

Julia Walter de Freitas Barboza

Centro Universitário Lusiada – UNILUS

Camila Campos Silveira

Centro Universitário Lusiada – UNILUS

Marcela Moisés Malentachi

Centro Universitário Lusiada – UNILUS

Stephany Risnic Chvaicer

Centro Universitário Lusiada – UNILUS

Bruno do Carmo Fazzolari

Centro Universitário Lusiada – UNILUS

Maria Célia Cunha Ciaccia

Mestrado - FMUSP, Doutorado – FMUSP, Professora
titular da disciplina de Pediatria do Centro Universitário
Lusiada – UNILUS

Vera Esteves Vagnozzi Rullo

Centro Universitário Lusiada - UNILUS

Artigo recebido em julho de 2016 e

aprovado em setembro de 2016.

HÁBITOS ALIMENTARES EM ADOLESCENTES DE ESCOLAS MUNICIPAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL DE SANTOS, SP

RESUMO

Objetivo: Conhecer os hábitos alimentares dos adolescentes de escolas municipais de Santos e verificar se o sexo, o tempo de aleitamento materno e a idade de início em creche foram associados. Métodos: Um estudo transversal em 2015. Foram aplicados 400 questionários aos adolescentes e seus responsáveis. As variáveis foram comparadas através do teste qui-quadrado de tendência. Foi considerado significativo o valor de $p < 0,05$. Resultados: Mais da metade dos adolescentes têm o hábito de consumir carne, frutas frescas, vegetais cozidos, suco de frutas e refrigerante mais de uma vez por semana, e menos da metade, peixe e vegetais crus. O sexo feminino e o tempo de aleitamento materno foram associados ao consumo de frutas frescas. Conclusão: Houve um desequilíbrio na ingestão dos nutrientes dos adolescentes.

Palavras-Chave: Adolescente; Hábito Alimentar; Escola.

EATING HABITS IN TEENAGERS FROM PUBLIC SCHOOLS ELEMENTARY SCHOOL OF SANTOS, SP

ABSTRACT

Objective: to know the feeding habits of teenagers from public schools in Santos and to verify if the sex, the breastfeeding time and age of onset in daycare were associated. Methods: A cross-sectional study in 2015. 400 questionnaires were applied to teens and their responsible. The variables were compared using the Chi-square test for trend. Was considered significant the value of $p < 0.05$. Results: more than half of teens have a habit of consuming meat, fresh fruit, cooked vegetables, fruit juice and soda more than once a week, and less than half, fish and vegetables. The female and the time of breastfeeding have been associated with the consumption of fresh fruit. Conclusion: there was an imbalance in nutrient intake of adolescents.

Keywords: Adolescent; Eating Habit; School.

INTRODUÇÃO

Brasil vem vivenciando uma tendência no aumento da prevalência de sobrepeso e obesidade em crianças e adolescentes¹⁻⁵.

Vários estudos associam esse aumento a um desequilíbrio na ingestão dos nutrientes adequados para a adolescência, favorecendo não somente ao excesso de peso como também, as doenças crônicas^{6,7,8}.

É de suma importância a identificação de padrões alimentares para, assim, poder obter a relação entre dieta e desfechos em saúde^{7,8}. Com o conhecimento dessa relação, pode-se elaborar e implantar estratégias de ações de intervenção para conscientizar os adolescentes sobre a dieta inadequada com desequilíbrio de nutrientes, assim como, implantar ações de prevenção, pois se, ainda, associada ao sedentarismo é um dos principais fatores que predizem a qualidade de vida e de saúde na vida adulta⁹.

Os hábitos alimentares adquiridos na infância e na adolescência tendem a permanecer na vida adulta por isso faz-se necessária a sua identificação nessa população para a implementação de intervenções eficientes.

Pelo comportamento em grupo dos adolescentes, a escola torna-se o local mais apropriado para essa intervenção e implementação de estratégias de ações de educação quanto aos hábitos alimentares, pois é o local onde passam períodos longos diariamente.

Acreditando na eficiência dessas estratégias foi o que nos levou ao nosso objetivo.

OBJETIVO

Conhecer os hábitos alimentares em adolescentes de escolas municipais do ensino fundamental de Santos. Verificar se o sexo, o tempo de aleitamento materno e a idade de início em creche foram fatores associados aos hábitos alimentares.

MÉTODOS

Trata-se de um estudo transversal realizado durante o ano letivo de 2015 em que foram aplicados questionários aos adolescentes e seus responsáveis em escolas municipais de Santos.

A amostra de 400 adolescentes foi obtida por sorteio de 8 escolas municipais do ensino fundamental da cidade de Santos. Após o sorteio das escolas, foram sorteadas as classes e os alunos foram convidados a participar do estudo.

Quanto ao questionário foram solicitados dados sobre o sexo do estudante, idade de início na creche, tempo de aleitamento materno e hábitos alimentares. As idades de início na creche foram dicotomizadas para menor que 3 anos e maior ou igual a 3 anos e, o tempo de aleitamento materno, para menor ou igual a 6 meses e maior que 6 meses. Foram estratificados os hábitos de comer carne, peixe, frutas frescas, vegetais crus e cozidos, suco de frutas naturais e refrigerantes em nunca, 1 vez por mês, menos de uma vez por semana, uma a duas vezes por semana, três a quatro vezes por semana.

Foram excluídos os alunos cujos responsáveis não assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Após a autorização da Secretaria de Saúde e da Educação e pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos do Centro Universitário Lusíada, as escolas foram sorteadas e o projeto apresentado em detalhes aos diretores, pelos acadêmicos de medicina devidamente treinados. Os alunos do ensino fundamental foram convidados a participar do estudo, sendo enviado por eles o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, para serem apresentados e assinados pelos seus responsáveis, assim como os questionários para serem preenchidos para posteriormente serem devolvidos.

Para construir o banco de dados e análise estatística foi utilizado o programa Excel. As variáveis categóricas ordinais foram comparadas através do teste qui-quadrado de tendência. Foi considerado significativo o valor de $p < 0,05$ para todas as análises.

RESULTADOS

Foram avaliados 400 adolescentes sendo 219(54,75%) do sexo feminino e 181(45,25%) do masculino. A faixa etária foi de 10 a 16 anos e a mediana de idade de 12 anos.

Observou-se que 48% dos adolescentes têm o hábito de comer carne três a cinco vezes por semana, 33,5% uma a duas vezes por semana, 12% menos de uma vez por semana, 3,75% uma vez por mês e 2,75% nunca come. Quanto ao hábito de comer peixe, somente 6,5% o fazem três a cinco, 16,75% uma a duas, 33,25% menos de uma vez por semana, 20,5% uma vez por mês e 23% nunca. Dos 400 adolescentes 46,25% comem frutas frescas três a cinco vezes por semana, 23,25% uma a duas, 16,5% menos de uma vez, 5% uma vez por mês e 9% nunca. Tem 28,5% dos adolescentes consumindo vegetais crus três a cinco vezes por semana, 19,75% uma a duas, 16% menos de uma vez, 6,5% uma vez por mês e 29,5% nunca. Já os vegetais cozidos 35,5% deles consomem três a cinco, 25,5% uma a duas, 18,5% menos de uma vez por semana, 4,5% uma vez por mês e 16 % nunca. Quanto ao hábito de tomar suco de fruta natural 48,5% o fazem três a cinco, 22,75% uma a duas, 17,5% menos de uma vez por semana, 4,75% uma vez por mês e 5% nunca. Já os refrigerantes 27,75% dos adolescentes consomem três a cinco, 28,75% uma a duas, 29% menos de uma vez por semana, 8,75% uma vez por mês e 5,75% nunca consomem.

A tabela 1 mostra a relação entre os hábitos alimentares dos adolescentes de acordo com o sexo. Com exceção do hábito de consumir frutas frescas, o qual, o sexo feminino o faz com maior frequência, consumir carne, peixe, vegetais crus ou cozidos, tomar suco de frutas naturais ou refrigerantes não apresenta diferença entre os sexos.

A tabela 2 mostra os hábitos alimentares dos adolescentes de acordo com o tempo de aleitamento materno. Não houve associação com os hábitos alimentares dos adolescentes e o tempo de aleitamento materno, com exceção do consumo de frutas frescas, o qual foi maior nos que amamentaram no seio materno mais que 6 meses.

A tabela 3 mostra a relação entre os hábitos alimentares dos adolescentes com a idade de início na creche. Não houve diferença estatística quanto aos hábitos alimentares e a idade dos adolescentes de início na creche.

DISCUSSÃO

A adolescência sendo uma fase de transformações psicoemocionais e de grandes mudanças físicas, e ainda, com grande valorização da imagem corporal, muitas vezes pode levar a alterações nos hábitos alimentares¹⁰.

A tendência da obesidade adquirida na infância e adolescência é continuar na vida adulta, com isso, podendo levar a um aumento da morbidade e mortalidade e com menor expectativa de vida^{5,11,12}. Além do mais, quanto maior a idade e o excesso de peso vão se tornando cada vês mais difícil conseguir reverter esse excesso devido aos hábitos alimentares já habituais e com as alterações metabólicas já iniciadas¹³. Desta forma, a tomada precoce de medidas para controlar este problema, faz com que o prognóstico seja mais favorável em longo prazo.

Observou-se que a grande maioria dos adolescentes tem o hábito de comer carne mais de uma vez por semana, como é observado também por Silva et al.⁶, em 2009, em escolas públicas de Fortaleza, CE. Por outro lado, o peixe é consumido por menos de 20% dos adolescentes em mais de uma vez por semana. Esperava-se que Santos, por ser uma cidade do litoral paulista, tendo uma maior disponibilidade desse alimento, estivesse presente com maior porcentagem na alimentação dos adolescentes. O consumo pequeno de peixes é observado também por Santos et al.¹⁴, em 2005, na cidade de Teixeira de Freitas, Bahia.

Sabe-se que a qualidade da alimentação sofre várias influências como a preferência individual, influência da família, culturais, políticas, socioeconômicas e, até mesmo, falta de informação^{15,16}.

A maioria dos adolescentes nesse estudo consome frutas frescas ou suco de frutas naturais mais de uma vez por semana e o mesmo não foi encontrado na literatura. Toral et al.¹⁷, observam em 2006, que apenas 12,4% dos adolescentes de duas escolas de São Paulo consomem frutas. Stables et al.¹⁸, como também Leal et al.¹⁹, encontram um baixo consumo de frutas nessa população.

Já os vegetais crus são consumidos por menos da metade deles, porém os vegetais cozidos pouco mais da metade o consomem mais de uma vez por semana. O baixo consumo desse alimento também é encontrado em outros estudos^{14,17,18,19}.

Os refrigerantes são consumidos por mais da metade dos adolescentes por mais de uma vez por semana. Segundo Carmo et al.²⁰, um fator que vem ganhando força na influência dos hábitos alimentares é a

internacionalização das práticas alimentares, devido as mudanças representadas pela incorporação de novos alimentos, preferências, formas de preparo, compra e consumo.

Com exceção das frutas secas que foi consumido mais pelo sexo feminino, todos os outros alimentos não houve associação entre o consumo e o sexo. Gonçalves²¹ também não encontra essa associação, porém em outros estudos o sexo feminino apresenta hábitos alimentares mais saudáveis^{22,23}.

Não houve associação entre o consumo dos alimentos e o tempo de aleitamento materno maior ou menor que seis meses, com exceção de frutas frescas que foi mais consumido pelos adolescentes que tiveram maior tempo de aleitamento. A tendência dos hábitos alimentares adquiridos na infância e na adolescência permanecerem na vida adulta, e tendo o aleitamento materno efeito protetor contra a obesidade³, esperava-se que houvesse uma associação entre o consumo de alimentos saudáveis com o tempo de aleitamento materno, pois a obesidade está relacionada a ingestão de alimentos inadequados^{6,7,8}. Ramos e Stein²⁴, em 2000, referem que a introdução dos alimentos complementares antes dos seis meses de vida interfere no comportamento alimentar do bebê, levando à hábitos alimentares inadequados, e conseqüentemente, tem maior chance de ocorrência de doença crônica na vida adulta. Vieira et al.²⁵, em 2004, referem que as crianças amamentadas apresentaram melhores hábitos no que se refere à época de introdução dos alimentos complementares, quando comparadas com as não-amamentadas.

Em relação com o início da entrada na creche maior ou menor que três anos também não se relacionou com os hábitos alimentares. A creche municipal tendo cardápios alimentares saudáveis elaborados por nutricionistas esperava-se que quanto antes fosse o seu início as crianças adquiririam hábitos alimentares mais saudáveis. Bueno et al.²⁶, em 2003, e Silva et al.²⁷, em 2000, relatam que a creche teve bom impacto sobre o estado nutricional das crianças que a freqüentavam. Fisberg et al.²⁸, em 2004, observam que as crianças que frequentam creches públicas do Município de São Paulo mostram um risco reduzido de obesidade.

Os custos e implicações para os sistemas de políticas de saúde é outro aspecto a ser considerado, pois a relação dos hábitos alimentares com a com a obesidade e suas conseqüências pode ser um fator economicamente relevante²⁹.

São de muita importância a educação e a intervenção nos hábitos alimentares dos adolescentes, com o intuito de atingir a meta de uma alimentação saudável e assim, prevenção de doenças crônicas.

CONCLUSÃO

Houve um desequilíbrio na ingestão dos nutrientes adequados nessa amostra de adolescentes. O sexo feminino e os adolescentes que tiveram tempo de aleitamento materno maior que seis meses apresentaram um consumo maior apenas de frutas frescas. Não houve diferença estatística quanto aos hábitos alimentares e a idade dos adolescentes de início na creche.

REFERÊNCIAS

1. Sotelo YOM, Colugnati FAB, Taddei JAAC. Prevalência de sobrepeso e obesidade entre escolares da rede pública segundo três critérios de diagnóstico antropométrico. *Cad. Saúde Pública* 2004;20(1):233-240.
2. Olivares SC, Albala CB, Garcia FB, Jofré IC. Publicidad televisiva y preferencias alimentarias en escolares de la Región Metropolitana. *Rev Med Chil* 1999; 127:791-9.
3. Balaban G, Silva GAP. Prevalência de sobrepeso e obesidade em crianças e adolescentes de uma escola da rede privada de Recife. *J Pediatr* 2001; 77:96-100.
4. Oliveira FLC, Taddei JAAC, Escrivão MAM, Cobayashi F, Barros E, Vítolo MA, et al. Accuracy of obesity diagnosis in adolescents. *Int J Epidemiol*; no prelo.
5. Must A. Morbidity and mortality associated with elevated body weight in children and adolescents. *Am J Clin Nutr* 1996; 63:445-7.
6. Silva ARV, Damasceno MMC, Marinho NBP, Almeida LS, Araújo MFM, Almeida PC, Almeida IS. Hábitos alimentares de adolescentes de escolas públicas de Fortaleza, CE, Brasil *Rev Bras Enferm*, 2009; 62(1): 18-24.
7. McNaughton AS, Ball K, Mishra GD, Crawford DA. Dietary patterns of adolescents and risk of obesity and hypertension. *J Nutr* 2008; 138(2): 364-70.

8. Kourlaba G, Panagiotakos DB, Mihas K, Alevizos A, Marayiannis K, Mariolis A et al. Dietary patterns in relation to socio-economic and lifestyle characteristics among Greek adolescents: a multivariate analysis. *Public Health Nutr* 2008;12(9):1366-72.
9. Nunes MMA, Figueiroa JN, Alves JGB. Excesso de peso, atividade física e hábitos alimentares entre adolescentes de diferentes classes econômicas em Campina Grande (PB). *Rev Assoc Med Bras*.2007;53:130-4.
10. Neutzling, MB, Araujo, CLP, Vieira, MFA, Hallal, PC. Frequência de consumo de dietas ricas em gordura e pobres em fibras entre adolescentes. *Rev Saúde Pública*. 2007; 41(3):336-42.
11. Must A. Morbidity and mortality associated with elevated body weight in children and adolescents. *Am J Clin Nutr* 1996; 63:445-7.
12. Rossner S. Childhood obesity and adulthood consequences. *Acta Paediatr* 1998; 87:1-5.
13. World Health Organization. Obesity: preventing and managing the global epidemic. Report of the WHO Consultation on Obesity. Geneva: World Health Organization; 1998.
14. Santos JS, Costa MCO, Sobrinho CLN, Silva MCM, Souza KEP, Melo BO. Perfil antropométrico e consumo alimentar de adolescentes de Teixeira de Freitas, Bahia. *Rev Nutr* 2005;18:623-32.
15. Oliveira CC, Costa TMB, Laus MF. Hábitos alimentares e comportamentos inadequados para controle de peso em adolescentes frequentadores de academias de ginástica Adolescência & Saúde 2012; 9(3):47-55.
16. Rodrigues PRM, Pereira RA, Cunha DB, Sichieri R, Ferreira MG, Vilela AAF, Gonçalves-Silva RMV. Fatores associados a padrões alimentares em adolescentes: um estudo de base escolar em Cuiabá, Mato Grosso. *Bras Epidemiol* 2012; 15(3): 662-74
17. Toral N, Slater B, Cintra IP, Fisberg M. Comportamento alimentar de adolescentes em relação ao consumo de frutas e verduras. *Rev Nutr* 2006; 19(3): 331-40
18. Stables GJ, Subar AF, Patterson BH, Dodd K, Heimendinger J, Duyn MAV, et al. Changes in vegetable and fruit consumption and awareness among US adults: results of the 1991 and 1997 5 A day for better health program surveys. *J Am Diet Assoc*. 2002; 102(6):809-17.
19. Leal GVS, Philippi ST, Matsudo I SMM, Toassa EC. Consumo alimentar e padrão de refeições de adolescentes, São Paulo, Brasil. *Rev Bras Epidemiol* 2010; 13(3): 457-67
20. Carmo MB, Toral N, Silva MV, Slater B. Consumo de doces, refrigerantes e bebidas com adição de açúcar entre adolescentes da rede pública de ensino de Piracicaba, São Paulo. *Rev Bras Epidemiol*. 2006;9(1):121-30.
21. Gonçalves I. Hábitos alimentares em adolescentes *Rev Port Clin Geral* 2006;22:163-72
22. Johnson F, Wardle J, Griffith J. The Adolescent Food Habits Checklist: reliability and validity of a measure of healthy eating behaviour in adolescents. *Eur J Clin Nutr* 2002;56 (7): 644-9.
23. Warwick J, McIlveen H, Strugnell C. Food choices of 9-17-year olds in Northern Ireland –influences and challenges. *Nutr Food Science* 1999; 29 (5): 229-38.
24. Ramos M, Stein LM. Desenvolvimento do comportamento alimentar infantil. *J Pediatr*. 2000;76(3):228-37.
25. Vieira GO, Silva LR, Vieira TO, Almeida JAG, Cabral VA. Hábitos alimentares de crianças menores de 1 ano amamentadas e não-amamentadas. *J Pediatr*. 2004;80(5):411-6.
26. Bueno MB, Marchioni DML, Fisberg RM. Evolução nutricional de crianças atendidas em creches públicas no Município de São Paulo, Brasil. *Rev Panam Salud Pública*. 2003; 14(3):165-70.
27. Silva MV, Ometto AMH, Furtuoso COM, Pipitone MAP, Sution GL. Acesso à creche e estado nutricional das crianças brasileira: diferenças regionais, por faixa etária e classe de renda. *Rev Nutr*. 2000;13(3):193-9.
28. Fisberg RM, Marchioni DML, Cardoso MRA. Estado nutricional e fatores associados ao déficit de crescimento de crianças frequentadoras de creches públicas do Município de São Paulo, Brasil. *Cad Saúde Pública*. 2004;20(3):812-7.
29. Kurscheid T, Lauterbach K. The cost implications of obesity for health care and society. *Int J Obes Relat Metab Disord* 1998; 22(1):3S-6S.

ANEXO A – TABELAS

Tabela 1- Hábitos alimentares dos adolescentes de acordo com o sexo.

Hábito alimentar	Sexo		Total N= 400(%)
	Feminino N=219(%)	Masculino N=181(%)	
carne			p= 0,322
Nunca	4(36,36)	7(63,64)	11(100,00)
1x/mês	10(66,67)	5(33,33)	15(100,00)
<1x/semana	24(50,00)	24(50,00)	48(100,00)
1-2x/semana	71(52,98)	63(47,02)	134(100,00)
3-5x/semana	110(57,29)	82(42,71)	192(100,00)
peixe			p=0,333
Nunca	45(48,91)	47(51,09)	92(100,00)
1x/mês	49(59,76)	33(40,24)	82(100,00)
<1x/semana	69(51,88)	64(48,12)	133(100,00)
1-2x/semana	42(62,69)	25(37,31)	67(100,00)
3-5x/semana	14(53,84)	12(46,16)	26(100,00)
Fruta fresca			p=0,034*
Nunca	16(44,44)	20(55,56)	36(100,00)
1x/mês	9(45,00)	11(55,00)	20(100,00)
<1x/semana	34(51,52)	32(48,48)	66(100,00)
1-2x/semana	49(52,69)	44(47,31)	93(100,00)
3-5x/semana	111(60,00)	74(40,00)	185(100,00)
Vegetais crus			p=0,441
Nunca	61(52,14)	56(47,86)	117(100,00)
1x/mês	15(57,69)	11(42,31)	26(100,00)
<1x/semana	35(54,69)	29(45,31)	64(100,00)
1-2x/semana	41(51,90)	38(48,10)	79(100,00)
3-5x/semana	67(58,77)	47(41,23)	114(100,00)
Vegetais cozidos			p=0,853
Nunca	35(54,69)	29(45,31)	64(100,00)
1x/mês	11(61,11)	7(38,89)	18(100,00)
<1x/semana	36(48,65)	38(51,35)	74(100,00)
1-2x/semana	59(57,84)	43(42,16)	102(100,00)
3-5x/semana	78(54,93)	64(45,07)	142(100,00)
Suco de frutas			p=0,118
Nunca	14(53,85)	12(46,15)	26(100,00)
1x/mês	10(52,63)	9(47,37)	19(100,00)
<1x/semana	29(41,43)	41(58,57)	70(100,00)
1-2x/semana	52(57,14)	39(42,86)	91(100,00)
3-5x/semana	114(58,76)	80(41,24)	194(100,00)
Refrigerantes			p=0,941
Nunca	15(65,22)	8(34,78)	23(100,00)
1x/mês	21(60,00)	14(40,00)	35(100,00)
<1x/semana	56(48,28)	60(51,72)	116(100,00)
1-2x/semana	62(53,91)	53(46,09)	115(100,00)
3-5x/semana	65(58,56)	46(41,44)	111(100,00)
Total	219(54,75)	181(45,25)	400(100,00)

Tabela 2- Hábitos alimentares dos adolescentes de acordo com o tempo de aleitamento materno.

Hábito alimentar	Tempo de aleitamento materno		Total N= 400
	≤ 6m N= 130	> 6m N= 270	
carne			
			p=0,941
Nunca	1(9,09)	10(90,91)	11
1x/mês	4(26,67)	11(73,33)	15
<1x/semana	18(37,5)	30(62,5)	48
1-2x/semana	51(38,06)	83(61,94)	134
3-5x/semana	56(29,17)	136(70,83)	192
peixe			
			p=0,735
Nunca	29(31,52)	63(68,48)	92
1x/mês	25(30,49)	57(69,51)	82
<1x/semana	46(34,59)	87(65,41)	133
1-2x/semana	21(31,34)	46(68,66)	67
3-5x/semana	9(34,62)	17(65,38)	26
Fruta fresca			
			p=0,026*
Nunca	14(38,89)	22(61,11)	36
1x/mês	10(50,00)	10(50,00)	20
<1x/semana	24(36,36)	42(63,64)	66
1-2x/semana	32(34,41)	61(65,59)	93
3-5x/semana	50(27,03)	135(72,97)	185
Vegetais crus			
			p=0,278
Nunca	44(37,61)	73(62,39)	117
1x/mês	9(34,62)	17(65,38)	26
<1x/semana	16(25,00)	48(75,00)	64
1-2x/semana	26(32,91)	53(67,09)	79
3-5x/semana	35(30,70)	79(69,30)	114
Vegetais cozidos			
			p=0,291
Nunca	24(37,5)	40(62,5)	64
1x/mês	4(22,22)	14(77,78)	18
<1x/semana	24(32,43)	50(67,57)	74
1-2x/semana	40(39,22)	62(60,78)	102
3-5x/semana	38(26,76)	104(73,24)	142
Suco de frutas			
			p=0,498
Nunca	11(42,31)	15(57,69)	26
1x/mês	6(31,58)	13(68,42)	19
<1x/semana	24(34,29)	46(65,71)	70
1-2x/semana	25(27,47)	66(72,53)	91
3-5x/semana	64(32,99)	130(67,01)	194
Refrigerantes			
			p=0,793
Nunca	7(30,43)	16(69,57)	23
1x/mês	12(34,29)	23(65,71)	35
<1x/semana	35(30,17)	81(69,83)	116
1-2x/semana	40(34,78)	75(65,22)	115
3-5x/semana	36(32,43)	75(67,57)	111
Total	130(32,5)	270(67,5)	400

Tabela 3- Hábitos alimentares dos adolescentes de acordo com a idade de início na creche.

Hábito alimentar	Idade de início na creche		Total N= 400
	< 3 anos N= 163	≥ 3 anos N= 237	
carne			p=0,834
Nunca	3(27,27)	8(72,73)	11(100,00)
1x/mês	8(53,33)	7(46,67)	15(100,00)
<1x/semana	21(43,75)	27(56,25)	48(100,00)
1-2x/semana	54(40,30)	80(59,70)	134(100,00)
3-5x/semana	77(40,10)	115(59,90)	192(100,00)
peixe			p=0,437
Nunca	42(45,65)	50(54,35)	92(100,00)
1x/mês	34(41,46)	48(58,54)	82(100,00)
<1x/semana	50(37,59)	83(62,41)	133(100,00)
1-2x/semana	25(37,31)	42(62,69)	67(100,00)
3-5x/semana	12(46,15)	14(53,85)	26(100,00)
Fruta fresca			p=0,800
Nunca	17(47,22)	19(52,78)	36(100,00)
1x/mês	8(40,00)	12(60,00)	20(100,00)
<1x/semana	24(36,36)	42(63,64)	66(100,00)
1-2x/semana	38(40,86)	55(59,14)	93(100,00)
3-5x/semana	76(41,08)	109(58,92)	185(100,00)
Vegetais crus			p=0,743
Nunca	51(43,59)	66(56,41)	117(100,00)
1x/mês	12(46,15)	14(53,85)	26(100,00)
<1x/semana	20(31,25)	44(68,75)	64(100,00)
1-2x/semana	32(40,51)	47(59,49)	79(100,00)
3-5x/semana	48(42,11)	66(57,89)	114(100,00)
Vegetais cozidos			p=0,437
Nunca	29(45,31)	35(54,69)	64(100,00)
1x/mês	8(44,44)	10(55,56)	18(100,00)
<1x/semana	33(44,59)	41(55,41)	74(100,00)
1-2x/semana	33(32,35)	69(67,65)	102(100,00)
3-5x/semana	60(42,25)	82(57,75)	142(100,00)
Suco de frutas			p=0,383
Nunca	12(46,15)	14(53,85)	26(100,00)
1x/mês	10(52,63)	9(47,37)	19(100,00)
<1x/semana	26(37,14)	44(62,86)	70(100,00)
1-2x/semana	40(43,96)	51(56,04)	91(100,00)
3-5x/semana	75(38,66)	119(61,34)	194(100,00)
Refrigerantes			p=0,836
Nunca	9(39,13)	14(60,87)	23(100,00)
1x/mês	18(51,43)	17(48,57)	35(100,00)
<1x/semana	48(41,38)	68(58,62)	116(100,00)
1-2x/semana	38(33,04)	77(66,96)	115(100,00)
3-5x/semana	50(45,05)	61(54,95)	111(100,00)
Total	130(32,5)	270(67,5)	400(100,00)