde. **Obesity and overweight fact sheet**. Mar. 2018. Disponível em: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/en/>. Acesso em: 18 mar. 2019.

OMS. Organização Mundial da Saúde: **Classificação de Transtornos Mentais e de Comportamento da CID-10**: Descrições Clínicas e Diretrizes Diagnósticas, 1993.

OMS. Organização Mundial da Saúde. **Update and Revision Committee**: Cumulative official updates to CID-10. Geneva: WHO, 2013.

OMS. Organização Mundial da Saúde. **Mental Health**: New Understanding, New Hope. Genebra, World Health Organization; 2001.

PAIVA, P. C. P. *et al.* Consumo de álcool em binge por adolescentes escolares de 12 anos de idade e sua associação com sexo, condição socioeconômica e consumo de álcool por melhores amigos e familiares. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 20, n. 11, p. 3.427-3.435, nov. 2015.

PARK, S. *et al.* **Fatores associados ao consumo de bebidas adoçadas com açúcar entre alunos do Ensino Médio nos Estados Unidos.** 2011.

PELCHAT, M. L. Of human bondage: food craving, obsession, compulsion, and addiction. **Physiol Behav**, 76, p. 347-352, 2002.

PEREIRA, A. C. S.; MOURA, S. D.; CONSTANT, P. B. L. Alergia alimentar: sistema imunológico e principais alimentos envolvidos. **Ciências Biológicas e da Saúde**, Londrina, v. 29, n. 2, p. 189-200, jul./dez. 2008.

PEREIRA, T. S. *et al.* Influência de intervenções educativas no conhecimento sobre alimentação e nutrição de adolescentes de uma escola pública. **Ciênc. Saúde Colet.**, 22 (2), fev. 2017.

POLLAN, M. **Em defesa da comida.** São Paulo: Intrínseca, 2008.

POLÔNIO, M. L. T.; PERES, F. Consumo de aditivos alimentares e efeitos à saúde: desafios para a saúde pública brasileira. **Cad. Saúde Pública**, 8, p. 1.653-1.666, 2009.

PRADO, M. A.; GODOY, H. T. Teores de corantes artificiais em alimentos determinados por cromatografia líquida de alta eficiência. **Química Nova**, 30, p. 268-273, 2007.

PRADO, S. D. *et al.* Alimentação e nutrição como campo científico autônomo no Brasil. **Rev. Nutr.**, 24(6), p. 927-937, 2011.

REINA, S. A. *et al.* Pressões socioculturais e alimentação do adolescente na ausência de fome. **NIH Public Access**, 2013.

REIS, A. A. C. dos; MALTA, D. C.; FURTADO, L. A. C. Desafios para as políticas públicas voltadas à adolescência e juventude a partir da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE). **Ciência & Saúde Coletiva**, 23(9), p. 2.879-2.890, 2018.

RENTZ-FERNANDES, A. R. *et al.* Autoestima, imagem corporal e depressão de adolescentes em diferentes estados nutricionais. **Revista de Salud Pública**, v. 19(1), fev. 2017.

ROSA, M. A. C. *et al.* Processo de desenvolvimento de um questionário para avaliação de abuso e dependência de açúcar. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, 24(8), p. 1.869-1.876, ago. 2008.

RUZZI-PEREIRA, A. **Prevalência do uso de álcool e outras drogas entre escolares da rede pública de ensino de Uberaba-MG: fatores de risco e de proteção.** 2015. 124 p. Tese (Doutorado) – Universidade de São Paulo, Faculdade de Medicina, Ribeirão Preto, 2015.

SANCHEZ, Z. V. D. M. *et al.* Sexual behavior among high school students in Brazil: alcohol consumption and legal and illegal drug use associated with unprotected sex. **Clinics**, 68(4), p. 489-494, 2003.

SANTOS, L. A. S. O fazer educação alimentar e nutricional: algumas contribuições para reflexão. **Ciênc. Saúde Coletiva**, 17, p. 453-462, 2012.

SÃO PEDRO, N. D.; ARAÚJO, M. da P. N.; FREITAS, M. do C. de. Significados do comer no cotidiano de adolescentes: narrativas de estudantes com excesso de peso de uma instituição federal de Ensino Médio da cidade de Salvador, Bahia. **Demetra**, 11(3), p. 847-861, 2016.

SAWAYA, A. L.; FILGUEIRAS, A. “Abra a felicidade”? Implicações para o vício alimentar. **Rev. Estudos Avançados**, 27(78), 2013.

SCRINIS, G. **Nutricionismo: a ciência e a política do aconselhamento nutricional**. 1. ed. [S.l.]: [s.n.], (2021)

SEIXAS, C. M. *et al.* *Fábrica da nutrição neoliberal: elementos para uma discussão sobre as novas abordagens comportamentais*. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 30(4), e300411, 2020.

SHARMA, S.; FULTON, S. Diet-induced obesity promotes depressive-like behaviour that is associated with neural adaptations in brain reward circuitry. **International Journal of Obesity**, 37, p. 382-389, 2013.

SILVA, D. C. de A. *et al.* Percepção de adolescentes sobre a prática de alimentação saudável. **Ciência & Saúde Coletiva**, 20(11), p. 3.299-3.308, 2015.

SILVA, I.; PAIS-RIBEIRO, J. L.; CARDOSO, H. Porque comemos o que comemos? Determinantes psicossociais da seleção alimentar. **Psic., Saúde & Doença**, 9(2), p. 189-208, 2008.

SILVA, J. R. A. *et al.* A fome e o Direito Humano à Alimentação Adequada (DHAA) em filmes documentários brasileiros. **Rev. Ciências Saúde**, 28(2), p. 205-215, 2017.

SILVA, J. G.; TEIXEIRA, M. L. O.; FERREIRA, M. A. Alimentação na adolescência e as relações com a saúde do adolescente. **Texto Contexto Enferm.**, Florianópolis, 23(4), p. 1.095-1.103, out./dez. 2014.

SILVA, J. M.; SILVEIRA, E. S. **Apresentação de trabalhos acadêmicos: normas e técnicas**. 3. ed. Rio de Janeiro: Vozes, 2007.

SILVEIRA, R. E.; SANTOS, A. S. Contextos de vulnerabilidade entre adolescentes do ensino fundamental de Uberaba/MG. **Enfermagem em Foco**, 3(4), p. 182-185, 2012.

SILVEIRA, J. A. C. A efetividade de intervenções de educação nutricional nas escolas para prevenção e redução do ganho excessivo de peso em crianças e adolescentes: uma revisão sistemática. **J. Pediatr.**, Rio de Janeiro, 87(5), out. 2011.

SOARES, F. R. R. *et al.* Articulando sobre álcool e outras drogas: uma perspectiva acerca da prevenção em estudantes de uma escola pública de Mossoró-RN. **Rev. Extendere**, 5(1), p. 44-56, 2017.

SOUSA, D. S. R.; PEREIRA, P. Perfil dos fatores de risco para doenças crônicas não-transmissíveis em escolares da zona urbana e rural. **Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**, 12(72), p. 38-45, 2018.

SOUSA, J. G. *et al.* Atividade física e hábitos alimentares de adolescentes escolares: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), 2015. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, São Paulo, v. 13, n. 77, p. 87-93, jan./fev. 2019.

SOUSA, S. F. *et al.* Frequência das refeições realizadas por adolescentes brasileiros e hábitos associados: revisão sistemática. **Rev. Paul. Pediatr.**, 38, p. e2018363, 2020.

TARGINO, R.; HAYASIDA, N. Risco e proteção no uso de drogas: revisão da literatura. **Psicologia, Saúde & Doenças**, 19(3), p. 724-742, 2018. ISSN 2182-8407.

TAVARES, B. F.; BÉRIA, J. U.; LIMA, M. S. Prevalência do uso de drogas e desempenho escolar entre adolescentes. **Rev. Saúde Pública**, 35(2), p. 150-158, 2001.

TEIXEIRA, A. S. *et al.* Substituição de refeições por lanches em adolescentes. **Rev. Paul. Pediatr.**, 30(3), p. 330-337, 2012.

TEODORO, D. A. *et al.* Uso de drogas por estudantes do Ensino Médio no interior do Brasil e fatores associados ao uso. **Braz. J. of Develop.**, Curitiba, v. 6, n. 11, p. 93.412-93.428, nov. 2020.

TOLONI, M. H. A.; OLIVEIRA, M. A. A. Fatores associados ao consumo regular de alimentos obesogênicos: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar, 2012. **Rev. Nutr.**, Campinas, 29(5), p. 609-633, set./out. 2016.

TORAL, S.; SLATER, B. Abordagem do modelo transteórico no comportamento alimentar. **Cienc. Saúde Col.**, 12(6), p. 1.641-1.650, 2007.

TRANCOSO, S. C.; CAVALLI, S. B.; PROENÇA, R. P. da C. Café da manhã: caracterização, consumo e importância para a saúde. **Rev. Nutr.**, Campinas, 23(5), p. 859-869, set./out. 2010.

VAZ, D. S. S.; BENNEMANN, R. M. Comportamento alimentar e hábito alimentar: uma revisão. **Revista Uningá**, v. 20, n. 1, p. 108-112, out./dez. 2014.

VENDRAME, A. *et al.* Apreciação de propagandas de cerveja por adolescentes: relações com a exposição prévia às mesmas e o consumo de álcool. **Cad. Saúde Pública**, 25(2), p. 359-365, 2009. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-311X2009000200014>

VIANA, M. R. *et al.* A racionalidade nutricional e sua influência na medicalização da comida no Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, 22(2), p. 447-456, 2017.

VIEIRA, P. C. *et al.* Uso de álcool, tabaco e outras drogas por adolescentes escolares em município do Sul do Brasil. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 24, p. 2.487-2.498, nov. 2008.

VIEIRA, T. P. F. *et al.* Assimetrias regionais. Que diferenças nos estilos de vida e na satisfação com a vida dos adolescentes? Um estudo realizado em alunos do 3º ciclo do Ensino Básico em Portugal. **Ciência & Saúde Coletiva**, 20(1), p. 17-28, 2015.

XAVIER, I. C. de V. M. *et al.* Frequência de consumo de frutas, hortaliças e refrigerantes: estudo comparativo entre adolescentes residentes em área urbana e rural. **Rev. Bras. Epidemiol.**, 17 (02), p. 371-380, abr./jun. 2014.

ZAPPE, J. G.; DAPPER, F. Drogadição na adolescência: família como fator de risco ou proteção. **Revista de Psicologia da Imed**, Passo Fundo, v. 9, n. 1, p. 140-158, jan./jun. 2017.

APÊNDICES**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL – UFRGS
INSTITUTO DE CIÊNCIAS BÁSICAS DA SAÚDE****Programa de Pós-Graduação em Educação em Ciências: Química da Vida e Saúde –
Doutorado****TERMO DE CONFIDENCIALIDADE****Título do projeto: SUBSTÂNCIAS QUE INTERFEREM NOS HÁBITOS ALIMENTARES E NA SAÚDE HUMANA: SENTIDOS E SIGNIFICADOS SOCIOCULTURAIS NO CONTEXTO ESCOLAR****Pesquisador responsável: Aline Bernard****Orientador responsável: Eva Teresinha de Oliveira Boff****Instituição/Departamento: Universidade Federal do Rio Grande do Sul – UFRGS****Telefone para contato: (55)98102-6095****Local da coleta de dados:** Escolas Municipais e Estaduais de Panambi/RS.

Os pesquisadores do presente projeto comprometem-se a preservar a privacidade dos sujeitos cujos dados coletados serão feitos por meio de questionários, gravações em vídeo e/ou áudio e anotações/relatos escritos de encontros com os pesquisados, estando as escolas que participarão da pesquisa cientes desde fato e, por isso, concordam, igualmente, que estas informações serão utilizadas única e exclusivamente para execução do presente projeto.

As informações somente poderão ser divulgadas de forma anônima e serão mantidas pela pesquisadora, Aline Bernard, em seu domínio por um período de cinco anos, sob sua responsabilidade. Após este período, os dados serão destruídos. Declaro entender que é minha a responsabilidade de cuidar da integridade das informações e de garantir a confidencialidade dos dados e a privacidade dos indivíduos que terão suas informações acessadas. Além disso, será minha a responsabilidade de não repassar os dados coletados ou o banco de dados em sua íntegra, ou parte dele, a pessoas não envolvidas na equipe da pesquisa. Por fim, comprometo-me com a guarda, cuidado e utilização das informações apenas para cumprimento dos objetivos previstos nesta pesquisa aqui referida.

Este projeto de pesquisa foi enviado para ser analisado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal do Rio Grande do Sul – UFRGS.

Panambi,dede 2019

Aline Bernard
Pesquisadora Responsável

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL – UFRGS
INSTITUTO DE CIÊNCIAS BÁSICAS DA SAÚDE
Programa de Pós-Graduação em Educação em Ciências: Química da Vida e
Saúde – Doutorado
CARTA DE AUTORIZAÇÃO PARA REALIZAÇÃO DE PESQUISA

Prezado Senhor

Estamos desenvolvendo uma pesquisa cujo título é **“SUBSTÂNCIAS QUE INTERFEREM NOS HÁBITOS ALIMENTARES E NA SAÚDE HUMANA: SENTIDOS E SIGNIFICADOS SOCIOCULTURAIS NO CONTEXTO ESCOLAR”**. Esta pesquisa tem como objetivo analisar criticamente as implicações que o consumo de substâncias alimentares e/ou psicoativas ocasionam na vida escolar, nos hábitos alimentares e na saúde de estudantes de educação básica, considerando o seu meio sociocultural. Trata-se de uma pesquisa de abordagem quantitativa e qualitativa com delineamento descritivo e transversal. A mesma será desenvolvida nas Escolas Municipais e Estaduais de Educação Básica no município de Panambi/RS, que atende, em média, 600 alunos. Os profissionais que trabalham diretamente com estes alunos são, em média, 15 professores. Os instrumentos da pesquisa constarão de gravações em vídeo e/ou áudio, questionários, entrevistas, anotações/relatos e escritos de encontros com os pesquisados.

Assim, vimos por meio deste pedir autorização para realização da pesquisa.

Panambi, de de 2019.

Assinatura e carimbo do responsável pela entidade

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL – UFRGS
INSTITUTO DE CIÊNCIAS BÁSICAS DA SAÚDE
Programa de Pós-Graduação em Educação em Ciências: Química da Vida e
Saúde – Doutorado

TERMO DE CIÊNCIA DA ORIENTADORA

Natureza da pesquisa:

(X) PTe – Projeto de trabalho de conclusão de curso de Doutorado/Pós-Doutorado (Tese)

Eu, **Eva Teresinha de Oliveira Boff**, na condição de professora orientadora, declaro estar ciente do projeto de pesquisa apresentado pela aluna **Aline Bernard**, regularmente matriculada no **Programa de Pós-Graduação em Educação em Ciências: Química da Vida e Saúde – Doutorado** da Instituição **Universidade Federal do Rio Grande do Sul – UFRGS** –, para elaboração do seu trabalho de Tese de Doutorado.

Declaro que o Projeto intitulado **SUBSTÂNCIAS QUE INTERFEREM NOS HÁBITOS ALIMENTARES E NA SAÚDE HUMANA: SENTIDOS E SIGNIFICADOS SOCIOCULTURAIS NO CONTEXTO ESCOLAR**, ora submetido à apreciação ética pelo CEP/UFRGS, está de acordo com a Resolução CNS 466/2012, segue a metodologia científica e atende às exigências normativas da ABNT, bem como o Regulamento da Normalização de Trabalhos Acadêmicos da Instituição proponente.

Panambi, RS, ____ de _____ de 2019

Orientanda

Aline Bernard

Professora Orientadora

Eva Teresinha de Oliveira Boff

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL – UFRGS
INSTITUTO DE CIÊNCIAS BÁSICAS DA SAÚDE
Programa de Pós-Graduação em Educação em Ciências: Química da Vida e
Saúde – Doutorado

TERMO DE ASSENTIMENTO

Você está sendo convidado(a) como voluntário(a) a participar da pesquisa **“SUBSTÂNCIAS QUE INTERFEREM NOS HÁBITOS ALIMENTARES E NA SAÚDE HUMANA: SENTIDOS E SIGNIFICADOS SOCIOCULTURAIS NO CONTEXTO ESCOLAR”**. Neste estudo pretendemos analisar as implicações que o consumo de substâncias alimentares e/ou psicoativas ocasionam na vida escolar, nos hábitos alimentares e na saúde de estudantes de educação básica, considerando o seu meio sociocultural. Para participar deste estudo, o responsável por você autorizou e assinou um Termo de Consentimento.

Eu, _____, fui informado(a) dos objetivos do presente estudo de maneira clara e detalhada e esclareci minhas dúvidas. Sei que a qualquer momento poderei solicitar novas informações e o meu responsável poderá modificar a decisão de participar, se assim o desejar. Tendo o consentimento do meu responsável já assinado, declaro que concordo em participar desse estudo. Recebi uma cópia deste Termo de Assentimento e me foi dada a oportunidade de esclarecer as minhas dúvidas.

Assinatura

Eva Teresinha de Oliveira Boff
CPF 028.091.090-87

Aline Bernard
CPF 027.246.400-71

Data: local/RS, ____/____/____

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL – UFRGS
INSTITUTO DE CIÊNCIAS BÁSICAS DA SAÚDE
Programa de Pós-Graduação em Educação em Ciências: Química da Vida e
Saúde

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (para menores de
18 anos)

Prezado(a) senhor(a): Estamos desenvolvendo esta pesquisa de Doutorado cujo título é **“SUBSTÂNCIAS QUE INTERFEREM NOS HÁBITOS ALIMENTARES E NA SAÚDE HUMANA: SENTIDOS E SIGNIFICADOS SOCIOCULTURAIS NO CONTEXTO ESCOLAR”**.

Neste estudo pretendemos analisar as implicações que o consumo de substâncias alimentares e/ou psicoativas ocasionam na vida escolar, nos hábitos alimentares e na saúde de estudantes de educação básica, considerando o seu meio sociocultural. Os dados coletados para a pesquisa serão questionários, podendo, em um segundo momento, serem realizadas entrevistas gravadas em áudio ou vídeo, bem como anotações e relatos coletados durante as aulas na escola.

Eu, **doutora Eva Teresinha de Oliveira Boff**, orientadora, e a **doutoranda-nutricionista, Aline Bernard**, assumimos a responsabilidade na condução da pesquisa e sobre os dados, os quais serão utilizados apenas para fins científicos vinculados ao presente projeto de pesquisa, podendo ser publicado no meio científico. Nós, pesquisadores, garantimos que as informações obtidas serão utilizadas apenas para fins desta pesquisa, podendo você ter acesso às suas informações e realizar qualquer modificação no seu conteúdo, se julgar necessário.

Seu nome e o material que indique sua participação não serão divulgados. Você não será identificada(o) em qualquer publicação que possa resultar deste estudo. Você tem liberdade para se recusar a participar da pesquisa, ou desistir dela, a qualquer momento, podendo solicitar que suas informações sejam desconsideradas no estudo, sem constrangimento. Mesmo concordando em participar da pesquisa, poderá recusar-se a responder as perguntas ou a quaisquer outros procedimentos. Como sua participação é voluntária e gratuita, está garantido que você não terá qualquer tipo de despesa ou compensação financeira durante o desenvolvimento da pesquisa. A pesquisa não apresenta riscos aos participantes e nem à instituição de ensino. Caso ainda haja dúvidas você poderá pedir esclarecimentos a qualquer uma de nós nos endereços e telefones a seguir:

Se tiver dúvidas entrar em contato com: Eva Teresinha de Oliveira Boff – Rua do Comércio, 3000 – Unijuí – Ijuí/RS – Fone: 3332 0461; ou Aline Bernard – Rua Andrade Neves, nº 410, Centro, Panambi/RS – alinebernard36@yahoo.com.br Fone: 55-981026095.

Eu, _____ (nome do pai, mãe ou responsável),
CPF _____, ciente das informações recebidas, concordo que meu/minha
filho/filha/ _____ participe da pesquisa, autorizando a utilização das
informações por mim concedidas e/ou os resultados alcançados.

Assinatura do aluno participante

Assinatura do pai/mãe e/ou responsável

Eva Teresinha de Oliveira Boff
CPF 028.091.090-87

Aline Bernard
CPF 027.246.400-71

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL – UFRGS
INSTITUTO DE CIÊNCIAS BÁSICAS DA SAÚDE
Programa de Pós-Graduação em Educação em Ciências: Química da Vida e
Saúde
TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (para maiores de
18 anos)

Prezado(a) senhor (a): Estamos desenvolvendo esta pesquisa de Doutorado, cujo título é “**SUBSTÂNCIAS QUE INTERFEREM NOS HÁBITOS ALIMENTARES E NA SAÚDE HUMANA: SENTIDOS E SIGNIFICADOS SOCIOCULTURAIS NO CONTEXTO ESCOLAR**”.

Neste estudo pretendemos analisar as implicações que o consumo de substâncias alimentares e/ou psicoativas ocasionam na vida escolar, nos hábitos alimentares e na saúde de estudantes de educação básica, considerando o seu meio sociocultural. Os dados coletados para a pesquisa serão questionários, podendo, em um segundo momento, serem realizadas entrevistas gravadas em áudio ou vídeo, bem como anotações e relatos coletados durante as aulas na escola.

Eu, **doutora Eva Teresinha de Oliveira Boff**, orientadora, e a **doutoranda-nutricionista, Aline Bernard**, assumimos a responsabilidade na condução da pesquisa e sobre os dados, os quais serão utilizados apenas para fins científicos vinculados ao presente projeto de pesquisa, podendo ser publicado no meio científico. Nós, pesquisadores, garantimos que as informações obtidas serão utilizadas apenas para fins desta pesquisa, podendo você ter acesso às suas informações e realizar qualquer modificação no seu conteúdo, se julgar necessário.

Seu nome e o material que indique sua participação não serão divulgados. Você não será identificada(o) em qualquer publicação que possa resultar deste estudo. Você tem liberdade para se recusar a participar da pesquisa, ou desistir dela, a qualquer momento, podendo solicitar que suas informações sejam desconsideradas no estudo, sem constrangimento. Mesmo concordando em participar da pesquisa, poderá recusar-se a responder as perguntas ou a quaisquer outros procedimentos. Como sua participação é voluntária e gratuita, está garantido que você não terá qualquer tipo de despesa ou compensação financeira durante o desenvolvimento da pesquisa. A pesquisa não apresenta riscos aos participantes e nem à instituição de ensino. Caso ainda haja dúvidas você poderá pedir esclarecimentos a qualquer uma de nós nos endereços e telefones a seguir:

Se tiver dúvidas entrar em contato com: Eva Teresinha de Oliveira Boff – Rua do Comércio, 3000 – Unijuí – Ijuí/RS – Fone: 3332 0461; ou Aline Bernard – Rua Andrade Neves, nº 410, Centro, Panambi/RS – alinebernard36@yahoo.com.br Fone: 55-981026095.

Eu, _____ (nome) CPF _____,
ciente das informações recebidas, concordo em participar da pesquisa, autorizando a
utilização das informações por mim concedidas e/ou os resultados alcançados.

Assinatura do entrevistado (maior de 18 anos)

Eva Teresinha de Oliveira Boff

CPF 028.091.090-87

Aline Bernard

CPF 027.246.400-71

**QUESTIONÁRIO SOBRE OS HÁBITOS E ESTILO DE VIDA DOS
ALUNOS DO ENSINO FUNDAMENTAL DO MUNICÍPIO DE
PANAMBI – RS**

Data: ____ / ____ / ____

Número do questionário: _____

BLOCO A: SOCIODEMOGRÁFICO

1. Nome da escola: _____

2. Seu nome completo: _____

3. Idade (em anos): | | ____ |

MARQUE NO NÚMERO A SUA RESPOSTA

4. Sexo		
Masculino	1	
Feminino	2	

5. Ano que está cursando		
6º ano Fundamental	1	
7º ano Fundamental	2	
8º ano Fundamental	3	
9º ano Fundamental	4	

6. Turma _____

7. Você mora com quem? PODE MARCAR MAIS QUE UMA OPÇÃO		
Pais	1	
Irmãos	2	
Avó/Avô	3	
Outros familiares	4	
Amigos	5	
Outros (descreva) _____	6	

8. Quantas pessoas moram na sua casa (contando com você)? | | ____ |

9. Você trabalhou com remuneração (recebeu dinheiro) nos últimos 6 meses?		
Não trabalhei	1	
Período integral	2	
Período parcial	3	
Esporádico (bicos)	4	
Outro (descreva) _____	5	

10. Qual a renda familiar na sua casa?		
Menos de 1 salário mínimo (menos de R\$ 998,00)	1	
1 a 3 salários mínimos (entre R\$ 998,00 e 2.994,00)	2	
4 salários mínimos ou mais (mais de R\$ 3.992,00)	3	
Não sei	4	

11. Qual é o grau de instrução da sua mãe ou responsável?		
Analfabeto/até 3ª Série Fundamental	1	
Ensino Fundamental incompleto	2	
Ensino Fundamental completo	3	
Ensino Médio incompleto	4	
Ensino Médio completo	5	
Superior completo	6	
Não sei	7	

12. Qual é o grau de instrução do seu pai ou responsável?		
Analfabeto/até 3ª Série Fundamental	1	
Ensino Fundamental incompleto	2	
Fundamental completo	3	
Ensino Médio incompleto	4	
Ensino Médio completo	5	
Superior completo	6	
Não sei	7	

13. Com relação à quantidade de comida que há em sua casa, você diria que:		
Frequentemente não é suficiente	1	
Algumas vezes não é suficiente	2	
Há quantidade suficiente para comer	3	
Há quantidade suficiente para comer, mas com pouca variedade. Ex.: não é sempre que tem frutas e verduras	4	
Sobra comida	5	
Não sabe	6	

14. Sua família recebe bolsa família?		
Sim	1	
Não	2	
Recebia e não recebe mais	3	
Não sei	4	

15. Na casa em que você mora é cultivado algum tipo de alimento?		
Não	1	
Sim, verduras e temperos	2	
Sim, árvores frutíferas	3	
Sim, verduras, temperos e árvores frutíferas	4	
Sim, verduras, temperos, árvores frutíferas e alimentos, como mandioca, batata-doce e outros	5	
Outros (descreva) _____	6	

16. Na casa em que você mora existe o hábito de cozinhar?		
Não	1	
Sim, todos os dias	2	
Sim, na maioria dos dias	3	
Sim, mas apenas em finais de semana	4	
Outros (descreva) _____	5	

BLOCO B: VIDA ESCOLAR

17. Você gosta da escola em que estuda?		
Sim	1	
Não	2	
Mais ou menos	3	

18. Do que mais você gosta na escola em que estuda? PODE MARCAR MAIS DE UMA OPÇÃO		
Recreio	1	
Aulas	2	
Professora	3	
Colegas	4	
Atividade física	5	
Alimentação escolar (merenda)	6	
Outro (descreva) _____	7	

19. Do que menos você gosta na escola em que estuda? PODE MARCAR MAIS DE UMA OPÇÃO		
Recreio	1	
Aulas	2	
Professora	3	
Colegas	4	
Atividade física	5	
Alimentação escolar (merenda)	6	
Outro (descreva) _____	7	

20. Como é o seu desempenho escolar?		
Muito fraco	1	
Fraco	2	
Razoável	3	
Bom	4	
Muito bom	5	
Outro (descreva) _____	6	

21. Você já pegou recuperação em alguma matéria?		
Sim, algumas vezes	1	
Sim, apenas uma vez	2	
Nunca	3	

22. Você já reprovou em algum ano?		
Sim, mais de uma vez	1	
Sim, apenas uma vez	2	
Nunca	3	

23. Durante o período de aula, como se sente?	Sempre	Nunca	Às vezes
Disposto	1	2	3
Cansado	1	2	3
Irritado	1	2	3
Sonolento	1	2	3
Agitado	1	2	3
Outro (descreva) _____	1	2	3

24. Nas aulas você tem dificuldade em?	Sempre	Nunca	Às vezes
Estar quieto no lugar	1	2	3
Concentrar-se	1	2	3
Cumprir as regras	1	2	3
Fazer as atividades	1	2	3
Outro (descreva) _____	1	2	3

25. Qual nota você tira com maior frequência?		
Menos de 50	1	
Entre 50 e 59	2	
Entre 60 e 69	3	
Entre 70 e 79	4	
Entre 80 e 89	5	
Entre 90 e 100	6	

26. Quantos dias você faltou à escola nos últimos 30 dias?		
Vim todos os dias	1	
1 a 3 dias	2	
4 a 8 dias	3	
9 ou mais dias	4	

27. O que você faz, em geral, quando falta as aulas? (Escolha a alternativa mais frequente)		
Não faltou às aulas	1	
Faltou apenas se estiver doente	2	
Brinco com amigos ou outras atividades fora de casa	3	
Estudo em casa	4	
Durmo e/ou Descanso	5	
Faço atividades domésticas	6	
Assisto TV	7	
Trabalho	8	
Não faço nada	9	
Outros (descreva) _____	10	

28. O que mais você faz quando está nos turnos inversos (TURNO CONTRÁRIO) das aulas?		
Estuda, lê livros	1	
Olha TV	2	
Usa o computador	3	
Mexe no celular	4	
Ajuda nas atividades em casa ou trabalha fora	5	
Conversa com a família	6	
Conversa ou encontra os amigos	7	
Outros (descreva) _____	8	

29. Quando você faz uma leitura de um texto de, pelo menos, uma página, o que geralmente acontece?		
Tem dificuldade em concentrar-se	1	
Tem dificuldade em compreender o texto	2	
Quando chega no fim do texto lembra de poucas coisas que leu	3	
Geralmente não tem dificuldades	4	
Outro (descreva) _____	5	

BLOCO C: SAÚDE E ESTILO DE VIDA

30. Você está satisfeito com seu peso corporal?		
Sim	1	
Não, estou gordo(a)	2	
Não, estou magro(a)	3	

31. Em sua família, incluindo você, tem alguém com histórico de alergia a algum alimento?		
Sim	1	
Não	2	
32. Se respondeu sim para a pergunta anterior, escreva qual alimento provoca alergia e qual pessoa da família tem alergia:		

33. Você costuma estar doente?		
Nunca	1	
Raramente	2	
Algumas vezes	3	
Frequentemente	4	
Sempre	5	

Responda às seguintes perguntas a respeito da sua saúde referente ao último mês. MARQUE UMA RESPOSTA POR PERGUNTA					
	Nunca	Rara-mente	Algumas vezes	Frequentemente	Sempre
34. Tem dores de cabeça?	1	2	3	4	5
35. Tem falta de apetite?	1	2	3	4	5
36. Dorme mal?	1	2	3	4	5
37. Tem se sentido triste ultimamente?	1	2	3	4	5
38. Tem dificuldades para concentrar-se para realizar suas atividades diárias?	1	2	3	4	5
39. Tem sensações desagradáveis no estômago?	1	2	3	4	5
40. Você se cansa com facilidade?	1	2	3	4	5
41. Tem constipação (dificuldades em ir aos pés)	1	2	3	4	5
42. Tem tonturas?	1	2	3	4	5
43. Tem algum tipo de alergia?	1	2	3	4	5
44. Tem asma, ou bronquite asmática?	1	2	3	4	5
45. Outro (descreva) _____	1	2	3	4	5

46. Pratica atividade física?		
Não	1	
Sim, na escola	2	
Sim, apenas fora da escola	3	
Sim, na escola e fora da escola	4	

47. Se pratica atividade física diga com qual frequência. CASO NÃO PRATICA NÃO PRECISA RESPONDER ESSA PERGUNTA.		
1 a 2 vezes por semana	1	
3 a 5 vezes por semana	2	
6 a 7 vezes por semana	3	
48. Se pratica atividade física, diga quais atividades são mais frequentes _____		

BLOCO D: HÁBITO ALIMENTAR

49. Você toma café da manhã?		
Nunca	1	
Raramente	2	
Algumas vezes	3	
Frequentemente	4	
Sempre	5	

50. Caso consome alimentos no café da manhã, escreva o que você costuma comer:

51. Você tem o costume de realizar as refeições assistindo TV, mexendo no computador e ou celular?		
Nunca	1	
Raramente	2	
Algumas vezes	3	
Frequentemente	4	
Sempre	5	

52. Você tem o costume de realizar as suas refeições sozinho?		
Nunca	1	
Raramente (1 a 2 vezes no mês)	2	
Algumas vezes (finais de semana)	3	
Frequentemente (4 a 5 dias na semana – contando com o final de semana)	4	
Sempre	5	

53. Na última semana (7 DIAS) com qual frequência você consumiu cada um dos alimentos a seguir? PARA CADA ALIMENTO MARQUE UM X NA OPÇÃO.	Nenhuma vez na semana	1 a 2 vezes na semana	3 a 4 vezes na semana	5 a 7 vezes na semana	<u>Consumiu duas vezes ou mais no dia</u>
Frutas (não considerar suco de frutas)					
Saladas (ex.: alface, rúcula, chuchu, cenoura, tomate, repolho, entre outras)					
Arroz, polenta, macarrão					
Feijão, lentilha					
Batata inglesa, mandioca, batata-doce					
Batata frita, polenta frita, anéis de cebola					
Carne (gado, frango, porco, peixe), ovos					
Leite					
Queijo					
Leite c/ achocolatado					
Pão					
Torrada					
Embutidos (presunto, mortadela, salame, linguiça, salsicha), hambúrguer, empanado					
Bebidas adoçadas (refrigerante, suco artificial de caixinha, lata ou garrafa, suco em pó, xarope de guaraná ou groselha, outros)					
Suco de fruta natural com adição de açúcar					
Suco de fruta natural sem adição de açúcar					
Macarrão instantâneo, salgadinhos de pacotes ou biscoitos salgados					
Biscoito recheado, wafer, doces ou guloseimas (balas, pirulitos, chiclete, gominhas, bolinhos prontos, barra de cereal, cereal matinal)					
Iogurte adoçado (tipo bebida láctea)					
Margarina					
Nata, manteiga					
Salgadinhos fritos					
Pizza, xis, pastel, cachorro-quente					
Chocolate, bombom					
Gelatina, maria mole					
Sorvetes					
Brigadeiro					
Panificados (tortas,ucas, pães doces, bolos, bolachas)					
Energéticos					
Açúcar branco (adicionado em alimentos ou bebidas)					
Café					
Chás					
Outros (descreva) _____					

--	--	--	--	--	--

54. Quais refeições você faz ao longo do dia? MARCAR TODAS AS REFEIÇÕES QUE FAZ		
Café da manhã	1	
Lanche da manhã	2	
Almoço	3	
Lanche da tarde	4	
Jantar	5	
Lanche da noite	6	

55. Na maioria das vezes que você lanchou no colégio você:		
Trouxe o lanche de casa. Escreva pelo menos dois alimentos que geralmente traz _____	1	
Comeu o lanche servido da escola (merenda)	2	
Comprou na cantina ou no mercado. Escreva pelo menos dois itens que geralmente compra _____	3	
Nunca come lanche na escolar	4	
Outros (descreva)	5	

56. Alguma vez na sua vida ingeriu várias vezes alimentos doces, salgados ou frituras para se sentir melhor ou para mudar o seu estado de humor?		
Nunca	1	
Raramente	2	
Algumas vezes	3	
Frequentemente	4	
Sempre	5	

57. Quando começava a ingerir alimentos doces, salgados ou frituras, frequentemente consumia mais do que pretendia?		
Nunca	1	
Raramente	2	
Algumas vezes	3	
Frequentemente	4	
Sempre	5	

58. Tentou, sem conseguir, diminuir ou parar de ingerir alimentos doces, salgados ou frituras?		
Nunca	1	
Raramente	2	
Algumas vezes	3	
Frequentemente	4	
Sempre	5	

59. Continuou ingerindo alimentos doces, salgados ou frituras mesmo sabendo que lhe causavam problemas de saúde?		
Nunca	1	
Raramente	2	
Algumas vezes	3	
Frequentemente	4	
Sempre	5	

60. Quando ingeria menos ou parava de ingerir alimentos doces, salgados ou frituras tinha problemas como tremores, fraqueza, náuseas, suores, dificuldade de dormir ou sentir-se agitado(a), ansioso(a), irritável ou deprimido(a)? Ou você consumia qualquer outra coisa para evitar esses problemas ou para se sentir melhor?		
Nunca	1	
Raramente	2	
Algumas vezes	3	
Frequentemente	4	
Sempre	5	

61. Por várias vezes sentiu-se mal (física ou psicologicamente) após ter ingerindo alimentos doces, salgados ou frituras?		
Nunca	1	
Raramente	2	
Algumas vezes	3	
Frequentemente	4	
Sempre	5	

**BLOCO E: CONSUMO DE SUPLEMENTOS ALIMENTARES, SUBSTÂNCIAS PSICOATIVAS
(ÁLCOOL, CIGARRO E DROGA)**

62. Já tomou algum suplemento alimentar ou remédio com a finalidade de emagrecer, engordar ou aumentar a massa corporal (músculos)?		
Sim	1	
Não	2	
Tomou apenas uma vez	3	

63. Você já consumiu bebida alcoólica?		
Nunca	1	
Sim, mais de 2 vezes na semana	2	
Sim, algumas vezes durante o mês	3	
Apenas uma vez para experimentar	4	

64. Você já consumiu bebida alcoólica com energético?		
Nunca	1	
Sim, mais de 2 vezes na semana	2	
Sim, algumas vezes durante o mês	3	
Apenas uma vez para experimentar	4	

65. Você já fumou cigarro (tabaco)?		
Nunca	1	
Sim, mais de 2 vezes na semana	2	
Sim, algumas vezes durante o mês	3	
Apenas uma vez para experimentar	4	

66. Você já experimentou algum tipo de droga (maconha, cocaína, crack, entre outras)?		
Nunca	1	
Sim, mais de 2 vezes na semana	2	
Sim, algumas vezes durante o mês	3	
Apenas uma vez para experimentar	4	

ARTIGOS DISTRIBUIDOS CONFORME AS CATEGORIAS

CATEGORIA 1: COMPORTAMENTO ALIMENTAR E HÁBITO ALIMENTAR – DIFERENÇAS CONCEITUAIS PARA O CAMPO DA ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO

N	Artigo	Autor	Temática
1	Padrões alimentares, características sociodemográficas e comportamentais entre adolescentes brasileiros	E. G. Maia <i>et al.</i> (2018)	Identificar e analisar os padrões alimentares entre os adolescentes brasileiros.
2	Significados do comer no cotidiano de adolescentes: narrativas de estudantes com excesso de peso de uma instituição federal de ensino médio da cidade de Salvador, Bahia	N. D. São Pedro <i>et al.</i> (2016)	Compreender os significados do comer no cotidiano de adolescentes com excesso de peso
3	Comportamento alimentar no campo da Alimentação e Nutrição: do que estamos falando?	J. Klotz-Silva <i>et al.</i> (2016)	Discutir sobre o hábito alimentar no campo da Alimentação e Nutrição ao propor soluções para agravos à saúde associados a práticas alimentares.
4	A dimensão psicossocial na promoção de práticas alimentares saudáveis	B. R. Lara <i>et al.</i> (2012)	Analisa a abordagem da dimensão psicossocial na promoção de práticas alimentares saudáveis.
5	Transtornos alimentares na visão de meninas adolescentes de Florianópolis: uma abordagem fenomenológica	A. L. Nunes <i>et al.</i> (2010)	Compreender o significado da experiência alimentar vivida por adolescentes do sexo feminino com transtorno alimentar.
6	Comportamento Alimentar E Hábito Alimentar: Uma Revisão	D. S. S. Vaz R. M. Bennemann (2010)	Estudo sobre os conceitos de comportamento alimentar e hábito alimentar
7	Guias alimentares para a população brasileira: uma análise a partir das dimensões culturais e sociais da alimentação	M. S. S. Oliveira L. A. S. Santos (2020)	Analisa as dimensões sociais e culturais da alimentação abordadas nas diretrizes alimentares da segunda edição do Guia Alimentar para a População Brasileira
8	A força do "hábito alimentar": referências conceituais para o campo da Alimentação e Nutrição	J. Klotz-Silva <i>et al.</i> (2017)	Problematizar a categoria hábito alimentar tal como vem sendo empregada no campo da Alimentação e Nutrição.
9	Alimentação, comida e cultura: o exercício da comensalidade	R. S. Lima <i>et al.</i> (2015)	Apresenta uma reflexão conceitual sobre alimentação e cultura.
10	Sobre o campo da Alimentação e Nutrição na perspectiva das teorias compreensivas	M. C. S. Freitas <i>et al.</i> (2011)	Discussão sobre alimentação e nutrição considerando a complexidade das relações que envolvem o comer e a dietética.

**CATEGORIA 2: ESTILO DE VIDA E HÁBITOS INADEQUADOS COMO
FACILITADORES PARA COMPORTAMENTOS DE RISCO AOS AGRAVOS À SAÚDE**

Nº	Título	Autor	Temática
1	Assimetrias regionais. Que diferenças nos estilos de vida e na satisfação com a vida dos adolescentes? Um estudo realizado em alunos do 3º ciclo do Ensino Básico em Portugal	T. P.F Vieira <i>et al.</i> (2015)	Diferenças nos estilos de vida e de satisfação com a vida em estudantes.
2	Comportamentos de risco à saúde e excesso de peso corporal em escolares de Toledo, Paraná, Brasil	E. Legnani <i>et al.</i> (2012)	Proporção de adolescentes expostos aos comportamentos de risco à saúde.
3	Comportamento de risco à saúde de adolescentes escolares	F. N. M. Barbosa <i>et al.</i> (2016)	Descrever os comportamentos de risco à saúde de adolescentes.
4	Fatores associados ao consumo regular de alimentos obesogênicos: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar, 2012	G. Longo-Silva <i>et al.</i> (2016)	Frequência de consumo de alimentos obesogênicos em adolescentes
5	Família e proteção ao uso de tabaco, álcool e drogas em adolescentes, Pesquisa Nacional de Saúde dos Escolares	D. C. Malta <i>et al.</i> (2011)	Associação do consumo de substâncias psicoativas e os fatores de proteção familiar.
6	Uso na vida de substâncias ilícitas e fatores associados entre escolares brasileiros, Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE, 2012)	R. L. Horta <i>et al.</i> (2014)	Prevalência do uso de drogas ilícitas entre estudantes e fatores associados
7	Associação entre comportamento alimentar, consumo de cigarro, drogas e episódios depressivos em adolescentes	J. P. Gomes <i>et al.</i> (2010)	Transtornos alimentares em estudantes, o hábito de fumar, o uso de drogas e episódios depressivos.
8	Autopercepção da imagem corporal e estado nutricional de escolares	C. R. Azambuja <i>et al.</i> (2014)	Insatisfação com a imagem corporal
9	Fatores associados ao comportamento alimentar inadequado em adolescentes escolares	L. S. Fortes <i>et al.</i> (2013)	Insatisfação corporal, exercício físico e estado nutricional
10	Uso de álcool, tabaco e outras drogas por adolescentes escolares em município do Sul do Brasil	P. C. Vieira <i>et al.</i> (2008)	Comportamento dos estudantes em relação a substâncias psicoativas, estado nutricional e aspectos emocionais
11	Comportamentos de risco para transtorno alimentar: fatores associados em adolescentes escolares	L. S. Fortes <i>et al.</i> (2013)	Insatisfação corporal, grau de comprometimento psicológico, estado nutricional e nível econômico
12	Composição e percepção corporal de adolescentes de escolas públicas	A. A. Ferreira <i>et al.</i> (2013)	Composição corporal e autopercepção corporal
13	Autoestima, imagem corporal e depressão de adolescentes em diferentes estados nutricionais	A. R. Rentz-Fernandes <i>et al.</i> (2017)	Autoestima, a imagem corporal e depressão
14	Atividade física e hábitos alimentares de adolescentes escolares: pesquisa nacional de saúde do escolar (PeNSE, 2015)	J. G. Sousa <i>et al.</i> (2019)	Prática de atividade física e o consumo regular de alimentos saudáveis e não saudáveis
15	Relações entre satisfação corporal e psicológica, funcionamento e cognições e comportamentos relacionados ao peso em adolescentes com sobrepeso	T. R. Cromley <i>et al.</i> (2012)	Satisfação corporal e influências nos comportamentos

16	Representações do corpo: com a palavra um grupo de adolescentes de classes populares	P. D. Braga <i>et al.</i> (2010)	Representações sociais do corpo
17	Mídia e comportamento alimentar na adolescência	C. B.. Bitarra <i>et al.</i> (2020)	Relação entre mídia e escolhas alimentares na imagem corporal e transtornos alimentares
18	Doce veneno: uma análise do consumo de bebidas açucaradas por adolescentes	T. R. Balbino <i>et al.</i> (2019)	Influência para a redução do consumo das bebidas açucaradas
19	Consumo e comportamento alimentar entre adolescentes brasileiros: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE, 2009)	R. B. Levy <i>et al.</i> (2010)	Características de consumo e comportamento alimentar de adolescentes
20	Associação transversal entre hábitos alimentares saudáveis e não saudáveis e atividade física de lazer em adolescentes.	R. A. Fernandes <i>et al.</i> (2011)	Associação atividade física de lazer e hábitos alimentares
21	Prevalência e fatores associados ao consumo de frutas, legumes e verduras entre adolescentes de escolas públicas de Caruaru, PE	L. C. Muniz <i>et al.</i> (2013)	Prevalência e fatores associados ao consumo diário de frutas e verduras
22	Consumo de açúcares de adição por adolescentes em estudo de base populacional	M. Braz <i>et al.</i> (2019)	Prevalência de ingestão de açúcares de adição segundo variáveis demográficas e socioeconômicas.
23	Comportamento sedentário e consumo de alimentos ultraprocessados entre adolescentes brasileiros: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE, 2015)	C. S. Costa <i>et al.</i> (2018)	Comportamento sedentário e consumo de alimentos ultraprocessados
24	Fatores associados ao consumo de bebidas adoçadas com açúcar entre alunos do Ensino Médio nos Estados Unidos	S. Park <i>et al.</i> (2012)	Características comportamentais e consumo de bebidas adoçadas

**CATEGORIA 3: REPRESENTAÇÕES SOCIAIS NO CONTEXTO DA ALIMENTAÇÃO E
NUTRIÇÃO NA ADOLESCÊNCIA**

n	Artigo	Autor	Temática
1	Impacto de fatores sociodemográficos e comportamentais na prevalência de sobrepeso e obesidade de escolares	D. P. Guedes <i>et al.</i> (2010)	O estudo analisou o impacto de fatores sociodemográficos e comportamentais na prevalência de sobrepeso e obesidade em escolares.
2	Participação crescente de produtos ultraprocessados na dieta brasileira (1987-2009)	A. P. B. Martins <i>et al.</i> (2013)	Estimar tendências temporais do consumo domiciliar de itens alimentícios no Brasil.
3	Consumo de alimentos ultraprocessados e impacto na dieta de adultos jovens	R. M. Bielemann <i>et al.</i> (2015)	Avaliar o consumo de alimentos ultraprocessados, os fatores associados e a sua influência na ingestão de nutrientes.
4	Hábitos alimentares, atividade física e comportamento sedentário entre escolares brasileiros: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar, 2015	L. Z. Monteiro <i>et al.</i> (2020)	Identificar a prevalência de hábitos alimentares, prática de atividade física e comportamento sedentário em escolares e analisar sua associação com as características sociodemográficas.
5	Significados do comer no cotidiano de adolescentes: narrativas de estudantes com excesso de peso de uma instituição federal de ensino médio da cidade de Salvador, Bahia	N. D. São Pedro <i>et al.</i> (2016)	Compreender os significados do comer no cotidiano de adolescentes com excesso de peso
6	Fatores associados ao consumo regular de alimentos obesogênicos: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar, 2012	G. LONGO-SILVA <i>et al.</i> (2016)	Investigar a frequência de consumo de alimentos obesogênicos entre adolescentes e sua associação com variáveis sociodemográficas, familiares, comportamentais e ambientais.
7	Substituição de refeições por lanches em adolescentes	A. S. Teixeira <i>et al.</i> (2012)	Verificar a prevalência da substituição do almoço e do jantar por lanches em adolescentes e a associação com estado nutricional e sexo, assim como avaliar os alimentos que substituem as refeições.
8	Alimentação na escola e autonomia – desafios e possibilidades	N. V. S. Barbosa <i>et al.</i> (2013)	Evidenciar a alimentação na escola como importante política na promoção da autonomia dos estudantes por meio de uma educação alimentar e nutricional desenvolvida de modo curricular.
9	Preparação da comida da família e seus efeitos na dieta do adolescente: qualidade e padrões alimentares	J. M. Berge <i>et al.</i> (2016)	Descrever o envolvimento dos pais e adolescentes na preparação da alimentação para a família, e examinar se o envolvimento dos adolescentes na preparação de alimentos está relacionada à sua qualidade alimentar.
10	Representações Sociais de adolescentes sobre qualidade de vida: um estudo de base estrutural	R. M. Moreira <i>et al.</i> (2015)	Analisar a estrutura das representações sociais de adolescentes sobre qualidade de vida.
11	Pressões socioculturais e alimentação do adolescente na ausência de fome	S. A. Reina <i>et al.</i> (2013)	Avaliar se as pressões socioculturais são associadas a comer na ausência de fome em adolescentes
12	Influência familiar e capital cultural como indicadores das desigualdades sociais na alimentação do adolescente e comportamentos: uma pesquisa de base populacional	A.S. Fismen <i>et al.</i> (2012)	Avaliar se o capital material e cultural contribuem de forma individual e independente para a formação de hábitos alimentares em adolescentes
13	Padrão socioeconômico na alimentação não saudável em crianças e adolescentes na Espanha	E. Miqueleiz <i>et al.</i> (2014)	Investigar a possível associação de padrões alimentares relacionados à obesidade, e a posição socioeconômica de crianças e adolescentes.

14	Doce veneno: uma análise do consumo de bebidas açucaradas por adolescentes	T. R. Balbino S. I. S. Barboza (2019)	Compreender os fatores de influência para a redução do consumo das bebidas açucaradas
15	Prevalência e fatores associados ao consumo de frutas, legumes e verduras entre adolescentes de escolas públicas de Caruaru, PE	L. C. Muniz <i>et al.</i> (2013)	Avaliou a prevalência e fatores associados ao consumo diário de frutas, legumes e verduras entre adolescentes de escolas públicas
16	Relação do comportamento do perfil do estilo de vida de escolares com o de seus pais	T. Minuzzi <i>et al.</i> (2019)	Identificar a relação do perfil de estilo de vida parental com os estudantes
17	Práticas de saúde, sentidos e significados construídos: instrumentos teóricos para sua interpretação	M. C. V. S. Carvalho M. T. Luz (2009)	Reflexão sobre a dificuldade em interpretar sentidos e significados culturais construídos com base nas práticas de saúde.
18	A pesquisa sobre Alimentação no Brasil: sustentando a autonomia do campo Alimentação e Nutrição	S. D. Prado <i>et al.</i> (2011)	Investir em abordagem crítica e reflexiva acerca da pesquisa brasileira que se dirige à alimentação e nutrição.

CATEGORIA 4: PROMOÇÃO DA SAÚDE NA INTERFACE COM A ALIMENTAÇÃO E
NUTRIÇÃO

N	Artigo	Autor	Temática
1	Oficinas de promoção de saúde com adolescentes: relato de experiência.	J. R. S. Almeida <i>et al.</i> (2011)	Relatar o trabalho de educação em saúde com adolescentes, realizado por meio de oficinas, com vistas à promoção da saúde.
2	Educação Alimentar: Uma Proposta de Redução do Consumo de Aditivos Alimentares	M. Albuquerque <i>et al.</i> (2012)	Reeducação alimentar por meio da redução do consumo de alimentos aditivados.
3	Significados do comer no cotidiano de adolescentes: narrativas de estudantes com excesso de peso de uma instituição federal de ensino médio da cidade de Salvador, Bahia	N. D. São Pedro <i>et al.</i> (2016)	Compreender os significados do comer no cotidiano de adolescentes com excesso de peso.
4	Desafios para as políticas públicas voltadas à adolescência e juventude a partir da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE)	A. A. C. Reis <i>et al.</i> (2018)	Analisar os problemas e desafios para a implementação de políticas públicas voltadas para a adolescência brasileira a partir dos resultados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE).
5	Iniciativas desenvolvidas no Brasil para a redução do teor de sódio em alimentos processados	E. A. F. Nilson <i>et al.</i> (2012)	Construção de estratégias para a redução do teor de sódio em alimentos processados.
6	Programa de educação nutricional em escola de ensino fundamental de zona rural	M. C. F. Boog (2010)	Apresentar métodos e tecnologias de intervenção em educação alimentar e nutricional, tendo como pressuposto teórico a relação homem/ ambiente.
7	Influência de intervenções educativas no conhecimento sobre alimentação e nutrição de adolescentes de uma escola pública	T. S. Pereira <i>et al.</i> (2017)	Identificar o hábito alimentar e avaliar o grau de conhecimento sobre alimentação e nutrição de adolescentes.
8	Promover saúde na escola: reflexões a partir de uma revisão sobre saúde escolar na América Latina	J. P. Casemiro <i>et al.</i> (2014)	Estudo sobre o tema da saúde escolar e reflexão das potencialidades de sua efetivação enquanto política pública.
9	A efetividade de intervenções de educação nutricional nas escolas para prevenção e redução do ganho excessivo de peso em crianças e adolescentes: uma revisão sistemática	J. A. C. Silveira <i>et al.</i> (2011)	Avaliar a efetividade da educação nutricional em escolas na redução ou prevenção de sobrepeso e obesidade em crianças e adolescentes.
10	Modernidade alimentar e consumo de alimentos: contribuições sócio-antropológicas para a pesquisa em nutrição	A. B. Fonseca <i>et al.</i> (2011)	Apresentar o que a modernidade alimentar representa para a sociologia e a antropologia.
11	A culinária como objeto de estudo e de intervenção no campo da Alimentação e Nutrição	R. W. Diez-Garcia I. R. R. Castro (2011)	A culinária é abordada como objeto de estudos alimentares e nutricionais e de intervenções que visem a mudanças alimentares.
12	Percepção de adolescentes sobre a prática de alimentação saudável	D. C. A. Silva <i>et al.</i> (2015)	Analisar a percepção sobre a prática de alimentação saudável de adolescentes em uma escola.