

CENTRO UNIVERSITÁRIO – FAG

**ALESSANDRA FIORI
FERNANDA MAGNAGNO
GERCICA DA SILVA KLEIN
GUILHERME MATHEUS KAYSER BREDAS
ISAMIELI RODRIGUES BUZELI
NÁBILA SEFRAN**

**PADRÃO DO CONSUMO ALIMENTAR DE CRIANÇAS, ADULTOS E IDOSOS:
CARACTERIZAÇÃO E ASSOCIAÇÃO COM DETERMINANTES SOCIAIS DA
SAÚDE**

CASCATEL

2017

**CENTRO UNIVERSITÁRIO – FAG
ALESSANDRA FIORI
FERNANDA MAGNAGNO
GERCICA DA SILVA KLEIN
GUILHERME MATHEUS KAYSER BREDAS
ISAMIEL RODRIGUES BUZELI
NÁBILA SEFRAN**

**PADRÃO DO CONSUMO ALIMENTAR DE CRIANÇAS, ADULTOS E IDOSOS:
CARACTERIZAÇÃO E ASSOCIAÇÃO COM DETERMINANTES SOCIAIS DA
SAÚDE**

Trabalho de Conclusão de Curso –
Projeto como requisito para obtenção do
título em bacharelado em Nutrição do
Centro Universitário - FAG.

Professor (a) Orientador (a):Jaciara
Reis Nogueira Garcia

**CASCADEL
2017**

CENTRO UNIVERSITÁRIO - FAG
ALESSANDRA FIORI
FERNANDA MAGNAGNO
GERCICA DA SILVA KLEIN
GUILHERME KAYSER BREDI
ISAMIELI RODRIGUES BUZELI
NÁBILA SEFRIAN

**PADRÃO DO CONSUMO ALIMENTAR DE CRIANÇAS, ADULTOS E IDOSOS:
CARACTERIZAÇÃO E ASSOCIAÇÃO COM DETERMINANTES SOCIAIS DA
SAÚDE**

Trabalho apresentado à disciplina de Tcc- Projeto como requisito parcial para
obtenção de aprovação semestral no Curso de Nutrição Do Centro Universitário
Fundação Assis Gurgacz

BANCA EXAMINADORA

Orientador (a) Prof.: Jaciara Reis Nogueira Garcia

Prof
Banca avaliadora

Prof
Banca avaliadora

CASCADEL
2017

RESUMO

Introdução: Os métodos de avaliação do consumo alimentar vêm evoluindo ao longo do tempo, esta ferramenta importantíssima busca evidenciar os hábitos alimentares dos indivíduos, para assim compreender o vínculo entre a alimentação e a saúde. Os fatores que levam ao interesse sobre essas informações se baseiam em patologias, muitas vezes crônicas não transmissíveis, causadas pelo consumo inadequado ou exageradas de algum modelo dietético. Para obtenção dos dados referente ao consumo, existem diferentes artifícios, o mais usual é o QFA (Questionário de Frequência Alimentar). As informações representam além de o consumo alimentar propriamente dito, levantamentos necessários da ingestão de calorias, carboidratos, proteínas, lipídios, como também, das vitaminas e minerais. **Objetivo:** O estudo tem como principal objetivo a investigação e avaliação do consumo alimentar de indivíduos de diferentes faixas etárias e gêneros, da região do oeste do Paraná, para que se consigam dados precisos do mesmo, a fim de tornar solucionável a prevenção e correção da saúde dos consumidores. **Metodologia:** Investigar como a saúde da população oeste paranaense vem sendo prejudicada por meio dos alimentos consumidos, através de questionários de frequência alimentar; Promover ações de educação nutricional e valorização dos alimentos de procedência natural; Identificar os hábitos alimentares, rotinas, qualidade dos alimentos consumidos, meios de aquisição de alimentos, plantio e colheita; Os questionários aplicados serão tabulados em programas específicos, onde será feita uma estimativa, que revelará resultados importantes para solucionar e definir quais serão as metas e ações necessárias naquela localidade, que busque especificamente melhorar a qualidade vital-nutricional desses colaboradores participantes do presente estudo.

Palavras chaves: Patologias Alimentares; Consumo; SAN; Soberania Alimentar.

SUMÁRIO

CAPÍTULO 1	7
1.1.0 ASSUNTO / TEMA	7
1.2.0 JUSTIFICATIVA	7
1.3.0 FORMULAÇÃO DO PROBLEMA.....	7
1.4.0 FORMULAÇÃO DASHIPÓTESES	7
1.5.0 OBJETIVOS DA PESQUISA.....	7
1.5.1 OBJETIVO GERAL.....	8
1.5.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	8
CAPÍTULO 2	9
2.1.0 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA.....	9
2.1.1 RELAÇÃO ENTRE OS DETERMINANTES SOCIAIS DA SAÚDE E O PADRÃO DE CONSUMO ALIMENTAR	9
2.1.2 PADRÃO DE CONSUMO ALIMENTAR DE DIFERENTES GRUPOS POPULACIONAIS	10
2.1.3 CONSUMO ALIMENTAR DE AGRICULTORES	10
2.1.4 COMPORTAMENTOS ALIMENTARES INADEQUADOS E TRANSTORNOS ALIMENTARES SUSCETÍVEIS EM PRATICANTES DE ATIVIDADE FÍSICA.	11
2.1.3 CRIANÇAS E ADOLESCENTES	13
2.1.4 IDOSOS.....	14
3.1.0 ENCAMINHAMENTOS METODOLÓGICO.....	16
3.1.1 ASPECTOS ÉTICOS DA PESQUISA.....	16
3.1.2 TIPO DE PESQUISA	17
3.1.3 LOCAL DE ESTUDO.....	17
3.2.0 IDENTIFICAÇÕES DO CONSUMO ALIMENTAR DOS UNIVERSITÁRIOS	17
3.2.1 LOCAL E POPULAÇÃO.....	17
3.2.1 PROCEDIMENTO E COLETA DE DADOS	17
3.3.0 ANÁLISE DO CONSUMO ALIMENTAR DE AGRICULTORES	18
3.3.1 LOCAL E POPULAÇÃO.....	18
3.3.2 PROCEDIMENTO E COLETA DE DADOS.....	18
3.4.0 ANÁLISES DO CONSUMO ALIMENTAR DE IDOSOS.....	18
3.4.1 LOCAL E POPULAÇÃO.....	18
3.6.0 AVALIAÇÕES DO CONSUMO ALIMENTAR DE ADOLESCENTES DE ESCOLAS PÚBLICAS	19
3.6.1 LOCAL E POPULAÇÃO.....	20
3.6.2 PROCEDIMENTO E COLETAS DE DADOS.....	20
3.7.0 LOCAL E POPULAÇÃO.....	21
3.7.1 PROCEDIMENTO E COLETAS DE DADOS.....	21
CAPÍTULO 4	22
4.0.0 INFORMAÇÕES OBTIDAS COM A PESQUISA	22
4.1.1 CRITÉRIOS PARA SUSPENSÃO DA PESQUISA	22
4.1.2 TRATAMENTOS DOS DADOS.....	22
4.1.3 ANÁLISE CRÍTICA DE RISCOS	22
4.1.4 PREVISÕES DE INDENIZAÇÃO E RESSARCIMENTO DOS GASTOS	23
4.1.5 ANÁLISES DOS RESULTADOS.....	23
5.0.0 ORÇAMENTO E RECURSOS MATERIAIS.....	23
6.0.0 CRONOGRAMA.....	23

REFERÊNCIAS.....	25
ANEXOS:.....	28
ANEXO 1.....	28
ANEXO 2.....	29
ANEXO 3.....	31
ANEXO 4.....	36
ANEXO 5.....	38
ANEXO 6.....	39
ANEXO 7.....	40
ANEXO 8.....	42
ANEXO 9.....	44
ANEXO 10	45
ANEXO 11.....	46
ANEXO 12.....	48
ANEXO 13	51
ANEXO 14	53
ANEXO 15.....	58
ANEXO 16.....	59
ANEXO 17	60
ANEXO 18	62
ANEXO 19.....	65
ANEXO 20	67
ANEXO 21.....	79
ANEXO 22	80
ANEXO 24.....	81
ANEXO 25.....	82
ANEXO 26	84

CAPÍTULO 1

1.1.0 ASSUNTO / TEMA

Análise da associação entre o padrão de consumo alimentar e os determinantes sociais da saúde (DSS) em diferentes grupos populacionais.

1.2.0 JUSTIFICATIVA

Considera-se que há uma relação entre os fatores sociais, econômicos, culturais, étnico-raciais e comportamentais, o consumo alimentar e a ocorrência de problemas de saúde e seus fatores de risco na população. Assim, a caracterização e a avaliação do padrão do consumo alimentar de populações e a sua associação com os determinantes sociais da saúde (DSS) visam à compreensão sistêmica da realidade da alimentação da população e apresentam uma importante base de dados, para ações estratégicas para a promoção da alimentação adequada e saudável pelos nutricionistas. Portanto, esse projeto visa caracterizar o padrão de consumo alimentar de grupos populacionais com diferentes aspectos e classes sociais, faixas etárias e gêneros para fornecer subsídios para o planejamento e a organização do cuidado nutricional dessa população.

1.3.0 FORMULAÇÃO DO PROBLEMA

“ De que forma o padrão do consumo alimentar está relacionado aos determinantes sociais da saúde (DSS) em diferentes grupos populacionais? ”

1.4.0 FORMULAÇÃO DASHIPÓTESES

H0: O padrão de consumo alimentar está diretamente relacionado aos determinantes sociais da saúde da população.

H1: O padrão de consumo alimentar não está diretamente relacionado aos determinantes sociais da saúde da população.

1.5.0 OBJETIVOS DA PESQUISA

1.5.1 OBJETIVO GERAL

Caracterizar os padrões de consumo alimentar e a associação com os aspectos socioeconômicos culturais, étnicos/raciais e comportamentais da população.

1.5.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Caracterizar os padrões alimentares da população;

Avaliar do consumo de produtos alimentícios industrializados;

Avaliar o consumo de frutas, verduras, legumes;

Verificar o consumo de alimentos orgânicos;

Averiguar o consumo de água potável;

Realizar análise socioeconômica dos grupos populacionais;

Analisar os aspectos culturais associados ao comportamento alimentar;

Identificar os aspectos étnico-raciais da população;

Analisar a relação de o consumo alimentar com os determinantes sociais da saúde do grupo populacional.

CAPÍTULO 2

2.1.0 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1.1 RELAÇÃO ENTRE OS DETERMINANTES SOCIAIS DA SAÚDE E O PADRÃO DE CONSUMO ALIMENTAR.

A OMS (Organização Mundial de Saúde) criou a definição de saúde como “um completo estado de bem-estar mental, físico e social e não apenas ausência de doença”. A saúde não se baseia somente nisto, está ligada aos determinantes sociais de saúde. Esses determinantes são as circunstâncias em que os indivíduos trabalham e vivem (TARLOV, 1996).

Levando em conta as abordagens dos determinantes, para uma melhora da situação de saúde e redução das iniquidades, é preciso que se tenha intervenções coesivas e coordenadas sejam aplicadas nos setores que influenciam nos determinantes sociais. Tendo uma boa saúde vai auxiliar outros privilégios sociais, como: desenvolvimento econômico, aumento da produtividade, preservação do meio ambiente, educação, bem – estar, entre outros (CARVALHO, 2013).

Os fatores comportamentais e o estilo de vida indicam que fortemente se influenciam pelo DDS, pois é muito difícil alterar os comportamentos de risco sem estar afetando a cultura que os influenciam (DAHLGREN *et al.*, 2007).

Dentro desse contexto comportamental e de estilo de vida, inserem-se os hábitos alimentares que podem ser definidos como atos concebidos pelos indivíduos em que os alimentos disponíveis são consumidos, selecionados e utilizados. É importante ressaltar que com o passar dos anos, foram observadas várias mudanças nos hábitos alimentares em diferentes países, isso faz com que a complexidade dos modelos de consumo e dos fatores que os determinam fique evidenciada. Com a rotina acelerada, os consumidores passaram a ter preferência por refeições que possam ser preparadas com rapidez e praticidade, trocando os costumes saudáveis de se alimentar, por alimentos de baixo valor nutritivo (FRANÇA *et al.*, 2016).

Portanto a alimentação é um indicador muito importante de qualidade de vida, pois afeta os indivíduos de diversas maneiras, em virtude da relevância das proteínas, vitaminas, minerais e todos os nutrientes que são necessários para manter os seres humanos vivos. Infelizmente, a

alimentação não está ao alcance de toda a população, pois o consumo está ligado aos preços, disponibilidade de alimentos, renda, e outra série de fatores (MORATOYA *et al.*, 2013).

Assim, o padrão alimentar tem sido utilizado como um fator de estudo em epidemiologia nutricional, porque permitiu superar limitações de impossibilidade de detecção de pequenos efeitos de simples nutrientes, como também de verificar as intercorrelações e as interações entre os nutrientes (BARBOSA, 2012). Afirma-se também que é de extrema relevância conhecer os padrões de consumo da população para que possam ser elaboradas estratégias, propostas e políticas públicas relacionadas ao acesso a alimentação adequada a todos os grupos populacionais.

Embora a transição nutricional e as transformações nos padrões alimentares da tenham ocorrido na população em geral, é perceptível a relação direta da escolha e do consumo de determinados alimentos com determinadas faixas etárias. Por exemplo, conforme (JORGE *et al.*, 2011), alguns estudos sobre a alimentação de adolescentes brasileiros demonstraram uma ingestão insuficiente de hortaliças e frutas, enquanto o consumo de gorduras e açúcares apresentava-se excessivo, identificando uma dieta de alimentos com alta densidade calórica e baixo valor nutricional e carente em fibras (JORGE *et al.*, 2011).

O consumo alimentar é um complexo processo pelo fato de ser determinado pelas escolhas alimentares dos indivíduos, envolvendo também fatores psicológicos e socioculturais. As escolhas estão ligadas ao meio ambiental, personalidade, história, que configura os valores pessoais (ESTIMA *et al.*, 2009). Estas escolhas podem estar relacionadas ao aumento das doenças crônicas não transmissíveis, por este motivo a identificação da agregação familiar de padrões alimentares tem extrema importância (MASSARANI, 2013).

2.1.2 PADRÃO DE CONSUMO ALIMENTAR DE DIFERENTES GRUPOS POPULACIONAIS

2.1.3 CONSUMO ALIMENTAR DE AGRICULTORES

O desenvolvimento agrícola tem gerado consequências no mundo rural, um aspecto pouco enfatizado é o impacto na dieta da agricultura familiar. Em áreas coloniais, a agroindústria caseira, onde se existia sistemas de cultivo e criação, desenvolvimento de produtos de origem vegetal e animal, passaram a ser abandonada e está população começou a depender da aquisição de alimentos no mercado local, levando a uma alimentação simples, onde o consumo alimentar dos agricultores pouco se difere da dieta de regiões de difícil acesso ao

alimento, por questões econômicas, como é o caso das periferias de grandes centros urbanos (BALEM *et al.*, 2002).

Em meio às mudanças ocorridas na produção, instrumentos de trabalho, cultivo de sementes próprias, insumos tradicionais, e outras técnicas tradicionais foram abandonadas e substituídas por inovações de alta tecnologia, como maquinários automáticos, agrotóxicos, e sementes adquiridas no mercado. Porém, os agricultores ainda praticam suas atividades tradicionais, um exemplo disso é a produção para o autoconsumo, como o leite, que se relaciona com a autonomia destas famílias agricultoras (GRISA, 2007).

A grande maioria das famílias consome a própria produção rural, diminuindo 50% com gastos de alimentos e garantindo uma economia excelente, como também, a segurança alimentar (TESCHE, 2011). Sendo assim, alguns princípios da segurança alimentar se tornam preenchidos, como ao de acesso e disponibilidade de alimentos, qualidade e quantidades suficientes (GAZOLLA, 2004).

No estado do Paraná, a agricultura tem grande potencial em diversos setores, os mesmos são responsáveis por cerca de 80% do abastecimento da região, tendo uma produção agrícola variada, destacando-se a produção de soja, milho, leite, mandioca, entre outros. (IBGE, 2006).

Bem como, a fabricação de subprodutos de sua produção, como queijos, embutidos, pães, hortifruti cultura, criação de bicho-da-seda e doces, deixando claro, a preocupação do produtor atual em beneficiar os produtos da propriedade (OLIVEIRA *et al.*, 2012).

A partir dos anos 80 a renda agrária viabilizou a estruturação dos setores urbanos especialmente para as cidades de Toledo, Foz do Iguaçu, Medianeira, Marechal Cândido Rondon e Cascavel. A partir da década de 90, a base econômica da região oeste paranaense passou a ser a agricultura, indústria e serviços. Com influência das cooperativas, possuem uma grande estrutura com a indústria agroalimentar (PIFFER *et al.*, 2010).

2.1.4 COMPORTAMENTOS ALIMENTARES INADEQUADOS E TRANSTORNOS ALIMENTARES SUSCETIVEIS EM PRATICANTES DE ATIVIDADE FISICA.

O modelo de beleza imposto pela sociedade atual relaciona-se a um corpo magro, contudo, é possível considerar aspectos relacionados com a saúde e os diferentes biótipos da população. Esse padrão alterado de beleza motiva um número cada vez maior de mulheres a se sujeitarem a dietas para controle de peso corporal, a excesso de exercícios físicos e ao uso indiscriminado de laxantes, diuréticos e drogas anorexígenas (BEATTY, 1995).

Os diversos comportamentos são vistos como precursores de transtornos do comportamento alimentar (TCAs) – que correspondem a anorexia e bulimia nervosa, no meio dos quais se destaca o transtorno da compulsão alimentar periódica (TCAP). De acordo com a American Psychiatric Association, a grande importância preventiva a detecção das chamadas síndromes parciais dessas doenças, uma vez que, atualmente, estão se desenvolvendo com mais frequência do que as próprias doenças comuns recorrentes na população (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 1994).

No entanto, mulheres jovens, por serem mais frágeis tanto culturalmente, economicamente e socialmente sobre os padrões imposto pela sociedade, se tornam um grupo com grande risco de adquirirem o Transtorno de comportamento Alimentar -TCA (CORDÁS, 1994).

Foi observado por (RUUD, 1996) que na categoria de atletas de diversas modalidades, existe a predominância de anorexia nervosa e bulimia nervosa, porém não há informações suficientes e a importância devida a essas doenças que sobretudo tem tido um grande aumento na frequência dessas doenças alimentares no Brasil. De acordo com pesquisas realizadas o número em porcentagem e de 15% a 62%, referentes a algumas modalidades esportivas (KATCH et al., 1996).

Quando relaciona corpo, imagem e desempenho físico, talvez uma pode se aproximar da outra, quando nos referimos de atletas (ROSEN, 1988), porém este grupo está cada vez mais vulnerável a instalação desses transtornos alimentares, por estarem associados ao controle de peso (TANGJIER, 1991).

Segundo Carvalho, os indivíduos praticantes de atividades físicas que se alimentam normalmente, que não se preocupam com resultados imediatos, esses comportamentos contribuem com a manutenção da saúde e maior desempenho na atividade física (CARVALHO, 2003).

Diante disso, é importante que sejam evitadas as dietas muito restritivas, com drástica diminuição de calorias, onde o corpo pode sofrer fadiga, perda de musculatura, diminuição no desempenho das atividades, dificuldades de recuperação após o exercício, podendo desenvolver alguns riscos para a saúde (VIEBIG, 2006).

Atualmente, existe uma crescente pressão da sociedade e da mídia, pela valorização do corpo padronizado ideal pela sociedade, o que leva jovens e adultos a se alimentarem de forma incorreta, com dietas que não são individualmente ideais. (SERRA, 2001).

De acordo com (MALINAUSKAS, 2006), esse tipo de comportamento alimentar pode ser identificados em jovens universitários do Brasil e dos Estados Unidos.

A extrema preocupação com desempenho físico para realizar bons resultados em competições, esportistas tem gasto boa parte do tempo com treinos que exigem muito esforço. Treinadores e atletas, acreditam que baixo peso está totalmente relacionado com rendimento na atividade imposta pela categoria do esporte. (BAUN, 2006)

Para o controle de perda de peso corporal, muitos atletas desenvolvem atitudes compensatórias, para contribuir no controle e perda de peso corporal, essas atitudes são conhecidas como comportamentos alimentares inadequados, onde o atleta come em excesso e com atitudes compensatórias o mesmo auto induz vômito, faz restrições alimentares, uso de laxativos e diuréticos para perda de peso, utilização de esteroides anabólicos para aumento da musculatura, entre outros (FORTES *et al.*, 2011).

No entanto, a frequência de hábitos alimentares podem ser prejudiciais à saúde, dependendo da modalidade esportiva. Por exemplo, (SCHAAL *et al.*, 2011), evidencia que esportes com divisão por classe de peso corporal, como os de lutas e artes-marciais são modalidades demonstram muitas vezes comportamento alimentares inadequados aos atletas que o praticam. Além disso, existem confirmações de que a insatisfação corporal também é maior nesses esportistas (FILAIRE *et al.*, 2007) (ROUVEIX *et al.*, 2007).

Segundo (WHITE, 2010), a insatisfação corporal atinge diversas categorias de atletas. De acordo com pesquisas literárias os resultados têm se demonstrado questionáveis, porém não se preocuparam em evidenciar resultados por divisão de modalidades. Por isso, alguns autores ressaltam a importância de separar os esportes segundo suas características (FORTES *et al.*, 2011).

Em relação à insatisfação corporal, poucos estudos foram efetuados comparando-a em função de grupos de modalidades esportivas (FORTES *et al.*, 2011). No entanto, a literatura tem sugerido que atletas de esportes com divisão por peso e aparência física, se diferenciam quando comparados aos esportistas de outras modalidades (FORTES *et al.*, 2011).

Portanto, as possíveis variáveis que contribuem com comportamentos alimentares inadequados em adolescentes e jovens, estão relacionados a afetividade, modalidade esportivas e a relação com a idade dos atletas. No entanto, pesquisas literárias afirmam que adolescentes mais velhos costumam apresentar maiores problemas com o comportamento alimentar inadequado (SCHERER *et al.*, 2010).

2.1.3 CRIANÇAS E ADOLESCENTES

Há uma grande preocupação com crianças e adolescente em questão da obesidade que afeta várias partes do mundo, isso já se tornou uma questão de saúde pública. Pode-se dizer que isso é o resultado de uma transição nutricional, relacionada com a ausência de exercícios físicos (BOTELHO *et al.*, 2012).

A fase da adolescência é um intervalo de diversas transformações corporais, psicológicas e sociais, e isso acaba influenciando os hábitos alimentares, sendo assim, deve ter um monitoramento para evitar que esses adolescentes se tornem adultos obesos ou com sobrepeso e acabar desencadeando outras patologias que estão associadas com a obesidade, por exemplo, hipertensão arterial, diabetes tipo II, doenças cardiovasculares, resistência à insulina, colesterol elevado, câncer, entre outras (PINHO *et al.*, 2012).

No entanto, o que se tem observado é que as maiorias dos adolescentes estão trocando refeições importantes, como café da manhã, almoço e janta por lanches calóricos e frituras, e o consumo de frutas, vegetais, e de leguminosas apresentam-se cada vez mais escassos por esses adolescentes. Para fazer avaliação desses adolescentes nas escolas o melhor método é pelo QFA e o IMC, e a partir desses resultados, buscar a melhor maneira para solucionar ou amenizar o problema (ASSIS *et al.*, 2017).

2.1.4 IDOSOS

O hábito alimentar dos idosos interfere diretamente no bem estar a nutrição torna-se particularmente essencial para a boa manutenção de padrões de saúde aceitáveis e capacidade funcional (SILVA *et al.*, 2015).

O consumo alimentar saudável vem para auxiliar nas doenças crônicas que muitos desencadeiam por causa da idade, a atividade física tem uma grande relevância nesse grupo pois o sedentarismo complica ainda mais a saúde do idoso. Poucos estudos brasileiros publicados em literatura científica se concentraram em avaliando a qualidade da dieta dos idosos. Entre os estudos publicados, os autores observou uma associação entre uma qualidade de dieta mais pobre e baixa escolaridade, baixa renda, falta de apetite, dificuldade em comprar e preparar alimentos (VIEBIG *et al.*, 2009), além de fumar, consumo de bebidas açucaradas e álcool (ASSUMPCÃO *et al.*, 2014). Por outro lado, os idosos com aconselhamento nutricional, não fumantes e aqueles que praticam atividade física apresentaram melhor qualidade de dieta (GADENZ *et al.*, 2013) (ASSUNÇÃO *et al.*, 2014).

No entanto, existem poucos estudos com idosos brasileiros que avaliou a ingestão dietética através do índice de alimentação saudável no Brasil.

2.1.5 UNIVERSITÁRIOS

Os estudantes universitários estão sujeitos a sofrerem mudanças em seus hábitos alimentares, pois ao ingressar na universidade adquirem várias responsabilidades que antes não eram deles, alguns é preciso mudar de cidades, saírem de sua casa, começar a fazer a sua própria comida ou talvez fazer sua alimentação em um restaurante qualquer. Muitos estão tendo que conciliar trabalho com estudo e acaba interferindo nesses hábitos alimentares (BORGES, 2004).

Com a inserção dos jovens na universidade, muitos ficam longe das orientações e autoridade de seus pais, fazendo com que alguns tenham dificuldades em providenciar sua própria alimentação, e são influenciados em diversos fatores como: amizades, estresse no ambiente, modismo dietético, omissão de alimentos consumidos, fragilidade psicossocial, consumo de álcool, cigarros, fast foods entre outros (MONTEIRO *et al.*, 2009).

(FEITOSA *et al.*, 2010) em seu estudo relacionou que a má alimentação dos universitários muitas vezes está implicada pelo fato de estarem sozinhos nas refeições, muitos estão afirmando que tendo companhia principalmente nas primeiras refeições do dia interferem muito na escolha desses alimentos. Diversos universitários por não terem companhia, não se sentem motivados a prepararem seu próprio alimento e nem para fazer uma refeição completa em casa, e acabam consumindo qualquer tipo de alimento na própria universidade.

Em outro estudo, realizado por (MARCONDELLI *et al.*, 2008) mostrou-se a avaliação dos hábitos alimentares dos universitários com destaque para o aumento na ingesta de alimentos não saudáveis, e o baixo consumo dos alimentos saudáveis como frutas e verduras. E isso acaba influenciando no desequilíbrio nutricional, como por exemplo na memória, aprendizagem e comportamento do indivíduo.

Portanto, a alimentação é um fator fundamental à prevenção de deficiências nutricionais, o que torna preocupante os hábitos alimentares dos universitários. Sendo assim os hábitos alimentares estão diretamente ligados ao surgimento de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) (BARBOSA *et al.*, 2013).

CAPÍTULO 3

3.1.0 ENCAMINHAMENTOS METODOLÓGICO

O presente estudo será realizado em três municípios do Oeste do Paraná, um com 319.608 habitantes, considerada de grande porte, outro de médio porte com 103.644 habitantes e uma de pequeno porte com 8.277 habitantes (IBGE, 2017). O instrumento que será utilizado para coleta de dados para análise do perfil alimentar será o questionário de frequência alimentar (QFA). Se deu ao método mais utilizado para mensurar o consumo alimentar de crianças e adultos em diversas faixa etárias. Destaca-se, sendo considerado o mais prático e informativo método de avaliação da ingestão dietética, pois, possibilita a classificação de grupos populacionais de acordo com o seu consumo alimentar habitual, a identificação de indivíduos com padrões extremos de consumo e o monitoramento de tendências nos comportamentos alimentares ao longo do tempo. O pesquisador responsável irá aplicar o QFA na forma de questionário sendo enviado através de e-mail para ser respondido e também, pessoalmente.

Após o aval do comitê de ética em pesquisas com seres humanos (CEP)-FAG, serão realizadas as diferentes pesquisas deste trabalho.

3.1.1 ASPECTOS ÉTICOS DA PESQUISA

O presente artigo sendo realizado com seres humanos respeitará as diretrizes e os critérios impostos na Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde (CNS), considerando o respeito e a dignidade humana, utilizando métodos éticos e adequados, zelando pela legitimidade, sigilo e privacidade das informações, como também, a imagem dos participantes. Buscando sempre informações que possam trazer benefícios à sociedade.

Os participantes deverão assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). No caso dos participantes com idade inferior a 18 anos, os pais ou responsáveis devem assinar o TCLE e um Termo de Assentimento para que o menor possa participar da pesquisa.

Quanto às características das populações, a pesquisa terá a utilização de indivíduos de diferentes gêneros, tanto masculino como feminino, de diferentes faixas etárias, inclusive grupos vulneráveis e em condições que apresentam diminuição da autonomia. O número de participantes será baseado em uma estimativa de 120 pessoas, tanto a quantidade de indivíduos quanto suas diferentes características se justificam para possibilidade de resultados mais eficazes, como também na comparação dos grupos e ser amplamente íntegro.

3.1.2 TIPO DE PESQUISA

O projeto de estudo sobre o Padrão do Consumo Alimentar de Crianças, Adultos e Idosos tem como base métodos de pesquisa quantitativa e qualitativa, limitando-se em temporalidade transversal e prospectiva para o alcance dos melhores resultados.

3.1.3 LOCAL DE ESTUDO

O presente trabalho dará início no primeiro semestre de 2018, com crianças, adolescentes, adultos e idosos, de três cidades da região Oeste do Paraná. Serão selecionados para participar desta pesquisa agricultores, estudantes de duas escolas públicas e uma particular, acadêmicos de uma universidade privada, praticantes de atividades físicas de duas academias e idosos de um centro de convivência para a realização do QFA (questionário de frequência alimentar).

Após o aval do comitê de ética em pesquisas com seres humanos (CEP)-FAG, serão realizadas as diferentes pesquisas deste trabalho. Dessa maneira as metodologias referentes a cada pesquisa foram separadas e estão descritas a seguir.

3.2.0 IDENTIFICAÇÕES DO CONSUMO ALIMENTAR DOS UNIVERSITÁRIOS

3.2.1 LOCAL E POPULAÇÃO

A população deste projeto serão universitários, do Centro Universitário Faculdade Assis Gurgacz, localizada na cidade de Cascavel-Pr.

Para a identificação do consumo alimentar serão selecionados 120 indivíduos de ambos os sexos, com idades de 18 a 60 anos que estão devidamente matriculados na faculdade.

3.2.1 PROCEDIMENTO E COLETA DE DADOS

Primeiramente será enviada uma carta de autorização (ANEXO1), para o responsável da faculdade. Será entregue a cada aluno um termo de consentimento (ANEXO 2), para realização da pesquisa e em seguida vai ser entregue o questionário de frequência alimentar (ANEXO3). A coleta de dados e organização dos mesmos será feita por planilhas eletrônicas no software Excel. Após os resultados obtidos, serão confeccionados panfletos alertando a

importância de se ter uma boa alimentação principalmente na vida acadêmica, e distribuídos para os participantes da pesquisa.

3.3.0 ANÁLISE DO CONSUMO ALIMENTAR DE AGRICULTORES

3.3.1 LOCAL E POPULAÇÃO

A população desta pesquisa serão agricultores e famílias rurais produtoras de alimentos, com idades entre 25 a 65 anos, residentes no interior de algumas cidades do oeste do Paraná, tais como Toledo, Tupãssi, Cascavel e Assis Chateaubriand, onde será investigada a produção, venda e o consumo alimentar, fazendo assim, uma comparação para atingir o autoconsumo em relação a fatores econômicos, sustentáveis e ambientais. A escolha dos produtores será pelo método de amostragem probabilística aleatória simples. Poderão participar do presente estudo, agricultores, piscicultores, suinocultores, avicultores, bovinocultores, e pecuaristas em geral. Como também, agrônomos e empresários de silos.

3.3.2 PROCEDIMENTOS E COLETA DE DADOS

Para que tenha progressão à coleta de dados, os colaboradores da pesquisa receberão um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (ANEXO 4), para que estejam cientes de que todas as informações sejam verídicas e com o foco de estudo. Se aceito, será realizada uma visita na propriedade, onde o produtor irá mostrar e explicar sobre suas plantações, criações, vendas, negócios e afins (ANEXO 5). Após isso, será feita uma anamnese e aplicado um QFA (Questionário de Frequência Alimentar) juntamente com outras perguntas relacionadas ao manejo (ANEXO 6), métodos de plantação (orgânicos ou convencionais), irrigação e colheita, para ser avaliada a quantidade produzida para o autoconsumo em comparação com a venda dos produtos para fins lucrativos, como também, a qualidade integral daquela produção, como por exemplo, o uso exagerado de agrotóxicos, habitação dos animais, local, com o foco de averiguar se existe uma segurança alimentar advinda de sua propriedade.

3.4.0 ANÁLISES DO CONSUMO ALIMENTAR DE IDOSOS

3.4.1 LOCAL E POPULAÇÃO

A população desta pesquisa serão idosos do Centro de Convivência Nair Ventorin Gurgacz, localizado na cidade de Cascavel-Pr. A pesquisa envolverá 120 idosos de ambos os gêneros, com idades de 65 a 75 anos.

3.4.2 PROCEDIMENTOS E COLETA DE DADOS

Primeiramente será enviada uma carta de aceite (ANEXO 9), nos locais de pesquisa. Será entregue para cada idoso um TCLE (ANEXO 7). Após o consentimento vai ser realizado um questionário (ANEXO 8), e o idoso que não conseguir interpretar poderá receber auxílio para a realização do mesmo, desde que as respostas não sejam influenciadas pelos ajudantes.

3.5.0 ANÁLISES DO CONSUMO ALIMENTAR DE CRIANÇAS ESCOLARES

3.5.1 LOCAL E POPULAÇÃO

As pessoas envolvidas nesta pesquisa serão alunos dos primeiros e segundos anos da escola Fundação Educacional de Toledo da cidade de Toledo-PR. Para a identificação do consumo alimentar serão selecionados 120 alunos de ambos os sexos da faixa etária entre seis e sete anos.

3.5.2 PROCEDIMENTO E COLETA DE DADOS

Primeiramente será enviado a escola um Termo de Autorização (ANEXO 10), para que se possa fazer a pesquisa na escola. Após serão entregues uma carta de esclarecimento (ANEXO 11) Termos de Consentimento (ANEXO 13) e Assentimento (ANEXO 12) aos responsáveis pela criança para aceitação da pesquisa e uso dos seus dados mesmo que de forma anônima, devido a esta ser de menor. Após aceitação dos responsáveis pelo aluno, será enviado um link com um questionário de frequência alimentar (ANEXO 14), para ser respondido pelos responsáveis. A coleta de dados e organização dos mesmos será feita pela planilha do software Excel e apresentada em forma de gráfico circular.

3.6.0 AVALIAÇÕES DO CONSUMO ALIMENTAR DE ADOLESCENTES DE ESCOLAS PÚBLICAS

3.6.1 LOCAL E POPULAÇÃO

O local de pesquisa será realizado em 2 escolas da cidade de Cascavel- Pr. Para a avaliação do consumo alimentar será selecionado 60 adolescentes de uma determinada escola, e 60 adolescentes de outra, com idades entre 13 e 17 anos, do 8º ao 3º ano do ensino médio de ambos os sexos.

3.6.2 PROCEDIMENTO E COLETAS DE DADOS

Inicialmente, será realizada uma carta de aceite (ANEXO 15 e 16), para a diretoria das escolas. Será entregue uma carta de esclarecimento (ANEXO 17), juntamente com um TCLE (ANEXO 19), e uma carta de assentimento (ANEXO 18), quem aceitar participar da pesquisa deverá trazer assinado pelos pais ou responsáveis. Após será realizada a pesagem dos adolescentes com uma balança digital, os adolescentes deverão estar sem calçados e com roupas leves para não haver interferência no peso. Caso seja necessário o avaliador poderá repetir a pesagem.

Para a medição de altura será utilizado o Estadiômetro, onde os adolescentes deverão estar com roupas leves, sem calçados, e sem adornos na cabeça. O adolescente deverá se posicionar na superfície de uma parede lisa, sem rodapés com os calcanhares encostado na parede, e posicionar a cabeça segundo o plano de Frankfurt. Para avaliar o estado nutricional dos adolescentes será realizado através do Índice de Massa Corporal (IMC).

Será entregue para cada adolescente um questionário com perguntas sobre o dia a dia de cada adolescente em relação a atividades físicas, refeições, entre outras (ANEXO 21). E também será aplicado o Questionário de Frequência Alimentar (QFA) (ANEXO 20), onde cada adolescente levará para casa, e caberá aos pais ou responsáveis o preenchimento do QFA.

Os dados serão organizados em planilhas do Excel e então, analisados estatisticamente e comparados com o questionário de frequência alimentar (QFA) dos adolescentes. Através dos resultados obtidos, será realizado uma dinâmica com os adolescentes em sala de aula, mostrando a importância de uma alimentação saudável. Portanto, será proposto para as escolas e os pais que participaram da pesquisa a construção de hortas, e mostrar a importância dos adolescentes terem esse contato com os alimentos. Também, será realizado palestras nas escolas com os pais e alunos. Após a realização de todos os procedimentos que será aplicado com os adolescentes, será retornado as escolas para fazer uma nova avaliação e verificar se houve mudanças no consumo alimentar dos adolescentes.

3.7.0 LOCAL E POPULAÇÃO

Após a permissão do comitê de ética em pesquisas com seres humanos (CEP)-FAG, o estudo será realizado com 100 frequentadores de 2 diferentes academias de ginástica de Cascavel-PR, de ambos os sexos com idade entre 20 e 50 anos.

3.7.1 PROCEDIMENTO E COLETAS DE DADOS

Será encaminhado a academia o termo de consentimento (ANEXO 22 e 23), logo após assinados pela academia, serão encaminhados aos alunos um termo de consentimento livre (ANEXO 23). Só irão participar da pesquisa aqueles que preencheram voluntariamente o termo.

O estudo que será realizado, trata-se de uma análise de dados feitos através do Questionário de frequência alimentar (ANEXO 20). As aplicações do questionário serão com 100 participantes, todos praticantes de atividades físicas, que deverão analisar e preencher o questionário conforme suas condutas e frequência alimentar, os critérios para avaliar serão a relação do hábito alimentar usual no período de um ano, frequência, unidade de tempo (se por dia, por semana, por mês ou no ano), se o indivíduo faz uso de suplementos, dietas para emagrecer e atividade praticada e frequência de atividade.

CAPÍTULO 4

4.0.0 INFORMAÇÕES OBTIDAS COM A PESQUISA

Todas as informações obtidas serão usadas exclusivamente para fins científicos.

Não será divulgada nenhuma identidade dos participantes da pesquisa. A desistência de qualquer participante poderá acontecer em qualquer momento da realização da mesma.

Todos os materiais e formulários serão guardados por cinco anos e após descartados pelo método de incineração.

4.1.1 CRITÉRIOS PARA SUSPENSÃO DA PESQUISA

O estudo somente será interrompido se não tiver o número necessário de voluntários para participarem da realização do mesmo.

Será de responsabilidade do pesquisador desenvolver os questionários e realizar a aplicação do mesmo.

4.1.2 TRATAMENTOS DOS DADOS

Os achados obtidos na pesquisa serão publicados independentemente do resultado. Os dados e as informações coletadas vão preservar o nome dos participantes, e serão apenas utilizados para o trabalho de pesquisa. A exposição dos dados não será divulgada individualmente, e sim em conjunto.

4.1.3 ANÁLISE CRÍTICA DE RISCOS

Os riscos que eventualmente venham a ocorrer, no que diz respeito à reflexão sobre a sua imagem, uma vez que mensuração do peso e da altura e aplicação de questionários sobre a alimentação, o indivíduo poderá sentir desconforto e serão minimizados com ajuda psicológica.

Os Benefícios que a Segurança Alimentar e Nutricional traz é importante na estratégia que estimula a população, por meio de ações educativas e de comunicação, a adotar hábitos alimentares saudáveis, socializando conhecimento sobre a alimentação e a prevenção dos problemas nutricionais no contexto atual. Entre as ações do Programa, podemos citar as oficinas de educação alimentar; a produção de material didático/educativo adequados às diversas faixas etárias; a formação dos manipuladores de alimentos.

4.1.4 PREVISÕES DE INDENIZAÇÃO E RESSARCIMENTO DOS GASTOS

Os participantes que concordarem em participar desta pesquisa não receberam pela mesma, e caso deixem de participar não irão receber reembolso da pesquisa.

4.1.5 ANÁLISES DOS RESULTADOS

Os resultados obtidos serão coletados e analisados pelo programa, Microsoft Office Excel 2007, que será apresentado posteriormente por tabelas e gráficos.

5.0.0 ORÇAMENTO E RECURSOS MATERIAIS

ITENS	QUANTIDADE	VALOR UNITARIO	VALOR TOTAL
Tonner de Impressão	6	R\$88,00	R\$ 528,00
Folhas Sulfites	6 pacotes de 500 folhas	R\$ 20,00	R\$ 120,00
Caneta Esferográfica	30	R\$ 1,50	R\$ 45,00
Combustível	200 Litros	R\$ 4,00	R\$ 800,00
Pendrive	6	R\$ 25,00	R\$ 150,00
TOTAL			R\$ 1643,00

6.0.0 CRONOGRAMA

ATIVIDADES	NOV 2017	JAN 2018	FEV 2018	MAR 2018	ABR 2018	JUN 2018	JUL 2018
Envio do projeto ao comitê de ética	X						
Introdução do Artigo		X	X	X	X		
Coleta de Dados			X				
Tabulação dos Dados			X	X			
Análise dos Dados				X	X		

Resultado e Discussão					X	X	
Considerações Finais						X	
Finalização do Artigo						X	
Defesa em Banca							X

REFERÊNCIAS

- BALEM *et al.*, *A Erosão Cultural Alimentar: Processo de Insegurança Alimentar na Agricultura Familiar*; Revista Coral; Quevedos – RS, 2002.
- GRISA *et al.*, *A produção ‘pro gasto’ um estudo comparativo do autoconsumo no Rio Grande do Sul*; Revista Desenvolvimento Rural; Porto Alegre- RS, 2007.
- TESCHE *et al.*, *Agroecologia e a conservação do Solo e da Água e a Produção de Alimentos na Agricultura Familiar*; Revista Agroecologia e Desenvolvimento Rural Sustentável; São Miguel Das Missões - RS, 2011.
- OLIVEIRA *et al.*, *Agricultura Familiar Paranaense: Perfil Geral e Principais Problemas*; Revista Anais do 5º Salão de Extensão e Cultura da UNICENTRO; PR , 2012.
- PIFFER *et al.*, *Análise do Desenvolvimento Regional do Oeste Paranaense a partir do Capital Social*; PR, 2010.
- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. *Diagnostic and statistical manual of mental disorder*. American Psychiatric 4. ed., Washington DC: Press, 1994.
- BAUN, A. *Eating disorders in the male athlete*. *Sports Medicine*, 2006.
- SUNDGOT B. J. *et al.*, *Aspects of disorder rediting continuum in elite high-intensity sports*. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 2010.
- CARVALHO T *et al.*, *dietéticas, reposição hídrica, suplementos alimentares e drogas: comprovação de ação ergogênica e potenciais riscos para a saúde*. *Rev. BrasMed Esporte*, 2003
- CORDÁS T. A *et al.*, *Imagem corporal nos transtornos alimentares. Instrumento de avaliação: Body Shape Questionnaire*. *Psiquiatria Biológica*, 1994.
- KATCH F. I. *et al.*, *Nutrição, exercício e saúde*. 4a ed. Rio de Janeiro, RJ: MEDSI; 1996.

MALINAUSKAS B.M *et al.*, ***Dieting practices weight perceptions and body composition: a comparison of normal weight overweight and obese college females***. Nutr. J. 2006.

ROSEN L. W *et al.*, ***Pathogenic weigh control behaviors among female gym nasts***. Phys Sportsmed, 1988.

RUUD JS. ***Nutrition and the female athlete***. New York, NY: CRC Press, 1996.

SCHAAL K *et al.*, ***Psychological balance in high level athletes: Genderbased difference and sport – specific patterns***, 2011.

VIEBIG R. F. *et al.*, ***Recomendações nutricionais para a atividade física e o esporte***. Ver Bras. Ed Física Esporte Lazer Dança, 2006.

ASSIS. M. M. *et al.*, ***Consumo alimentar e síndrome metabólica em adolescentes***. Revista Scientia Medica, 2017.

PINHO L. *et al.*, ***Excesso de peso e consumo alimentar em adolescentes de escolas públicas no norte de Minas Gerais, Brasil***.

BUSS. M. P. *et al.*, ***A Saúde e seus determinantes sociais***. PHYSIS: Rev. Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, 2007.

CARVALHO. I. A. ***Determinantes sociais, econômicos e ambientais da saúde***. In FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ.

BORGES. M. C. ***Hábitos alimentares dos estudantes universitários: Um estudo qualitativo***, 2004.

BUSATO. A. M. *et al.*, ***Ambiente e alimentação saudável: percepções e práticas de estudantes universitários***. Ciências Biológicas e da Saúde, Londrina, v. 36, n. 2, p. 75-84, jul./dez, 2015.

FEITOSA. S. P. E. *et al.*, ***Hábitos alimentares de estudantes de uma universidade pública no nordeste, Brasil***. Alim. Nutr., Araraquara ISSN, 2010.

MONTEIRO. P. R. M. *et al.*, ***Hábito e consumo alimentar de estudantes do sexo feminino dos cursos de Nutrição e de Enfermagem de uma universidade pública brasileira***. Rev. APS, v. 12, n. 3, p. 271-277, jul./set. 2009.

MARCONDELLI, P. *et al.*, ***Nível de atividade física e hábitos alimentares de universitários do 3º ao 5º semestres da área da saúde***. Rev. Nutr., Campinas, v. 21, n. 1, p. 39-47, jan./fev. 2008.

BORGES H.P *et al.*, ***Associação entre Hipertensão Arterial e Excesso de Peso em Adultos, Belém, Pará***. Faculdade de Nutrição São Paulo, SP – Brasil, 2005.

MARTINS *et al.*, ***Consumo Alimentar, Pressão Arterial e Controle Metabólico em Idosos Diabéticos Hipertensos***. SOCERJ Sociedade de Cardiologia do Estado do Rio de Janeiro, 2010.

ANEXOS:

ANEXO 1

AUTORIZAÇÃO DO RESPONSÁVEL PELO CAMPO DE ESTUDO

Título do projeto: PADRÃO DO CONSUMO ALIMENTAR DE CRIANÇAS, ADULTOS E IDOSOS: CARACTERIZAÇÃO E ASSOCIAÇÃO COM DETERMINANTES SOCIAIS DA SAÚDE

Pesquisadora: JACIARA REIS NOGUEIRA GARCIA.

Colaboradora: FERNANDA MAGNAGNO.

Local da pesquisa: CENTRO UNIVERSITÁRIO FAG.

Responsável pelo local de realização da pesquisa: Nanci Rouse Teruel Berto

A pesquisadora acima identificada está autorizada a realizar a pesquisa e coletar dados, preservando as informações referentes aos sujeitos de pesquisa, divulgando-as exclusivamente para fins científicos apenas anonimamente, respeitando todas as normas da Resolução 196/96 e suas complementares.

Cascavel, 07 de Novembro de 2017

NANCI ROUSE TERUEL BERTO

ANEXO 2

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)

Você está sendo convidado (a) a participar de uma pesquisa intitulada: **“PADRÃO DO CONSUMO ALIMENTAR DE CRIANÇAS, ADULTOS E IDOSOS: CARACTERIZAÇÃO E ASSOCIAÇÃO COM DETERMINANTES SOCIAIS DA SAÚDE”**, em virtude de estar inserido na faculdade e sala ao qual estará sendo aplicado a pesquisa, coordenada pelo (a) Professor (a) Jaciara Reis Nogueira Garcia e contará ainda com a Fernanda Magnagnagno.

A sua participação não é obrigatória sendo que, a qualquer momento da pesquisa, você poderá desistir e retirar seu consentimento. Sua recusa não trará nenhum prejuízo para sua relação com o pesquisador e com o Centro Universitário FAG.

Os objetivos desta pesquisa são: Caracterizar os padrões alimentares da população; Avaliar do consumo de produtos alimentícios industrializados; Avaliar o consumo de frutas, verduras, legumes; Verificar o consumo de alimentos orgânicos; Averiguar o consumo de água potável; Realizar análise socioeconômica dos grupos populacionais; Analisar os aspectos culturais associados ao comportamento alimentar; Identificar os aspectos étnico e raciais da população; Analisar a relação do consumo alimentar com os determinantes sociais da saúde do grupo populacional.

Caso você decida aceitar o convite, será submetido (a) ao(s) seguinte(s) procedimentos: Responder ao questionário aplicado. O tempo previsto para a sua participação é de aproximadamente 15 minutos.

Os riscos que eventualmente venham a ocorrer, no que diz respeito à reflexão sobre a sua imagem, uma vez que a aplicação de questionários sobre a alimentação, o indivíduo poderá sentir desconforto.

Os benefícios estão relacionados à Segurança Alimentar e Nutricional, pois é importante na estratégia que estimula a população, por meio de ações educativas e de comunicação, a adotar hábitos alimentares saudáveis, socializando conhecimento sobre a alimentação e a prevenção dos problemas nutricionais.

Os resultados desta pesquisa poderão ser apresentados em seminários, congressos e similares, entretanto, os dados/informações obtidos por meio da sua participação serão confidenciais e sigilosos, não possibilitando sua identificação. A sua

participação bem como a de todas as partes envolvidas será voluntária, não havendo remuneração para tal.

Não haverá nenhum gasto financeiro para o voluntário. Não está previsto indenização por sua participação, mas em qualquer momento se você sofrer algum dano, comprovadamente decorrente desta pesquisa, terá direito à indenização.

Você receberá uma via deste termo onde constam o telefone e o endereço do pesquisador principal, podendo tirar suas dúvidas sobre o projeto e sobre sua participação agora ou em qualquer momento.

Pesquisador Responsável: Jaciara Reis Nogueira Garcia

Endereço: Rua sete de setembro 1618, Jardim La Salle Toledo -PR

Telefone: (45) 999923868

Assinatura _____

Declaro que entendi os objetivos, a forma de minha participação, riscos e benefícios da mesma e aceito o convite para participar. Autorizo a publicação dos resultados da pesquisa, a qual garante o anonimato e o sigilo referente à minha participação.

Nome do participante da pesquisa: _____

Assinatura do participante da pesquisa: _____

O Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos (CEP) é composto por um grupo de pessoas que trabalham para garantir que seus direitos como participante de pesquisa sejam respeitados. Ele tem a obrigação de avaliar se a pesquisa foi planejada e se está sendo executada de forma ética. Se você achar que a pesquisa não está sendo realizada da forma como você imaginou ou que está sendo prejudicado de alguma forma, você pode entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário Assis Gurgacz (CEP-FAG).

Avenida das Torres 500 – Bloco 4 – Bairro FAG

Cascavel-Paraná CEP: 85806-095

Tel.: (45) 3321-3791

Coordenadora: Prof^a. Thayse Dal Molin Alérico

Email: comitedeetica@fag.edu.br

ANEXO 3

QUESTIONÁRIO DE FREQUÊNCIA ALIMENTAR 1

Peso: _____ Altura: _____

CEREAIS QUANTAS VEZES VOCÊ COME? UNIDADES
Arroz integral ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Batata frita ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Paes ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Cereais ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Macarrão ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Aveia ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Mandioca ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Polenta ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
FRUTAS QUANTAS VEZES VOCÊ CONSOME? UNIDADES
Laranja ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Maça ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Banana ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Mamão ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Melancia ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Poncan()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Melão ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Abacaxi ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Abacate ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Uva ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Pêssego ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Morango ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Ameixa ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()

Manga ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Limão ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Kiwi ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
HORTALIÇAS QUANTAS VEZES VOCÊ CONSOME? UNIDADE
Alface ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Tomate ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Abobrinha ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Almeirão ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Beterraba ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Pepino ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Brócolis ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Cenoura ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Couve flor ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
LEITE E DERIVADOS QUANTAS VEZES VOCÊ CONSOME? UNIDADE
Integral ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Desnatado ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Semi desnatado ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
iogurte natural ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
iogurte de frutas ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Queijomussarela()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Queijo prato ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Requeijão ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Nata ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
LEGUMINOSAS QUANTAS VEZES VOCÊ CONSOME? UNIDADE
Feijões ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Lentilha ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Ervilha ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()

Grão de bico ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
CARNES QUANTAS VEZES VOCÊ CONSOME? UNIDADE
Bovina ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Frango ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Suíno ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Mortadela ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Salame ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Hambúrguer ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Salsicha ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Presunto ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Linguiça ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Peixe ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Ovos ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Bacon ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Almondegas ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Peixe ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Empanado ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Molhos e temperos Quantas vezes você come ? Unidade
Sal ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Pimenta do reino ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Maionese ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Óleo ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Azeite ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Vinagre ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Sazon()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Caldo de galinha ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Extrato de tomate ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()

ÓLEOS E GORDURAS QUANTAS VEZES VOCÊ CONSOME? UNIDADE
Óleo de milho ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Azeite de oliva ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Óleo de coco ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Margarina ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Banha ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Óleo de canola ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Óleo de soja ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Manteiga ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
AÇÚCARES QUANTAS VEZES VOCÊ CONSOME? UNIDADE
Açúcar cristal ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Açúcar de baunilha ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Açúcar mascavo ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Mel ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Açúcar refinado ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
INDUSTRIALIZADOS QUANTAS VEZES VOCÊ CONSOME? UNIDADE
Salgadinho Fritos ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Chips ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Sorvete ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Pizza ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Chocolates ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Gomas ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Balas ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Chicletes ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Bolachas recheadas ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
BEBIDAS QUANTAS VEZES VOCÊ CONSOME? UNIDADE
Água ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()

Cervejas ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Suco natural ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Suco de pacotinho ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Refrigerantes ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Chá ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Café ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Suco polpa ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Chimarrão ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()
Chocolate quente ()1 ()2 ()3 () 4 ()6 ()7 ()8 ()9 () 10 Dia () semana () mês () Ano ()

ANEXO 4

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)

Você está sendo convidado (a) a participar de uma pesquisa intitulada: “PADRÃO DO CONSUMO ALIMENTAR DE CRIANÇAS, ADULTOS E IDOSOS: CARACTERIZAÇÃO E ASSOCIAÇÃO COM DETERMINANTES SOCIAIS DA SAÚDE”, em virtude de ser participante do público alvo desta pesquisa, coordenada pelo (a) Professor (a) Jaciara Reis Nogueira Garcia e contará ainda com a Acadêmica Alessandra Fiori.

A sua participação não é obrigatória sendo que, a qualquer momento da pesquisa, você poderá desistir e retirar seu consentimento. Sua recusa não trará nenhum prejuízo para sua relação com o pesquisador.

Os objetivos desta pesquisa são: Caracterizar os padrões alimentares da população; Avaliar do consumo de produtos alimentícios industrializados; Avaliar o consumo de frutas, verduras, legumes; Verificar o consumo de alimentos orgânicos; Averiguar o consumo de água potável; Realizar análise socioeconômica dos grupos populacionais; Analisar os aspectos culturais associados ao comportamento alimentar; Identificar os aspectos étnico e raciais da população; Analisar a relação do consumo alimentar com os determinantes sociais da saúde do grupo populacional.

Caso você decida aceitar o convite, será submetido (a) ao(s) seguinte(s) procedimentos: Responder ao questionário aplicado. O tempo previsto para a sua participação é de aproximadamente 15 minutos.

Os riscos que eventualmente venham a ocorrer, no que diz respeito à reflexão sobre a sua imagem, uma vez que a aplicação de questionários sobre a alimentação, o indivíduo poderá sentir desconforto e será minimizado com ajuda psicológica.

Os benefícios estão relacionados à Segurança Alimentar e Nutricional, pois é importante na estratégia que estimula a população, por meio de ações educativas e de comunicação, a adotar hábitos alimentares saudáveis, socializando conhecimento sobre a alimentação e a prevenção dos problemas nutricionais.

Os resultados desta pesquisa poderão ser apresentados em seminários, congressos e similares, entretanto, os dados/informações obtidos por meio da sua participação serão confidenciais e sigilosos, não possibilitando sua identificação. A sua participação bem como a de todas as partes envolvidas será voluntária, não havendo remuneração para tal.

Não haverá nenhum gasto financeiro para o voluntário. Não está previsto indenização por sua participação, mas em qualquer momento se você sofrer algum dano, comprovadamente decorrente desta pesquisa, terá direito à indenização.

Você receberá uma via deste termo onde constam o telefone e o endereço do pesquisador principal, podendo tirar suas dúvidas sobre o projeto e sobre sua participação agora ou em qualquer momento.

Pesquisador Responsável: Jaciara Reis Nogueira Garcia

Endereço: Rua sete de setembro 1618, Jardim La Salle Toledo -PR

Telefone: (45) 999923868

Assinatura_____

Declaro que entendi os objetivos, a forma de minha participação, riscos e benefícios da mesma e aceito o convite para participar. Autorizo a publicação dos resultados da pesquisa, a qual garante o anonimato e o sigilo referente à minha participação.

Nome do participante da pesquisa: _____

Assinatura do participante da pesquisa: _____

O Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos (CEP) é composto por um grupo de pessoas que trabalham para garantir que seus direitos como participante de pesquisa sejam respeitados. Ele tem a obrigação de avaliar se a pesquisa foi planejada e se está sendo executada de forma ética. Se você achar que a pesquisa não está sendo realizada da forma como você imaginou ou que está sendo prejudicado de alguma forma, você pode entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário Assis Gurgacz (CEP-FAG).

Avenida das Torres 500 – Bloco 4 – Bairro FAG

Cascavel-Paraná CEP: 85806-095

Tel.: (45) 3321-3791

Coordenadora: Prof^a. Thayse Dal Molin Alérico

Email: comitedeetica@fag.edu.br

ANEXO 5

QUESTIONÁRIO/ENTREVISTA

Profissão:

1. Quais suas produções e/ou criações na propriedade? Elas são realizadas para venda ou para o autoconsumo?
3. Em sua propriedade existem hortas, pomares ou algum tipo de plantação?
4. Qual o tipo de irrigação utilizada?
5. Utiliza insumos químicos nas plantações? Com que frequência?
6. Como os animais são alimentados? Qual o tipo de ração?
7. Como os animais são sacrificados?
8. Como é feito o armazenamento dos alimentos? (Ex: leite em litros no refrigerador)
9. Tem produção de subprodutos? (Ex: derivados do leite: queijo, doce de leite ou derivados da carne: salame, torresmo, banha)
10. Em média, qual a porcentagem de economia que consegue adquirir consumindo seus produtos em vez de comprá-los? E com a venda?
11. Para você o que é ter uma segurança alimentar?
12. Você já deixou de consumir para poder vender?
13. De onde vêm os alimentos consumidos em suas refeições?
14. Onde é feita e por quem as refeições em períodos de safra?
15. Como é composta essa refeição?
16. Qual a importância de plantar o que come?
17. Que tipos de alimentos são comprados e que tipos são adquiridos na propriedade?
18. Quantas refeições faz por dia?
19. Possui alguma alergia alimentar?
20. Possui alguma patologia? (Diabetes, Hipertensão, Hipercolesterolemia, etc)

ANEXO 6

QFA (QUESTIONÁRIO DE FREQUÊNCIA ALIMENTAR) 2

1. Com que frequência consome hortaliças?

☐ Todos os dias ☐ 3 vezes por semana ☐ 1 vez por semana ☐ nunca

2. Com que frequência consome frutas?

☐ Todos os dias ☐ 3 vezes por semana ☐ 1 vez por semana ☐ nunca

3. Com que frequência consome arroz, batatas, pães, bolachas, bolos?

☐ todos os dias ☐ 3 vezes por semana ☐ 1 vez por semana ☐ nunca

4. Com que frequência consome leite e derivados?

☐ todos os dias ☐ 3 vezes por semana ☐ 1 vez por semana ☐ nunca

5. Com que frequência consome feijões, castanhas, ervilha, amendoim?

☐ todos os dias ☐ 3 vezes por semana ☐ 1 vez por semana ☐ nunca

6. Com que frequência consome ovos?

☐ todos os dias ☐ 3 vezes por semana ☐ 1 vez por semana ☐ nunca

6. Qual o tipo de gordura que utilizada?

☐ óleo ☐ banha ☐ manteiga ☐ margarina ☐ azeite de oliva

7. Como é temperado os alimentos?

☐ temperos prontos industrializados ☐ temperos naturais (salsinha, cebolinha

etc.)

8. Qual a carne mais consumida?

☐ frango ☐ carne bovina ☐ peixes ☐ suína ☐ outra

9. Com que frequência consome refrigerantes, doces, salgadinhos?

☐ Todos os dias ☐ Apenas nos finais de semana ☐ Raramente ☐ Nunca.

11. O que é mais utilizado nas preparações doces?

☐ Açúcar ☐ melado ☐ mel ☐ adoçante ☐ outro

ANEXO 7

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)

Você está sendo convidado (a) a participar de uma pesquisa intitulada: “PADRÃO DO CONSUMO ALIMENTAR DE CRIANÇAS, ADULTOS E IDOSOS: CARACTERIZAÇÃO E ASSOCIAÇÃO COM DETERMINANTES SOCIAIS DA SAÚDE”, em virtude de estar inserido no grupo de idosos do centro de convivência no qual vai ser aplicado a pesquisa, coordenada pelo (a) Professor (a) Jaciara Reis Nogueira Garcia e contará ainda com a Acadêmica Isamieli Rodrigues Buzeli.

A sua participação não é obrigatória sendo que, a qualquer momento da pesquisa, você poderá desistir e retirar seu consentimento. Sua recusa não trará nenhum prejuízo para sua relação com o pesquisador e com o Centro de Convivência Nair Ventorin Gurgacz.

Os objetivos desta pesquisa são: Caracterizar os padrões alimentares da população; Avaliar do consumo de produtos alimentícios industrializados; Avaliar o consumo de frutas, verduras, legumes; Verificar o consumo de alimentos orgânicos; Averiguar o consumo de água potável; Realizar análise socioeconômica dos grupos populacionais; Analisar os aspectos culturais associados ao comportamento alimentar; Identificar os aspectos étnico e raciais da população; Analisar a relação do consumo alimentar com os determinantes sociais da saúde do grupo populacional.

Caso você decida aceitar o convite, será submetido (a) ao(s) seguinte(s) procedimentos: Responder ao questionário aplicado. O tempo previsto para a sua participação é de aproximadamente 15 minutos.

Os riscos que eventualmente venham a ocorrer, no que diz respeito à reflexão sobre a sua imagem, uma vez que a aplicação de questionários sobre a alimentação, o indivíduo poderá sentir desconforto e será minimizados com ajuda psicológica.

Os benefícios estão relacionados à Segurança Alimentar e Nutricional, pois é importante na estratégia que estimula a população, por meio de ações educativas e de comunicação, a adotar hábitos alimentares saudáveis, socializando conhecimento sobre a alimentação e a prevenção dos problemas nutricionais.

Os resultados desta pesquisa poderão ser apresentados em seminários, congressos e similares, entretanto, os dados/informações obtidos por meio da sua participação serão confidenciais e sigilosos, não possibilitando sua identificação. A sua

participação bem como a de todas as partes envolvidas será voluntária, não havendo remuneração para tal.

Não haverá nenhum gasto financeiro para o voluntário. Não está previsto indenização por sua participação, mas em qualquer momento se você sofrer algum dano, comprovadamente decorrente desta pesquisa, terá direito à indenização.

Você receberá uma via deste termo onde constam o telefone e o endereço do pesquisador principal, podendo tirar suas dúvidas sobre o projeto e sobre sua participação agora ou em qualquer momento.

Pesquisador Responsável: Jaciara Reis Nogueira Garcia

Endereço: Rua sete de setembro 1618, Jardim La Salle Toledo -PR

Telefone: (45) 999923868

Assinatura _____

Declaro que entendi os objetivos, a forma de minha participação, riscos e benefícios da mesma e aceito o convite para participar. Autorizo a publicação dos resultados da pesquisa, a qual garante o anonimato e o sigilo referente à minha participação.

Nome do participante da pesquisa: _____

Assinatura do participante da pesquisa: _____

O Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos (CEP) é composto por um grupo de pessoas que trabalham para garantir que seus direitos como participante de pesquisa sejam respeitados. Ele tem a obrigação de avaliar se a pesquisa foi planejada e se está sendo executada de forma ética. Se você achar que a pesquisa não está sendo realizada da forma como você imaginou ou que está sendo prejudicado de alguma forma, você pode entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário Assis Gurgacz (CEP-FAG).

Avenida das Torres 500 – Bloco 4 – Bairro FAG

Cascavel-Paraná CEP: 85806-095

Tel.: (45) 3321-3791

Coordenadora: Prof^a. Thayse Dal Molin Alérico

Email: comitedeetica@fag.edu.br

ANEXO 8

Questionário de Frequência Alimentar 3

Idade:___ Sexo F _M_

Em quantos dias costuma comer feijão	Todos os dias (inclusive sábado e domingo)	5 a 6 dias da semana	3 a 4 dias da semana	1 a 2 dias da semana	Quase nunca	Nunca
Resposta :						
Em quantos dias da semana costuma comer pelo menos um tipo de verdura cru e/ou salada?	Todos os dias (inclusive sáb e dom)	5 a 6 dias da semana	3 a 4 dias da semana	1 a 2 dias da semana	Quase nunca	Nunca
Resposta:						
O senhor come este tipo de verdura (cru) em qual refeição?	Todos os dias (inclusive sábado e domingo)	5 a 6 dias da semana	3 a 4 dias da semana	1 a 2 dias da semana	Quase nunca	Nunca
Resposta:						
Em quantos dias da semana costuma comer pelo menos um tipo de verdura cozida?	Todos os dias (inclusive sábado e domingo)	5 a 6 dias da semana	3 a 4 dias da semana	1 a 2 dias da semana	Quase nunca	Nunca
Resposta:						
O sr.come este tipo de verdura (cozida) em qual refeição?	Todos os dias (inclusive sábado e domingo)	5 a 6 dias da semana	3 a 4 dias da semana	1 a 2 dias da semana	Quase nunca	Nunca
Resposta:						
Em quantos dias da semana costuma comer carne vermelha	Todos os dias (inclusive sábado e domingo)	5 a 6 dias da semana	3 a 4 dias da semana	1 a 2 dias da semana	Quase nunca	Nunca
Resposta:						
Quando o (a) sr (a) come carne vermelha como o (a) sr (a) costuma comer?	Tirar sempre o excesso de gordura	Comer com a gordura	Tirar às vezes	Não se aplica		
Resposta:						
Em quantos dias da semana o (a) sr (a) costuma comer carne branca?	Todos os dias (inclusive sábado e domingo)	5 a 6 dias da semana	3 a 4 dias da semana	1 a 2 dias da semana	Quase nunca	Nunca
Resposta:						
Em quantos dias da semana o (a) sr (a) costuma comer carne branca?	Todos os dias (inclusive sábado e domingo)	5 a 6 dias da semana	3 a 4 dias da semana	1 a 2 dias da semana	Quase nunca	Nunca
Resposta:						

Quando o (a) sr (a) come carne branca como o (a) sr (a) costuma comer?	Todos os dias (inclusive sábado e domingo)	5 a 6 dias da semana	3 a 4 dias da semana	1 a 2 dias da semana	Quase nunca	Nunca
Resposta:						
Em quantos dias da semana o (a) sr (a) costuma tomar suco de frutas in natura?	Todos os dias (inclusive sábado e domingo)	5 a 6 dias da semana	3 a 4 dias da semana	1 a 2 dias da semana	Quase nunca	Nunca
Resposta:						
O sr (a) costuma adicionar açúcar no suco de frutas natural?	Sim	Não	Não se aplica			
Resposta:						
Em quantos dias da semana o(a) sr(a) costuma comer frutas?	Todos os dias (inclusive sábado e domingo)	5 a 6 dias da semana	3 a 4 dias da semana	1 a 2 dias da semana	Quase nunca	Nunca
Resposta						
Em um dia comum quantas vezes o (a) sr (a) come frutas?	3 ou mais vezes ao dia	2 vezes ao dia	1 vez ao dia	Não se aplica		
Resposta:						
Em quantos dias da semana o(a) sr(a) costuma tomar refrigerante ou suco artificial?	Todos os dias (inclusive sábado e domingo)	5 a 6 dias da semana	3 a 4 dias da semana	1 a 2 dias da semana	Quase nunca	Nunca
Resposta :						
De que tipo de refrigerante ou suco artificial?	Normal	Diet/Light/Zero	Não sabe/não lembra	Não se aplica		
Resposta:						
Em quantos dias da semana o (a) sr(a) costuma tomar leite ou derivados?	Todos os dias (inclusive sábado e domingo)	5 a 6 dias da semana	3 a 4 dias da semana	1 a 2 dias da semana	Quase nunca	Nunca
Resposta:						
Quando o sr (a) toma leite, que tipo de leite costuma tomar?	Integral	Semidesnatado	Desnatado	Soja	Vaca	Sem lactose
	Todos	Derivados (queijo, iogurte, requeijão, coalhada)	Não sabe/ não lembra	Não se aplica		
Resposta:						
Com que frequência o sr (a) come doces?	Todos os dias (inclusive sábado e domingo)	5 a 6 dias da semana	3 a 4 dias da semana	1 a 2 dias da semana	Quase nunca	Nunca
Resposta:						

ANEXO 9

AUTORIZAÇÃO DO RESPONSÁVEL PELO CAMPO DE ESTUDO

Título do projeto: PADRÃO DO CONSUMO ALIMENTAR DE CRIANÇAS, ADULTOS E IDOSOS: CARACTERIZAÇÃO E ASSOCIAÇÃO COM DETERMINANTES DA SAÚDE

Pesquisadora: JACIARA REIS NOGUEIRA GARCIA.

Colaboradora: ISAMIELI RODRIGUES BUZELI.

Local da pesquisa: CENTRO DE CONVIVÊNCIA NAIR VENTORIN GURGACZ

Responsável pelo local de realização da pesquisa: Prof^a SALETE GERARDI DE LIMA CHRUN

A pesquisadora acima identificada está autorizada a realizar a pesquisa e coletar dados, preservando as informações referentes aos sujeitos de pesquisa, divulgando-as exclusivamente para fins científicos apenas anonimamente, respeitando todas as normas da Resolução 466/12 e suas complementares.

Cascavel, 09 de Novembro de 2017

Prof^a SALETE GERARDI DE LIMA CHRUN

ANEXO 10

AUTORIZAÇÃO DO RESPONSÁVEL PELO CAMPO DE ESTUDO

Título do projeto: PADRÃO DO CONSUMO ALIMENTAR DE CRIANÇAS, ADULTOS E IDOSOS: CARACTERIZAÇÃO E ASSOCIAÇÃO COM DETERMINANTES DA SAÚDE

Pesquisadora: JACIARA REIS NOGUEIRA GARCIA

Colaborador: GUILHERME MATHEUS KAYSER BREDAS

Local da pesquisa: FUNDAÇÃO EDUCACIONAL DE TOLEDO - FUNET

Responsável pelo local de realização da pesquisa: JULIANA P. MASSOLNI

O pesquisador acima identificado está autorizado a realizar a pesquisa e coletar dados, preservando as informações referentes aos sujeitos de pesquisa, divulgando-as exclusivamente para fins científicos apenas anonimamente, respeitando todas as normas da Resolução 466/12 e suas complementares.

Cascavel, 09 de Novembro de 2017

JULIANA P MASSOLNI

ANEXO 11

CARTA DE ESCLARECIMENTO AOS PAIS E RESPONSÁVEIS PELOS ALUNOS MENORES DE IDADE DA ESCOLA

Prezado (a) Senhor (a): _____

Convido seu filho (a) (ou o menor sob sua responsabilidade) para participar de um estudo sobre **“PADRÃO DO CONSUMO ALIMENTAR DE CRIANÇAS, ADULTOS E IDOSOS: CARACTERIZAÇÃO E ASSOCIAÇÃO COM DETERMINANTES SOCIAIS DA SAÚDE”**, entre os dias __/__/__ até __/__/__ á **ser realizado em horário de aula**, que faz parte do Trabalho de Conclusão de Curso (TCC). Este estudo tem por objetivo ensinar receitas saudáveis, importância de alimentos naturais e integrais, melhorar os hábitos de saúde e conscientizar a família sobre o consumo de alimentos processados e industrializados. A colaboração do seu filho será muito importante na obtenção de resultados para este estudo. No entanto, seu filho (a) não é obrigado a participar deste projeto. Também será necessária a colaboração do responsável para preenchimento de um questionário, que posteriormente será entregue com informações de como responder.

Caso você tenha alguma dúvida, pode entrar em contato conosco. O seu consentimento deve estar de acordo com o consentimento do seu filho (a) (ou o menor sob sua responsabilidade), isto é, se seu filho (a) não concordar em participar, a opinião dele será respeitada. Vale ressaltar que o nome do aluno não será utilizado.

Riscos

Os riscos que eventualmente venham a ocorrer, no que diz respeito à reflexão sobre a sua imagem, uma vez que mensuração do peso e da altura e aplicação de questionários sobre a alimentação o indivíduo poderá sentir desconforto e será minimizado com ajuda psicológica.

Benefícios

Os Benefícios que a Segurança Alimentar e Nutricional traz é importante na estratégia que estimula a população, por meio de ações educativas e de comunicação, a adotar hábitos alimentares saudáveis, socializando conhecimento sobre a alimentação e a prevenção dos problemas nutricionais no contexto atual. Entre as ações do Programa, podemos citar as oficinas de educação alimentar; a produção de material didático/educativo adequados às diversas faixas etárias.

Ciente disso, Eu, _____,
RG _____, responsável pelo menor _____,
matriculado na _____ série, da escola: _____

autorizo meu filho (a) a participar das atividades e estudos a serem realizados pelo
acadêmico GUILHERME MATHEUS KAISER BREDÁ, do CENTRO
UNIVERSITÁRIO DA FUNDAÇÃO ASSIS GURGACZ – FAG.

Pesquisador Responsável: Jaciara Reis Nogueira Garcia

Endereço: Rua sete de setembro 1618, Jardim La Salle Toledo -PR

Telefone: (45) 999923868

Assinatura _____

O Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos (CEP) é composto por um grupo de pessoas que trabalham para garantir que seus direitos como participante de pesquisa sejam respeitados. Ele tem a obrigação de avaliar se a pesquisa foi planejada e se está sendo executada de forma ética. Se você achar que a pesquisa não está sendo realizada da forma como você imaginou ou que está sendo prejudicado de alguma forma, você pode entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário Assis Gurgacz (CEP-FAG).

Avenida das Torres 500 – Bloco 4 – Bairro FAG

Cascavel-Paraná CEP: 85806-095

Tel.: (45) 3321-3791

Coordenadora: Prof^a. Thayse Dal Molin Alérico

Email: comitedeetica@fag.edu.br

ANEXO 12

TERMO DE ASSENTIMENTO INFORMADO LIVRE E ESCLARECIDO

(Crianças a partir de 07 anos de idade até adolescentes menores de 18 anos ou legalmente incapaz)

INFORMAÇÕES IMPORTANTES

O que significa assentimento?

O assentimento significa que você concorda em fazer parte de um grupo de crianças ou adolescentes, da sua faixa de idade, para participar de uma pesquisa. Serão respeitados seus direitos e você receberá todas as informações por mais simples que possam parecer. Pode ser que este documento denominado TERMO DE ASSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO contenha palavras que você não entenda. Por favor, peça ao responsável pela pesquisa ou à equipe do estudo para explicar qualquer palavra ou informação que você não entenda claramente.

Você está sendo convidada (o) a participar de uma pesquisa intitulada: “**Padrão Do Consumo Alimentar De Crianças, Adultos e Idosos: Caracterização e Associação Com Determinantes Sociais Da Saúde**”, em virtude de seu filho estar inserido na escola e sala ao qual estará sendo aplicado a pesquisa, coordenada pelo (a) Professor (a) Jaciara Reis Nogueira Garcia e contará ainda com Guilherme Matheus Kaiser Breda.

A sua participação não é obrigatória sendo que, a qualquer momento da pesquisa, você poderá desistir. Sua desistência não trará nenhum prejuízo para sua relação com o pesquisador, com o Centro Universitário FAG ou com a Fundação Educacional de Toledo.

Os objetivos desta pesquisa são: ensinar receitas saudáveis, importância de alimentos naturais e integrais, melhorar os hábitos de saúde e conscientizar a família sobre o consumo de alimentos processados e industrializados. Caso você decida aceitar o convite, participará do(s) seguinte(s) procedimentos: produção de receitas saudáveis, atividades lúdicas interdisciplinares e aplicação de questionário de frequência alimentar. O tempo previsto para a sua participação é de aproximadamente 20 minutos.

Os riscos relacionados com sua participação são se sentir ofendido por alguma pergunta do questionário, se machucar durante alguma atividade lúdica, descobrir alguma alergia ou intolerância alimentar, e se cortar com algum utensílio culinário e serão minimizados pelos seguintes procedimentos: uso de medicamentos e curativos, e apoio psicológico com relação as perguntas.

Os benefícios relacionados com a sua participação poderão ser conhecer alimentos diferentes, aprender receitas gostosas e saudáveis, desenvolver hábitos de saúde ativos, e aprender a importância dos alimentos naturais.

Os resultados desta pesquisa poderão ser apresentados em seminários, congressos e similares, entretanto, os dados/informações obtidos por meio da sua participação serão confidenciais e sigilosos, não possibilitando sua identificação. Na utilização de filmagem será utilizada tarja no rosto e haverá o descarte das imagens após a utilização.

Você receberá uma cópia deste termo onde constam o telefone e o endereço do pesquisador principal, podendo tirar suas dúvidas sobre o projeto e sobre sua participação agora ou em qualquer momento.

Pesquisador Responsável: Jaciara Reis Nogueira Garcia

Endereço: Rua sete de setembro 1618, Jardim La Salle Toledo -PR

Telefone: (45) 999923868

Assinatura _____

Eu, _____, portador(a) do documento de Identidade _____ **(se já tiver documento)**, fui informado(a) dos objetivos deste trabalho, de maneira clara e detalhada e não tenho dúvidas. Sei que a qualquer momento poderei pedir novas informações, e o meu responsável poderá modificar a decisão de participar se achar melhor para mim. Tendo a autorização em participar do(a) meu(minha) responsável já assinada, declaro que concordo em participar dessa pesquisa. Recebi uma cópia deste documento assinado.

Nome do participante da pesquisa: _____

Assinatura do participante da pesquisa: _____

O Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos (CEP) é composto por um grupo de pessoas que trabalham para garantir que seus direitos como participante de pesquisa sejam respeitados. Ele tem a obrigação de avaliar se a pesquisa foi planejada e se está sendo executada de forma ética. Se você achar que a pesquisa não está sendo realizada da forma como você imaginou ou que está sendo prejudicado de alguma forma, você pode entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário Assis Gurgacz (CEP-FAG).

Avenida das Torres 500 – Bloco 4 – Bairro FAG

Cascavel-Paraná CEP: 85806-095

Tel.: (45) 3321-3791

Coordenadora: Prof^a. Thayse Dal Molin Alérico

Email: comitedeetica@faq.edu.br

ANEXO 13

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)

Você está sendo convidado (a) a participar de uma pesquisa intitulada: **“PADRÃO DO CONSUMO ALIMENTAR DE CRIANÇAS, ADULTOS E IDOSOS: CARACTERIZAÇÃO E ASSOCIAÇÃO COM DETERMINANTES SOCIAIS DA SAÚDE”**, em virtude de estar inserido na faculdade e sala ao qual estará sendo aplicado a pesquisa, coordenada pelo (a) Professor (a) Jaciara Reis Nogueira Garcia e contará ainda com a Guilherme Kaiser Breda.

A sua participação não é obrigatória sendo que, a qualquer momento da pesquisa, você poderá desistir e retirar seu consentimento. Sua recusa não trará nenhum prejuízo para sua relação com o pesquisador e com a Fundação Educacional de Toledo.

Os objetivos desta pesquisa são: Caracterizar os padrões alimentares da população; Avaliar do consumo de produtos alimentícios industrializados; Avaliar o consumo de frutas, verduras, legumes; Verificar o consumo de alimentos orgânicos; Averiguar o consumo de água potável; Realizar análise socioeconômica dos grupos populacionais; Analisar os aspectos culturais associados ao comportamento alimentar; Identificar os aspectos étnico e raciais da população; Analisar a relação do consumo alimentar com os determinantes sociais da saúde do grupo populacional.

Caso você decida aceitar o convite, será submetido (a) ao (s) seguinte (s) procedimentos: Responder ao questionário aplicado. O tempo previsto para a sua participação é de aproximadamente 20 minutos.

Os riscos que eventualmente venham a ocorrer, no que diz respeito à reflexão sobre a sua imagem, uma vez que a aplicação de questionários sobre a alimentação e a aferição do peso e altura, o indivíduo poderá sentir desconforto e será minimizado com ajuda psicológica.

Os benefícios estão relacionados à Segurança Alimentar e Nutricional, pois é importante na estratégia que estimula a população, por meio de ações educativas e de comunicação, a adotar hábitos alimentares saudáveis, socializando conhecimento sobre a alimentação e a prevenção dos problemas nutricionais.

Os resultados desta pesquisa poderão ser apresentados em seminários, congressos e similares, entretanto, os dados/informações obtidos por meio da sua participação serão confidenciais e sigilosos, não possibilitando sua identificação. A sua

participação bem como a de todas as partes envolvidas será voluntária, não havendo remuneração para tal.

Não haverá nenhum gasto financeiro para o voluntário. Não está previsto indenização por sua participação, mas em qualquer momento se você sofrer algum dano, comprovadamente decorrente desta pesquisa, terá direito à indenização.

Você receberá uma via deste termo onde constam o telefone e o endereço do pesquisador principal, podendo tirar suas dúvidas sobre o projeto e sobre sua participação agora ou em qualquer momento.

Pesquisador Responsável: Jaciara Reis Nogueira Garcia

Endereço: Rua sete de setembro 1618, Jardim La Salle Toledo -PR

Telefone: (45) 999923868

Assinatura _____

Declaro que entendi os objetivos, a forma de minha participação, riscos e benefícios da mesma e aceito o convite para participar. Autorizo a publicação dos resultados da pesquisa, a qual garante o anonimato e o sigilo referente à minha participação.

Nome do participante da pesquisa: _____

Assinatura do participante da pesquisa: _____

O Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos (CEP) é composto por um grupo de pessoas que trabalham para garantir que seus direitos como participante de pesquisa sejam respeitados. Ele tem a obrigação de avaliar se a pesquisa foi planejada e se está sendo executada de forma ética. Se você achar que a pesquisa não está sendo realizada da forma como você imaginou ou que está sendo prejudicado de alguma forma, você pode entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário Assis Gurgacz (CEP-FAG).

Avenida das Torres 500 – Bloco 4 – Bairro FAG

Cascavel-Paraná CEP: 85806-095

Tel.: (45) 3321-3791

Coordenadora: Prof^a. Thayse Dal Molin Alérico

Email: comitedeetica@fag.edu.br

ANEXO 14

QUESTIONÁRIO DE FREQUÊNCIA ALIMENTAR 4

LEITE E DERIVADOS	1 por sem	2-3 por Se m	4-5 por sem	7 por sem	2-3 por dia	4/+ por dia	Nu nca	Qu ant
Leite de saquinho semi desn/integral (1 cop - 200ml)								
Leite de caixa semi des/desnt/integ (1 cop - 200ml)								
Creme de leite/nata (1 col sopa – 15g)								
Iogurte natural/desnatado (1 unid – 170g)								
Iogurte sabores (1 unid – 170g)								
Requeijão/caupirry (1 col sopa – 20g)								
Queijo ricota/muss/prato/provol/colonial (1 fatia - 20g)								

CARNES, PESCADOS, PROTEINA VEGANA, OVOS,	1 por sem	2-3 por sem	4-5 por sem	7 por sem	2-3 por dia	4/+ por dia	Nu nca	Qu ant
Ovo mexido/cozido/poche (1 unid – 50g)								
Ovo frito (1 unid – 50g)								
Gluten cozido/grelhado (1 bife pequeno/1 pegadores/2 col servir – 60g)								
Gluten frito (1 bife pequeno/2 pegadores/2 col servir – 60g)								
Proteína texturizada de soja cozida (1/2 concha – 40g)								
Frango cozido/assado/grelhado (1 file pequeno – 50g)								
Frango frito (1 file pequeno – 50g)								
Carne bovina assada/cozida/grelhada (1 file pequeno – 60g)								
Carne bovina frita (1 file pequeno – 60g)								
Carne suína assada/grelhada (1 file pequeno – 50g)								
Carne suína frita (1 file pequeno – 50g)								
Carne suína toucinho/bacon (1 porção – 20g)								
Peixe cozido/assado/grelhado (1 file pequeno – 50g)								
Peixe frito (1 file pequeno – 50g)								
Atum/sardinha em conserva (½ unidade – 60g)								

VERDURAS E LEGUMES	1 por sem	2-3 por sem	4-5 por sem	7 por sem	2-3 por dia	4/+ por dia	Nu nca	Qu ant
Alface (3 folhas medias – 20g)								
Acelga (1 pegador – 20g)								
Agriao/almeirão (1 pegador – 25g)								
Abobora/abobrinha (1 col sopa – 25g)								
Brocolis/couve-flor (1 col grande – 50g)								
Beterraba (2 col sopa/2 rodela – 40g)								
Cenoura (1 col grande – 50g)								
Couve (2 col sopa grandes/3 folhas – 50g)								
Chuchcu (2 col sopa – 40g)								
Escarola (2 folhas – 15g)								
Repolho (1 col grande picado – 25g)								
Vagem (1 col sopa – 15g)								
Palmito (1 col sopa/1 rodela – 20g)								
Pepino (2 fatias – 15g)								
Quiabo (1 col sopa – 15g)								
Tomate (1 rodela – 15g)								
Milho (2 col sopa/meia espiga – 30g)								
Ervilha (1 col sopa – 15g)								

FRUTAS	1 por sem	2-3 por sem	4-5 por sem	7 por sem	2-3 por dia	4/+ por dia	Nu nca	Qua nt
Banana (1 uni – 80g)								
Mamao (1 fatia – 120g)								
Melao (1 fatia – 100g)								
Pera (1 unid – 130g)								
Goiaba (1 unid media – 70g)								
Abacate (meia unid – 220g)								
Melancia (meia fatia horizontal – 120g)								
Uva (10 gomos – 80g)								
Manga (1 unid media – 140g)								
Morango (5 unid med – 70g)								
Maca (1 unid med – 100g)								
Pessego (1 unid med – 60g)								
Ameixa (1 unid med – 60g)								
Abacaxi (1 rodela horizontal – 120g)								
Laranja (1 unid med – 150g)								
Mexerica (1 unid med – 150g)\								
Maracuja (1 unid med – 50g)								

PAES,TUBERCULOS,OLEAGINOSA S,GRAOS,CEREAIS	1 por sem	2-3 por sem	4-5 por sem	7 por sem	2-3 por dia	4/+ por dia	Nu nca	Qua nt
---	-----------------	-------------------	-------------------	-----------------	-------------------	-------------------	-----------	-----------

Pao francês branco (1 unid grande – 50g)								
Pao forma/caseiro/bisnaga (2 fatias/2 bisnagas – 50g)								
Pao integral francês/caseiro/ (1 unid grande/2 fatias – 50g)								
Pao multi grãos (2 fatias – 50g)								
Cereais matinais granola/aveia/sucrilhos não industrializados (meia xic – 40g)								
Soja frita (2 col sopa/1 col servir – 50g)								
Soja cozida (1 concha – 80g)								
Amendoim/nozes/castanha/amêndoas (2 punhados – 60g)								
Feijao/lentilha/grão de bico (1 concha (50 caldo/50 graos) – 100g)								
Arroz cozido branco/arborio/parborizado (1 col servir – 50g)								
Arroz cozido integral/cateto (1 col servir – 50g)								
Mandioca/cara/inhame cozido (1 col servir cheia – 50g)								
Mandioca frita (1 col servir cheia – 50g)								
Farinha de mandioca/miho/soja (1 col sopa – 15g)								
Batata doce cozida/assada (meia unidade media – 80g)								
Batata doce frita (1 col servir – 50g)								
Batata salsa/monalisa, cozida/assada/purê (1 unid media 60g/ 1 col servir 60)								
Batata frita (1 pegador/1 col servir – 30g)								
Polenta cozida (1 col servir – 60g)								
Polenta frita (1 col servir/2 pedacos – 60g)								
Macarrao (1 pegador/1 col servir – 75g)								
Macarrao instantâneo/copo (1 unid – 65g)								

OLEOS E GORDURAS	1 por sem	2-3 por sem	4-5 por sem	7 por sem	2-3 por dia	4/+ por dia	Nu nca	Qua nt
Azeite de oliva/virgem/extra virgem (1 fio/1 col sopa – 15ml)								

Oleo de milho/canola/soja/girassol (1 fio/1 col sopa – 15ml)								
Oleo de coco virgem/extra virgem (								
Margarina (1 col sopa – 20g)								
Manteiga (1 col sopa – 20g)								
Azeite de Dende (1 fio/1 col sopa – 15ml)								

DOCES, SALGADINHOS, GULOSEIMAS	1 por sem	2-3 por sem	4-5 por sem	7 por sem	2-3 por dia	4/+ por dia	Nu nca	Qua nt
Chocolates variados (1 barra pequena/ 2 bombons/ 2 brigadeiros/ 4 tabletes – 40g)								
Achocolatado (1 col sopa cheia – 15g)								
Sobremesas cremosas (mousse/pudim/manjar/cremes/tortas/arroz doce – 1 fatia media/ 1 col servir med – 80g)								
Barrinha de cereal sabores (1 unid – 30g)								
Sorvete/picolé sabores (1 bola/ 1 unid – 100g)								
Doces de bar paçoca/doce de leite/amendoim/suspiro/maria mole (1 unid – 50g)								
Biscoito salgado e doce maisena/leite/agua e sal/maria (5 unid – 40g)								
Biscoito doce recheado (4 unid – 40g)								
Bolo simples sabores (1 fatia med – 60g)								
Bolo/torta recheado (1 fatia grande – 100g)								

BEBIDAS E SUCOS	1 por sem	2-3 por sem	4-5 por sem	7 por sem	2-3 por dia	4/+ por dia	Nu nca	Qua nt
Refrigerante sabores lata (1 unid – 350ml)								
Refrigerante sabores (1 copo pequeno – 180ml)								
Cha/café com leite (1 xicara – 200ml)								
Suco Artificial em po (1 unid – 20g)								
Suco em polpa (1 unid – 50g)								
Suco de fruta sabores caixinha (1 copo médio – 200ml)								

Suco de fruta natural de caixinha 100% fruta (1 copo médio – 200ml)								
Caldo de cana (1 copo médio – 200ml)								
Água de coco caixinha (1 copo médio – 200ml)								
Água de coco natural (1 copo médio – 200ml)								

EMBUTIDOS E PREPARACOES	1 por sem	2-3 por sem	4-5 por sem	7 por sem	2-3 por dia	4/+ por dia	Nu nca	Qua nt
Salsicha (1 unida – 25g)								
Salame/linguiça (meia unidade/5 rodelas – 60g)								
Mortadela/presunto/apresuntado (1 fatia/ 2 fatias – 40g)								
Nuggets/hambúrguer/empanado (4 unid/2 uni/1 uni – 80g)								
Maionese/Catchup/Mostarda (1 sachê/1 copo sopa – 20g)								
Molhos sabores (1 col sopa – 25g)								
Adocante (2 sachê/1 col sopa – 20ml)								
Caldos prontos em po (meia unid – 2.5g)								
Acucar cristal (1 col sopa – 15g)								
Acucar demerara/coco/mascavo (1 col sopa – 15g)								
Estrogonofe sabores (meia concha – 60ml)								
Panqueca sabores (1 unidade – 80g)								
Lasanha sabores (1 pedaço pequeno – 80g)								
Pizza (2 fatias – 200g)								
Pão de queijo (2 uni med – 50g)								
Torta salgada (1 fatia grande – 100g)								
Escondidinho sabores (1 pedaço pequeno – 80g)								

ANEXO 15

AUTORIZAÇÃO DO RESPONSÁVEL PELO CAMPO DE ESTUDO

Título do projeto: PADRÃO DO CONSUMO ALIMENTAR DE CRIANÇAS, ADULTOS E IDOSOS: CARACTERIZAÇÃO E ASSOCIAÇÃO COM DETERMINANTES SOCIAIS DA SAÚDE

Pesquisadora: JACIARA REIS NOGUEIRA GARCIA.

Colaboradora: GERCICA DA SILVA KLEIN.

Local da pesquisa: COLÉGIO ESTADUAL PRINCESA IZABEL

Responsável pelo local de realização da pesquisa: IRINEU FASCÍCULO

A pesquisadora acima identificada está autorizada a realizar a pesquisa e coletar dados, preservando as informações referentes aos sujeitos de pesquisa, divulgando-as exclusivamente para fins científicos apenas anonimamente, respeitando todas as normas da Resolução 466/12 e suas complementares.

Cascavel, 09 de Novembro de 2017

Irineu Fascículo

ANEXO 16

AUTORIZAÇÃO DO RESPONSÁVEL PELO CAMPO DE ESTUDO

Título do projeto: PADRÃO DO CONSUMO ALIMENTAR DE CRIANÇAS, ADULTOS E IDOSOS: CARACTERIZAÇÃO E ASSOCIAÇÃO COM DETERMINANTES DA SAÚDE

Pesquisadora: JACIARA REIS NOGUEIRA GARCIA.

Colaboradora: GERCICA DA SILVA KLEIN

Local da pesquisa: COLÉGIO ELEODORO ÉBANO PEREIRA

Responsável pelo local de realização da pesquisa: MARELI STEINBACH

A pesquisadora acima identificada está autorizada a realizar a pesquisa e coletar dados, preservando as informações referentes aos sujeitos de pesquisa, divulgando-as exclusivamente para fins científicos apenas anonimamente, respeitando todas as normas da Resolução 466/12 e suas complementares.

Cascavel, 09 de Novembro de 2017

Mareli Steinbach

ANEXO 17

CARTA DE ESCLARECIMENTO AOS PAIS E RESPONSÁVEIS PELOS ALUNOS MENORES DE IDADE DA ESCOLA

Prezado (a) Senhor (a): _____

Convido seu filho (a) (ou o menor sob sua responsabilidade) para participar de um estudo sobre **“PADRÃO DO CONSUMO ALIMENTAR DE CRIANÇAS, ADULTOS E IDOSOS: CARACTERIZAÇÃO E ASSOCIAÇÃO COM DETERMINANTES SOCIAIS DA SAÚDE”**, entre os dias __/__/__ até __/__/__ á **ser realizado em horário de aula**, que faz parte do Trabalho de Conclusão de Curso (TCC). Este estudo tem por objetivo mostrar a importância de alimentos naturais e integrais, melhorar os hábitos de saúde e conscientizar a família sobre o consumo de alimentos processados e industrializados. A colaboração do seu filho será muito importante na obtenção de resultados para este estudo. No entanto, seu filho (a) não é obrigado a participar deste projeto. Também será necessária a colaboração do responsável para preenchimento de um questionário, que posteriormente será entregue com informações de como responder.

Caso você tenha alguma dúvida, pode entrar em contato conosco. O seu consentimento deve estar de acordo com o consentimento do seu filho (a) (ou o menor sob sua responsabilidade), isto é, se seu filho (a) não concordar em participar, a opinião dele será respeitada. Vale ressaltar que o nome do aluno não será utilizado.

Riscos

Os riscos que eventualmente venham a ocorrer, no que diz respeito à reflexão sobre a sua imagem, uma vez que mensuração do peso e da altura e aplicação de questionários sobre a alimentação o indivíduo poderá sentir desconforto.

Benefícios

Os Benefícios que a Segurança Alimentar e Nutricional traz é importante na estratégia que estimula a população, por meio de ações educativas e de comunicação, a adotar hábitos alimentares saudáveis, socializando conhecimento sobre a alimentação e a prevenção dos problemas nutricionais no contexto atual. Entre as ações do Programa, podemos citar as oficinas de educação alimentar; a produção de material didático/educativo adequados às diversas faixas etárias.

Ciente disso, Eu, _____,
RG _____, responsável pelo menor _____,
matriculado na _____ série, da escola: _____
autorizo meu filho (a) a participar das atividades e estudos a serem realizados pelo
acadêmico GERCICA DA SILVA KLEIN, do CENTRO UNIVERSITÁRIO DA
FUNDAÇÃO ASSIS GURGACZ – FAG.

Pesquisador Responsável: Jaciara Reis Nogueira Garcia
Endereço: Rua sete de setembro 1618, Jardim La Salle Toledo -PR
Telefone: (45) 999923868
Assinatura _____

O Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos (CEP) é composto por um grupo de pessoas que trabalham para garantir que seus direitos como participante de pesquisa sejam respeitados. Ele tem a obrigação de avaliar se a pesquisa foi planejada e se está sendo executada de forma ética. Se você achar que a pesquisa não está sendo realizada da forma como você imaginou ou que está sendo prejudicado de alguma forma, você pode entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário Assis Gurgacz (CEP-FAG).

**Avenida das Torres 500 – Bloco 4 – Bairro FAG
Cascavel-Paraná CEP: 85806-095
Tel.: (45) 3321-3791
Coordenadora: Prof^a. Thayse Dal Molin Alérico
Email: comitedeetica@fag.edu.br**

ANEXO 18

TERMO DE ASSENTIMENTO INFORMADO LIVRE E ESCLARECIDO

(Crianças a partir de 07 anos de idade até adolescentes menores de 18 anos ou legalmente incapaz)

INFORMAÇÕES IMPORTANTES

O que significa assentimento?

O assentimento significa que você concorda em fazer parte de um grupo de crianças ou adolescentes, da sua faixa de idade, para participar de uma pesquisa. Serão respeitados seus direitos e você receberá todas as informações por mais simples que possam parecer. Pode ser que este documento denominado TERMO DE ASSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO contenha palavras que você não entenda. Por favor, peça ao responsável pela pesquisa ou à equipe do estudo para explicar qualquer palavra ou informação que você não entenda claramente.

Você está sendo convidada (o) a participar de uma pesquisa intitulada: “Padrão Do Consumo Alimentar De Crianças, Adultos e Idosos: Caracterização e Associação Com Determinantes Sociais Da Saúde”, em virtude de seu filho estar inserido na escola e sala ao qual estará sendo aplicado a pesquisa, coordenada pelo (a) Professor (a) Jaciara Reis Nogueira Garcia e contará ainda com a Gercica da Silva Klein.

A sua participação não é obrigatória sendo que, a qualquer momento da pesquisa, você poderá desistir. Sua desistência não trará nenhum prejuízo para sua relação com o pesquisador, com o Centro Universitário FAG ou com o Colégio Eleodoro Ébano Pereira.

Os objetivos desta pesquisa são: mostrar a importância de alimentos naturais e integrais, melhorar os hábitos de saúde e conscientizar a família sobre o consumo de alimentos processados e industrializados. Caso você decida aceitar o convite, participará do (s) seguinte (s) procedimentos: atividades lúdicas interdisciplinares, aferição de peso e altura e aplicação de questionário de frequência alimentar. O tempo previsto para a sua participação é de aproximadamente 20 minutos.

Os riscos relacionados com sua participação são se sentir ofendido por alguma pergunta do questionário, se machucar durante alguma atividade lúdica, serão

minimizados pelos seguintes procedimentos: uso de medicamentos e curativos, e apoio psicológico com relação as perguntas.

Os benefícios relacionados com a sua participação poderão ser conhecer alimentos diferentes, desenvolver hábitos de saúde ativos, e aprender a importância dos alimentos naturais.

Os resultados desta pesquisa poderão ser apresentados em seminários, congressos e similares, entretanto, os dados/informações obtidos por meio da sua participação serão confidenciais e sigilosos, não possibilitando sua identificação. Na utilização de filmagem será utilizada tarja no rosto e haverá o descarte das imagens após a utilização.

Você receberá uma cópia deste termo onde constam o telefone e o endereço do pesquisador principal, podendo tirar suas dúvidas sobre o projeto e sobre sua participação agora ou em qualquer momento.

Pesquisador Responsável: Jaciara Reis Nogueira Garcia

Endereço: Rua sete de setembro 1618, Jardim La Salle Toledo -PR

Telefone: (45) 999923868

Assinatura _____

Eu, _____, portador(a) do documento de Identidade _____ **(se já tiver documento)**, fui informado(a) dos objetivos deste trabalho, de maneira clara e detalhada e não tenho dúvidas. Sei que a qualquer momento poderei pedir novas informações, e o meu responsável poderá modificar a decisão de participar se achar melhor para mim. Tendo a autorização em participar do(a) meu(minha) responsável já assinada, declaro que concordo em participar dessa pesquisa. Recebi uma cópia deste documento assinado.

Nome do participante da pesquisa: _____

Assinatura do participante da pesquisa: _____

O Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos (CEP) é composto por um grupo de pessoas que trabalham para garantir que seus direitos como participante de pesquisa sejam respeitados. Ele tem a obrigação de avaliar se a pesquisa foi planejada e se está sendo executada de forma ética. Se você achar que a pesquisa não está sendo realizada da forma como você imaginou ou que está sendo prejudicado de alguma forma, você pode entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário Assis Gurgacz (CEP-FAG).

Avenida das Torres 500 – Bloco 4 – Bairro FAG

Cascavel-Paraná CEP: 85806-095

Tel.: (45) 3321-3791

Coordenadora: Prof^a. Thayse Dal Molin Alérico

Email: comitedeetica@fag.edu.br

ANEXO 19

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)

Você está sendo convidado (a) a participar de uma pesquisa intitulada: **“PADRÃO DO CONSUMO ALIMENTAR DE CRIANÇAS, ADULTOS E IDOSOS: CARACTERIZAÇÃO E ASSOCIAÇÃO COM DETERMINANTES SOCIAIS DA SAÚDE”**, em virtude de estar inserido na faculdade e sala ao qual estará sendo aplicado a pesquisa, coordenada pelo (a) Professor (a) Jaciara Reis Nogueira Garcia e contará ainda com a acadêmica Gercica da Silva Klein.

A sua participação não é obrigatória sendo que, a qualquer momento da pesquisa, você poderá desistir e retirar seu consentimento. Sua recusa não trará nenhum prejuízo para sua relação com o pesquisador e com a Fundação Educacional de Toledo.

Os objetivos desta pesquisa são: Caracterizar os padrões alimentares da população; Avaliar do consumo de produtos alimentícios industrializados; Avaliar o consumo de frutas, verduras, legumes; Verificar o consumo de alimentos orgânicos; Averiguar o consumo de água potável; Realizar análise socioeconômica dos grupos populacionais; Analisar os aspectos culturais associados ao comportamento alimentar; Identificar os aspectos étnico e raciais da população; Analisar a relação do consumo alimentar com os determinantes sociais da saúde do grupo populacional.

Caso você decida aceitar o convite, será submetido (a) ao (s) seguinte (s) procedimentos: Responder ao questionário aplicado. O tempo previsto para a sua participação é de aproximadamente 20 minutos.

Os riscos que eventualmente venham a ocorrer, no que diz respeito à reflexão sobre a sua imagem, uma vez que a aplicação de questionários sobre a alimentação e a aferição do peso e altura, o indivíduo poderá sentir desconforto e será minimizado com ajuda psicológica.

Os benefícios estão relacionados à Segurança Alimentar e Nutricional, pois é importante na estratégia que estimula a população, por meio de ações educativas e de comunicação, a adotar hábitos alimentares saudáveis, socializando conhecimento sobre a alimentação e a prevenção dos problemas nutricionais.

Os resultados desta pesquisa poderão ser apresentados em seminários, congressos e similares, entretanto, os dados/informações obtidos por meio da sua participação serão confidenciais e sigilosos, não possibilitando sua identificação. A sua

participação bem como a de todas as partes envolvidas será voluntária, não havendo remuneração para tal.

Não haverá nenhum gasto financeiro para o voluntário. Não está previsto indenização por sua participação, mas em qualquer momento se você sofrer algum dano, comprovadamente decorrente desta pesquisa, terá direito à indenização.

Você receberá uma via deste termo onde constam o telefone e o endereço do pesquisador principal, podendo tirar suas dúvidas sobre o projeto e sobre sua participação agora ou em qualquer momento.

Pesquisador Responsável: Jaciara Reis Nogueira Garcia

Endereço: Rua sete de setembro 1618, Jardim La Salle Toledo -PR

Telefone: (45) 999923868

Assinatura _____

Declaro que entendi os objetivos, a forma de minha participação, riscos e benefícios da mesma e aceito o convite para participar. Autorizo a publicação dos resultados da pesquisa, a qual garante o anonimato e o sigilo referente à minha participação.

Nome do participante da pesquisa: _____

Assinatura do participante da pesquisa: _____

O Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos (CEP) é composto por um grupo de pessoas que trabalham para garantir que seus direitos como participante de pesquisa sejam respeitados. Ele tem a obrigação de avaliar se a pesquisa foi planejada e se está sendo executada de forma ética. Se você achar que a pesquisa não está sendo realizada da forma como você imaginou ou que está sendo prejudicado de alguma forma, você pode entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário Assis Gurgacz (CEP-FAG).

Avenida das Torres 500 – Bloco 4 – Bairro FAG

Cascavel-Paraná CEP: 85806-095

Tel.: (45) 3321-3791

Coordenadora: Prof^a. Thayse Dal Molin Alérico

Email: comitedeetica@fag.edu.br

ANEXO 20

QUESTIONÁRIO DE FREQUÊNCIA ALIMENTAR 5

Data da entrevista ____/____/____

Idade atual: _____ Data de nascimento: ____/____/____ Sexo () F ()

1. Você mudou seus hábitos alimentares recentemente ou está fazendo dieta para emagrecer ou por qualquer outro motivo?

- (1) Não (5) Sim, para redução de sal
(2) Sim, para perda de peso (6) Sim, para redução de colesterol
(3) Sim, por orientação médica (7) Sim, para ganho de peso
(4) Sim, para dieta vegetariana ou Outro motivo: _____
redução do consumo de carne

2 . Você está tomando algo para suplementar sua dieta (vitaminas, minerais e outros produtos)?

- (1) não (2) sim, regularmente (3) sim, mas não regularmente

3. Se a resposta da pergunta anterior for sim, favor preencher o quadro abaixo:

SUPLEMENTO	MARCA COMERCIAL	DOSE	FREQUÊNCIA

4. As questões seguintes relacionam-se ao seu hábito alimentar usual no PERÍODO DE UM ANO. Para cada quadro responda, por favor, a frequência que melhor descreva QUANTAS VEZES você costuma comer

cada item e a respectiva UNIDADE DE TEMPO (se por dia, por semana, por mês ou no ano). Depois responda qual a sua PORÇÃO INDIVIDUAL USUAL em relação à porção média indicada. ESCOLHA SOMENTE UM CÍRCULO PARA CADA COLUNA. Muitos grupos de alimentos incluem exemplos. Eles são sugestões e você pode consumir todos os itens indicados. Se você não come ou raramente come um determinado item, preencha o círculo da primeira coluna (N=nunca come). NÃO DEIXE ITENS EM BRANCO.

GRUPO DE ALIMENTOS	Com que frequência você Costuma comer?		Qual o tamanho de sua porção em relação à Porção média?		
	QUANTAS VEZES VOCÊ COME:	UNIDADE	PORÇÃO MÉDIA (M)	SUA PORÇÃO	
Alimentos e preparações	Número de vezes: 1, 2, 3, etc. (N = nunca ou raramente comeu no último ano)	D=por dia S=por semana M=por mês A=por ano	Porção média de referência	P = menor que a porção média M = igual à porção média G = maior que a porção média E = bem maior que a porção média	
SOPAS E MASSAS	QUANTAS VEZES VOCÊ COME	UNIDADE	PORÇÃO MÉDIA (M)	SUA PORÇÃO	
Sopas (de legumes, canja, creme, etc.)	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	1 ½ conchas médias (195g)	P M G E	
Salgados fritos (pastel, coxinha, rissoles, bolinho)	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	1 unidade grande (80g)	P M G E	
Salgados assados (esfiha, Bauruzinho, torta)	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	2 unidades ou 2 pedaços médios (140g)	P M G E	
Macarrão com molho			5 colheres de servir		

sem carne	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	cheias (250g)	P M G E
Macarrão com molho com	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	1 escumadeira rasa	P M G E
Pizza, panqueca	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	2 fatias médias ou 2 ½ unidades (200g)	P M G E
Polenta cozida ou frita	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	1 colher de servir ou 1 ½ fatias pequenas (60g)	P M G E
CARNES E PEIXES	QUANTAS VEZES VOCÊ COME	UNIDADE	PORÇÃO MÉDIA (M)	SUA PORÇÃO
Carne de boi (bife, cozida, Assada), miúdos, vísceras	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	1 bife médio ou 2 pedaços (100g)	P M G E
Carne de porco (lombo,	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	1 fatia média (100g)	P M G E
Carne seca, carne de sol, bacon	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	2 pedaços pequenos (40g)	P M G E
Linguiça	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	1 gomo médio (60g)	P M G E
CARNES E PEIXES	QUANTAS VEZES VOCÊ COME	UNIDADE	PORÇÃO MÉDIA (M)	SUA PORÇÃO

Embutidos (presunto, Mortadela, salsicha)	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	2 fatias médias (30g)	P M G E
Frango (cozido, frito, grelhado, assado)	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	1 pedaço ou 1 filé pequeno (60g)	P M G E
Hambúrguer, nuggets, Almôndega	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	1 unidade média (60g)	P M G E
Peixe (cozido, frito Assado) e frutos do mar	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	1/2 filé pequeno ou 1/2 posta pequena (50g)	P M G E
LEITE E DERIVADOS	QUANTAS VEZES VOCÊ COME	UNIDADE	PORÇÃO MÉDIA (M)	SUA PORÇÃO
Leite - tipo: () integral () desnatado () semidesnatado	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	¾ copo requeijão (180ml)	P M G E
iogurte - tipo: () natural () com frutas	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	1 unidade pequena (140g)	P M G E
Queijo mussarela, prato, parmesão, provolone	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	1 fatia grossa (20g)	P M G E
Queijo minas, ricota	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10		1 fatia média (30g)	P M G E

		D S M A		
LEGUMINOSAS E OVOS	QUANTAS VEZES VOCÊ COME	UNIDADE	PORÇÃO MÉDIA (M)	SUA PORÇÃO
Ovo (cozido, frito)	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	1 unidade (50g)	P M G E
Feijão (carioca, roxo, preto, verde)	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	1 concha média (86g)	P M G E
Lentilha, ervilha seca, grão de bico, soja	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	1 colher de sopa (18g)	P M G E
Feijoada, feijão tropeiro	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	1 concha média (210g)	P M G E
ARROZ E TUBÉRCULOS	QUANTAS VEZES VOCÊ COME	UNIDADE	PORÇÃO MÉDIA (M)	SUA PORÇÃO
Arroz branco ou integral cozido com óleo e temperos	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	6 colheres de sopa cheias (150g)	P M G E
Batata frita ou mandioca frita	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	2 colheres de servir rasas (70g)	P M G E
Batata, mandioca, inhame (cozida ou assada), purê	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	1 colher de servir cheia (70g)	P M G E
Salada de maionese com legumes	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	3 colheres de sopa (90g)	P M G E

Farinha de mandioca, farofa,	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	3 colheres de sopa (40g)	P M G E
Cuscuz, aveia, tapioca				
VERDURAS E LEGUMES	QUANTAS VEZES VOCÊ COME	UNIDADE	PORÇÃO MÉDIA (M)	SUA PORÇÃO
Alface	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	3 folhas médias	P M G E
Tomate	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	2 ½ fatias médias (33g)	P M G E
Cenoura	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	½ colher de servir (20g)	P M G E
VERDURAS E LEGUMES	QUANTAS VEZES VOCÊ COME	UNIDADE	PORÇÃO MÉDIA (M)	SUA PORÇÃO
Outros legumes (abobrinha, berinjela, chuchu, pepino)	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	1 colher de sopa rasa (20g)	P M G E
Outras verduras cruas (acelga, rúcula, agrião)	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	½ prato raso (30g)	P M G E
Outras verduras cozidas (acelga, espinafre, escarola, couve)	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	1 colher de servir (30g)	P M G E
Brócolis, couve-flor, repolho				P M G E

	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	1 ramo ou 1 ½ colheres de sopa (30g)	
MOLHOS E TEMPEROS	QUANTAS VEZES VOCÊ COME	UNIDADE	PORÇÃO MÉDIA (M)	SUA PORÇÃO
Óleo, azeite ou vinagrete para tempero de salada	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	1 fio (5ml)	P M G E
Maionese, molho para Salada, patê, chantilly	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	1 colher de chá (4g)	P M G E
Sal para tempero e salada	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	1 pitada (0,35g)	P M G E
Condimentos	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	1 pitada (0,35g)	P M G E
FRUTAS	QUANTAS VEZES VOCÊ COME	UNIDADE	PORÇÃO MÉDIA (M)	SUA PORÇÃO
Laranja, mexerica, abacaxi	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	1 unidade grande Ou 3 fatias médias (257g)	P M G E
Banana	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	1 unidade média (86g)	P M G E

Maçã, Pêra	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	1 unidade média(130g)	P M G E
Melão, melancia	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	1 fatia média (150g)	P M G E
Mamão	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	1 fatia média ou ½ unidade média (160g)	P M G E
Uva	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	1 cacho médio (350g)	P M G E
Goiaba	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	1 unidade grande (225g)	P M G E
BEBIDAS	QUANTAS VEZES VOCÊ COME	UNIDADE	PORÇÃO MÉDIA (M)	SUA PORÇÃO
Suco natural	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	1 copo americano (200 ml)	PMGE
Suco industrializado	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	1 copo de requeijão (240ml)	PMGE
Café ou chá sem açúcar	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	½ copo de requeijão (120ml)	PMGE
Café ou chá com açúcar	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	½ copo de requeijão (120ml)	PMGE

Refrigerante () comum () diet/light	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	1 copo de requeijão (240ml)	PMGE
Cerveja	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	7 copos americanos (1000ml)	PMGE
Caipirinha, destilados, Outras	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	½ copo de requeijão (120ml)	PMGE
PÃES E BISCOITOS	QUANTAS VEZES VOCÊ COME	UNIDADE	PORÇÃO MÉDIA (M)	SUA PORÇÃO
Pão francês, pão de forma, integral, pão doce, torrada	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	1 unidade ou 2 fatias (50g)	P M G E
Biscoito sem recheio (Doce, salgado)	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	7 unidades (42g)	P M G E
Biscoito recheado, waffer, Amanteigado	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	4 unidades (64g)	P M G E
Bolo (simples, recheado)	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	1 fatia média (60g)	P M G E
Manteiga ou margarina	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	3 pontas de faca (15g)	P M G E

Sanduíche (cachorro- quente, Hambúrguer)	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	1 ½ unidades Simples (165g)	P M G E
DOCES SOBREMESAS	E QUANTAS VEZES VOCÊ COME	UNIDADE	PORÇÃO MÉDIA (M)	SUA PORÇÃO
Chocolate, bombom, Brigadeiro	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	1 barra pequena (25g)	P M G E
Achocolatado em pó (adicionado ao leite)	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	2 colheres de sopa (25g)	P M G E
Sobremesas, doces, Tortas e pudins	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	1 pedaço ou 1 fatia Grande (85g)	P M G E
Sorvete	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	1 bola média (85g) Ou 1 picolé (70g)	P M G E
DOCES SOBREMESAS	E QUANTAS VEZES VOCÊ COME	UNIDADE	PORÇÃO MÉDIA (M)	SUA PORÇÃO
Gelatina	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	4 colheres de sopa ou 1 unidade (100g)	P M G E

Balas, pirulitos	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	2 balas ou 1 pirulito (10g)	P M G E
Açúcar, mel, geleia	N 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	D S M A	1 colher de sopa (12g)	P M G E

5. Por favor, liste qualquer outro alimento ou preparação importante que você costuma comer ou beber pelo menos UMA VEZ POR SEMANA que não foram citados aqui (por exemplo: leite-de-coco, outros tipos de carnes, receitas caseiras, creme de leite, leite condensado e outros doces etc.).

ALIMENTO	FREQUÊNCIA POR SEMANA	QUANTIDADE CONSUMIDA

6. Quando você come carne bovina ou suína, você costuma comer a gordura visível?

(1) nunca ou raramente (2) algumas vezes (3) sempre (9) não sabe

7. Quando você come frango ou peru, você costuma comer a pele?

(1) nunca ou raramente (2) algumas vezes (3) sempre (9) não sabe

8. Relate os locais e horários que costuma fazer suas refeições

	Café da manhã	Lanche da manhã	Almoço
--	---------------	-----------------	--------

	Horário	Local	Horário	Local	Horário	Local
Segunda a sexta						
Sábado						
Domingo						
	Lanche da tarde		Jantar		Ceia	
	Horário	Local	Horário	Local	Horário	Local
Segunda a sexta						
Sábado						
Domingo						

Código dos locais das refeições:

1- não faz a refeição usualmente

2- em casa

3- lanchonete

4- escola

5- trabalho

6- academia

7- outros

ANEXO 21

QUESTIONÁRIO 2

1. Que horas você vai dormir e quantas horas?
2. Tem o hábito de tomar café pela manhã?
3. Faz as refeições em casa? Quem faz as preparações?
4. Como é a rotina da sua família?
5. Consome as refeições na frente da TV?
6. O que você mais gosta de comer?
7. Pratica alguma atividade física ou algum outro tipo de esporte? Quantas vezes na semana?
8. Alguém da família possui alguma patologia (HÁ, DM, obesidade, entre outras)?
9. Você acha importante ter uma alimentação saudável? Por quê?
10. Está satisfeito com sua imagem corporal? O que você gostaria de mudar?

ANEXO 22

AUTORIZAÇÃO DO RESPONSÁVEL PELO CAMPO DE ESTUDO

Título do projeto: PADRÃO DO CONSUMO ALIMENTAR DE CRIANÇAS, ADULTOS E IDOSOS: CARACTERIZAÇÃO E ASSOCIAÇÃO COM DETERMINANTES SOCIAIS DA SAÚDE.

Pesquisadora: JACIARA REIS NOGUEIRA GARCIA

Colaboradora: NABILA SEFRIAM

Local da pesquisa: ACADEMIA TWISTER

Responsável pelo local de realização da pesquisa: ELSON KURPEL

A pesquisadora acima identificada está autorizada a realizar a pesquisa e coletar dados, preservando as informações referentes aos sujeitos de pesquisa, divulgando-as exclusivamente para fins científicos apenas anonimamente, respeitando todas as normas da Resolução 196/96 e suas complementares.

Cascavel, 07 de Novembro de 2017

ELSON KURPEL

ANEXO 24

AUTORIZAÇÃO DO RESPONSÁVEL PELO CAMPO DE ESTUDO

Título do projeto: PADRÃO DO CONSUMO ALIMENTAR DE CRIANÇAS, ADULTOS E IDOSOS: CARACTERIZAÇÃO E ASSOCIAÇÃO COM DETERMINANTES SOCIAIS DA SAÚDE.

Pesquisadora: JACIARA REIS NOGUEIRA GARCIA

Colaboradora: NABILA SEFRIAM

Local da pesquisa: CLUB MAIS

Responsável pelo local de realização da pesquisa: ELSON KURPEL

A pesquisadora acima identificada está autorizada a realizar a pesquisa e coletar dados, preservando as informações referentes aos sujeitos de pesquisa, divulgando-as exclusivamente para fins científicos apenas anonimamente, respeitando todas as normas da Resolução 196/96 e suas complementares.

Cascavel, 07 de Novembro de 2017

ELSON KURPE

ANEXO 25

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)

Você está sendo convidado (a) a participar de uma pesquisa intitulada: **“PADRÃO DO CONSUMO ALIMENTAR DE CRIANÇAS, ADULTOS E IDOSOS: CARACTERIZAÇÃO E ASSOCIAÇÃO COM DETERMINANTES SOCIAIS DA SAÚDE”**, em virtude de estar inserido na academia onde está sendo aplicado a pesquisa, coordenada pelo (a) Professor (a) Jaciara Reis Nogueira Garcia e contará ainda com a Nabila Sefriam.

A sua participação não é obrigatória sendo que, a qualquer momento da pesquisa, você poderá desistir e retirar seu consentimento. Sua recusa não trará nenhum prejuízo para sua relação com o pesquisador, com o Centro Universitário FAG e com a ACADEMIA TWISTER.

Os objetivos desta pesquisa são: Caracterizar os padrões alimentares da população; Avaliar do consumo de produtos alimentícios industrializados; Avaliar o consumo de frutas, verduras, legumes; Verificar o consumo de alimentos orgânicos; Averiguar o consumo de água potável; Realizar análise socioeconômica dos grupos populacionais; Analisar os aspectos culturais associados ao comportamento alimentar; Identificar os aspectos étnico e raciais da população; Analisar a relação do consumo alimentar com os determinantes sociais da saúde do grupo populacional.

Caso você decida aceitar o convite, será submetido (a) ao(s) seguinte(s) procedimentos: Responder ao questionário aplicado. O tempo previsto para a sua participação é de aproximadamente 15 minutos.

Os riscos que eventualmente venham a ocorrer, no que diz respeito à reflexão sobre a sua imagem, uma vez que a aplicação de questionários sobre a alimentação, o indivíduo poderá sentir desconforto e será minimizado com ajuda psicológica.

Os benefícios estão relacionados à Segurança Alimentar e Nutricional, pois é importante na estratégia que estimula a população, por meio de ações educativas e de comunicação, a adotar hábitos alimentares saudáveis, socializando conhecimento sobre a alimentação e a prevenção dos problemas nutricionais.

Não haverá nenhum gasto financeiro para o voluntário. Não está previsto indenização por sua participação, mas em qualquer momento se você sofrer algum dano, comprovadamente decorrente desta pesquisa, terá direito à indenização.

Você receberá uma via deste termo onde constam o telefone e o endereço do pesquisador principal, podendo tirar suas dúvidas sobre o projeto e sobre sua participação agora ou em qualquer momento.

Pesquisador Responsável: Jaciara Reis Nogueira Garcia

Endereço: Rua sete de setembro 1618, Jardim La Salle Toledo -PR

Telefone: (45) 999923868

Assinatura_____

Declaro que entendi os objetivos, a forma de minha participação, riscos e benefícios da mesma e aceito o convite para participar. Autorizo a publicação dos resultados da pesquisa, a qual garante o anonimato e o sigilo referente à minha participação.

Nome do participante da pesquisa: _____

Assinatura do participante da pesquisa: _____

O Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos (CEP) é composto por um grupo de pessoas que trabalham para garantir que seus direitos como participante de pesquisa sejam respeitados. Ele tem a obrigação de avaliar se a pesquisa foi planejada e se está sendo executada de forma ética. Se você achar que a pesquisa não está sendo realizada da forma como você imaginou ou que está sendo prejudicado de alguma forma, você pode entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário Assis Gurgacz (CEP-FAG).

Avenida das Torres 500 – Bloco 4 – Bairro FAG

Cascavel-Paraná CEP: 85806-095

Tel.: (45) 3321-3791

Coordenadora: Prof^a. Thayse Dal Molin Alérico

Email: comitedeetica@faq.edu.br

ANEXO 26

Você está sendo convidado (a) a participar de uma pesquisa intitulada: **“PADRÃO DO CONSUMO ALIMENTAR DE CRIANÇAS, ADULTOS E IDOSOS: CARACTERIZAÇÃO E ASSOCIAÇÃO COM DETERMINANTES SOCIAIS DA SAÚDE”**, em virtude de estar inserido na academia onde está sendo aplicado a pesquisa, coordenada pelo (a) Professor (a) Jaciara Reis Nogueira Garcia e contará ainda com a Nabila Sefriam.

A sua participação não é obrigatória sendo que, a qualquer momento da pesquisa, você poderá desistir e retirar seu consentimento. Sua recusa não trará nenhum prejuízo para sua relação com o pesquisador, com o Centro Universitário FAG e com a ACADEMIA CLUB MAIS.

Os objetivos desta pesquisa são: Caracterizar os padrões alimentares da população; Avaliar do consumo de produtos alimentícios industrializados; Avaliar o consumo de frutas, verduras, legumes; Verificar o consumo de alimentos orgânicos; Averiguar o consumo de água potável; Realizar análise socioeconômica dos grupos populacionais; Analisar os aspectos culturais associados ao comportamento alimentar; Identificar os aspectos étnico e raciais da população; Analisar a relação do consumo alimentar com os determinantes sociais da saúde do grupo populacional.

Caso você decida aceitar o convite, será submetido (a) ao(s) seguinte(s) procedimentos: Responder ao questionário aplicado. O tempo previsto para a sua participação é de aproximadamente 15 minutos.

Os riscos que eventualmente venham a ocorrer, no que diz respeito à reflexão sobre a sua imagem, uma vez que a aplicação de questionários sobre a alimentação, o indivíduo poderá sentir desconforto e será minimizado com ajuda psicológica.

Os benefícios estão relacionados à Segurança Alimentar e Nutricional, pois é importante na estratégia que estimula a população, por meio de ações educativas e de comunicação, a adotar hábitos alimentares saudáveis, socializando conhecimento sobre a alimentação e a prevenção dos problemas nutricionais.

Não haverá nenhum gasto financeiro para o voluntário. Não está previsto indenização por sua participação, mas em qualquer momento se você sofrer algum dano, comprovadamente decorrente desta pesquisa, terá direito à indenização.

Você receberá uma via deste termo onde constam o telefone e o endereço do pesquisador principal, podendo tirar suas dúvidas sobre o projeto e sobre sua participação agora ou em qualquer momento.

Pesquisador Responsável: Jaciara Reis Nogueira Garcia

Endereço: Rua sete de setembro 1618, Jardim La Salle Toledo -PR

Telefone: (45) 999923868

Assinatura_____

Declaro que entendi os objetivos, a forma de minha participação, riscos e benefícios da mesma e aceito o convite para participar. Autorizo a publicação dos resultados da pesquisa, a qual garante o anonimato e o sigilo referente à minha participação.

Nome do participante da pesquisa: _____

Assinatura do participante da pesquisa: _____

O Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos (CEP) é composto por um grupo de pessoas que trabalham para garantir que seus direitos como participante de pesquisa sejam respeitados. Ele tem a obrigação de avaliar se a pesquisa foi planejada e se está sendo executada de forma ética. Se você achar que a pesquisa não está sendo realizada da forma como você imaginou ou que está sendo prejudicado de alguma forma, você pode entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário Assis Gurgacz (CEP-FAG).

Avenida das Torres 500 – Bloco 4 – Bairro FAG

Cascavel-Paraná CEP: 85806-095

Tel.: (45) 3321-3791

Coordenadora: Prof^a. Thayse Dal Molin Alérico

Email: comitedeetica@fag.edu.br