

**DESENVOLVIMENTO DE UM QUESTIONÁRIO DE FREQUÊNCIA
ALIMENTAR PARA AVALIAÇÃO DO CONSUMO ALIMENTAR DE
CRIANÇAS DE 2 A 5 ANOS DE IDADE**

ANA CAROLINA ALMADA COLUCCI

Dissertação apresentada ao Departamento de Nutrição
da Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São
Paulo para obtenção do Grau de Mestre

Área de concentração: Nutrição

Orientadora: Profa. Dra. Sonia Tucunduva Philippi

São Paulo

2002

Autorizo, exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, a reprodução total ou parcial desta tese, por processos fotocopiadores.

Assinatura:

Data:

42603/2002 cgr

DEDICATÓRIA

À minha mãe, que sempre entendeu a importância
do estudo e permitiu que eu chegasse até aqui.

AGRADECIMENTOS

À minha família, pela presença e pelo apoio em todos os momentos.

À minha orientadora, Prof. Sonia Tucunduva Philippi, por todos estes anos de apoio, aprendizado e estímulo pessoal e profissional.

À Betsy, pela grande amizade e pelo muito que aprendi durante a elaboração deste trabalho.

À Prof. Regina Mara Fisberg, pelo carinho e pelas valiosas e indispensáveis sugestões ao longo de todo o trabalho.

À Prof. Denise Pimentel Bergamaschi, pela contribuição para melhoria do trabalho.

Às minhas amigas Ana Teresa R. Cruz, Graziela Mantoanelli e Andréa Latterza pelo carinho e incentivo.

À Ana Carolina de Castro Teixeira e Michelle Yuri, pela contribuição e carinho.

Ao CNPq, pelas bolsas concedidas na iniciação científica e no mestrado.

*A sabedoria não nos é dada; é preciso descobri-la por nós
mesmos durante uma viagem que ninguém pode nos poupar ou
fazer por nós.*

Marcel Proust

RESUMO

Colucci ACA. **Desenvolvimento de um questionário de frequência alimentar para avaliação do consumo alimentar de crianças de 2 a 5 anos de idade.** São Paulo; 2002. [Tese de mestrado – Faculdade de Saúde Pública da USP].

Devido ao crescente interesse sobre a possível relação entre a alimentação de crianças e adolescentes e doenças na idade adulta, a dieta de indivíduos jovens tem sido investigada. Este trabalho teve por objetivo desenvolver um questionário de frequência alimentar para avaliar a dieta habitual de crianças de 2 a 5 anos de idade (QFAC). Foram identificados os alimentos mais representativos para o consumo de energia, carboidrato, proteína, lipídio, retinol, vitamina C, cálcio e ferro a partir de recordatórios de 24h de crianças de 2 a 5 anos do município de São Paulo. No QFAC foram definidas porções médias ou medianas, o tempo precedente foi estipulado em 6 meses e a frequência de consumo se apresentou em 7 categorias. O QFAC foi aplicado em estudo piloto com 33 pais ou responsáveis por crianças para avaliação da estrutura e desempenho do instrumento. O QFAC apresentou-se como um instrumento rápido e de fácil compreensão sendo portanto, adequado para a avaliação da dieta habitual de crianças de 2 a 5 anos de idade.

SUMMARY

Colucci ACA. **Desenvolvimento de um questionário de frequência alimentar para avaliação do consumo alimentar de crianças de 2 a 5 anos de idade.** [Development of a food frequency questionnaire for children from 2 to 5 years]. São Paulo (BR); 2002. [Tese de mestrado – Faculdade de Saúde Pública da USP].

Because of the increased interest of the possible connection between the diets of children and adolescents and diseases of adulthood, the diets of young people have recently received increased attention. This study was conducted to design a food frequency questionnaire for assessing the habitual diets of children from 2 to 5 years. It were identified the most important sources of total calories, carbohydrate, proteins, total fat, retinol, vitamin C, calcium and iron 24h dietary recalls applied in a random population sample aged 2 to 5 years in the city of São Paulo. The average or median portion were presented. The FFQ asked about the frequency of children's consumption of 57 items over the previous six months. It were defined seven categories of food frequency. The FFQ was tested in a pilot study with 33 parents/guardians to evaluate the instrument's structure. The FFQ seemed to be a brief, easy-to-use dietary assessment instrument that could be useful in epidemiological studies of children's intakes over extended periods.

LISTA DE TABELAS

TABELA 1. Categorias e alimentos do Questionário de Frequência Alimentar para Crianças

TABELA 2. Distribuição do número e porcentagem de crianças segundo sexo e idade. São Paulo, 2002.

TABELA 3. Média e desvio padrão do consumo de energia e nutrientes das crianças estimados pelo QFAC. São Paulo, 2002.

LISTA DE FIGURAS

FIGURA 1. Etapas para desenvolvimento do Questionário de Frequência Alimentar para Crianças

FIGURA 2. A perspectiva do ciclo de vida na prevenção de enfermidades crônicas não transmissíveis (ECNT).

ÍNDICE

1. INTRODUÇÃO.....	01
1.1. Avaliação do consumo alimentar de crianças.....	03
1.2. Métodos para avaliação do consumo alimentar.....	05
<i>Questionário de frequência alimentar (QFA).....</i>	<i>07</i>
Lista de alimentos.....	09
Tamanho da porção.....	11
Frequência de consumo e tempo precedente.....	13
1.3. O QFA na avaliação do consumo alimentar de crianças.....	15
2. OBJETIVOS.....	21
2.1. Geral.....	21
2.2. Específicos.....	21
3. CASUÍSTICA E MÉTODOS.....	22
3.1. Delineamento do estudo.....	22
3.2. Desenvolvimento do QFAC.....	22
<i>Obtenção do banco de dados.....</i>	<i>23</i>
<i>Identificação e agrupamento dos alimentos.....</i>	<i>24</i>
<i>Listas de alimentos.....</i>	<i>24</i>
<i>Tamanho das porções.....</i>	<i>26</i>
<i>Determinação do tempo precedente.....</i>	<i>26</i>
<i>Frequência de consumo dos alimentos.....</i>	<i>27</i>
3.3. Estudo piloto.....	27
<i>População de estudo.....</i>	<i>27</i>
<i>Variáveis de estudo.....</i>	<i>28</i>
<i>Processamento dos dados.....</i>	<i>28</i>
<i>Aspectos éticos.....</i>	<i>29</i>
<i>Análise estatística.....</i>	<i>29</i>

4. RESULTADOS.....	30
4.1. Desenvolvimento do QFAC.....	30
4.2. Estudo piloto.....	37
5. DISCUSSÃO.....	48
5.1. Desenvolvimento do QFAC.....	48
<i>Lista dos alimentos do QFAC.....</i>	<i>51</i>
<i>Porções de referência.....</i>	<i>53</i>
<i>Frequência de consumo.....</i>	<i>54</i>
<i>Tempo precedente.....</i>	<i>55</i>
<i>Estrutura final do QFAC.....</i>	<i>56</i>
5.2. Estudo piloto.....	58
6. CONCLUSÕES.....	61
7. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	62

ANEXOS

ANEXO 1. Termo de consentimento

ANEXO 2. Termo de aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa da
FSP/USP

ANEXO 3. Lista de alimentos consumidos por crianças de 2 a 5 anos de
idade da cidade de São Paulo, 1995-1996.

ANEXO 4. Alimentos agrupados segundo perfil de nutrientes e
características.

ANEXO 5. Alimentos de maior contribuição energética à dieta de
crianças de 2 a 5 anos de idade da cidade de São Paulo,
1995-1996.

ANEXO 6. Alimentos de maior contribuição em carboidratos à dieta de
crianças de 2 a 5 anos de idade da cidade de São Paulo,
1995-1996.

ANEXO 7. Alimentos de maior contribuição em proteínas à dieta de
crianças de 2 a 5 anos de idade da cidade de São Paulo,
1995-1996.

- ANEXO 8.** Alimentos de maior contribuição em lipídios à dieta de crianças de 2 a 5 anos de idade da cidade de São Paulo, 1995-1996.
- ANEXO 9.** Alimentos de maior contribuição em retinol à dieta de crianças de 2 a 5 anos de idade da cidade de São Paulo, 1995-1996.
- ANEXO 10.** Alimentos de maior contribuição em vitamina C à dieta de crianças de 2 a 5 anos de idade da cidade de São Paulo, 1995-1996.
- ANEXO 11.** Alimentos de maior contribuição em cálcio à dieta de crianças de 2 a 5 anos de idade da cidade de São Paulo, 1995-1996.
- ANEXO 12.** Alimentos de maior contribuição em ferro à dieta de crianças de 2 a 5 anos de idade da cidade de São Paulo, 1995-1996.
- ANEXO 13.** Alimentos presentes nas listas de contribuição incluídos no Questionário de Frequência Alimentar.
- ANEXO 14.** Itens de alimentos e respectivas porções que integram o Questionário de Frequência Alimentar para Crianças (QFAC)
- ANEXO 15.** QFAC preliminar

1. INTRODUÇÃO

Nos últimos anos, estudos têm evidenciado mudanças epidemiológicas acompanhadas de um padrão dietético “ocidental” com características como alto teor de gordura e colesterol, carboidratos refinados e baixo teor de fibra, normalmente associado à uma vida sedentária (MONTEIRO e col. 1995, MONDINI e MONTEIRO 1995, BLEIL 1998).

O aumento da prevalência de obesidade, câncer, doenças cardiovasculares e outras enfermidades crônicas não transmissíveis (ECNT) está intimamente relacionado à adoção deste tipo de comportamento alimentar. No Brasil, sabe-se que, entre 1975 e 1989, a proporção de adultos obesos quase dobrou, aumentando de 5,7% para 9,6%, sendo que em 1989, a proporção de mulheres obesas excedeu a de desnutridas em todas as faixas de renda e entre os homens, isto ocorreu nos grupos com renda elevada (MONTEIRO e CONDE 1999).

Em grupos etários mais jovens, este fenômeno também está presente sendo que dados referentes a crianças menores de 5 anos, da cidade de São Paulo, mostram um declínio significativo da prevalência de desnutrição entre 1974 e 1996, enquanto o risco à obesidade manteve-se estável (MONTEIRO e CONDE 2000).

Dadas as evidências de que algumas doenças típicas do adulto (obesidade, doenças cardíacas, câncer e osteoporose) são processos patológicos que refletem a exposição acumulativa a fatores de risco durante as diferentes fases da vida, justifica-se a pesquisa e o monitoramento de indicadores dietéticos em crianças e adolescentes (ROCKETT e COLDITZ 1997, WILLETT 1998).

Compreender o papel da dieta como variável de exposição ao risco de desenvolvimento de ECNT é uma tarefa complexa. Cabe salientar que, ao se avaliar o consumo alimentar de um grupo populacional, não basta apenas mensurar quantitativamente o consumo de energia e nutrientes, mas também é imprescindível estudar as relações entre o consumo de determinados alimentos e a ocorrência de doenças; avaliar a influência de fatores socioeconômicos, culturais e fisiológicos como condicionantes do consumo alimentar e desenvolver e aprimorar instrumentos para avaliação do consumo (WILLETT 1998).

1.1. Avaliação do consumo alimentar de crianças

A alimentação infantil é um dos aspectos fundamentais para a saúde da criança e, ao mesmo tempo em que é importante para o crescimento e desenvolvimento, pode também representar um dos principais fatores de prevenção de algumas doenças na idade adulta.

É preciso obter informações confiáveis sobre o consumo alimentar de crianças para que seja possível a determinação do estado nutricional deste grupo, o planejamento de programas de intervenção e o estudo das inter-relações do estado nutricional com o estado de saúde (SERRA MAJEM 1995).

A avaliação da dieta de crianças apresenta algumas dificuldades relacionadas à grande variação diária da alimentação, à rápida mudança dos hábitos alimentares e à limitada capacidade cognitiva deste grupo (PERSSON e CARLGREN 1984, BARANOWSKI e DOMEL 1994, THOMPSON e BYERS 1994, ROCKETT e COLDITZ 1997). Conforme as crianças crescem, a contribuição das refeições realizadas fora do domicílio tende a aumentar em relação ao consumo alimentar total, dificultando a avaliação (ROCKETT e COLDITZ 1997).

Outra dificuldade apontada diz respeito à idade da criança, que influencia a escolha do método a ser empregado. A capacidade de fornecer

informações confiáveis sobre a alimentação e de raciocinar de forma semelhante a um indivíduo adulto, só é adquirida pela criança a partir de 10 anos de idade (EMMONS e HAYES 1973, NUZZO 1998, SLATER e col. 2000). As mais novas situam-se em um estágio muito precoce do desenvolvimento cognitivo, impossibilitando a descrição adequada de seu consumo alimentar (GARBARINO e STOTT 1989).

Em estudos com crianças menores de 10 anos, a informação dietética deve ser fornecida pelos adultos responsáveis pela criança em casa, na escola ou na creche (PERSSON e CARLGREN 1984, BARANOWSKI e col. 1991, TAYLOR e GOULDING 1998, DWYER 1999).

Os autores que avaliaram a qualidade das informações fornecidas pelos pais ou adultos responsáveis sobre o consumo alimentar de crianças (KLESGES e col. 1987, TREIBER e col. 1990, ECK e col. 1991, DWYER 1999) concluíram que as respostas podem ser influenciadas por vários fatores, como: as técnicas de entrevista, as mudanças na informação fornecida, decorrentes de preocupação com o fato de ser entrevistado, as diferenças no nível de escolaridade dos pais, a memória, a motivação e os conhecimentos sobre nutrição.

1.2. Métodos para avaliação do consumo alimentar

Existem vários métodos para a avaliação do consumo alimentar de grupos populacionais. Entretanto, cabe salientar que o instrumento de escolha deve ser capaz de medir, com precisão, a ingestão real de alimentos de um indivíduo ou população (SERRA MAJEM e BARTRINA 1995, MATAIX VERDÚ e LLOPIS GONZÁLEZ 1995).

A seleção de um método de avaliação do consumo alimentar é condicionada por vários fatores, devendo ser considerados: os objetivos do estudo, as características do grupo populacional a ser estudado, os alimentos ou nutrientes de interesse, os recursos (humanos, materiais e econômicos) disponíveis e o desenho metodológico do estudo. Em estudos que objetivam investigar a relação entre dieta e doença, a escolha do método é ainda, influenciada pela intensidade e freqüência de exposição ao fator dietético de interesse (THOMPSON e BYERS 1994, SERRA MAJEM 1995, DWYER 1999).

O desenho metodológico de um estudo sobre consumo alimentar pode se apresentar de duas formas segundo a dimensão de tempo a ser avaliada. Na primeira, o objetivo é avaliar a dieta consumida em um momento passado e, para isso, se utilizam métodos retrospectivos como o recordatório de 24 horas, o questionário de freqüência alimentar e a história alimentar. A segunda forma de abordagem requer o registro da informação

presente por meio da utilização de métodos prospectivos como a análise em duplicata, o método das pesadas e o diário alimentar. Cada método apresenta vantagens e desvantagens que devem ser cuidadosamente avaliadas no momento da decisão sobre o mais adequado para cada situação (BLOCK 1982, THOMPSON e BYERS 1994, DWYER 1999).

O desenvolvimento de instrumentos capazes de medir com exatidão a dieta habitual das crianças apresenta-se como um importante desafio metodológico. O instrumento mais adequado deve fornecer informações confiáveis, ser de fácil utilização e baixo custo e, principalmente, permitir o estabelecimento de relações entre o consumo alimentar e o estado nutricional desta população (WILLETT 1994).

Dentre os métodos utilizados para mensurar o consumo alimentar, merecem destaque o Recordatório de 24 horas (R24h), o Diário Alimentar (DA) e o Questionário de Frequência Alimentar (QFA).

O método recordatório de 24 horas (R24h) requer que o indivíduo entrevistado descreva quantitativamente os alimentos e bebidas consumidos nas últimas 24 horas ou, mais usualmente, no dia anterior à data da entrevista (BLOCK 1982, BLOCK 1989, DWYER 1999). É uma metodologia amplamente empregada para a avaliação do consumo alimentar de grupos populacionais de diferentes faixas etárias e estratos sociais, que permite um

diagnóstico do consumo alimentar atual da população (MONTEIRO 1988, EGASHIRA 1998, AQUINO 1999, MARCHIONI 1999, LATTERZA 2000).

Outro instrumento de ampla utilização é o diário alimentar (DA), considerado um dos mais precisos e exeqüíveis métodos para avaliação do consumo alimentar atual de indivíduos ou de populações. Consiste em solicitar ao entrevistado que registre, em um formulário específico, os alimentos e as bebidas com as respectivas quantidades, consumidas durante um determinado período de tempo (3 ou 4 dias) (THOMPSON e BYERS 1994, BARTRINA e PERES 1995, DWYER 1999).

Questionário de Freqüência Alimentar (QFA)

O questionário de freqüência alimentar é amplamente empregado para a avaliação da dieta habitual de indivíduos e populações, tendo se tornado um dos métodos essenciais na epidemiologia nutricional (WILLETT 1990, MARTÍN-MORENO e col. 1993, JIMÉNEZ e MARTÍN-MORENO 1995).

O QFA é estruturado com o objetivo de obter a freqüência habitual de consumo de alimentos por um período de tempo determinado, a partir da sistematização de uma lista de alimentos (PERSSON e CARLGREN 1984, WILLET e col. 1985, LIU 1994).

Desta forma, o QFA comparado com outros métodos, como o R24h e o DA, substitui a precisão da mensuração do consumo alimentar de um ou vários dias por uma informação global do consumo em um período amplo de tempo (JIMÉNEZ e MARTÍN-MORENO 1995).

Os dados obtidos por meio do QFA mostram-se úteis na classificação de grupos populacionais de acordo com o seu consumo alimentar habitual, na identificação de indivíduos com padrões extremos de consumo e no monitoramento de tendências nos comportamentos alimentares ao longo do tempo. Por isso, este instrumento é especialmente aplicável em estudos que tenham por objetivo relacionar a dieta e efeitos na saúde a longo prazo (WILLET e col. 1985, ZULKIFLI e YU 1992, DWYER 1999).

O QFA pode ser auto-administrado, necessitando de pouco tempo para ser respondido. Ainda, devido ao seu caráter estruturado possibilita maior facilidade na análise dos dados gerados (BLOCK 1989, ZULKIFLI e YU 1992, THOMPSON e BYERS 1994, DWYER 1999).

A principal limitação do uso do QFA é a impossibilidade de quantificar de forma detalhada o consumo alimentar, pois os alimentos consumidos estão expressos em unidades ou porções padronizadas. Por outro lado, não pode ser utilizado para classificar a ingestão dos nutrientes como adequada ou inadequada em relação a valores recomendados pois, além do mencionado, é impossível elaborar uma lista que contemple todos os

alimentos que pertençam à dieta habitual de um indivíduo (BLOCK 1989, THOMPSON e BYERS 1994, DWYER 1999).

É importante salientar que, antes da elaboração de um QFA, deve existir uma etapa preliminar cuidadosamente planejada, pois o incorreto desenvolvimento do instrumento pode levar a conclusões espúrias.

Um QFA possui basicamente três componentes: uma lista de alimentos, as porções habitualmente consumidas e a sistematização da frequência de consumo de cada alimento em unidades de tempo.

A estimativa do consumo dos nutrientes é obtida por meio de informações sobre o tamanho da porção e sobre a frequência de consumo dos alimentos (estimativa do nutriente = frequência de consumo do alimento x tamanho da porção x teor do nutriente no alimento) (BLOCK 1989, THOMPSON e BYERS 1994).

Lista de alimentos

A lista dos alimentos deve ser clara, concisa e estruturada de maneira organizada e sistemática para garantir a presença dos alimentos mais representativos da dieta habitual dos indivíduos (JIMÉNEZ e MARTÍN-MORENO 1995) e assegurar a compreensão pelos entrevistados (WILLETT e col. 1985, WILLETT 1998).

Cabe salientar que esta lista pode variar em amplitude e complexidade de acordo com os nutrientes que se pretende estudar e a importância relativa dos alimentos em diferentes subgrupos populacionais.

Para a elaboração da lista de alimentos, várias estratégias podem ser adotadas (BLOCK e col. 1985a, OVERVAD e col. 1991, WILLETT 1998). A estratégia proposta por BLOCK e col. (1985a) vem sendo utilizada por pesquisadores nos Estados Unidos (BLOCK e col. 1985b), Canadá (HOWE e col. 1986), e inclusive no Brasil (COLUCCI e col. 1999, SLATER 2001) com a vantagem de ser infreqüente a omissão de algum alimento importante para o estudo.

BLOCK e col. (1985a, 1985b) e ZULKIFLI e YU (1992) orientam inicialmente a identificação dos alimentos mais representativos da dieta habitual da população, utilizando-se um banco de dados primário ou secundário contendo informações de recordatórios de 24 horas ou diários alimentares aplicados em um grupo de pessoas com as mesmas características da população para a qual está sendo desenvolvido o QFA.

A partir das informações disponíveis no banco de dados é possível identificar os alimentos, as formas de preparo e as porções usualmente consumidas pela população de estudo e então, elaborar uma lista com os alimentos e também informações sobre o consumo de determinados

nutrientes (IVACG 1989, MARTÍN-MORENO e col. 1993). Esta lista deve conter o maior número possível de alimentos que aportam nutrientes à dieta, reunidos em grupos homogêneos quanto ao seu perfil de nutrientes (ZULKIFLI e YU 1992, THOMPSON e BYERS 1994).

SLATER (2001), em trabalho recente, elaborou uma lista de alimentos de maior contribuição energética na dieta de um grupo de adolescentes, obtendo-se valiosas informações para o desenvolvimento da estrutura do QFA.

Tamanho da porção

Um QFA pode se apresentar sob três formas: a primeira como um questionário simples, com a informação sobre a frequência dos alimentos habituais, mas sem a estimativa da quantidade consumida.

A segunda forma possível é como um QFA semiquantitativo, que inclui uma porção de referência previamente determinada para cada alimento. Para que seja possível estimar o conteúdo adequado de nutrientes, é importante que o tamanho da porção de referência do alimento seja comumente utilizado pela população e, preferencialmente, expresso em medidas habituais de consumo (xícara, unidade, fatia) (IVACG 1989, THOMPSON e BYERS 1994, JIMÉNEZ e MARTÍN-MORENO 1995, PHILIPPI e col. 2000).

A terceira forma prevê a inclusão da quantidade consumida para cada alimento no QFA, cabendo ao entrevistado informar o tamanho da porção usualmente consumida (THOMPSON e BYERS 1994, JIMÉNEZ e MARTÍN-MORENO 1995, WILLETT 1998).

Na aplicação do QFA podem ser utilizados instrumentos visuais, tais como medidas caseiras, modelos tridimensionais ou fotografias de alimentos, com a finalidade de melhorar a qualidade da informação.

A inclusão do tamanho da porção consumida em um QFA é um assunto polêmico, dado que alguns autores enfatizam que a coleta desta informação pouco contribui para melhorar a qualidade do questionário. Apesar das divergências, a maioria dos pesquisadores inclui esta informação no questionário (WILLETT e col. 1985, PIETINEN e col. 1988, ECK e col. 1991, MARTIN-MORENO e col. 1993, CARDOSO e STOCCO 2000) enquanto outros coletam apenas a informação qualitativa da dieta (PERSSON e CARLGREN 1984, JENNER e col. 1989, HAMMOND e col. 1993).

Alguns autores selecionam a porção média (PIETINEN e col. 1988, SLATER 2001) ou mediana do consumo (BLOCK e col. 1986), enquanto outros utilizam dados de literatura para adaptar o tamanho da porção à

população de estudo (WILLETT e col. 1985, STEIN e col. 1992, MARTIN-MORENO e col. 1993, BASCH e col. 1994).

Freqüência de consumo e tempo precedente

No desenvolvimento do QFA é essencial definir o formato das perguntas a serem incluídas. Sugere-se que sejam simples e fechadas, com 5 a 10 opções de resposta, produzindo uma grande e detalhada escala de freqüência. Pode-se ainda, incluir um campo para respostas abertas, o que permite que o participante possa adicionar alimentos não presentes no questionário (WILLETT e col. 1985, ZULKIFKI e YU 1992, JIMÉNEZ e MARTÍN-MORENO 1995).

Ao se definir o número e o formato das categorias de freqüência a serem incluídas no QFA, é importante considerar a facilidade de compreensão pelo entrevistado e ainda, evitar a sobreposição de categorias. Nos trabalhos existentes na literatura, o número de opções varia desde quatro (CARDOSO e col. 1997) até treze categorias de freqüência (FROST ANDERSEN e col. 1995). O número de categorias pode ainda, ser fixo (WILLETT e col. 1985, TREIBER e col. 1990, HAMMOND e col. 1993, SLATER 2001) ou variável de acordo com o item alimentar do questionário (FROST ANDERSEN e col. 1995, ROCKETT e COLDITZ 1997, YAROCH e col. 2000).

Outro ponto a ser considerado para a elaboração do QFA é a determinação da unidade de tempo precedente à aplicação do questionário, que será definida em função do tipo de estudo a ser realizado e dos nutrientes avaliados. A unidade de tempo mais comumente empregada para estimar o consumo habitual de alimentos é o ano precedente porém, alguns estudos adotam períodos de tempo mais curtos, dependendo do grupo populacional e do tempo de exposição ao fator dietético (WILLETT e col. 1985, ECK e col. 1991).

Após a elaboração do questionário, é imprescindível a realização de um estudo piloto com a finalidade de avaliar a objetividade e compreensão do instrumento e a adequação das porções incluídas no QFA à população de estudo. Ainda com o objetivo de testar o desempenho do instrumento, também são avaliados no estudo piloto as técnicas de abordagem e o formato das perguntas a serem feitas ao entrevistado. Se necessário, são realizados alguns ajustes (inclusão ou exclusão de alimentos, adequação do tamanho das porções, modificações na entrevista) permitindo a posterior realização de testes de validade e reprodutibilidade do questionário de frequência alimentar (IVACG 1989).

1.3. O QFA na avaliação do consumo alimentar de crianças

A avaliação exata da dieta consumida por crianças e adolescentes tem sido objeto de estudo há vários anos. Um dos primeiros trabalhos sobre o consumo alimentar de crianças foi publicado em 1882 por Hasse, que estudou a dieta de meninas suíças e russas com idade entre 2 e 11 anos. Foram coletadas amostras em duplicata dos alimentos consumidos por um período de 3 a 6 dias e, em seguida, foram mensurados os conteúdos de energia, proteína, carboidrato e lipídio (WIDDOWSON 1946 citado por ROCKETT e COLDITZ 1997).

Anos mais tarde, as pesquisas foram direcionadas, primeiramente para a avaliação da ingestão energética e, posteriormente para a mensuração do consumo de proteína, vitaminas e minerais. Na década de 30, na Grã-Bretanha, Widdowson e McCance desenvolveram um método de pesagem dos alimentos para mensurar o consumo alimentar individual. O método criado foi posteriormente aplicado por Widdowson em um estudo com 1028 crianças e adolescentes de 1 a 18 anos de idade entre 1936 e 1939 (WIDDOWSON 1946 citado por ROCKETT e COLDITZ 1997).

Em 1947, BURKE desenvolveu na Harvard School of Public Health, o método de história alimentar, que consistia em determinar o consumo alimentar individual por meio de recordatórios de 24 horas, registro dos cardápios de 3 dias e uma lista de alimentos consumidos no último mês.

Durante os anos 70, dois estudos nacionais de caráter transversal sobre o hábito alimentar de indivíduos, incluindo crianças, foram realizados nos Estados Unidos: o “National Health and Nutrition Examination Survey (NHANES)”, que coletou os dados por meio de um único recordatório de 24 horas e o “Nationwide Food Consumption Survey (NFCS)” que empregou 3 diários alimentares sendo que, de ambos foram obtidas estimativas da ingestão média de energia e nutrientes (KIMM e col. 1990).

Um dos estudos longitudinais pioneiros que avaliou a dieta de crianças foi o “Bogalusa Heart Study”, realizado nos Estados Unidos, de 1973 a 1988. Seu objetivo era investigar a relação entre os hábitos alimentares e o desenvolvimento de doença coronariana e hipertensão em escolares, sendo que o consumo alimentar foi avaliado pelo método R24h (FRANK e col. 1984).

Na Europa, vários estudos governamentais também se iniciaram na década de 70, como é o caso do “Amsterdam Growth and Health Longitudinal Study”, que investigou a relação entre nutrição e maturação biológica em 200 adolescentes de ambos os sexos (POST e KEMPER 1993). PERSSON e CARLGREN, em 1984, observaram os hábitos alimentares de crianças suecas empregando diferentes instrumentos, incluindo diários alimentares e R24h.

Pelo exposto, observa-se que durante muitas décadas foram utilizados diferentes métodos para a avaliação do consumo alimentar de grupos populacionais. Com o passar do tempo, os pesquisadores começaram a direcionar seus esforços não só para a construção de instrumentos de medição, mas também para a avaliação da qualidade da informação coletada.

Como consequência dessa preocupação, foram conduzidos vários estudos internacionais com a finalidade de pesquisar a validade e aplicabilidade dos métodos de avaliação do consumo alimentar em diferentes grupos populacionais, principalmente homens e mulheres adultas (WILLETT e col. 1985, PIETINEN e col. 1988, RIMM e col. 1992, MARTIN-MORENO e col. 1993). No Brasil, mais recentemente, foram desenvolvidos e validados questionários de frequência alimentar para indivíduos adultos (SICHERI 1998, FORNÉS e col. 2000, CARDOSO e col. 2001).

Ainda que em menor número, também foram desenvolvidos estudos em grupos etários mais jovens. Na literatura internacional, alguns trabalhos avaliaram a aplicabilidade de QFAs na investigação da dieta consumida por crianças e adolescentes (HAMMOND e col. 1993, JENNER e col. 1989, TREIBER e col. 1990, STEIN e col. 1992). Em nosso meio, somente o estudo realizado por SLATER (2001) teve como objetivo desenvolver e verificar a validade de um QFA para adolescentes.

HAMMOND e col. (1993) avaliaram a validade de um QFA na identificação de crianças entre 5 e 11 anos com padrões de consumo alimentar de risco ao desenvolvimento de doenças coronarianas, utilizando 14 diários alimentares como método de referência. Tal instrumento era composto por 35 alimentos representativos para o consumo de energia, lipídio e fibra e mostrou-se confiável para identificar crianças em risco e para monitorar tendências ao longo do tempo.

Em um estudo sobre os determinantes da pressão arterial em crianças entre 11 e 12 anos, JENNER e col. (1989) adaptaram um QFA originalmente desenvolvido para crianças de 9 anos de idade e compararam a média de consumo de nutrientes obtida por este instrumento com a média obtida por 14 diários alimentares. Os resultados obtidos indicaram baixas correlações entre os dois métodos porém, os autores evidenciaram algumas limitações do estudo, como o tempo de avaliação e a falta de informação da porção consumida, para justificar tais achados.

O estudo de TREIBER e col. (1990) com pais de crianças entre 3 e 5 anos demonstrou que o QFA pode ser adequadamente empregado em estudos epidemiológicos com indivíduos jovens, apesar de estimar valores de energia significativamente maiores o que os obtidos por R24h. O QFA aplicado continha 111 alimentos e ainda questões adicionais sobre o tipo de óleo ou margarina consumida, sobre a quantidade de açúcar adicionado aos

alimentos e sobre o consumo de suplementos vitamínicos (WILLETT e col. 1985).

STEIN e col. (1992) compararam a estimativa do consumo de nutrientes medida por um QFA e por 4 R24h em 238 crianças de 3 a 4 anos de idade. Neste trabalho, o QFA desenvolvido por WILLETT e col. (1985) foi utilizado após sofrer modificações quanto à lista dos alimentos e ao tempo precedente à aplicação. Os autores encontraram moderadas correlações entre o consumo de nutrientes avaliados por ambos os métodos e identificaram superestimativas do consumo medido pelo QFA.

O consumo energético de crianças de 4 a 6 anos obtido por um QFA foi comparado ao gasto energético total obtido pelo método de água duplamente marcada. Neste estudo, KASKOUN e col. (1994) verificaram que este instrumento superestimou significativamente o consumo de energia, porém estas diferenças não foram influenciadas pelo sexo ou composição corporal da criança.

TAYLOR e GOULDING (1998), em trabalho mais recente, validaram um QFA com 35 alimentos, especialmente construído para avaliar o consumo de cálcio em crianças de 3 a 6 anos. Apesar de identificarem dificuldades pelo fato de a informação dietética ter sido fornecida pelos pais das crianças, concluíram que o QFA demonstrou boa capacidade em classificar corretamente as crianças em quartis de consumo de cálcio.

Considerando a inexistência de trabalhos nacionais utilizando o QFA para a avaliação do consumo alimentar habitual das crianças e a necessidade de aperfeiçoar e agilizar a avaliação da dieta consumida por crianças, fez-se necessário o desenvolvimento de um novo instrumento para avaliação do consumo alimentar deste grupo.

Tal instrumento pretende avaliar o consumo alimentar de crianças entre 2 e 5 anos de idade, residentes no município de São Paulo, pois possibilitará a investigação das características da alimentação habitual deste grupo e o estabelecimento das possíveis relações entre a dieta e o estado nutricional.

Dentro desse contexto, este estudo teve o propósito de desenvolver um questionário de frequência alimentar para avaliação do consumo alimentar de crianças (QFAC), que fosse de fácil aplicação e baixo custo.

2. OBJETIVOS

2.1. Geral

Desenvolver um Questionário de Freqüência Alimentar para avaliação do consumo alimentar de crianças de 2 a 5 anos de idade, do município de São Paulo.

2.2. Específicos

Elaborar listas com os alimentos de maior contribuição para o consumo de energia, carboidrato, lipídio, proteína, retinol, vitamina C, cálcio e ferro.

Descrever o desempenho do QFAC em estudo piloto.

3. CASUÍSTICA E MÉTODOS

3.1. Delineamento do estudo

O presente estudo tem caráter metodológico, realizado em duas etapas: o desenvolvimento do Questionário de Frequência Alimentar para Crianças (QFAC) e o estudo piloto.

3.2. Desenvolvimento do QFAC

Para desenvolver a estrutura do QFAC, foram necessárias seis etapas preliminares detalhadas a seguir:

1ª etapa: obtenção de um banco de dados secundário contendo dados de consumo alimentar de crianças;

2ª etapa: identificação e agrupamento de todos os alimentos citados no banco de dados, que foram consumidos por esta população;

3ª etapa: elaboração de listas contendo os alimentos mais representativos para o consumo de energia, carboidrato, proteína, lipídio, retinol, vitamina C, cálcio e ferro e identificação dos alimentos a serem incluídos no QFAC;

4ª etapa: determinação do tamanho das porções habitualmente consumidas para cada item de alimento;

5ª etapa: determinação do tempo precedente a ser avaliado pelo QFAC;

6ª etapa: sistematização da frequência de consumo em unidades de tempo.

Obtenção do banco de dados

Para a construção do QFAC, foi obtido um banco de dados secundário proveniente da pesquisa intitulada “A trajetória da saúde infantil como medida de desenvolvimento social: o caso da cidade de São Paulo ao longo de cinco décadas”, realizada pelo Núcleo de Pesquisas Epidemiológicas em Nutrição e Saúde – NUPENS, da Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo, sob a coordenação do Prof. Titular Carlos Augusto Monteiro. Foi estudado, entre outros indicadores, o consumo alimentar de uma amostra domiciliar representativa de crianças menores de 60 meses de idade da cidade de São Paulo (MONTEIRO e CONDE 2000).

O banco de dados disponível era composto por R24h de 718 crianças menores de 60 meses. As informações contidas nos R24h foram coletadas por nutricionistas treinados por meio de entrevista às mães e/ou responsáveis (PHILIPPI 2001a).

Do total de 718 crianças que compunham o banco de dados, foram analisados neste trabalho somente os R24h das crianças de 2 a 5 anos de idade, de ambos os sexos (n=207). A escolha desta faixa etária para elaboração do QFA se justifica pelo fato de que a partir dos 2 anos a criança já apresenta uma alimentação variada, consumindo preparações de diferentes consistências e formas de preparo.

Identificação e agrupamento dos alimentos

Todos os alimentos consumidos pelas crianças e presentes nos R24h, foram identificados e listados. A avaliação criteriosa de cada alimento permitiu a obtenção de informações detalhadas sobre sua especificidade, forma de preparo, marca comercial e conteúdo de nutrientes.

Posteriormente foi realizado o agrupamento dos alimentos em itens homogêneos segundo características e perfil de nutrientes. Este agrupamento foi realizado consultando-se tabelas de composição centesimal (IBGE 1996, PHILIPPI 2001b) e o “software” *Virtual Nutri* (PHILIPPI e col. 1996) para obter o valor nutritivo de cada alimento e estabelecer a similaridade entre eles.

Listas de alimentos

Após o agrupamento, foram elaboradas listas com os alimentos que mais contribuíam para a ingestão de energia, carboidrato, lipídio, proteína, retinol, vitamina C, cálcio e ferro na dieta das crianças. A elaboração das listas foi realizada aplicando-se técnica de análise estatística proposta por BLOCK e col. (1985a, 1985b) e HOWE e col. (1986).

Por meio desta técnica, o nutriente total consumido pela população foi estimado pela soma ponderada do nutriente em todas as porções de todos os alimentos referidos. A contribuição percentual fornecida por cada alimento em particular i foi dada por:

$$\frac{\text{Conteúdo do nutriente (p.ex.vitamina C) fornecido pelo alimento } i}{\text{Total do nutriente fornecido por todos os alimentos}} \times 100$$

Estimado por:

$$\frac{\sum_{j=1}^{207} d_{ij} \sum_{k=0}^{S_{ij}} \text{nutriente}_{ijk} \times w_j}{\sum_{j=1}^{207} \sum_{i=1}^{88} d_{ij} \sum_{k=0}^{S_{ij}} \text{nutriente}_{ijk} \times w_j} \times 100$$

Onde:

i = alimentos, 1,2,.....,88;

j = indivíduos, 1,2,, 207;

k = porções de determinado alimento para aquele indivíduo, 0,1,2,.... S_{ij} ;

S_{ij} = número de porções do alimento i consumido pelo indivíduo j ;

d_{ij} = 1 se o indivíduo j consumiu o alimento i ,

d_{ij} = 0 se o indivíduo j não consumiu o alimento i ,

nutriente_{ijk} = quantidade do nutriente contida na porção k do alimento i do indivíduo j ;

w_j = peso daquele indivíduo na amostra.

Assim, para identificar as mais importantes fontes alimentares de determinados nutrientes, todos os alimentos citados foram classificados segundo sua contribuição percentual para a ingestão total diária do nutriente. A partir das listas de contribuição para cada alimento, foi estabelecido o ponto de corte de 80% de contribuição ao total do nutriente, como critério de inclusão dos alimentos no QFAC (BLOCK e col. 1985b, BYERS e col. 1985,

OVERVAD e col. 1991, WILLETT 1998). Para o retinol e a vitamina C, os pontos de corte adotados foram, respectivamente, 55% e 60%.

Tamanho das porções

A definição do tamanho das porções para cada alimento foi obtida nos R24h, pelo cálculo da quantidade média e mediana em gramas consumida pelas crianças. A maioria das porções incluídas no QFAC expressa o consumo médio em gramas com exceção de 15 alimentos que apresentaram diferenças significativas entre os sexos. Para estes, foi adotada a porção mediana (em gramas).

Após a definição da quantidade em gramas a ser inserida no QFA, foi realizada a transformação destas estimativas em medidas caseiras, que são mais facilmente compreendidas e refletem a forma cotidiana de consumo.

Determinação do tempo precedente

O QFAC foi desenvolvido para avaliar o consumo alimentar habitual de crianças de 2 a 5 anos de idade durante os 6 meses precedentes à sua aplicação.

Freqüência de consumo dos alimentos

Para cada alimento, foram estabelecidas questões simples com respostas múltiplas e fechadas. Foram definidas categorias de respostas em unidades de tempo e incluído um espaço aberto para que o pai ou responsável pudesse citar os alimentos não existentes no QFAC.

O Questionário de Freqüência Alimentar para Crianças (QFAC) foi testado em um estudo piloto, com a finalidade de verificar a adequação da lista e do porcionamento dos alimentos incluídos e avaliar, de forma preliminar, o grau de acurácia do instrumento. Além disso, foi possível avaliar o desempenho do instrumento em relação à clareza e compreensão por parte dos entrevistados.

3.3. Estudo piloto

População de estudo

O QFAC foi aplicado em uma amostra de conveniência composta por 33 pais ou responsáveis por crianças de ambos os sexos entre 2 anos e 6 meses e 5 anos de idade. Os participantes aceitaram participar da pesquisa espontaneamente e todas as entrevistas foram realizadas pelo autor da pesquisa.

Variáveis de estudo

Para descrever as características da população foram escolhidas:

- a) variáveis demográficas: sexo e idade (calculada pela diferença entre a data da entrevista e a data de nascimento);
- b) dietéticas: energia, carboidrato, proteína, lipídio, retinol, vitamina C, cálcio e ferro.

Processamento dos dados

Para analisar os dados obtidos por meio do QFAC, foram necessários dois passos importantes:

1. As categorias de frequência presentes no QFAC foram transformadas em frequência diária de consumo. Isto foi possível pela aplicação dos seguintes fatores multiplicadores para cada categoria de frequência de consumo.

Nunca	=	0
Menos de 1 vez por mês	=	0
1 a 3 vezes por mês	=	0,07
1 vez por semana	=	0,14
2 a 4 vezes por semana	=	0,43
1 vez por dia	=	1
2 ou mais vezes por dia	=	2

2. Foi necessária a inclusão dos itens alimentares do QFAC no banco de dados do “software” *Virtual Nutri* (PHILIPPI e col. 1996) para o cálculo dos dados coletados. No caso de itens compostos por diferentes alimentos, foi incluído o valor nutritivo médio dos alimentos existentes. Foi inserido ainda, o peso em gramas da porção estabelecida para cada alimento.

Aspectos éticos

A participação dos pais no estudo foi voluntária com consentimento por escrito mediante termo de consentimento (Anexo 1), assegurando-se a apresentação de informações sobre a pesquisa, a confiabilidade das informações e o retorno dos resultados da análise nutricional aos participantes. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo (Anexo 2).

Análise estatística

As análises estatísticas, como o cálculo dos valores médios e desvios padrão do consumo de energia e nutrientes para o QFAC, foram realizadas utilizando-se os programas Excel 2000 para Windows e SPSS versão 8.0.

4. RESULTADOS

Para facilitar a compreensão, os resultados também estão divididos em: Desenvolvimento do QFAC e Estudo Piloto.

4.1. Desenvolvimento do QFAC

Foram inicialmente identificados e listados 389 alimentos que compunham a dieta das 207 crianças entre 2 e 5 anos de idade, do município de São Paulo (Anexo 3). Tal etapa foi de suma importância para a obtenção de informações detalhadas sobre os alimentos existentes, as formas usuais de consumo e a marca comercial.

Durante esta observação do banco de dados, notou-se que as crianças não haviam consumido sopas, fato que causou estranheza pois esta é uma preparação muito consumida por crianças. Assim, foi necessária a reavaliação de todos os R24h e se pôde constatar que as sopas foram consumidas por algumas crianças porém, no momento do processamento dos dados, os ingredientes foram digitados separadamente. Assim, 23 R24h foram recalculados.

Durante a reavaliação dos inquéritos, foram ainda identificados 8 R24h, com as preparações macarrão ao sugo, salada de maionese e risoto de frango, as quais apresentavam os ingredientes separadamente e

portanto, tiveram que ser recalculadas. Portanto, no total, foram recalculados 31 R24h.

Os 389 alimentos listados foram agrupados posteriormente, segundo o critério de similaridade, em 88 itens alimentares homogêneos, apresentados no Anexo 4.

Com estes itens reagrupados, foram construídas listas de contribuição para o consumo de energia, carboidrato, proteína, lipídio, retinol, vitamina C, cálcio e ferro. Para cada nutriente, foram selecionados, por ordem de contribuição decrescente, 50 alimentos que mais contribuíram para o consumo (Anexos 5 a 12).

Após a análise das 8 listas e a adoção dos pontos de corte, foram identificados 48 itens de alimentos que fariam parte do QFAC (Anexo 13). Alguns deles foram reorganizados e outros incluídos, com a finalidade de facilitar a compreensão pelos indivíduos.

Assim, para a inclusão no QFAC, 5 itens foram reorganizados da seguinte forma:

- o item 4, composto por alface, acelga, repolho e couve, foi dividido em dois itens, sendo que a alface passou a ser um item separado, e as demais verduras permaneceram agrupadas;

- os alimentos que compunham o item 26 também foram separados em “suco de laranja” e “laranja”;
- os itens 27 e 29, representados, respectivamente, por leite em pó integral e leite fluido foram agrupados em um único item, que passou a ser denominado “leite fluido integral / leite em pó integral diluído”.
- o item 20, que incluía os embutidos (lingüiça, salsicha, presunto, mortadela) foi dividido em dois itens que passaram a ser: “lingüiça / salsicha” e “presunto / mortadela”.

Além das modificações citadas, foram incluídos 7 novos itens alimentares no QFAC: chuchu, mandioquinha, requeijão, pizza, sanduíche (misto, hambúrguer), chá industrializado e água considerando, pela observação prática, que estes alimentos estão atualmente presentes na dieta habitual das crianças.

Foram adicionados exemplos das possíveis formas de preparo para determinado item alimentar ou foi utilizada a marca comercial para melhor identificação. Por exemplo, quando o alimento do QFAC foi “Frango”, entre parênteses foi acrescentada a informação “cozido, frito, grelhado, assado” para exemplificar que o consumo de frango sob qualquer forma de preparo deveria ser informado naquele item. A inclusão da marca comercial de alguns alimentos também permitiu maior clareza na compreensão da questão como exemplificado: o item “Espessantes” continha a informação

complementar entre parênteses “Maisena[®], Farinha Láctea[®], Mucilon[®], Cremogema[®]”.

Quanto ao formato das respostas em unidades de tempo no QFAC, foram estabelecidas sete categorias: nunca, menos de 1 vez por mês, 1 a 3 vezes por mês, 1 vez por semana, 2 a 4 vezes por semana, 1 vez por dia e 2 ou mais vezes por dia, salientando que todos os alimentos apresentaram as mesmas opções (SLATER 2001).

Finalmente, após a definição de todos os parâmetros, o instrumento desenvolvido apresentou 8 páginas, com 57 itens alimentares (Anexo 14), divididos em 10 categorias de acordo com a Tabela 1. Desta forma, obteve-se a estrutura preliminar do Questionário de Freqüência Alimentar para Crianças (Anexo 15).

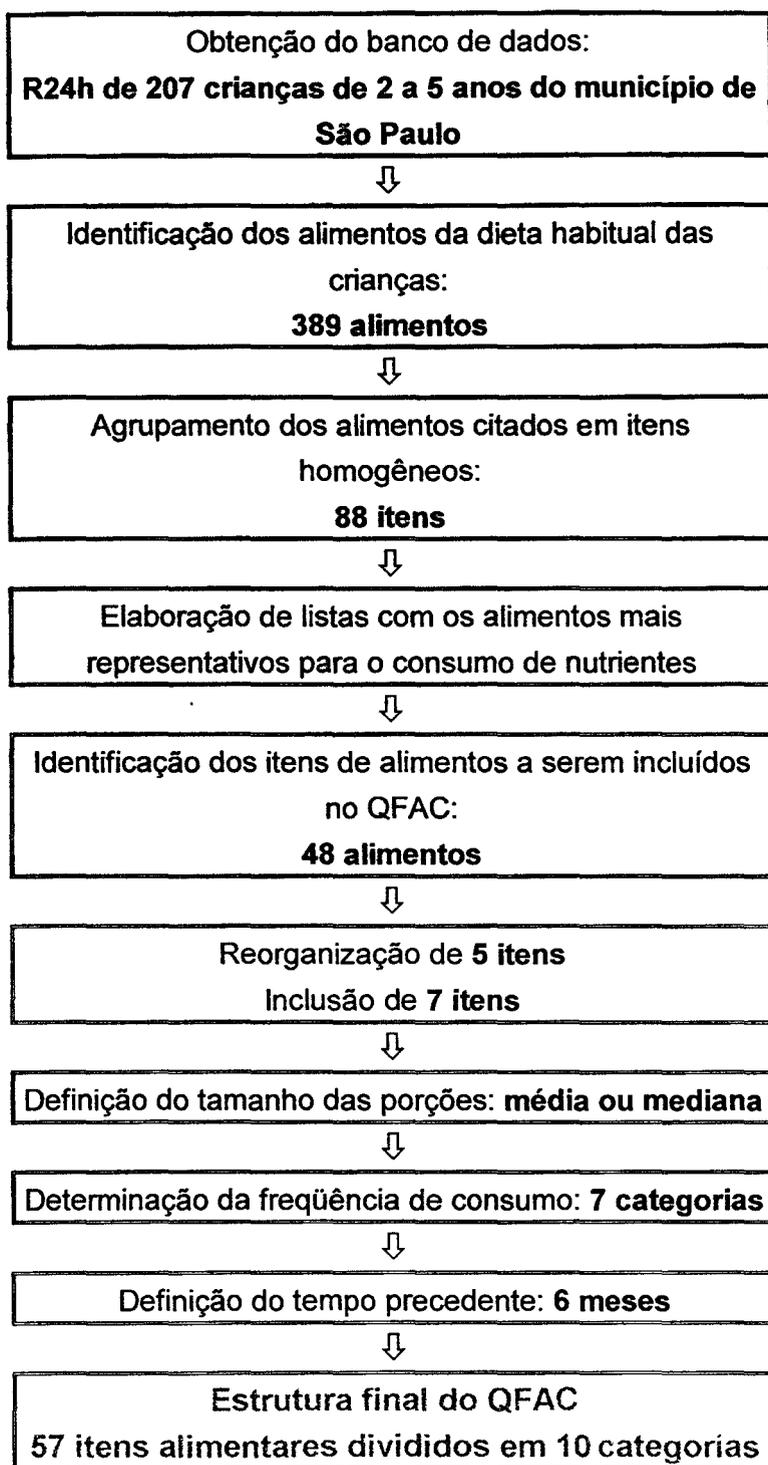
TABELA 1. Categorias e alimentos do Questionário de Frequência Alimentar para Crianças.

Categoria	Itens alimentares
• <i>Arroz, pão, massa, batata</i>	Arroz cozido Batata cozida/purê • Batata frita Biscoitos sem recheio (maisena, maria, leite, água e sal) Biscoitos com recheio (chocolate, waffer) Cereal matinal tipo Sucrilhos® Macarrão cozido/ao sugo • Macarrão instantâneo tipo miojo Pão francês/forma/bisnaguinha Espessantes (Maisena®, Farinha Láctea ®, Mucilon®, Cremogema®)
• <i>Feijão</i>	Feijão
• <i>Verduras e legumes</i>	Abóbora Alface Acelga, repolho, couve Tomate Molho de tomate Cenoura Chuchu Mandioquinha
• <i>Frutas</i>	Banana Maçã/Pêra Laranja Suco de laranja Suco de outras frutas (maracujá, abacaxi) Mamão Goiaba
• <i>Carnes e ovos</i>	Bife Carne cozida (panela/moída) - Lingüiça/Salsicha - Presunto/Mortadela Bife de fígado de boi Frango (cozido, frito, grelhado, assado) Peixe (cozido, frito) Ovo (frito, cozido), omelete (com 1 ovo)
• <i>Leite, queijo, iogurte</i>	Leite fluido integral / Leite em pó integral diluído iogurte de frutas Danoninho®, Chambinho® Leite fermentado tipo Yakult®, Chamyto® Margarina/Manteiga Queijo prato/Mussarela Requeijão

Categoria	Itens alimentares
• <i>Açúcar, doces e salgadinhos</i>	Açúcar Achocolatado em pó (Nescau®, Toddy®) Bolo comum/chocolate Chocolate/bombom Salgadinho/Batata chips
• <i>Salgados e preparações</i>	Risoto/Polenta Sopa com carne (legumes, feijão, macarrão) Sopa sem carne (legumes, feijão, macarrão) Salgados (pão de queijo, pastel, coxinha, esfiha) Pizza Sanduíche (misto, hambúrguer simples)
• <i>Bebidas</i>	Café com açúcar Refrigerante Suco artificial (tipo Tang®) Chá industrializado Água
• <i>Outros</i>	Espaço para inclusão de outros alimentos

A Figura 1 demonstra, esquematicamente, todas as etapas realizadas para construção do Questionário de Frequência Alimentar para Crianças.

FIGURA 1. Etapas para desenvolvimento do Questionário de Frequência Alimentar para Crianças



4.2. Estudo piloto

Foram entrevistados 35 pais ou responsáveis por crianças entre 2 anos e 6 meses e 5 anos de idade, durante o mês de janeiro de 2002, sendo que 2 pais (6%) não completaram o preenchimento do QFAC e, portanto, os dados não puderam ser analisados.

O tempo estimado para aplicação do QFAC foi de 20 minutos e, na maior parte das vezes, a mãe foi a responsável por fornecer a informação sobre o consumo alimentar (79%). As demais entrevistas foram realizadas com a babá/empregada doméstica (12%), a irmã (6%) ou o pai (3%) da criança.

O QFAC mostrou-se adequado quanto à clareza e compreensão das questões, sendo respondido com facilidade pelos entrevistados, por isso não houve necessidade de modificações no questionário. Notou-se, porém, que o QFAC mostrou-se incompleto com relação aos dados de identificação da criança e do responsável pelo preenchimento e aos dados sobre o dia de aplicação do questionário, informações estas incluídas no QFAC final, apresentado a seguir.



Avaliação do consumo alimentar de crianças
Pesquisadora: Ana Carolina Almada Colucci



Prezados pais,

Este estudo tem como finalidade avaliar o consumo alimentar de seu (sua) filho (a). Para isso, contamos com a sua compreensão e colaboração por meio do preenchimento do questionário anexo. Obrigada pela atenção.

Instruções:

1. Este questionário avaliará o consumo alimentar de seu(sua) filho(a) durante os últimos 6 meses. Por favor, procure se lembrar dos alimentos que a criança costuma e mais gosta de comer.
2. Leia com atenção o nome de cada alimento, a quantidade e as vezes que seu(sua) filho(a) costuma comer o alimento.
3. Por favor, marque com um X o quadradinho indicando sempre o consumo mais freqüente. Por exemplo, no grupo do *Arroz, pão, massa, batata*, veja se seu filho consome "Arroz cozido". Em caso afirmativo, assinale a freqüência (número de vezes). Veja o próximo alimento "Batata cozida/purê" e marque da mesma forma. Se a criança não come ou come muito raramente, marque *nunca*.
4. Não deixe em branco nenhum dos alimentos do questionário.
5. Ao final, existe a alternativa *Outros*, para o caso de alimentos não citados mas que você habitualmente dá para a criança. Coloque o tipo de alimento, a quantidade e o número de vezes.

Nº de identificação: _____

Nome da criança: _____

Sexo ()F ()M

Data de nascimento ___/___/___

Data da entrevista ___/___/___

Dia da semana: _____

Nome do responsável pelo preenchimento: _____

Grau de parentesco com a criança _____

Tel. para contato: _____



ARROZ, PÃO, MASSA, BATATA

Assinale com um X a quantidade de cada alimento que a criança consumiu habitualmente durante os últimos 6 meses.

Arroz cozido
(3 colheres de sopa)

- Nunca
- Menos de 1 vez por mês
- 1 a 3 vezes por mês
- 1 vez por semana
- 2 a 4 vezes por semana
- 1 vez por dia
- 2 ou mais vezes por dia

Batata cozida / purê
(1 colher de servir)

- Nunca
- Menos de 1 vez por mês
- 1 a 3 vezes por mês
- 1 vez por semana
- 2 a 4 vezes por semana
- 1 vez por dia
- 2 ou mais vezes por dia

Batata frita
(1 escumadeira)

- Nunca
- Menos de 1 vez por mês
- 1 a 3 vezes por mês
- 1 vez por semana
- 2 a 4 vezes por semana
- 1 vez por dia
- 2 ou mais vezes por dia

**Biscoitos sem recheio -
maisena, maria, leite, água e
sal**
(3 ou 4 unidades)

- Nunca
- Menos de 1 vez por mês
- 1 a 3 vezes por mês
- 1 vez por semana
- 2 a 4 vezes por semana
- 1 vez por dia
- 2 ou mais vezes por dia

**Biscoitos com recheio -
chocolate, waffer**
(3 unidades)

- Nunca
- Menos de 1 vez por mês
- 1 a 3 vezes por mês
- 1 vez por semana
- 2 a 4 vezes por semana
- 1 vez por dia
- 2 ou mais vezes por dia

Cereal matinal tipo Sucrilhos®
(1 xícara)

- Nunca
- Menos de 1 vez por mês
- 1 a 3 vezes por mês
- 1 vez por semana
- 2 a 4 vezes por semana
- 1 vez por dia
- 2 ou mais vezes por dia

Macarrão cozido/ao sugo
(1 escumadeira)

- Nunca
- Menos de 1 vez por mês
- 1 a 3 vezes por mês
- 1 vez por semana
- 2 a 4 vezes por semana
- 1 vez por dia
- 2 ou mais vezes por dia

**Macarrão instantâneo tipo
miojo**
(1/3 do pacote)

- Nunca
- Menos de 1 vez por mês
- 1 a 3 vezes por mês
- 1 vez por semana
- 2 a 4 vezes por semana
- 1 vez por dia
- 2 ou mais vezes por dia

Pão francês/forma/bisnaguinha
(1/2 unidade/1 fatia/
1 unidade)

- Nunca
- Menos de 1 vez por mês
- 1 a 3 vezes por mês
- 1 vez por semana
- 2 a 4 vezes por semana
- 1 vez por dia
- 2 ou mais vezes por dia

**Espessantes (Maizena®,
Farinha Láctea®, Mucilon®,
Cremogema®)**
(1 ou 2 colheres de sopa)

- Nunca
- Menos de 1 vez por mês
- 1 a 3 vezes por mês
- 1 vez por semana
- 2 a 4 vezes por semana
- 1 vez por dia
- 2 ou mais vezes por dia



FEIJÃO

Assinale com um X a quantidade de cada alimento que a criança consumiu habitualmente durante os últimos 6 meses.

Feijão (1/2 concha)	
<input type="checkbox"/>	Nunca
<input type="checkbox"/>	Menos de 1 vez por mês
<input type="checkbox"/>	1 a 3 vezes por mês
<input type="checkbox"/>	1 vez por semana
<input type="checkbox"/>	2 a 4 vezes por semana
<input type="checkbox"/>	1 vez por dia
<input type="checkbox"/>	2 ou mais vezes por dia



VERDURAS e LEGUMES

Assinale com um X a quantidade de cada alimento que a criança consumiu habitualmente durante os últimos 6 meses.

Obs: as sopas com os legumes deverão ser informadas à pág. 7. Assinale apenas quando o alimento for consumido cozido, refogado ou em salada.

Abóbora (2 colheres de sopa)	
<input type="checkbox"/>	Nunca
<input type="checkbox"/>	Menos de 1 vez por mês
<input type="checkbox"/>	1 a 3 vezes por mês
<input type="checkbox"/>	1 vez por semana
<input type="checkbox"/>	2 a 4 vezes por semana
<input type="checkbox"/>	1 vez por dia
<input type="checkbox"/>	2 ou mais vezes por dia

Alface (2 folhas)	
<input type="checkbox"/>	Nunca
<input type="checkbox"/>	Menos de 1 vez por mês
<input type="checkbox"/>	1 a 3 vezes por mês
<input type="checkbox"/>	1 vez por semana
<input type="checkbox"/>	2 a 4 vezes por semana
<input type="checkbox"/>	1 vez por dia
<input type="checkbox"/>	2 ou mais vezes por dia

Acelga/Repolho/Couve (1 colher de sopa)	
<input type="checkbox"/>	Nunca
<input type="checkbox"/>	Menos de 1 vez por mês
<input type="checkbox"/>	1 a 3 vezes por mês
<input type="checkbox"/>	1 vez por semana
<input type="checkbox"/>	2 a 4 vezes por semana
<input type="checkbox"/>	1 vez por dia
<input type="checkbox"/>	2 ou mais vezes por dia

Tomate (3 fatias)	
<input type="checkbox"/>	Nunca
<input type="checkbox"/>	Menos de 1 vez por mês
<input type="checkbox"/>	1 a 3 vezes por mês
<input type="checkbox"/>	1 vez por semana
<input type="checkbox"/>	2 a 4 vezes por semana
<input type="checkbox"/>	1 vez por dia
<input type="checkbox"/>	2 ou mais vezes por dia

Molho de tomate (1 colher de sopa)	
<input type="checkbox"/>	Nunca
<input type="checkbox"/>	Menos de 1 vez por mês
<input type="checkbox"/>	1 a 3 vezes por mês
<input type="checkbox"/>	1 vez por semana
<input type="checkbox"/>	2 a 4 vezes por semana
<input type="checkbox"/>	1 vez por dia
<input type="checkbox"/>	2 ou mais vezes por dia

Cenoura (1/2 colher de servir)	
<input type="checkbox"/>	Nunca
<input type="checkbox"/>	Menos de 1 vez por mês
<input type="checkbox"/>	1 a 3 vezes por mês
<input type="checkbox"/>	1 vez por semana
<input type="checkbox"/>	2 a 4 vezes por semana
<input type="checkbox"/>	1 vez por dia
<input type="checkbox"/>	2 ou mais vezes por dia

Chuchu
(1 colher de sopa)

Nunca

Menos de 1 vez por mês

1 a 3 vezes por mês

1 vez por semana

2 a 4 vezes por semana

1 vez por dia

2 ou mais vezes por dia

Mandioquinha
(1/2 colher de sopa)

Nunca

Menos de 1 vez por mês

1 a 3 vezes por mês

1 vez por semana

2 a 4 vezes por semana

1 vez por dia

2 ou mais vezes por dia



FRUTAS

Assinale com um X a quantidade de cada alimento que a criança consumiu habitualmente durante os últimos 6 meses.

Banana
(1 unidade)

Nunca

Menos de 1 vez por mês

1 a 3 vezes por mês

1 vez por semana

2 a 4 vezes por semana

1 vez por dia

2 ou mais vezes por dia

Maçã/Pêra
(1 unidade)

Nunca

Menos de 1 vez por mês

1 a 3 vezes por mês

1 vez por semana

2 a 4 vezes por semana

1 vez por dia

2 ou mais vezes por dia

Laranja
(1 unidade)

Nunca

Menos de 1 vez por mês

1 a 3 vezes por mês

1 vez por semana

2 a 4 vezes por semana

1 vez por dia

2 ou mais vezes por dia

Suco de laranja
(1/2 copo)

Nunca

Menos de 1 vez por mês

1 a 3 vezes por mês

1 vez por semana

2 a 4 vezes por semana

1 vez por dia

2 ou mais vezes por dia

**Suco de outras frutas -
maracujá, abacaxi**
(1/2 copo)

Nunca

Menos de 1 vez por mês

1 a 3 vezes por mês

1 vez por semana

2 a 4 vezes por semana

1 vez por dia

2 ou mais vezes por dia

Mamão
(1 fatia)

Nunca

Menos de 1 vez por mês

1 a 3 vezes por mês

1 vez por semana

2 a 4 vezes por semana

1 vez por dia

2 ou mais vezes por dia

Goiaba
(1/2 unidade)

Nunca

Menos de 1 vez por mês

1 a 3 vezes por mês

1 vez por semana

2 a 4 vezes por semana

1 vez por dia

2 ou mais vezes por dia



CARNES e OVOS

Assinale com um X a quantidade de cada alimento que a criança consumiu habitualmente durante os últimos 6 meses.

<p>Bife (1 unidade)</p> <p><input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Menos de 1 vez por mês <input type="checkbox"/> 1 a 3 vezes por mês <input type="checkbox"/> 1 vez por semana <input type="checkbox"/> 2 a 4 vezes por semana <input type="checkbox"/> 1 vez por dia <input type="checkbox"/> 2 ou mais vezes por dia</p>

<p>Carne cozida (panela/moída) (1/2 fatia/3 colheres sopa)</p> <p><input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Menos de 1 vez por mês <input type="checkbox"/> 1 a 3 vezes por mês <input type="checkbox"/> 1 vez por semana <input type="checkbox"/> 2 a 4 vezes por semana <input type="checkbox"/> 1 vez por dia <input type="checkbox"/> 2 ou mais vezes por dia</p>
--

<p>Lingüiça/Salsicha (1/2 gomo/1 unidade)</p> <p><input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Menos de 1 vez por mês <input type="checkbox"/> 1 a 3 vezes por mês <input type="checkbox"/> 1 vez por semana <input type="checkbox"/> 2 a 4 vezes por semana <input type="checkbox"/> 1 vez por dia <input type="checkbox"/> 2 ou mais vezes por dia</p>

<p>Presunto/Mortadela (1 fatia)</p> <p><input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Menos de 1 vez por mês <input type="checkbox"/> 1 a 3 vezes por mês <input type="checkbox"/> 1 vez por semana <input type="checkbox"/> 2 a 4 vezes por semana <input type="checkbox"/> 1 vez por dia <input type="checkbox"/> 2 ou mais vezes por dia</p>

<p>Bife de fígado de boi (1 unidade)</p> <p><input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Menos de 1 vez por mês <input type="checkbox"/> 1 a 3 vezes por mês <input type="checkbox"/> 1 vez por semana <input type="checkbox"/> 2 a 4 vezes por semana <input type="checkbox"/> 1 vez por dia <input type="checkbox"/> 2 ou mais vezes por dia</p>
--

<p>Frango (cozido, frito, grelhado, assado) (1 pedaço/1 unidade)</p> <p><input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Menos de 1 vez por mês <input type="checkbox"/> 1 a 3 vezes por mês <input type="checkbox"/> 1 vez por semana <input type="checkbox"/> 2 a 4 vezes por semana <input type="checkbox"/> 1 vez por dia <input type="checkbox"/> 2 ou mais vezes por dia</p>
--

<p>Peixe (cozido, frito) (1/2 filé/1/2 pedaço)</p> <p><input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Menos de 1 vez por mês <input type="checkbox"/> 1 a 3 vezes por mês <input type="checkbox"/> 1 vez por semana <input type="checkbox"/> 2 a 4 vezes por semana <input type="checkbox"/> 1 vez por dia <input type="checkbox"/> 2 ou mais vezes por dia</p>
--

<p>Ovo (frito, cozido), omelete (com 1 ovo) (1 unidade/1 omelete)</p> <p><input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Menos de 1 vez por mês <input type="checkbox"/> 1 a 3 vezes por mês <input type="checkbox"/> 1 vez por semana <input type="checkbox"/> 2 a 4 vezes por semana <input type="checkbox"/> 1 vez por dia <input type="checkbox"/> 2 ou mais vezes por dia</p>



LEITE, QUEIJO, IOGURTE

Assinale com um X a quantidade de cada alimento que a criança consumiu habitualmente durante os últimos 6 meses.

**Leite fluido integral/
Leite em pó integral diluído
(1 xícara)**

- Nunca
- Menos de 1 vez por mês
- 1 a 3 vezes por mês
- 1 vez por semana
- 2 a 4 vezes por semana
- 1 vez por dia
- 2 ou mais vezes por dia

**Iogurte de frutas
(1 pote)**

- Nunca
- Menos de 1 vez por mês
- 1 a 3 vezes por mês
- 1 vez por semana
- 2 a 4 vezes por semana
- 1 vez por dia
- 2 ou mais vezes por dia

**Danoninho®/Chambinho®
(1 pote)**

- Nunca
- Menos de 1 vez por mês
- 1 a 3 vezes por mês
- 1 vez por semana
- 2 a 4 vezes por semana
- 1 vez por dia
- 2 ou mais vezes por dia

**Leite fermentado tipo
Yakult®, Chamyto®
(1 pote)**

- Nunca
- Menos de 1 vez por mês
- 1 a 3 vezes por mês
- 1 vez por semana
- 2 a 4 vezes por semana
- 1 vez por dia
- 2 ou mais vezes por dia

**Margarina/Manteiga
(1 colher de chá)**

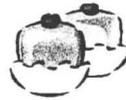
- Nunca
- Menos de 1 vez por mês
- 1 a 3 vezes por mês
- 1 vez por semana
- 2 a 4 vezes por semana
- 1 vez por dia
- 2 ou mais vezes por dia

**Queijo prato/mussarela
(1 fatia)**

- Nunca
- Menos de 1 vez por mês
- 1 a 3 vezes por mês
- 1 vez por semana
- 2 a 4 vezes por semana
- 1 vez por dia
- 2 ou mais vezes por dia

**Requeijão
(1 colher de sobremesa)**

- Nunca
- Menos de 1 vez por mês
- 1 a 3 vezes por mês
- 1 vez por semana
- 2 a 4 vezes por semana
- 1 vez por dia
- 2 ou mais vezes por dia



AÇÚCAR, DOCES e SALGADINHOS

Assinale com um X a quantidade de cada alimento que a criança consumiu habitualmente durante os últimos 6 meses.

<p>Açúcar (1 1/2 colher de sobremesa)</p> <p><input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Menos de 1 vez por mês <input type="checkbox"/> 1 a 3 vezes por mês <input type="checkbox"/> 1 vez por semana <input type="checkbox"/> 2 a 4 vezes por semana <input type="checkbox"/> 1 vez por dia <input type="checkbox"/> 2 ou mais vezes por dia</p>

<p>Achocolatado em pó (Nescau®, Toddy®) (1 1/2 colher de sobremesa)</p> <p><input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Menos de 1 vez por mês <input type="checkbox"/> 1 a 3 vezes por mês <input type="checkbox"/> 1 vez por semana <input type="checkbox"/> 2 a 4 vezes por semana <input type="checkbox"/> 1 vez por dia <input type="checkbox"/> 2 ou mais vezes por dia</p>

<p>Bolo comum/chocolate (1 fatia)</p> <p><input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Menos de 1 vez por mês <input type="checkbox"/> 1 a 3 vezes por mês <input type="checkbox"/> 1 vez por semana <input type="checkbox"/> 2 a 4 vezes por semana <input type="checkbox"/> 1 vez por dia <input type="checkbox"/> 2 ou mais vezes por dia</p>

<p>Chocolate/bombom (1 unidade)</p> <p><input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Menos de 1 vez por mês <input type="checkbox"/> 1 a 3 vezes por mês <input type="checkbox"/> 1 vez por semana <input type="checkbox"/> 2 a 4 vezes por semana <input type="checkbox"/> 1 vez por dia <input type="checkbox"/> 2 ou mais vezes por dia</p>

<p>Salgadinho/Batata chips (1 pacote pequeno)</p> <p><input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Menos de 1 vez por mês <input type="checkbox"/> 1 a 3 vezes por mês <input type="checkbox"/> 1 vez por semana <input type="checkbox"/> 2 a 4 vezes por semana <input type="checkbox"/> 1 vez por dia <input type="checkbox"/> 2 ou mais vezes por dia</p>



SALGADOS e PREPARAÇÕES

Assinale com um X a quantidade de cada alimento que a criança consumiu habitualmente durante os últimos 6 meses.

<p>Risoto/Polenta (1 colher de servir/1 fatia)</p> <p><input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Menos de 1 vez por mês <input type="checkbox"/> 1 a 3 vezes por mês <input type="checkbox"/> 1 vez por semana <input type="checkbox"/> 2 a 4 vezes por semana <input type="checkbox"/> 1 vez por dia <input type="checkbox"/> 2 ou mais vezes por dia</p>
--

<p>Sopa com carne (legumes, feijão, macarrão) (1/2 prato)</p> <p><input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Menos de 1 vez por mês <input type="checkbox"/> 1 a 3 vezes por mês <input type="checkbox"/> 1 vez por semana <input type="checkbox"/> 2 a 4 vezes por semana <input type="checkbox"/> 1 vez por dia <input type="checkbox"/> 2 ou mais vezes por dia</p>

<p>Sopa sem carne (legumes, feijão, macarrão) (1/2 prato)</p> <p><input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Menos de 1 vez por mês <input type="checkbox"/> 1 a 3 vezes por mês <input type="checkbox"/> 1 vez por semana <input type="checkbox"/> 2 a 4 vezes por semana <input type="checkbox"/> 1 vez por dia <input type="checkbox"/> 2 ou mais vezes por dia</p>

Salgados (pão de queijo, pastel, coxinha, esfiha)
(1 unidade pequena)

- Nunca
- Menos de 1 vez por mês
- 1 a 3 vezes por mês
- 1 vez por semana
- 2 a 4 vezes por semana
- 1 vez por dia
- 2 ou mais vezes por dia

Pizza
(1/2 fatia)

- Nunca
- Menos de 1 vez por mês
- 1 a 3 vezes por mês
- 1 vez por semana
- 2 a 4 vezes por semana
- 1 vez por dia
- 2 ou mais vezes por dia

Sanduíche
(misto, hambúrguer simples)
(1/2 unidade)

- Nunca
- Menos de 1 vez por mês
- 1 a 3 vezes por mês
- 1 vez por semana
- 2 a 4 vezes por semana
- 1 vez por dia
- 2 ou mais vezes por dia



BEBIDAS

Assinale com um X a quantidade de cada alimento que a criança consumiu habitualmente durante os últimos 6 meses.

Café com açúcar
(1 xícara de café)

- Nunca
- Menos de 1 vez por mês
- 1 a 3 vezes por mês
- 1 vez por semana
- 2 a 4 vezes por semana
- 1 vez por dia
- 2 ou mais vezes por dia

Refrigerante
(1/2 copo)

- Nunca
- Menos de 1 vez por mês
- 1 a 3 vezes por mês
- 1 vez por semana
- 2 a 4 vezes por semana
- 1 vez por dia
- 2 ou mais vezes por dia

Suco artificial (tipo Tang®)
(1/2 copo)

- Nunca
- Menos de 1 vez por mês
- 1 a 3 vezes por mês
- 1 vez por semana
- 2 a 4 vezes por semana
- 1 vez por dia
- 2 ou mais vezes por dia

Chá industrializado
(1/2 copo)

- Nunca
- Menos de 1 vez por mês
- 1 a 3 vezes por mês
- 1 vez por semana
- 2 a 4 vezes por semana
- 1 vez por dia
- 2 ou mais vezes por dia

Água
(1/2 copo)

- Nunca
- Menos de 1 vez por mês
- 1 a 3 vezes por mês
- 1 vez por semana
- 2 a 4 vezes por semana
- 1 vez por dia
- 2 ou mais vezes por dia

OUTROS

- Nunca
- Menos de 1 vez por mês
- 1 a 3 vezes por mês
- 1 vez por semana
- 2 a 4 vezes por semana
- 1 vez por dia
- 2 ou mais vezes por dia

- Nunca
- Menos de 1 vez por mês
- 1 a 3 vezes por mês
- 1 vez por semana
- 2 a 4 vezes por semana
- 1 vez por dia
- 2 ou mais vezes por dia

- Nunca
- Menos de 1 vez por mês
- 1 a 3 vezes por mês
- 1 vez por semana
- 2 a 4 vezes por semana
- 1 vez por dia
- 2 ou mais vezes por dia

O grupo estudado mostrou-se homogêneo com relação à variável sexo sendo que, de todas as crianças avaliadas (n=33), 54,5% eram do sexo masculino e 45,5% do sexo feminino.

A idade mínima foi de 2 anos e 6 meses e a máxima de 4 anos e 10 meses, com média de idade de 3,1 anos (desvio padrão=0,82). Na Tabela 2, que mostra a distribuição das crianças segundo sexo e idade, pode-se observar que a maior parte das crianças avaliadas tinha 4 anos de idade.

TABELA 2. Distribuição do número e porcentagem de crianças segundo sexo e idade. São Paulo, 2002.

Idade (anos)	Sexo				Total	
	Masculino		Feminino			
	N	%	N	%	N	%
2	3	16,7	6	40,0	9	27,3
3	8	44,4	3	20,0	11	33,3
4	7	38,9	6	40,0	13	39,4
Total	18	100	15	100	33	100

A Tabela 3 traz a ingestão média diária e o desvio padrão do consumo de energia e nutrientes estimados pelo QFAC. Ao se comparar o consumo médio entre o sexo masculino e o sexo feminino, não foram observadas diferenças estatisticamente significativas ($p < 0,05$).

TABELA 3. Média e desvio padrão do consumo de energia e nutrientes das crianças estimados pelo QFAC. São Paulo, 2002.

Nutriente	n	Média	DP
Energia (kcal)	33	1425,13	272,79
feminino	15	1546,92	249,91
masculino	18	1323,63	254,25
Proteína (g)	33	53,50	9,70
feminino	15	58,68	6,89
masculino	18	49,19	9,72
Carboidrato (g)	33	191,16	42,52
feminino	15	203,33	39,53
masculino	18	181,03	43,32
Lipídio total (g)	33	48,40	10,62
feminino	15	54,12	9,60
masculino	18	43,64	9,13
Vitamina C (mg)	33	92,75	34,84
feminino	15	102,97	30,86
masculino	18	84,24	36,50
Retinol (µg RE)	33	984,54	1162,31
feminino	15	979,51	566,81
masculino	18	988,73	1509,42
Cálcio (mg)	33	645,71	154,34
feminino	15	670,87	146,67
masculino	18	624,73	161,55
Ferro (mg)	33	7,88	2,31
feminino	15	8,57	2,20
masculino	18	7,30	2,31

5. DISCUSSÃO

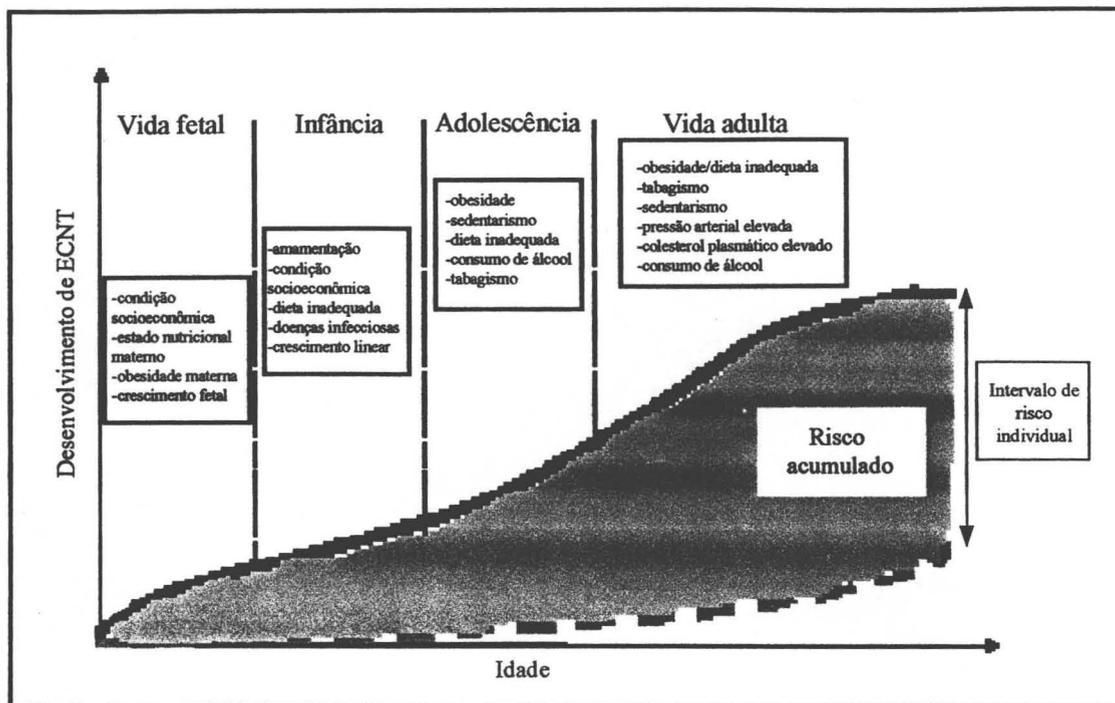
5.1. Desenvolvimento do QFAC

Vários estudos epidemiológicos foram conduzidos nas últimas décadas, com o objetivo de determinar os fatores de risco hereditários, fisiológicos e, principalmente ambientais, que predisõem ao surgimento de enfermidades crônicas não transmissíveis (ECNT), como obesidade, diabetes, doenças cardiovasculares e câncer.

O conhecimento de que indivíduos de todas as idades estão expostos àquelas variáveis de risco, subsidiou a criação, pela World Health Organization (2002), de uma nova forma de abordagem da prevenção às ECNT (Figura 2). Esta perspectiva inicialmente identifica quatro fases que compõem o ciclo de vida (vida fetal, infância, adolescência e vida adulta) e, para cada uma das fases, estabelece as principais variáveis de exposição psicossociais, biológicas e comportamentais que, em potencial, determinam ou condicionam o aparecimento de doenças crônicas.

A adoção desta perspectiva do ciclo de vida, que considera os fatores e processos que atuam em todas as faixas etárias, permite delinear mais facilmente estratégias de prevenção eficientes e apropriadas para diferentes populações.

FIGURA 2. A perspectiva do ciclo de vida na prevenção de enfermidades crônicas não transmissíveis (ECNT)



Adaptado de World Health Organization, Geneva, 2002

Dentre os fatores de risco existentes, sabe-se que a dieta se apresenta como uma variável de extrema importância em todas as faixas etárias, o que justifica os estudos epidemiológicos nutricionais. O conhecimento das relações entre a dieta das crianças e adolescentes e as enfermidades na vida adulta, torna-se um estímulo à avaliação do consumo alimentar de indivíduos jovens, com ênfase à descrição das práticas alimentares adotadas, ao monitoramento de tendências a longo prazo e finalmente, ao delineamento de estudos de intervenção.

Assim, por ser imprescindível a utilização de instrumentos adequados para o conhecimento da dieta habitual de crianças, foi desenvolvido este Questionário de Freqüência Alimentar para Crianças (QFAC), como um instrumento capaz de descrever o padrão alimentar e os hábitos de consumo das crianças.

Em nosso meio, devido à inexistência de QFA especificamente desenvolvidos para crianças, poder-se-ia supor que algumas dificuldades operacionais, tais como: tempo dispendido, dificuldades no planejamento metodológico e análises estatísticas, apresentam-se como obstáculos aos pesquisadores.

Neste trabalho, buscou-se a seguir, discutir os aspectos relacionados à estrutura e adequação dos parâmetros utilizados para cada item do QFAC (lista dos alimentos, as porções de referência, o tempo precedente e a freqüência de consumo), evidenciando a importância da adoção dos critérios metodológicos utilizados e, ao mesmo tempo, fornecendo subsídios para que pesquisadores possam desenvolver questionários de freqüência alimentar para diferentes populações e grupos etários.

Lista dos alimentos do QFAC

A identificação dos alimentos consumidos pelas crianças de 2 a 5 anos de idade foi a primeira etapa para a elaboração da lista, desenvolvida com a finalidade de garantir que o QFAC representasse os alimentos pertencentes à dieta habitual deste grupo.

A etapa de agrupamento dos alimentos considerou, seguindo as recomendações de BLOCK e col. (1985a, 1985b), os nutrientes pesquisados e a compreensão pelo entrevistado, sendo que a utilização do “software” *Virtual Nutri* agilizou a obtenção da informação sobre o valor nutritivo de cada alimento.

Estão descritas na literatura diferentes estratégias para obtenção dos alimentos a serem inseridos em um QFA. A primeira estratégia pressupõe a identificação dos alimentos com base no conteúdo do nutriente (ex: fígado por ser rico em ferro) ou baseada na orientação de um nutricionista experiente (MARTIN-MORENO e col. 1993, WILLETT e col. 1985). A segunda estratégia é realizar análise múltipla “stepwise” para cada nutriente, considerando como variável dependente a ingestão total do nutriente e como variáveis independentes os alimentos (OVERVAD e col. 1991). Tais abordagens são válidas e já foram utilizadas por alguns autores, porém é elevado o risco de exclusão de alimentos representativos ao consumo alimentar da população.

Para identificação dos alimentos do QFAC, julgou-se coerente aplicar a análise estatística proposta por BLOCK e col. (1985a, 1985b) e utilizada por COLUCCI e col. 1999, SLATER 2001. Tal estratégia minimizou a possibilidade de omissão de algum alimento importante dado que os alimentos incluídos refletiam o conteúdo do nutriente, a frequência de consumo e a porção de referência consumida pelas crianças (BLOCK e col. 1985a, 1985b).

Avaliando-se as listas de alimentos obtidas para retinol e vitamina C, os resultados mostraram a necessidade de pontos de corte diferentes daquele adotado para os demais nutrientes (80%). A adoção dos valores de 55% e 60%, respectivamente para retinol e vitamina C partiu do pressuposto que a contribuição total dos alimentos ao consumo destes nutrientes não ultrapassou 70%, evitando-se assim o aumento desnecessário da lista dos alimentos do QFAC. Supõe-se que isto tenha ocorrido por três prováveis fatores: o número limitado de alimentos fontes destes nutrientes na dieta habitual das crianças de 2 a 5 anos de idade, a insuficiência de informações sobre estes nutrientes no software utilizado para processamento dos dados ou a reduzida concentração destes nutrientes nos alimentos avaliados.

A lista dos alimentos do QFAC foi comparada com os itens citados em pesquisa realizada por GALLEAZZI e col. (1997) em cinco cidades brasileiras. Apesar de, neste estudo, estar descrito o consumo aparente de alimentos por indivíduos de diferentes faixas etárias, tal comparação

demonstrou que, do total de 16 alimentos citados como os mais consumidos pela população, 14 alimentos estavam presentes no QFAC. Os únicos itens não incluídos no instrumento foram a carne suína e a farinha de milho, alimentos realmente pouco consumidos por crianças de 2 a 5 anos de idade.

Porções de referência

A inclusão das porções em questionários de frequência alimentar é um assunto divergente. JENNER e col. (1989) e HAMMOND e col. (1993) não incluíram a informação da porção no QFA por considerarem que isto tornava mais difícil o preenchimento do instrumento e pouco melhorava a qualidade dos dados coletados. Outros autores optaram por inserir a porção média ou mediana (ROCKETT e COLDITZ 1997) ou ainda várias opções de referência (pequena, média, grande ou extra grande) (CARDOSO e STOCCO 2000).

Quando presente, o tamanho da porção em um QFA deve estar adequado à população de estudo, como nos trabalhos de STEIN e col. (1992), BASCH e col. (1994) e DENNISSON e col. (2000). A não adaptação do tamanho da porção ao grupo estudado não invalida um estudo, porém pode implicar em resultados sub ou superestimados (KASKOUN e col. 1994).

Alguns autores (ROCKETT e col. 1995, KASKOUN e col. 1994) avaliaram o consumo alimentar de crianças utilizando QFA originalmente desenvolvidos para adultos e, para tanto, apenas incluíram alimentos tipicamente infantis (doces, balas, sorvetes, salgadinhos) ou excluíram alimentos consumidos por adultos (bebidas alcoólicas). Tais autores observaram que a utilização de QFA originalmente desenvolvidos para adultos para avaliação de crianças levou à sub ou superestimativa dos resultados obtidos pelo instrumento, evidenciando-se a necessidade de utilização de porções de alimentos adequadas à população de estudo.

OVERVAD e col. (1991) e BLOCK e col. (1986) evidenciaram a necessidade de detalhamento da porção consumida com o objetivo de melhorar a estimativa das quantidades dos alimentos ingeridos.

No QFAC, a porção média ou mediana mostrou-se apropriada pois, refletiu adequadamente a quantidade consumida pelas crianças e ainda facilitou o preenchimento do instrumento.

Freqüência de consumo

O estabelecimento de várias categorias de respostas em unidades de tempo no QFAC teve como principal objetivo fornecer ao participante a maior gama de opções, para que pudesse informar com exatidão a freqüência de consumo das crianças. WILLETT e col. (1985), PERSSON e CARLGREN

(1984) e HAMMOND e col. (1993) estabeleceram respectivamente, nove, oito e quatro categorias fixas de categorias de respostas para todos os alimentos enquanto outros autores optaram por disponibilizar diferentes categorias de frequência no QFA (JENNER e col. 1989, FROST ANDERSEN e col. 1995, ROCKETT e COLDITZ 1997, FIELD e col. 1999). As categorias existentes no QFAC foram definidas com base em estudo anterior (SLATER 2001), considerando a facilidade de compreensão pelo entrevistado e ainda, evitando a sobreposição de categorias.

É discutível, dependendo da escolaridade dos entrevistados, a disponibilização de categorias de frequência variáveis, pois isto pode influenciar a qualidade das respostas e, ao mesmo tempo, dificultar o preenchimento do instrumento. Por este motivo, no QFAC optou-se pela inclusão das mesmas categorias de resposta para todos os alimentos.

Tempo precedente

O tempo precedente utilizado em QFA desenvolvidos para crianças mostrou-se bastante variável nos trabalhos publicados. ECK e col. (1991), KASKOUN e col. (1994), e FIELD e col. (1999) determinaram a avaliação do ano precedente, enquanto JENNER e col. (1989), TREIBER e col. (1990) e HAMMOND e col (1993), optaram pela redução deste tempo de avaliação para uma semana ou três meses precedentes, em função do grupo e do fator dietético estudado.

No QFAC, a adoção de 6 meses precedentes, como também fizeram STEIN e col. (1992) e BASCH e col. (1994), mostrou-se adequada, uma vez que permitiu a avaliação global da dieta e ainda considerou a variabilidade nas preferências alimentares das crianças.

Estrutura final do QFAC

Os trabalhos que descrevem a utilização de QFA para avaliar o consumo alimentar de crianças nem sempre esclarecem os critérios adotados para nomeação e ordenação dos alimentos. Apenas JENNER e col. (1989) referiram que os itens alimentares do QFA foram agrupados de acordo com as refeições das crianças (café da manhã, lanche da manhã, almoço na escola, jantar e refeição de final de semana).

No QFAC estão explicitados os 57 itens alimentares que o compõem. Foram, como já descrito, agrupados em 10 categorias, sendo que seis delas (“Arroz, pão, massa, batata”, “Feijão”, “Verduras e legumes”, “Frutas”, “Carnes e ovos” e “Leite, queijo, iogurte”) foram nomeadas e ordenadas de acordo com a “Pirâmide Alimentar Adaptada” (PHILIPPI e col. 1999). As demais categorias (“Açúcar, doces e salgadinhos”, “Salgados e preparações”, “Bebidas” e “Outros”) foram nomeadas de acordo com os itens que as compunham. Estas descrições facilitam aos pesquisadores a reprodução da metodologia adotada neste trabalho.

Com relação ao número de alimentos que compõem o QFA, não há a definição de um número mínimo ou máximo de alimentos que devem integrar um QFA, porém se evidencia a necessidade de garantir que os itens representativos para o consumo alimentar da população estejam contemplados no instrumento (BLOCK e col. 1985a).

A maioria dos trabalhos existentes na literatura relacionou mais de 100 itens alimentares (TREIBER e col. 1990, JENNER e col. 1989, ROCKETT e col. 1995). Contrariamente, em pesquisas sobre nutrientes específicos, os QFA empregados apresentaram reduzido número de alimentos. TAYLOR e GOULDING (1998) em pesquisa com crianças sobre o consumo de cálcio, utilizou um QFA com 35 itens. O mesmo número de alimentos compôs o QFA adotado por HAMMOND e col. (1993) para avaliar o consumo de alimentos ricos em gorduras e fibras. Mais recentemente, DENNISON e col. (2000) construíram um QFA com apenas 17 itens para avaliar o conteúdo de gordura total, ácidos graxos saturados e colesterol da dieta de crianças de 2 a 5 anos de idade.

O QFAC com 57 alimentos parece indicar, em nosso meio, um padrão alimentar infantil com menor variação de tipos de alimentos presentes na dieta.

5.2. Estudo piloto

O estudo piloto foi realizado com a principal finalidade de verificar o desempenho do QFAC no momento de sua aplicação, identificar as possíveis dificuldades a serem encontradas, bem como mensurar o tempo necessário para aplicação do instrumento.

Assim, durante a aplicação do QFAC, não foi observada ambigüidade das questões, inadequação na ordem de apresentação dos itens alimentares ou linguagem inacessível aos entrevistados. Observou-se, ao contrário, facilidade de compreensão do instrumento pelos pais ou responsáveis, dado que todos os instrumentos foram preenchidos corretamente e completamente e ainda, não foram observadas diferenças na qualidade da informação fornecida pelos responsáveis pela criança (mãe, babá/empregada, irmã ou pai). Isto pode ser atribuído ao fato de que, preferencialmente, buscou-se entrevistar o principal cuidador da criança, supondo-se que este indivíduo teria conhecimentos suficientes sobre o hábito alimentar da criança.

A inclusão de exemplos de formas de preparo e marcas comerciais para alguns alimentos do questionário mostrou-se importante no momento da aplicação pois, além de permitir ao entrevistador descrever com maior facilidade cada item alimentar, facilitou a compreensão do QFAC.

Para todos os pais entrevistados, nenhum item do QFAC foi deixado em branco. Em relação ao último item do instrumento “Outros”, que permitia a inclusão de alimentos não presentes no QFAC, nenhum entrevistado mencionou alimentos diferentes dos existentes no questionário. Isto poderia indicar que os itens integrantes do QFAC compunham a alimentação habitual da população estudada, sendo desnecessárias inclusões ou exclusões de alimentos.

A aplicação do QFAC neste estudo piloto possibilitou não somente utilizar o instrumento em trabalho de campo, mas também permitiu avaliar o tempo gasto por entrevista, o que contribui para que os aspectos logísticos – como o número de entrevistas por dia – sejam ponderados.

Além da atividade de campo, também foram realizadas as atividades de codificação, inclusão e análise preliminar dos dados coletados, permitindo concluir que o QFAC possibilitou a coleta adequada das informações quantitativas da dieta habitual das crianças de 2 a 5 anos de idade.

Acredita-se, portanto, que o QFAC pode e deve ser utilizado para avaliar o consumo alimentar de crianças de 2 a 5 anos de idade, desde que validado previamente.

Assim, o presente trabalho pretende ser um estímulo para o aprimoramento e desenvolvimento de novos instrumentos para avaliação do consumo alimentar de crianças. Ainda, o detalhamento dos passos percorridos para a construção do Questionário de Freqüência Alimentar para Crianças instrumentaliza os pesquisadores para a construção de QFA para os demais grupos etários.

Em estudo futuro, pretende-se utilizar o QFAC para avaliar os padrões alimentares das crianças e relacioná-los com o estado de saúde desta população.

6. CONCLUSÕES

O Questionário de Frequência Alimentar para Crianças (QFAC) mostrou-se adequado para avaliação da dieta habitual de crianças de 2 a 5 anos de idade.

O instrumento desenvolvido apresentou-se como de rápida aplicação e fácil compreensão pelos entrevistados, não só pelo seu formato mas por conter os alimentos habituais da dieta infantil.

7. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Aquino RC. **Alimentos industrializados na dieta das crianças do município de São Paulo**. São Paulo; 1999. [Tese de mestrado – Curso de Pós-graduação Interunidades em Nutrição Humana Aplicada, PRONUT/FCF/FSP/FEA].

Baranowski T, Dworkin R, Henske JC, e col. The accuracy of children's self reports of diet: Family Health Project. **J Am Diet Assoc** 1986; 86: 1381-5.

Baranowski T, Sprague D, Baranowski JH, Harrison JA. Accuracy of maternal dietary recall for preschool children. **J Am Diet Assoc** 1991; 91: 669-74.

Baranowski T, Domel SB. A cognitive model of children's reporting food intake. **Am J Clin Nutr** 1994; 59 (Suppl): S212-7.

Bartrina JA, Peres RC. Diario o registro dietetico. In: Serra Majem L e col. **Nutrición y Salud Pública: métodos, bases científicas y aplicaciones**. España: Masson; 1995. p. 107-31.

Basch CE, Shea S, Zybert P. The reproducibility of data from a food frequency questionnaire among low-income Latina mothers and their children. **Am J Public Health** 1994; 84: 861-4.

Bleil SI. O padrão alimentar ocidental: considerações sobre a mudança de hábitos no Brasil. **Cadernos de Debate**. UNICAMP/Núcleo de Estudos e Pesquisas em Alimentação: MS/INAN. 1998; volume VI: 1-25

Block G. A review of validations of dietary assessment methods. **Am J Epidemiol** 1982; 115: 492-505.

Block G, Dresser CM, Hartman AM, Carroll MD. Nutrient sources in the American diet: quantitative data from the NHANES II survey. I. Vitamins and minerals. **Am J Epidemiol** 1985a; 122: 13-26.

Block G, Dresser CM, Hartman AM, Carroll MD. Nutrient sources in the American diet: quantitative data from the NHANES II survey. II. Macronutrients and fats. **Am J Epidemiol** 1985b; 122: 27-40.

Block G, Hartman AM, Dresser CM, Carroll MD, Gannon J, Gardner L. A data-based approach to diet questionnaire design and testing. **Am J Epidemiol** 1986; 124: 453-69.

Block G. Human dietary assessment: methods and issues. **Prev Med** 1989; 18: 653-60.

Burke BS. The dietary history as a tool in research. **J Am Diet Assoc** 1947, 23:1041-6.

Byers T, Marshall J, Fiedler R, Zielenezny M, Graham S. Assessing nutrient intakes with an abbreviated dietary interview. **Am J Epidemiol** 1985; 122: 41-50.

Cardoso MA, Stocco PR. Desenvolvimento de um questionário quantitativo de frequência alimentar em imigrantes japoneses e seus descendentes residentes em São Paulo, Brasil. **Cad Saúde Pública** 2000; 16: 107-14.

Cardoso MA, Kida AA, Tomita LY, Stocco PR. Reproducibility and validity of a food frequency questionnaire among women of Japanese ancestry living in Brazil. **Nut Res.** 2001; 21: 725-33.

Colucci ACA, Nuzzo L, Slater B, Philippi ST. Energia na dieta dos adolescentes. [Trabalho apresentado no I Congresso Latino Americano de Nutrição Humana; 1999 jun 24 a 27; Gramado, Brasil].

Dennison BA, Jenkins PL, Rockwell HL. Development of an instrument to assess child dietary fat intake. **Prev Med** 2000; 31: 214-24.

Dwyer JT. Dietary Assessment. In: Shils ME, Olson JA, Shike M, editors. **Modern nutrition in health disease.** 8th ed. Philadelphia: Lea & Febiger; 1999. p. 937-59.

Eck LH, Klesges RC, Hanson CL, White J. Reporting retrospective dietary intake by food frequency questionnaire in a pediatric population. **J Am Diet Assoc** 1991; 91: 606-8.

Emmons L, Hayes M. Accuracy of 24-hour recalls of young children. **J Am Diet Assoc** 1973; 62: 409-15.

Egashira EM. **Características da dieta e determinantes proximais do consumo energético nos primeiros anos de vida no município de São Paulo**. São Paulo; 1998. [Tese de mestrado – Faculdade de Saúde Pública da USP].

Field AE, Peterson KE, Gortmaker SL, Cheung L, Rockett H, Fox MK e col. Reproducibility and validity of a food frequency questionnaire among fourth to seventh grade inner-city school children: implications of age and day-to-day variation in dietary intake. **Public Health Nutrition**. [serial on line] 1999; 2(3): [11 screens]. Available from: <URL: <http://saturn.bids.ac.uk>> [2001 Jan 2]

Fornés NS, Müller Elias B, Stringhini ML. Development and validation of a dietary assessment method for brazilian low literacy population. [The Fourth International Conference on Dietary Assessment Methods; 2000 sep 17-20; Tucson, Arizona (USA)].

Frank GC, Hollatz AT, Webber Ls, Berenson GS. Effect of interviewer recording practices on nutrient intake – Bogalusa Heart Study. **J Am Diet Assoc** 1984; 84: 1432-9.

Frost Andersen L, Nes M, Lillegaard IT, Sandstad B, Bjørneboe G-EAa, Drevon CA. Evaluation of a quantitative food frequency questionnaire used in a group of Norwegian adolescents. **Eur J Clin Nutr** 1995; 49: 543-54.

Galeazzi MAM, Domene SMA, Sichieri R. Estudo multicêntrico sobre consumo alimentar. **Cadernos de Debate** 1997; (vol. esp.).

Garbarino J, Stott FM. **What children can tell us, eliciting, interpreting and evaluating information from children**. San Francisco: Jossey-Bass, 1989.

Hammond J, Nelson M, Chinn S, Rona RJ. Validation of a food frequency questionnaire for assessing dietary intake in a study of coronary disease risk factors in children. **Eur J Clin Nutr** 1993; 47: 242-50.

Howe GR, Harisson L, Jain M. A short diet history for assessing dietary exposure to n-nitrosamines in epidemiologic studies. **Am J Epidemiol** 1986; 124:595-601.

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). **Estudo nacional de despesa familiar - ENDEF: tabela de composição de alimentos.** Rio de Janeiro: IBGE, 1996.

IVACG - A report of the International Vitamin A Consultative Group. **Guidelines for the development of a simplified dietary assessment to identify groups at risk for inadequate intake of vitamin A.** Washington DC; 1989.

Jaime PC. **Correções em medidas de consumo alimentar: aplicação da análise de correlação do consumo de cálcio, proteína e energia com a densidade mineral óssea de homens adultos e idosos.** São Paulo; 2001. [Tese de Doutorado – Faculdade de Saúde Pública da USP].

Jenner DA, Neylon K, Croft S, Beilin LJ, Vandongen RA. A comparison of methods of dietary assessment in Australian children aged 11-12 years. **Eur J Clin Nutr** 1989; 43: 663-73.

Jiménez LG, Martín-Moreno JM. Cuestionario de frecuencia de consumo alimentario. In: Serra Majem Li. **Nutrición y Salud Pública: métodos, bases científicas y aplicaciones.** España: Masson; 1995. P. 90-106.

Kaskoun MC, Johnson RK, Goran MI. Comparison of energy intake by semiquantitative food-frequency questionnaire with total energy expenditure by the doubly labeled water method in young children. **Am J Clin Nutr** 1994; 60: 43-7.

Kimm SY, Gergen PJ, Malloy M, Dresser, C, Carroll M. Dietary patterns of US children: implications for disease prevention. **Prev Med** 1990; 19: 432-42.

Klesges RC, Klesges LM, Brown G, Frank GC. Validation of the 24-hour dietary recall in preschool children. **J Am Diet Assoc** 1987; 87: 1383-5.

Latterza AR. **O consumo de ferro biodisponível e a fortificação de alimentos nas dietas das crianças do município de São Paulo.** São Paulo; 2000. [Tese de mestrado – Faculdade de Saúde Pública da USP].

López JV. Validez de evaluación de la ingesta dietética. In: Serra Majem L e col. **Nutrición y Salud Pública: métodos, bases científicas y aplicaciones.** España: Masson; 1995. p. 132-6.

Liu K. Statistical issues related to semiquantitative food-frequency questionnaires. **Am J Clin Nutr** 1994; 59: 262S-265S.



UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO
FACULDADE DE SAÚDE PÚBLICA
DEPARTAMENTO DE NUTRIÇÃO

Av. Dr. Arnaldo, 715 - Cerqueira Cesar - São Paulo/SP CEP: 01246-904
☎ (011) 3066-7701/7705 - Fax (011) 3062-6748

TERMO DE CONSENTIMENTO

(de acordo com a resolução 196 de 10/10/1996 do Conselho Nacional de Saúde)

A pesquisa **“Avaliação do consumo alimentar de crianças: desenvolvimento de um questionário de frequência alimentar”** sob responsabilidade da pesquisadora Ana Carolina Almada Colucci (mestranda em Saúde Pública da Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo), tem por objetivo avaliar o consumo alimentar de crianças.

Procedimento: A mãe ou responsável será entrevistada (o) sobre o consumo alimentar de seu (sua) filho (a). O procedimento não oferece riscos à integridade física, mental ou moral da criança. A pesquisadora se compromete a não identificar a criança e a manter o caráter confidencial das informações, bem como não utilizá-las em prejuízo das pessoas envolvidas. As informações obtidas nesta pesquisa poderão ser publicadas em congressos e revistas científicas, resguardando-se a identificação dos participantes.

Fica garantida à mãe ou responsável a liberdade de retirar seu consentimento a qualquer momento e de deixar de participar do estudo, sem que isto traga algum prejuízo. A mãe ou responsável terá acesso às informações acerca da pesquisa e ao esclarecimento de eventuais dúvidas.

Declaro que, após ter sido convenientemente esclarecido (a) pela pesquisadora, eu _____, RG _____, mãe ou responsável pelo (a) menor _____, consinto em participar desta pesquisa.

São Paulo, de de

Assinatura do participante

Assinatura da pesquisadora

Dados para contato:

Ana Carolina Almada Colucci (mestranda) e Prof. Dra. Sonia Tucunduva Philippi – Departamento de Nutrição da Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo



UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO
FACULDADE DE SAÚDE PÚBLICA
COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA-COEP

Av. Dr. Arnaldo, 715 - Cerqueira César

São Paulo-SP - CEP: 01246-904

Telefone: (0xx11) 3066-7779 - e-mail: mdgracas@usp.br

Of.COEP/055/01

02 de maio de 2001

Pelo presente, informo que o Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo-COEP, **analisou e aprovou**, de acordo com os requisitos da Resolução CNS/196/96, o protocolo de pesquisa n.º 434, intitulado: "AVALIAÇÃO DO CONSUMO ALIMENTAR DE CRIANÇAS: DESENVOLVIMENTO DE UM QUESTIONÁRIO DE FREQUÊNCIA ALIMENTAR.", apresentado pela pesquisadora Ana Carolina Almada Colucci.

Atenciosamente,

Paulo Antonio de Carvalho Fortes
Professor Associado
Vice-Coordenador do Comitê de Ética em Pesquisa da FSP/USP-COEP

Lista de alimentos consumidos por crianças de 2 a 5 anos de idade da cidade de São Paulo, 1995-1996.

1. ABACATE
2. ABOBRINHA BRASILEIRA (PICADA COZIDA)
3. ABOBRINHA ITALIANA (PICADA COZIDA)
4. ABÓBORA JAPONESA (COZIDA AMASSADA)
5. ABÓBORA MENINA (COZIDA AMASSADA)
6. ABÓBORA MORANGA (COZIDA AMASSADA)
7. ACELGA (PICADA COZIDA)
8. AGRIÃO (MAÇO)
9. ALFACE CRESPA (PÉ)
10. ALFACE LISA (PICADA)
11. ALFACE LISA (PÉ)
12. ALIMENTO ACHOCOLATADO EM PÓ INSTANTÂNEO NESCAU NESTLÉ
13. ALIMENTO ACHOCOLATADO EM PÓ INSTANTÂNEO QUIK NESTLÉ
14. ALIMENTO ACHOCOLATADO EM PÓ INSTANTÂNEO TODDY
15. ALIMENTO BASE AMIDO DE MILHO ENRIQUECIDO CREMOGEMA CHOCOLATE
16. ALIMENTO BASE AMIDO MILHO ENRIQUECIDO CREMOGEMA TRADICIONAL
17. ALIMENTO BASE CEREAIS TRIGO CEVADA AVEIA NESTON NESTLÉ
18. ALIMENTO BASE CEREAIS VITAMINA MAMÃO E BANANA NOVOMILKE
19. ALIMENTO BASE CEREAL FARINHA LÁCTEA NESTLÉ
20. ALIMENTO BASE CEREAL NESTON VITAMINA BANAN MAÇÃ MAMÃO NESTLÉ
21. ALIMENTO BASE EXTRATO DE MALTE TIPO SUIÇO OVOMALTINE
22. ALMEIRÃO
23. ALMEIRÃO (PICADO)
24. ALMÔNDEGA FRITA
25. ALMÔNDEGA FRITA COM MOLHO
26. AMIDO DE MILHO - MAIZENA - MAISENA - PADRÃO
27. ARROZ BRANCO COZIDO (ARROZ COZIDO)
28. ATUM GRATED EM ÓLEO COMESTÍVEL COQUEIRO (PEIXE)
29. AVEIA EM FLOCOS FINOS QUAKER
30. AVEIA EM FLOCOS QUAKER
31. AZEITE DE OLIVA
32. AZEITONA PRETA COM CAROÇO
33. AZEITONA PRETA SEM CAROÇO (PICADA)
34. AZEITONA VERDE
35. AZEITONA VERDE SEM CAROÇO (PICADA)
36. AÇÚCAR CRISTAL
37. AÇÚCAR REFINADO
38. BACON OU TOUCINHO DEFUMADO
39. BALA CARAMELO CHOCOLATE NESTLÉ
40. BALA CARAMELO LEITE NESTLÉ
41. BALA FRUMELO LACTA
42. BALA MENTEX DE HORTELÃ NESTLÉ
43. BALA RECHEADA LACTA
44. BANANA MAÇÃ
45. BANANA NANICA
46. BANANA PRATA
47. BANANA PRATA (AMASSADA)
48. BATATA FRITA
49. BATATA FRITA MC DONALD'S
50. BATATA HOLANDESA
51. BATATA HOLANDESA (FATIA FRITA)
52. BATATA HOLANDESA (COZIDA AMASSADA)
53. BATATA HOLANDESA (COZIDA)
54. BATATA HOLANDESA (PALITO FRITA)
55. BATATA HOLANDESA COZIDA
56. BATATA INGLESA
57. BATATA INGLESA COZIDA
58. BEBIDA LÁCTEA IOGURTE CEREAL MORANGO NINHO SOLEIL NESTLÉ
59. BEBIDA LÁCTEA IOGURTE CHAMY MORANGO NESTLÉ
60. BEDINHO
61. BETERRABA
62. BETERRABA (COZIDA PICADA)
63. BETERRABA (CRUA RALADA)
64. BIFE
65. BIFE DE CONTRA FILÉ GRELHADO
66. BIFE À MILANESA
67. BISCOITO COOKIES SAVOY GOTAS CHOC SÃO LUIZ NESTLÉ (BOLACHA)
68. BISCOITO CREAM CRACKER SÃO LUIZ NESTLÉ (BOLACHA CREAM CRACKER)
69. BISCOITO CÔCO SÃO LUIZ NESTLÉ (BOLACHA DE CÔCO)
70. BISCOITO DE POLVILHO
71. BISCOITO GRILL QUEIJO PROVOLONE SÃO LUIZ NESTLÉ
72. BISCOITO LEITE DIVERTIDO SÃO LUIZ NESTLÉ (BOLACHA LEITE)
73. BISCOITO LEITE PASSATEMPO SÃO LUIZ NESTLÉ (BOLACHA LEITE)
74. BISCOITO LEITE SÃO LUIZ NESTLÉ (BOLACHA LEITE)
75. BISCOITO MAIZENA SÃO LUIZ NESTLÉ (BOLACHA MAIZENA)
76. BISCOITO MARIA SÃO LUIZ NESTLÉ (BOLACHA MARIA)
77. BISCOITO MAÇÃ CANELA SÃO LUIZ NESTLÉ (BOLACHA)
78. BISCOITO RECHEADO ALPINO PASSATEMPO S LUIZ NESTLÉ BOLACHA
79. BISCOITO RECHEADO CHOCOLATE SÃO LUIZ NESTLÉ (BOLACHA)
80. BISCOITO RECHEADO DOCE DE LEITE SÃO LUIZ NESTLÉ (BOLACHA)
81. BISCOITO RECHEADO MORANGO SÃO LUIZ NESTLÉ (BOLACHA)
82. BISCOITO VITACRACKER SÃO LUIZ NESTLÉ (BOLACHA)
83. BISCOITO WAFER BAUNILHA SÃO LUIZ NESTLÉ (BOLACHA WAFER)
84. BISCOITO WAFER CHOCOLATE SÃO LUIZ NESTLÉ (BOLACHA WAFER)
85. BISCOITO WAFER MORANGO SÃO LUIZ NESTLÉ (BOLACHA WAFER)
86. BISCOITO ÁGUA E SAL SÃO LUIZ NESTLÉ (BOLACHA ÁGUA E SAL)
87. BISTECA DE PORCO ASSADA
88. BOI FÍGADO COZIDO
89. BOI FÍGADO CRU
90. BOI FÍGADO FRITO
91. BOLINHO DE ARROZ
92. BOLINHO DE CHUVA

-
93. BOLINHO DE QUEIJO
 94. BOLO DE CHOCOLATE
 95. BOLO DE CHOCOLATE ROYAL - PREPARADO CONFORME EMBALAGEM
 96. BOLO DE FESTA
 97. BOLO DE FUBÁ
 98. BOLO DE MILHO OTKER - PREPARADO CONFORME EMBALAGEM
 99. BOLO SIMPLES
 100. BOLO TIPO ROCAMBOLE RECHEIO CREMOSO DE MORANGO PULLMAN
 101. BOLO TIPO ROCAMBOLE RECHEIO DOCE DE LEITE
 102. BOMBOM ALPINO BRANCO NESTLÉ
 103. BOMBOM NOBLESSE NESTLÉ
 104. BOMBOM SONHO DE VALSA LACTA
 105. BRIGADEIRO
 106. BRÓCOLI (MAÇO)
 107. BRÓCOLI (PICADO COZIDO)
 108. CAFÉ COM AÇÚCAR
 109. CAFÉ INSTANTÂNEO EM PÓ
 110. CAFÉ SEM AÇÚCAR
 111. CAFÉ SEM AÇÚCAR (MEDIDA CHEIA 100%)
 112. CAJU
 113. CALDO DE CARNE MAGGI
 114. CALDO DE GALINHA (TABLETE)
 115. CARNE ASSADA (PATINHO)
 116. CARNE MOÍDA PARA RECHEIO
 117. CARNE MOÍDA REFOGADA
 118. CARÁ INHAME (COZIDO AMASSADO)
 119. CARÁ INHAME COZIDO
 120. CATCHUP
 121. CEBOLA
 122. CEBOLA (PICADA)
 123. CENOURA
 124. CENOURA (COZIDA AMASSADA)
 125. CENOURA (PICADA CRUA)
 126. CENOURA (RALADA CRUA)
 127. CENOURA (RALADA)
 128. CENOURA COZIDA
 129. CENOURA CRUA
 130. CEREAL MATINAL DE MILHO COM AÇÚCAR SUCRILHOS KELLOGG'S
 131. CHOCOLATE AERADO AO LEITE LACTA
 132. CHOCOLATE AERADO BRANCO LACTA
 133. CHOCOLATE AERADO MISTO LACTA
 134. CHOCOLATE AMANDITA LACTA
 135. CHOCOLATE AO LEITE LACTA
 136. CHOCOLATE AO LEITE NESTLÉ
 137. CHOCOLATE BIS LACTA
 138. CHOCOLATE DIAMANTE NEGRO LACTA
 139. CHOCOLATE EM PÓ
 140. CHOCOLATE LAKA LACTA
 141. CHOCOLATE M&M'S
 142. CHOCOLATE NOSSA TURMA LACTA
 143. CHOCOLATE PRESTÍGIO NESTLÉ
 144. CHUCHU (PICADO COZIDO)
 145. CHUCHU COZIDO
 146. CHÁ INFUSÃO
 147. CHÁ PRETO INFUSÃO SEM AÇÚCAR
 148. COMPOSTO ALIMENTAR DE MORANGO INSTANTÂNEO EM PÓ QUIK NESTLÉ
 149. COSTELINHA DE PORCO FRITA
 150. COUVE MANTEIGA (PICADA COZIDA)
 151. COUVE REFOGADA
 152. COUVE-FLOR GRATINADA
 153. CREME DE LEITE (ENLATADO)
 154. CREME SABOR QUEIJO CREMUTCHO
 155. DEXTROSE/DEXTROSOL
 156. DOCE DE FRUTAS EM PASTA INDUSTRIALIZADO - GOIABADA
 157. DOCE DE FRUTAS EM PASTA INDUSTRIALIZADO - MARMELADA
 158. DOCE DE FRUTAS EM PASTA INDUSTRIALIZADO - MARROM GLACÉ
 159. DOCE DE LEITE
 160. DOCE FRUTAS CRISTALIZADAS INDUSTRIALIZADO
 161. ERVILHA (EM CONSERVA)
 162. ERVILHA FRESCA (GRÃOS)
 163. ERVILHA REIDRATADA EM CONSERVA JUREMA
 164. ESCAROLA (PICADA COZIDA)
 165. ESCAROLA REFOGADA
 166. ESPINAFRE (PICADO COZIDO)
 167. EXTRATO DE TOMATE ELEFANTE CICA
 168. FARINHA AVEIA PARA ALIMENTAÇÃO INFANTIL QUAKER
 169. FARINHA DE ARROZ TRADICIONAL ARROZINA
 170. FARINHA DE MANDIOCA TORRADA
 171. FARINHA ENRIQUECIDA MUCILON ARROZ NESTLÉ
 172. FARINHA ENRIQUECIDA MUCILON MILHO NESTLÉ
 173. FAROFA DE FARINHA DE MANDIOCA
 174. FEIJÃO BRANCO (COZIDO 50% CALDO)
 175. FEIJÃO COZIDO (50% GRÃO/CALDO)
 176. FEIJÃO COZIDO (GRÃOS)
 177. FEIJÃO COZIDO (SÓ CALDO)
 178. FLOCOS DE MILHO PRÉ COZIDO MILHARINA QUAKER
 179. FRANGO CORAÇÃO CRU
 180. FRANGO ASSADO INTEIRO
 181. FRANGO COXA ASSADA
 182. FRANGO COXA FRITA
 183. FRANGO FILÉ DE PEITO COZIDO
 184. FRANGO FILÉ DE PEITO GRELHADO
 185. FRANGO FILÉ DE PEITO À MILANESA
 186. FRANGO FÍGADO CRU
 187. FRANGO SOBRECOPA ASSADA
 188. FRANGO SOBRECOPA COZIDA COM MOLHO DE TOMATE
 189. FUBÁ
 190. GATORADE QUALQUER SABOR
 191. GELATINA QUALQUER SABOR MISTURA EM PÓ ROYAL - PREPARADA
-

-
192. GELATINA SEM SABOR BRANCA OU VERMELHA EM PÓ ROYAL
 193. GELINHO DE LIMÃO (TANG)
 194. GOIABA
 195. HAMBURGUER
 196. IOGURTE AÇÚCAR MIX CORN FLAKES VIGOR
 197. IOGURTE DESNATADO DE FRUTAS - PADRÃO
 198. IOGURTE PEDAÇOS FRUTA MORANGO PAULISTA
 199. IOGURTE POLPA FRUTA BLISS MORANGO NESTLÉ
 200. IOGURTE POLPA FRUTA CÔCO DANONE
 201. IOGURTE POLPA FRUTA DAN'UP MORANGO DANONE
 202. IOGURTE POLPA FRUTA MAÇÃ PAULISTA
 203. IOGURTE POLPA FRUTA MORANGO BATAVO
 204. IOGURTE POLPA FRUTA MORANGO DANONE
 205. IOGURTE POLPA FRUTA MORANGO NESTLÉ
 206. IOIÔ NUT CREAM COM AVELÃ
 207. KIWI FRESCO
 208. LARANJA
 209. LARANJA BAHIA (GOMO INTEIRO SEM SEMENTES)
 210. LARANJA BAHIA (ESPREMIDA PARA CHUPAR)
 211. LARANJA BAHIA (SUÇO COADO)
 212. LARANJA LIMA (ESPREMIDA PARA CHUPAR)
 213. LARANJA LIMA (SUÇO COADO)
 214. LARANJA PERA (ESPREMIDA PARA CHUPAR)
 215. LARANJA PERA (GOMO INTEIRO SEM SEMENTES)
 216. LARANJA PERA (SUÇO COADO)
 217. LARANJA SELETA (GOMO INTEIRO SEM SEMENTES)
 218. LARANJA SELETA (SUÇO COADO)
 219. LARANJADA
 220. LEITE ESTERILIZADO SEMI-DESNATADO LONGA VIDA - 2% -PADRÃO
 221. LEITE CONDENSADO MOÇA NESTLÉ
 222. LEITE EM PÓ INTEGRAL - PADRÃO
 223. LEITE ESTERILIZADO AROMATIZADO CHOCOLATE TODDYNHÔ
 224. LEITE ESTERILIZADO DESNATADO LONGA VIDA - 1% - PADRÃO
 225. LEITE ESTERILIZADO INTEGRAL COTOCHÉS (LEITE LONGA VIDA)
 226. LEITE ESTERILIZADO INTEGRAL LONGA VIDA - 3,5% GORD - PADRÃO
 227. LEITE ESTERILIZADO INTEGRAL VITAMINADO COM FERRO PARMALAT
 228. LEITE ESTERILIZADO MAGRO AROMAT MORANGO LONGUINHO PAULISTA
 229. LEITE FERMENTADO YAKULT
 230. LEITE LA SERENISIMA INTEGRAL COM FERRO (SULFATO FERROSO)
 231. LEITE MATERNO (165 a 194 DIAS) - MÁX/DIA 560 ML
 232. LEITE MATERNO (195 a 224 DIAS) - MÁX/DIA 524 ML
 233. LEITE MATERNO (255 ou mais) - MÁX/DIA 452 ML
 234. LEITE PASTEURIZADO TIPO C PARMALAT (LEITE C)
 235. LEITE TIPO A - 3,7% GORDURA - PADRÃO
 236. LEITE TIPO B - 3,5% GORDURA - PADRÃO
 237. LEITE TIPO C - 3,0% GORDURA - PADRÃO
 238. LENTILHA COZIDA (GRÃOS)
 239. LIMONADA
 240. LIMÃO TAITI (SUÇO)
 241. LINGUIÇA DE PORCO COZIDA
 242. LOMBO ASSADO
 243. MACARRÃO (CONCHINHA)
 244. MACARRÃO (ESPAGUETE COZIDO)
 245. MACARRÃO AO QUEIJO MAGGI
 246. MACARRÃO AO SUGO
 247. MACARRÃO COZIDO
 248. MACARRÃO ESPAGUETE COM OVOS ORIENTAL MAGGI
 249. MACARRÃO INSTANTÂNEO QUALQUER TEMPERO NISSIN MIOJO - CRU
 250. MAIONESE
 251. MAIONESE TRADICIONAL HELLMANN'S
 252. MAMÃO (PICADO)
 253. MAMÃO PAPAYA
 254. MANDIOCA (COZIDA AMASSADA)
 255. MANDIOQUINHA
 256. MANDIOQUINHA (COZIDA AMASSADA)
 257. MANGA BORDON
 258. MANJUBA FRITA (PEIXE)
 259. MANTEIGA
 260. MANTEIGA COM SAL
 261. MARACUJÁ FRESCO
 262. MARGARINA
 263. MARGARINA VEGETAL COM SAL CLAYBOM
 264. MARGARINA VEGETAL CREMOSA COM SAL DORIANA
 265. MARGARINA VEGETAL CREMOSA SEM SAL DORIANA
 266. MARIA MOLE NUTRIMENTAL PRONTA
 267. MAÇÃ
 268. MAÇÃ VERMELHA
 269. MEL
 270. MERLUZA COZIDA (PEIXE)
 271. MEXERICA CRAVO
 272. MEXERICA MURCOTE (GOMOS INTEIROS)
 273. MILHO VERDE EM CONSERVA JUREMA
 274. MISSÔ
 275. MOLHO DE TOMATE
 276. MOLHO MOSTARDA
 277. MOLHO MOSTARDA (ACOMPANHAMENTO) MC DONALD'S
 278. MORTADELA
 279. MOÇA FIESTA RECHEIO DOCE DE LEITE COM CÔCO NESTLÉ
 280. NUGGET FRANGO MC DONALD'S
 281. OMELETE SIMPLES
 282. OMELETE TEMPERADO
 283. OVO DE CODORNA (INTEIRO)
 284. OVO DE GALINHA (INTEIRO)
 285. OVO DE GALINHA (CLARA)
 286. OVO DE GALINHA (GEMA)
 287. OVO FRITO
 288. OVO POCHÊ
 289. PALMITO EM CONSERVA
 290. PASTEL DE QUEIJO
-

-
291. PEIXE ESPADA COZIDO NA MANTEIGA
 292. PEPINO CAIPIRA
 293. PERA
 294. PESCADA FRITA
 295. PIMENTÃO VERMELHO CRU
 296. PIPOCA (ESTOURADA)
 297. PIPOCA DOCE
 298. PIPOCA SALGADA (ESTOURADA)
 299. PIZZA DE CATUPIRY
 300. PIZZA DE MUSSARELA
 301. POLENTA (SEM MOLHO)
 302. POLENTA COM MOLHO DE CARNE
 303. PRESUNTO DE PORCO
 304. PUDIM LEITE CONDENSADO
 305. PURÉ DE BATATA
 306. PÃO CASEIRO
 307. PÃO DE MEL
 308. PÃO DE QUEIJO
 309. PÃO DE QUEIJO DE LIQUIDIFICADOR
 310. PÃO FORMA COUNTRY PULLMAN
 311. PÃO FORMA TRADICIONAL PULLMAN
 312. PÃO FRANCÊS
 313. PÃO FRANCÊS (MIOLO)
 314. PÃO HOT DOG PULLMAN
 315. PÃO TIPO BISNAGUINHA
 316. PÊSSEGO
 317. PÊSSEGO (PICADO)
 318. QUEIJO CREMOSO CREAM CHEESE DANÚBIO
 319. QUEIJO MINAS
 320. QUEIJO MUSSARELA
 321. QUEIJO PARMESÃO (RALADO FINO)
 322. QUEIJO PASTEURIZADO POLENGUINHO POLENGUI
 323. QUEIJO PETIT SUISSE CEREAL BANANA MAÇÃ NINHO SOLEIL NESTLÉ
 324. QUEIJO PETIT SUISSE CHAMBINHO MORANGO NESTLÉ
 325. QUEIJO PETIT SUISSE DANONINHO MORANGO DANONE
 326. QUEIJO PETIT SUISSE MAXI CHAMBINHO MORANGO NESTLÉ
 327. QUEIJO PETIT SUISSE PETIT PAULI MORANGO PAULISTA
 328. QUEIJO PRATO
 329. QUIABO (PICADO COZIDO)
 330. QUIABO COZIDO FRESCO (PICADO)
 331. RABANETE
 332. REFRIGERANTE COCA-COLA
 333. REFRIGERANTE FANTA LARANJA
 334. REFRIGERANTE GUARANÁ
 335. REFRIGERANTE SPRITE MC DONALD'S
 336. REPOLHO (PICADO COZIDO)
 337. REPOLHO (PICADO)
 338. REPOLHO COZIDO
 339. REQUEIJÃO CHAMBOURCY NESTLÉ
 340. REQUEIJÃO CREMOSO POÇOS DE CALDAS DANONE
 341. RISOTO DE FRANGO
 342. SALAME
 343. SALGADINHO BACONZITOS ELMA CHIPS
 344. SALGADINHO BATATA FRITA FRITEX
 345. SALGADINHO CEBOLINHA ELMA CHIPS
 346. SALGADINHO CHEE-TOS BOLA ELMA CHIPS
 347. SALGADINHO CHEE-TOS ELMA CHIPS
 348. SALGADINHO CHEE-TOS TUBO ELMA CHIPS
 349. SALGADINHO DORITOS QUEIJO ELMA CHIPS
 350. SALGADINHO FANDANGOS QUEIJO ELMA CHIPS
 351. SALGADINHO RUFFLES ELMA CHIPS
 352. SALGADINHO SNACKITOS FRITEX
 353. SALGADINHO STIKSY ELMA CHIPS
 354. SALSICHA
 355. SALSICHA FRANGO CHICKEN LIGHT SEARA
 356. SALSICHA PERU CALIFÓRNIA SADIA
 357. SARDINHA FILÉ EM ÓLEO COMESTÍVEL SEM PELE E ESPINHA COQUEIR
 358. SOBREMESA LÁCTEA CREMOSA CHANDELLE CHOCOLATE NESTLÉ
 359. SOBREMESA LÁCTEA CREMOSA DANETTE CHOCOLATE DANONE
 360. SOPA GALINHA MACARRÃO LEGUMES KNORR (SOPÃO)
 361. SORVETE DE MASSA ABACAXI KIBON
 362. SORVETE DE MASSA MORANGO KIBON
 363. SORVETE DE MASSA MORANGO YOPA NESTLÉ
 364. SORVETE DE PALITO FRUTATE LIMÃO KIBON
 365. SUCO DE ABACAXI
 366. SUCO DE LARANJA
 367. SUCO DE LARANJA TANG - DILUÍDO CONFORME EMBALAGEM
 368. SUCO DE LIMÃO TANG - DILUÍDO CONFORME EMBALAGEM
 369. SUCO DE MANGA TANG - DILUÍDO CONFORME EMBALAGEM
 370. SUCO DE MARACUJÁ
 371. SUCO DE MARACUJÁ TANG - DILUÍDO CONFORME EMBALAGEM
 372. SUCO DE MARACUJÁ TANG - PÓ
 373. SUCO DE MARACUJÁ YAKULT
 374. SUCO DE MORANGO YAKULT
 375. SUCO DE UVA TANG - DILUÍDO CONFORME EMBALAGEM
 376. SUCRILHOS
 377. SUSTAGEM QUALQUER SABOR
 378. TOMATE
 379. TOMATE (PICADO SEM SEMENTE)
 380. TONYU MAÇÃ YAKULT
 381. TORRADA BÍ TOST LEVEMENTE SALGADA
 382. TORTA SALGADA
 383. UVA COMUM (CACHO)
 384. UVA ITÁLIA (CACHO)
 385. UVA ROSADA
 386. VAGEM MANTEIGA (PICADA COZIDA)
 387. VAGEM MANTEIGA (PICADA CRUA)
 388. ÓLEO DE SOJA
 389. ÓLEO VEGETAL
-

Alimentos agrupados segundo perfil de nutrientes e características.

n	Alimento
1	Abacate
2	Abóbora
3	Abobrinha
4	Achocolatados em pó
5	Açúcar refinado
6	Alface, acelga, agrião, etc
7	Arroz branco cozido
8	Avela em flocos
9	Azeitona
10	Bacon
11	Balás
12	Banana
13	Batata cozida
14	Batata frita
15	Bebida láctea, iogurtes
16	Beterraba
17	Bife
18	Biscoito sem recheio
19	Biscoitos recheados
20	Bolo comum, chocolate, etc
21	Brócolis, couve-flor
22	Café com açúcar
23	Caju, goiaba
24	Cará inhame, mandioca
25	Carne bovina (assada, refogada, etc)
26	Carne suína (bisteca, lombo, etc)
27	Catchup, mostarda
28	Cenoura
29	Cereal matinal
30	Chá infusão
31	Chocolate, bombons
32	Chuchu
33	Doce de frutas, doce de leite, etc
34	Embutidos (lingüiça, salsicha, etc)
35	Ervilha, lentilha
36	Espessantes
37	Extrato de tomate, molho de tomate
38	Farinha de mandioca torrada, farofa
39	Feijão
40	Fígado bovino
41	Franco (frito, grelhado, assado, cozido)
42	Fubá, polenta sem molho
43	Gelatina qualquer sabor preparada
44	Hamburguer
45	Kiwi
46	Laranja, suco de laranja
47	Leite aromatizado
48	Leite condensado
49	Leite em pó integral
50	Leite fermentado
51	Leite fluido
52	Leite materno
53	Maçã/pêra
54	Macarrão (cozido, ao sugo)
55	Macarrão instantâneo
56	Malonese
57	Mamão
58	Mandioquinha
59	Manga
60	Margarina/manteiga
61	Mel
62	Milho verde em conserva
63	Óleo vegetal, azeite de oliva
64	Outros vegetais (pepino, rabanete, etc)
65	Ovo frito, pochê, omelete
66	Pão (francês, forma, bisnaguinha)
67	Peixe
68	Pêssego
69	Pipoca salgada, doce
70	Pizza
71	Preparações (polenta com carne, risoto)
72	Queijo minas, mussarela
73	Queijo parmesão, prato
74	Queijo petit suisse
75	Refrigerante
76	Requeijão
77	Salada de malonese
78	Salgadinhos, batata chips
79	Salgados (bolinha de queijo, pastel, etc)
80	Sopa infantil com carne
81	Sopa infantil sem carne
82	Sopa instantânea galinha
83	Sorvete
84	Suco artificial em pó
85	Suco de frutas
86	Tomate
87	Uva
88	Vagem

Alimentos de maior contribuição energética à dieta de crianças de 2 a 5 anos de idade da cidade de São Paulo, 1995-1996.

<i>n</i>	<i>Alimento</i>	<i>% do total de calorias</i>	<i>% acumulado das calorias</i>
1	Leite fluido	11,97	11,97
2	Arroz branco cozido	9,11	21,08
3	Açúcar refinado	7,62	28,70
4	Leite em pó integral	6,17	34,87
5	Pão (francês, forma, bisnaguinha)	4,56	39,43
6	Carne bovina (assada, refogada, etc)	4,02	43,46
7	Biscoito sem recheio	3,70	47,15
8	Bife	3,34	50,50
9	Feijão	3,03	53,52
10	Espessantes	2,38	55,90
11	Biscoitos recheados	2,37	58,28
12	Achocolatados em pó	2,35	60,63
13	Salgadinhos, batata chips	2,34	62,97
14	Bolo comum, chocolate, etc	2,23	65,20
15	Embutidos (lingüiça, salsicha, etc)	2,19	67,39
16	Frango (frito, grelhado, assado, cozido)	2,06	69,44
17	Margarina/manteiga	1,81	71,25
18	Refrigerante	1,73	72,98
19	Laranja, suco de laranja	1,39	74,37
20	Ovo frito, pochê, omelete	1,28	75,65
21	Chocolate, bombons	1,15	76,80
22	Macarrão (cozido, ao sugo)	1,13	77,93
23	Bebida láctea, iogurtes	1,10	79,03
24	Macarrão instantâneo	0,90	79,93
25	Café com açúcar	0,88	80,82
<hr/>			
26	Batata frita	0,87	81,69
27	Sopa infantil com carne	0,86	82,55
28	Salgados (bolinha de queijo, pastel, etc)	0,85	83,40
29	Banana	0,80	84,20
30	Batata cozida	0,66	84,86
31	Suco artificial em pó	0,65	85,51
32	Fubá, polenta sem molho	0,62	86,13
33	Queijo petit suisse	0,60	86,74
34	Leite fermentado	0,59	87,33
35	Suco de frutas	0,53	87,85
36	Maçã/pêra	0,47	88,32
37	Balas	0,44	88,76
38	Abacate	0,39	89,15
39	Farinha de mandioca torrada, farofa	0,38	89,53
40	Peixe	0,38	89,91
41	Sopa infantil sem carne	0,38	90,29
42	Fígado bovino	0,34	90,63
43	Leite materno	0,33	90,97
44	Preparações (polenta com carne, risoto)	0,28	91,25
45	Doce de frutas, doce de leite, etc	0,28	91,53
46	Pipoca salgada, doce	0,24	91,77
47	Pizza	0,24	92,00
48	Queijo parmesão, prato	0,23	92,23
49	Cereal matinal	0,21	92,43
50	Queijo minas, mussarela	0,18	92,62

Alimentos de maior contribuição em carboidratos à dieta de crianças de 2 a 5 anos de idade da cidade de São Paulo, 1995-1996.

<i>n</i>	<i>Alimento</i>	<i>% do total de carboidrato</i>	<i>% acumulado de carboidrato</i>
1	Açúcar refinado	14,17	14,17
2	Arroz branco cozido	13,79	27,96
3	Leite fluido	6,69	34,65
4	Pão (francês, forma, bisnaguinha)	6,57	41,22
5	Biscoito sem recheio	4,25	45,46
6	Achocolatados em pó	3,87	49,33
7	Leite em pó integral	3,53	52,86
8	Refrigerante	3,37	56,23
9	Feijão	2,93	59,16
10	Bolo comum, chocolate, etc	2,52	61,68
11	Espessantes	2,47	64,14
12	Laranja, suco de laranja	2,46	66,60
13	Biscoitos recheados	2,44	69,04
14	Café com açúcar	1,85	70,89
15	Salgadinhos, batata chips	1,71	72,59
16	Macarrão (cozido, ao sugo)	1,67	74,26
17	Bebida láctea, iogurtes	1,47	75,73
18	Banana	1,46	77,19
19	Suco artificial em pó	1,16	78,35
20	Suco de frutas	1,01	79,36
21	Chocolate, bombons	1,00	80,36
22	Batata cozida	0,98	81,34
23	Sopa infantil com carne	0,90	82,23
24	Maçã/pêra	0,89	83,12
25	Batata frita	0,88	84,00
26	Leite fermentado	0,87	84,87
27	Macarrão instantâneo	0,86	85,73
28	Salgados (bolinha de queijo, pastel, etc)	0,85	86,58
29	Fubá, polenta sem molho	0,83	87,42
30	Balas	0,67	88,08
31	Queijo petit suisse	0,62	88,71
32	Farinha de mandioca torrada, farofa	0,59	89,29
33	Sopa infantil sem carne	0,54	89,83
34	Doce de frutas, doce de leite, etc	0,52	90,36
35	Cereal matinal	0,37	90,73
36	Carne bovina (assada, refogada, etc)	0,31	91,04
37	Mamão	0,28	91,32
38	Preparações (polenta com carne, risoto)	0,27	91,59
39	Leite materno	0,24	91,83
40	Pipoca salgada, doce	0,22	92,05
41	Gelatina qualquer sabor preparada	0,22	92,26
42	Mel	0,19	92,46
43	Leite aromatizado	0,17	92,62
44	Pizza	0,15	92,78
45	Frango (frito, grelhado, assado, cozido)	0,15	92,93
46	Aveia em flocos	0,15	93,08
47	Leite condensado	0,15	93,22
48	Cenoura	0,14	93,36
49	Tomate	0,13	93,49
50	Abacate	0,13	93,62

Alimentos de maior contribuição em proteínas à dieta de crianças de 2 a 5 anos de idade da cidade de São Paulo, 1995-1996.

<i>n</i>	<i>Alimento</i>	<i>% do total de proteína</i>	<i>% acumulado de proteína</i>
1	Leite fluido	17,73	17,73
2	Carne bovina (assada, refogada, etc)	13,19	30,92
3	Leite em pó integral	8,51	39,42
4	Frango (frito, grelhado, assado, cozido)	6,97	46,40
5	Bife	6,55	52,95
6	Arroz branco cozido	4,67	57,62
7	Feijão	4,64	62,26
8	Pão (francês, forma, bisnaguinha)	3,91	66,17
9	Embutidos (lingüiça, salsicha, etc)	2,87	69,04
10	Ovo frito, pochê, omelete	2,20	71,24
11	Biscoito sem recheio	1,84	73,08
12	Peixe	1,32	74,41
13	Sopa infantil com carne	1,32	75,73
14	Bolo comum, chocolate, etc	1,12	76,85
15	Macarrão (cozido, ao sugo)	1,06	77,91
16	Salgadinhos, batata chips	1,03	78,93
17	Bebida láctea, iogurtes	0,98	79,91
18	Espressantes	0,96	80,87

19	Achocolatados em pó	0,88	81,76
20	Biscoitos recheados	0,88	82,63
21	Fígado bovino	0,82	83,46
22	Queijo petit suisse	0,75	84,21
23	Laranja, suco de laranja	0,69	84,90
24	Salgados (bolinha de queijo, pastel, etc)	0,64	85,54
25	Macarrão instantâneo	0,58	86,12
26	Chocolate, bombons	0,54	86,66
27	Fubá, polenta sem molho	0,45	87,11
28	Leite fermentado	0,43	87,54
29	Hambúrguer	0,42	87,96
30	Preparações (polenta com carne, risoto)	0,40	88,36
31	Batata cozida	0,39	88,75
32	Queijo minas, mussarela	0,35	89,11
33	Sopa infantil sem carne	0,34	89,45
34	Banana	0,32	89,77
35	Pizza	0,32	90,08
36	Batata frita	0,30	90,38
37	Gelatina qualquer sabor preparada	0,25	90,63
38	Queijo parmesão, prato	0,25	90,88
39	Carne suína (bisteca, lombo, etc)	0,18	91,06
40	Balas	0,16	91,22
41	Leite aromatizado	0,15	91,37
42	Leite materno	0,14	91,51
43	Abacate	0,14	91,65
44	Aveia em flocos	0,13	91,78
45	Requeijão	0,11	91,89
46	Alface, acelga, agrião, etc	0,10	91,99
47	Tomate	0,10	92,09
48	Pipoca salgada, doce	0,10	92,19
49	Leite condensado	0,08	92,27
50	Suco artificial em pó	0,08	92,34

Alimentos de maior contribuição em lipídios à dieta de crianças de 2 a 5 anos de idade da cidade de São Paulo, 1995-1996.

<i>n</i>	<i>Alimento</i>	<i>% do total de lipídio</i>	<i>% acumulado de lipídio</i>
1	Leite fluido	18,70	18,70
2	Leite em pó integral	10,41	29,12
3	Bife	6,34	35,46
4	Carne bovina (assada, refogada, etc)	6,19	41,64
5	Margarina/manteiga	5,90	47,55
6	Embutidos (lingüiça, salsicha, etc)	5,12	52,66
7	Biscoito sem recheio	4,03	56,69
8	Biscoitos recheados	2,93	59,62
9	Feijão	2,57	62,19
10	Ovo frito, pochê, omelete	2,51	64,70
11	Arroz branco cozido	2,49	67,19
12	Frango (frito, grelhado, assado, cozido)	2,42	69,62
13	Bolo comum, chocolate, etc	2,26	71,87
14	Chocolate, bombons	1,67	73,54
15	Salgadinhos, batata chips	1,60	75,15
16	Queijo parmesão, prato	1,30	76,45
17	Batata frita	1,20	77,65
18	Macarrão instantâneo	1,20	78,85
19	Pão (francês, forma, bisnaguinha)	1,19	80,04
20	Abacate	1,04	81,08
21	Salgados (bolinha de queijo, pastel, etc)	0,93	82,01
22	Sopa infantil com carne	0,64	82,65
23	Leite materno	0,60	83,25
24	Queijo petit suisse	0,52	83,77
25	Achocolatados em pó	0,50	84,27
26	Bebida láctea, iogurtes	0,49	84,76
27	Fígado bovino	0,44	85,21
28	Bacon	0,42	85,62
29	Maionese	0,39	86,01
30	Queijo minas, mussarela	0,39	86,40
31	Espessantes	0,37	86,77
32	Azeitona	0,37	87,13
33	Pipoca salgada, doce	0,34	87,47
34	Peixe	0,33	87,80
35	Pizza	0,33	88,14
36	Óleo vegetal, azeite de oliva	0,29	88,43
37	Macarrão (cozido, ao sugo)	0,29	88,72
38	Balas	0,29	89,01
39	Carne suína (bisteca, lombo, etc)	0,26	89,27
40	Preparações (polenta com carne, risoto)	0,25	89,52
41	Requeijão	0,23	89,75
42	Batata cozida	0,20	89,95
43	Farinha de mandioca torrada, farofa	0,17	90,13
44	Hambúguer	0,17	90,30
45	Fubá, polenta sem molho	0,16	90,46
46	Leite aromatizado	0,16	90,62
47	Laranja, suco de laranja	0,14	90,76
48	Salada de maionese	0,14	90,90
49	Sopa infantil sem carne	0,12	91,03
50	Aveia em flocos	0,12	91,15

Alimentos de maior contribuição em retinol à dieta de crianças de 2 a 5 anos de idade da cidade de São Paulo, 1995-1996.

<i>n</i>	<i>Alimento</i>	<i>% do total de retinol</i>	<i>% acumulado de retinol</i>
1	Achocolatados em pó	14,48	14,48
2	Leite fluido	9,22	23,70
3	Leite em pó integral	4,08	27,78
4	Sopa infantil com carne	3,09	30,87
5	Cenoura	2,98	33,85
6	Ovo frito, pochê, omelete	2,70	36,55
7	Margarina/manteiga	1,89	38,43
8	Fígado bovino	1,73	40,16
9	Alface, acelga, agrião, etc	1,70	41,86
10	Sopa infantil sem carne	1,51	43,37
11	Espessantes	1,51	44,88
12	Preparações (polenta com carne, risoto)	1,36	46,24
13	Mamão	1,33	47,57
14	Queijo petit suisse	1,15	48,72
15	Abóbora	1,02	49,74
16	Laranja, suco de laranja	0,89	50,63
17	Tomate	0,85	51,48
18	Peixe	0,80	52,29
19	Macarrão (cozido, ao sugo)	0,74	53,02
20	Extrato de tomate, molho de tomate	0,73	53,75
21	Cereal matinal	0,70	54,45
22	Salgados (bolinha de queijo, pastel, etc)	0,61	55,06
23	Frango (frito, grelhado, assado, cozido)	0,44	55,50
24	Manga	0,39	55,89
25	Bebida láctea, iogurtes	0,39	56,28
26	Queijo minas, mussarela	0,35	56,63
27	Abacate	0,35	56,98
28	Pizza	0,30	57,28
29	Bolo comum, chocolate, etc	0,28	57,56
30	Leite materno	0,24	57,80
31	Banana	0,22	58,03
32	Queijo parmesão, prato	0,22	58,25
33	Fubá, polenta sem molho	0,22	58,47
34	Catchup, mostarda	0,21	58,68
35	Salada de maionese	0,21	58,89
36	Carne bovina (assada, refogada, etc)	0,18	59,07
37	Brócolis, couve-flor	0,13	59,20
38	Pêssego	0,12	59,32
39	Macarrão instantâneo	0,11	59,44
40	Farinha de mandioca torrada, farofa	0,11	59,55
41	Outros vegetais (pepino, rabanete, etc)	0,09	59,64
42	Hambúrguer	0,08	59,72
43	Maçã/pêra	0,08	59,80
44	Bife	0,07	59,86
45	Leite condensado	0,06	59,92
46	Suco de frutas	0,05	59,97
47	Biscoito sem recheio	0,05	60,02
48	Caju, goiaba	0,05	60,07
49	Batata cozida	0,05	60,12
50	Salgadinhos, batata chips	0,04	60,16

Alimentos de maior contribuição em vitamina C à dieta de crianças de 2 a 5 anos de idade da cidade de São Paulo, 1995-1996.

<i>n</i>	<i>Alimento</i>	<i>% do total de vitamina C</i>	<i>% acumulado de vitamina C</i>
1	Laranja, suco de laranja	18,85	18,85
2	Achocolatados em pó	7,86	26,71
3	Leite fluido	6,06	32,77
4	Leite em pó integral	2,95	35,72
5	Mamão	2,65	38,37
6	Espessantes	2,25	40,62
7	Batata frita	2,00	42,62
8	Salgadinhos, batata chips	1,84	44,46
9	Sopa infantil com carne	1,77	46,23
10	Macarrão (cozido, ao sugo)	1,67	47,90
11	Banana	1,64	49,54
12	Batata cozida	1,61	51,15
13	Suco de frutas	1,46	52,62
14	Caju, goiaba	1,24	53,86
15	Alface, acelga, agrião, etc	1,17	55,03
16	Tomate	1,15	56,19
17	Arroz branco cozido	1,06	57,24
18	Carne bovina (assada, refogada, etc)	1,00	58,24
19	Maçã/pêra	0,87	59,11
20	Fígado bovino	0,84	59,94
21	Extrato de tomate, molho de tomate	0,80	60,75
22	Sopa infantil sem carne	0,74	61,49
23	Brócolis, couve-flor	0,69	62,18
24	Feijão	0,69	62,87
25	Refrigerante	0,62	63,49
26	Preparações (polenta com carne, risoto)	0,62	64,11
27	Cereal matinal	0,61	64,72
28	Embutidos (lingüiça, salsicha, etc)	0,54	65,26
29	Queijo petit suisse	0,50	65,76
30	Bebida láctea, iogurtes	0,41	66,17
31	Frango (frito, grelhado, assado, cozido)	0,40	66,58
32	Manga	0,36	66,94
33	Cará inhame, mandioca	0,36	67,30
34	Kiwi	0,35	67,64
35	Ovo frito, pochê, omelete	0,35	67,99
36	Leite aromatizado	0,34	68,33
37	Abacate	0,34	68,67
38	Leite materno	0,28	68,95
39	Chuchu	0,24	69,19
40	Outros vegetais (pepino, rabanete, etc)	0,19	69,39
41	Cenoura	0,18	69,57
42	Beterraba	0,14	69,72
43	Salada de maionese	0,14	69,86
44	Pizza	0,13	69,98
45	Uva	0,13	70,11
46	Farinha de mandioca torrada, farofa	0,11	70,22
47	Abóbora	0,11	70,33
48	Abobrinha	0,11	70,43
49	Doce de frutas, doce de leite, etc	0,10	70,53
50	Bolo comum, chocolate, etc	0,09	70,62

Alimentos de maior contribuição em cálcio à dieta de crianças de 2 a 5 anos de idade da cidade de São Paulo, 1995-1996.

<i>n</i>	<i>Alimento</i>	<i>% do total de cálcio</i>	<i>% acumulado de cálcio</i>
1	Leite fluido	38,38	38,38
2	Leite em pó integral	19,24	57,62
3	Bolo comum, chocolate, etc	6,93	64,55
4	Espessantes	3,92	68,48
5	Pão (francês, forma, bisnaguinha)	3,23	71,70
6	Arroz branco cozido	3,16	74,86
7	Feijão	2,10	76,96
8	Bebida láctea, iogurtes	1,44	78,40
9	Salgados (bolinha de queijo, pastel, etc)	1,31	79,72
10	Leite fermentado	1,08	80,80
11	Queijo petit suisse	1,04	81,84
12	Carne bovina (assada, refogada, etc)	0,89	82,73
13	Ovo frito, pochê, omelete	0,76	83,50
14	Queijo minas, mussarela	0,68	84,18
15	Queijo parmesão, prato	0,57	84,74
16	Café com açúcar	0,55	85,30
17	Chocolate, bombons	0,43	85,73
18	Salgadinhos, batata chips	0,42	86,15
19	Peixe	0,41	86,56
20	Pizza	0,35	86,91
21	Bife	0,33	87,24
22	Leite materno	0,32	87,56
23	Banana	0,31	87,88
24	Alface, acelga, agrião, etc	0,31	88,18
25	Laranja, suco de laranja	0,28	88,46
26	Frango (frito, grelhado, assado, cozido)	0,27	88,74
27	Sopa infantil com carne	0,27	89,01
28	Preparações (polenta com carne, risoto)	0,22	89,23
29	Embutidos (lingüiça, salsicha, etc)	0,22	89,45
30	Refrigerante	0,20	89,65
31	Macarrão (cozido, ao sugo)	0,19	89,84
32	Mamão	0,15	90,00
33	Batata cozida	0,15	90,15
34	Cenoura	0,11	90,25
35	Macarrão instantâneo	0,10	90,35
36	Azeitona	0,09	90,44
37	Brócolis, couve-flor	0,09	90,54
38	Leite condensado	0,09	90,62
39	Maçã/pêra	0,08	90,71
40	Outros vegetais (pepino, rabanete, etc)	0,08	90,79
41	Batata frita	0,08	90,86
42	Farinha de mandioca torrada, farofa	0,07	90,93
43	Fígado bovino	0,06	90,99
44	Abacate	0,05	91,04
45	Abobrinha	0,05	91,09
46	Açúcar refinado	0,05	91,14
47	Doce de frutas, doce de leite, etc	0,04	91,18
48	Extrato de tomate, molho de tomate	0,04	91,23
49	Tomate	0,04	91,26
50	Suco de frutas	0,04	91,30

Alimentos de maior contribuição em ferro à dieta de crianças de 2 a 5 anos de idade da cidade de São Paulo, 1995-1996.

<i>n</i>	<i>Alimento</i>	<i>% do total de ferro</i>	<i>% acumulado de ferro</i>
1	Arroz branco cozido	12,37	12,37
2	Feijão	10,19	22,56
3	Carne bovina (assada, refogada, etc)	8,52	31,08
4	Leite fluido	8,51	39,59
5	Pão (francês, forma, bisnaguinha)	7,63	47,22
6	Espessantes	6,85	54,07
7	Bife	5,29	59,35
8	Ovo frito, pochê, omelete	2,77	62,12
9	Macarrão (cozido, ao sugo)	2,72	64,83
10	Banana	2,34	67,17
11	Frango (frito, grelhado, assado, cozido)	2,21	69,38
12	Salgadinhos, batata chips	1,96	71,33
13	Embutidos (lingüiça, salsicha, etc)	1,66	72,99
14	Sopa infantil com carne	1,48	74,47
15	Bolo comum, chocolate, etc	1,45	75,92
16	Leite em pó integral	1,29	77,21
17	Cereal matinal	1,07	78,28
18	Fígado bovino	1,02	79,30
19	Café com açúcar	0,97	80,27
20	Laranja, suco de laranja	0,88	81,15
21	Salgados (bolinha de queijo, pastel, etc)	0,86	82,01
22	Fubá, polenta sem molho	0,61	82,62
23	Peixe	0,57	83,19
24	Batata cozida	0,55	83,73
25	Sopa infantil sem carne	0,53	84,27
26	Preparações (polenta com carne, risoto)	0,49	84,76
27	Abacate	0,47	85,23
28	Batata frita	0,41	85,64
29	Tomate	0,37	86,01
30	Hambúrguer	0,35	86,36
31	Alface, acelga, agrião, etc	0,34	86,69
32	Requeijão	0,33	87,02
33	Maçã/pêra	0,31	87,33
34	Bebida láctea, iogurtes	0,30	87,64
35	Refrigerante	0,30	87,94
36	Pizza	0,29	88,22
37	Farinha de mandioca torrada, farofa	0,26	88,48
38	Queijo petit suisse	0,25	88,74
39	Azeitona	0,23	88,97
40	Chocolate, bombons	0,22	89,18
41	Doce de frutas, doce de leite, etc	0,21	89,39
42	Cenoura	0,20	89,59
43	Açúcar refinado	0,19	89,78
44	Extrato de tomate, molho de tomate	0,18	89,96
45	Aveia em flocos	0,17	90,13
46	Beterraba	0,16	90,28
47	Suco de frutas	0,15	90,43
48	Pipoca salgada, doce	0,14	90,58
49	Leite aromatizado	0,14	90,72
50	Abóbora	0,12	90,84

**Alimentos presentes nas listas de contribuição incluídos no Questionário de
Frequência Alimentar.**

<i>n</i>	<i>Alimento</i>
1	Abóbora
2	Achocolatados em pó
3	Açúcar refinado
4	Alface, acelga, agrião, etc
5	Arroz branco cozido
6	Banana
7	Batata cozida
8	Batata frita
9	Bebida láctea, iogurtes
10	Bife
11	Biscoito sem recheio
12	Biscoitos recheados
13	Bolo comum, chocolate, etc
14	Café com açúcar
15	Caju, goiaba
16	Carne bovina (assada, refogada, etc)
17	Cenoura
18	Cereal matinal
19	Chocolate, bombons
20	Embutidos (lingüiça, salsicha, etc)
21	Espessantes
22	Extrato de tomate, molho de tomate
23	Feijão
24	Fígado bovino
25	Frango (frito, grelhado, assado, cozido)
26	Laranja, suco de laranja
27	Leite em pó integral
28	Leite fermentado
29	Leite fluido
30	Maçã/pêra
31	Macarrão (cozido, ao sugo)
32	Macarrão instantâneo
33	Mamão
34	Margarina/manteiga
35	Ovo frito, pochê, omelete
36	Pão (francês, forma, bisnaguinha)
37	Peixe
38	Preparações (polenta com carne, risoto)
39	Queijo parmesão, prato
40	Queijo petit suisse
41	Refrigerante
42	Salgadinhos, batata chips
43	Salgados (bolinha de queijo, pastel, etc)
44	Sopa infantil com carne
45	Sopa infantil sem carne
46	Suco artificial em pó
47	Suco de frutas
48	Tomate

**Itens de alimentos e respectivas porções que integram o Questionário de
Frequência Alimentar para Crianças (QFAC)**

<i>n</i>	<i>Alimento</i>	<i>Medida caseira</i>	<i>Peso médio (g)</i>
1	Arroz cozido	3 colheres de sopa	82,0
2	Batata cozida/purê	1 colher de servir	51,0
3	Batata frita	1 escumadeira	103,0
4	Biscoitos sem recheio (maisena, maria, leite, água e sal)	3 ou 4 unidades	19,5*
5	Biscoitos com recheio (chocolate, waffer)	3 unidades	39,0
6	Cereal matinal tipo Sucrilhos®	1 xícara	39,0*
7	Macarrão cozido/ao sugo	1 escumadeira	72,0
8	Macarrão instantâneo tipo miojo	1/3 do pacote	25,0*
9	Pão francês/forma/bisnaguinha	1/2 unidade/1 fatia/1 unidade	25,0*
10	Espessantes (Maizena®, Farinha Láctea®, Mucilon®, Cremogema®)	1 ou 2 colheres de sopa	19,0
11	Feijão	1/2 concha	52,0*
12	Abóbora	2 colheres de sopa	70,0*
13	Alface	2 folhas	15,5*
14	Acelga/repolho/couve	1 colher de sopa	15,5*
15	Tomate	3 fatias	50,0
16	Molho de tomate	1 colher de sopa	19,0
17	Cenoura	1/2 colher de servir	15,0*
18	Chuchu**	1 colher de sopa	23,0*
19	Mandioquinha**	1/2 colher de sopa	18,0
20	Banana	1 unidade	86,0
21	Maçã/pêra	1 unidade	93,0
22	Laranja	1 unidade	128,0
23	Suco de laranja	1/2 copo	128,0
24	Suco de outras frutas (maracujá, abacaxi)	1/2 copo	116,0
25	Mamão	1 fatia	90,0
26	Goiaba	1/2 unidade	51,0
27	Bife	1 unidade	76,0
28	Carne cozida (panela, moída)	1/2 fatia/3 colheres de sopa	54,0
29	Lingüiça/salsicha	1/2 gomo/1 unidade	31,0*
30	Presunto/mortadela	1 fatia	31,0*
31	Bife de fígado de boi	1 unidade	100,0*
32	Frango (cozido, frito, grelhado, assado)	1 pedaço/1 unidade	62,0
33	Peixe (cozido, frito)	1/2 filé/ 1/2 pedaço	56,0
34	Ovo (frito, cozido), omelete (com 1 ovo)	1 unidade/1 omelete	41,0
35	Leite fluido integral/leite em pó integral diluído	1 xícara	184,0
36	Iogurte de frutas	1 pote	138,0
37	Danoninho®/Chambinho®	1 pote	51,0
38	Leite fermentado tipo Yakult®, Chamyto®	1 pote	96,0
39	Margarina/manteiga	1 colher de chá	7,0
40	Queijo prato/mussarela	1 fatia	14,0
41	Requeijão**	1 colher de sobremesa	19,0
42	Açúcar	1 1/2 colher de sobremesa	21,0
43	Achocolatados em pó (Nescau®, Toddy®)	1 1/2 colher de sobremesa	13,0
44	Bolo comum/chocolate	1 fatia	83,0
45	Chocolate/bombom	1 unidade	29,0
46	Salgadinho/batata chips	1 pacote pequeno	55,0
47	Risoto/polenta	1 colher de servir/1 fatia	84,0
48	Sopa com carne	1/2 prato	120,0*
49	Sopa sem carne	1/2 prato	95,0
50	Salgados (pão de queijo, pastel, coxinha, esfiha)	1 unidade pequena	58,0
51	Pizza**	1/2 fatia	54,0
52	Sanduíche (misto, hambúrguer simples)**	1/2 unidade	101,0
53	Café com açúcar	1 xícara de café	40,0*
54	Refrigerante	1/2 copo	170,0
55	Suco artificial (tipo Tang®)	1/2 copo	164,0
56	Chá industrializado**	1/2 copo	221,0
57	Água**	1/2 copo	150,0

* valor mediano

** itens posteriormente adicionados ao questionário



UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO
FACULDADE DE SAÚDE PÚBLICA
DEPARTAMENTO DE NUTRIÇÃO

Av. Dr. Arnaldo, 715 - Cerqueira César - São Paulo/SP CEP: 01246-904
☎ (011) 3066-7701/7705 - Fax (011) 3062-6748



Avaliação do consumo alimentar de crianças



Prezados pais,

Este estudo tem como finalidade avaliar o consumo alimentar de seu (sua) filho (a). Para isso, contamos com a sua compreensão e colaboração por meio do preenchimento do questionário anexo. Obrigada pela atenção.

Instruções:

1. Este questionário avaliará o consumo alimentar de seu(sua) filho(a) durante os últimos 6 meses. Por favor, procure se lembrar dos alimentos que a criança costuma e mais gosta de comer.
2. Leia com atenção o nome de cada alimento, a quantidade e as vezes que seu(sua) filho(a) costuma comer o alimento.
3. Por favor, marque com um X o quadradinho indicando sempre o consumo mais freqüente. Por exemplo, no grupo do *Arroz, pão, massa, batata*, veja se seu filho consome "Arroz cozido". Em caso afirmativo, assinale a freqüência (número de vezes). Veja o próximo alimento "Batata cozida/purê" e marque da mesma forma. Se a criança não come ou come muito raramente, marque *nunca*.
4. Não deixe em branco nenhum dos alimentos do questionário.
5. Ao final, existe a alternativa *Outros*, para o caso de alimentos não citados mas que você habitualmente dá para a criança. Coloque o tipo de alimento, a quantidade e o número de vezes.



ARROZ, PÃO, MASSA, BATATA

Assinale com um X a quantidade de cada alimento que a criança consumiu habitualmente durante os últimos 6 meses.

<p>Arroz cozido (3 colheres de sopa)</p> <p><input type="checkbox"/> Nunca</p> <p><input type="checkbox"/> Menos de 1 vez por mês</p> <p><input type="checkbox"/> 1 a 3 vezes por mês</p> <p><input type="checkbox"/> 1 vez por semana</p> <p><input type="checkbox"/> 2 a 4 vezes por semana</p> <p><input type="checkbox"/> 1 vez por dia</p> <p><input type="checkbox"/> 2 ou mais vezes por dia</p>	<p>Batata cozida / purê (1 colher de servir)</p> <p><input type="checkbox"/> Nunca</p> <p><input type="checkbox"/> Menos de 1 vez por mês</p> <p><input type="checkbox"/> 1 a 3 vezes por mês</p> <p><input type="checkbox"/> 1 vez por semana</p> <p><input type="checkbox"/> 2 a 4 vezes por semana</p> <p><input type="checkbox"/> 1 vez por dia</p> <p><input type="checkbox"/> 2 ou mais vezes por dia</p>	<p>Batata frita (1 escumadeira)</p> <p><input type="checkbox"/> Nunca</p> <p><input type="checkbox"/> Menos de 1 vez por mês</p> <p><input type="checkbox"/> 1 a 3 vezes por mês</p> <p><input type="checkbox"/> 1 vez por semana</p> <p><input type="checkbox"/> 2 a 4 vezes por semana</p> <p><input type="checkbox"/> 1 vez por dia</p> <p><input type="checkbox"/> 2 ou mais vezes por dia</p>
<p>Biscoitos sem recheio - maisena, maria, leite, água e sal (3 ou 4 unidades)</p> <p><input type="checkbox"/> Nunca</p> <p><input type="checkbox"/> Menos de 1 vez por mês</p> <p><input type="checkbox"/> 1 a 3 vezes por mês</p> <p><input type="checkbox"/> 1 vez por semana</p> <p><input type="checkbox"/> 2 a 4 vezes por semana</p> <p><input type="checkbox"/> 1 vez por dia</p> <p><input type="checkbox"/> 2 ou mais vezes por dia</p>	<p>Biscoitos com recheio - chocolate, waffer (3 unidades)</p> <p><input type="checkbox"/> Nunca</p> <p><input type="checkbox"/> Menos de 1 vez por mês</p> <p><input type="checkbox"/> 1 a 3 vezes por mês</p> <p><input type="checkbox"/> 1 vez por semana</p> <p><input type="checkbox"/> 2 a 4 vezes por semana</p> <p><input type="checkbox"/> 1 vez por dia</p> <p><input type="checkbox"/> 2 ou mais vezes por dia</p>	<p>Cereal matinal tipo Sucrilhos® (1 xícara)</p> <p><input type="checkbox"/> Nunca</p> <p><input type="checkbox"/> Menos de 1 vez por mês</p> <p><input type="checkbox"/> 1 a 3 vezes por mês</p> <p><input type="checkbox"/> 1 vez por semana</p> <p><input type="checkbox"/> 2 a 4 vezes por semana</p> <p><input type="checkbox"/> 1 vez por dia</p> <p><input type="checkbox"/> 2 ou mais vezes por dia</p>
<p>Macarrão cozido/ao sugo (1 escumadeira)</p> <p><input type="checkbox"/> Nunca</p> <p><input type="checkbox"/> Menos de 1 vez por mês</p> <p><input type="checkbox"/> 1 a 3 vezes por mês</p> <p><input type="checkbox"/> 1 vez por semana</p> <p><input type="checkbox"/> 2 a 4 vezes por semana</p> <p><input type="checkbox"/> 1 vez por dia</p> <p><input type="checkbox"/> 2 ou mais vezes por dia</p>	<p>Macarrão instantâneo tipo miojo (1/3 do pacote)</p> <p><input type="checkbox"/> Nunca</p> <p><input type="checkbox"/> Menos de 1 vez por mês</p> <p><input type="checkbox"/> 1 a 3 vezes por mês</p> <p><input type="checkbox"/> 1 vez por semana</p> <p><input type="checkbox"/> 2 a 4 vezes por semana</p> <p><input type="checkbox"/> 1 vez por dia</p> <p><input type="checkbox"/> 2 ou mais vezes por dia</p>	<p>Pão francês/forma/bisnaguinha (1/2 unidade/1 fatia/ 1 unidade)</p> <p><input type="checkbox"/> Nunca</p> <p><input type="checkbox"/> Menos de 1 vez por mês</p> <p><input type="checkbox"/> 1 a 3 vezes por mês</p> <p><input type="checkbox"/> 1 vez por semana</p> <p><input type="checkbox"/> 2 a 4 vezes por semana</p> <p><input type="checkbox"/> 1 vez por dia</p> <p><input type="checkbox"/> 2 ou mais vezes por dia</p>
<p>Espessantes (Maizena®, Farinha Láctea®, Mucilon®, Cremogema®) (1 ou 2 colheres de sopa)</p> <p><input type="checkbox"/> Nunca</p> <p><input type="checkbox"/> Menos de 1 vez por mês</p> <p><input type="checkbox"/> 1 a 3 vezes por mês</p> <p><input type="checkbox"/> 1 vez por semana</p> <p><input type="checkbox"/> 2 a 4 vezes por semana</p> <p><input type="checkbox"/> 1 vez por dia</p> <p><input type="checkbox"/> 2 ou mais vezes por dia</p>		



FEIJÃO

Assinale com um X a quantidade de cada alimento que a criança consumiu habitualmente durante os últimos 6 meses.

Feijão (1/2 concha)	
<input type="checkbox"/>	Nunca
<input type="checkbox"/>	Menos de 1 vez por mês
<input type="checkbox"/>	1 a 3 vezes por mês
<input type="checkbox"/>	1 vez por semana
<input type="checkbox"/>	2 a 4 vezes por semana
<input type="checkbox"/>	1 vez por dia
<input type="checkbox"/>	2 ou mais vezes por dia



VERDURAS e LEGUMES

Assinale com um X a quantidade de cada alimento que a criança consumiu habitualmente durante os últimos 6 meses.

Obs: as sopas com os legumes deverão ser informadas à pág. 7. Assinale apenas quando o alimento for consumido cozido, refogado ou em salada.

Abóbora (2 colheres de sopa)	
<input type="checkbox"/>	Nunca
<input type="checkbox"/>	Menos de 1 vez por mês
<input type="checkbox"/>	1 a 3 vezes por mês
<input type="checkbox"/>	1 vez por semana
<input type="checkbox"/>	2 a 4 vezes por semana
<input type="checkbox"/>	1 vez por dia
<input type="checkbox"/>	2 ou mais vezes por dia

Alface (2 folhas)	
<input type="checkbox"/>	Nunca
<input type="checkbox"/>	Menos de 1 vez por mês
<input type="checkbox"/>	1 a 3 vezes por mês
<input type="checkbox"/>	1 vez por semana
<input type="checkbox"/>	2 a 4 vezes por semana
<input type="checkbox"/>	1 vez por dia
<input type="checkbox"/>	2 ou mais vezes por dia

Acelga/Repolho/Couve (1 colher de sopa)	
<input type="checkbox"/>	Nunca
<input type="checkbox"/>	Menos de 1 vez por mês
<input type="checkbox"/>	1 a 3 vezes por mês
<input type="checkbox"/>	1 vez por semana
<input type="checkbox"/>	2 a 4 vezes por semana
<input type="checkbox"/>	1 vez por dia
<input type="checkbox"/>	2 ou mais vezes por dia

Tomate (3 fatias)	
<input type="checkbox"/>	Nunca
<input type="checkbox"/>	Menos de 1 vez por mês
<input type="checkbox"/>	1 a 3 vezes por mês
<input type="checkbox"/>	1 vez por semana
<input type="checkbox"/>	2 a 4 vezes por semana
<input type="checkbox"/>	1 vez por dia
<input type="checkbox"/>	2 ou mais vezes por dia

Molho de tomate (1 colher de sopa)	
<input type="checkbox"/>	Nunca
<input type="checkbox"/>	Menos de 1 vez por mês
<input type="checkbox"/>	1 a 3 vezes por mês
<input type="checkbox"/>	1 vez por semana
<input type="checkbox"/>	2 a 4 vezes por semana
<input type="checkbox"/>	1 vez por dia
<input type="checkbox"/>	2 ou mais vezes por dia

Cenoura (1/2 colher de servir)	
<input type="checkbox"/>	Nunca
<input type="checkbox"/>	Menos de 1 vez por mês
<input type="checkbox"/>	1 a 3 vezes por mês
<input type="checkbox"/>	1 vez por semana
<input type="checkbox"/>	2 a 4 vezes por semana
<input type="checkbox"/>	1 vez por dia
<input type="checkbox"/>	2 ou mais vezes por dia

Chuchu
(1 colher de sopa)

- Nunca
- Menos de 1 vez por mês
- 1 a 3 vezes por mês
- 1 vez por semana
- 2 a 4 vezes por semana
- 1 vez por dia
- 2 ou mais vezes por dia

Mandioquinha
(1/2 colher de sopa)

- Nunca
- Menos de 1 vez por mês
- 1 a 3 vezes por mês
- 1 vez por semana
- 2 a 4 vezes por semana
- 1 vez por dia
- 2 ou mais vezes por dia



FRUTAS

Assinale com um X a quantidade de cada alimento que a criança consumiu habitualmente durante os últimos 6 meses.

Banana
(1 unidade)

- Nunca
- Menos de 1 vez por mês
- 1 a 3 vezes por mês
- 1 vez por semana
- 2 a 4 vezes por semana
- 1 vez por dia
- 2 ou mais vezes por dia

Maçã/Pêra
(1 unidade)

- Nunca
- Menos de 1 vez por mês
- 1 a 3 vezes por mês
- 1 vez por semana
- 2 a 4 vezes por semana
- 1 vez por dia
- 2 ou mais vezes por dia

Laranja
(1 unidade)

- Nunca
- Menos de 1 vez por mês
- 1 a 3 vezes por mês
- 1 vez por semana
- 2 a 4 vezes por semana
- 1 vez por dia
- 2 ou mais vezes por dia

Suco de laranja
(1/2 copo)

- Nunca
- Menos de 1 vez por mês
- 1 a 3 vezes por mês
- 1 vez por semana
- 2 a 4 vezes por semana
- 1 vez por dia
- 2 ou mais vezes por dia

**Suco de outras frutas -
maracujá, abacaxi**
(1/2 copo)

- Nunca
- Menos de 1 vez por mês
- 1 a 3 vezes por mês
- 1 vez por semana
- 2 a 4 vezes por semana
- 1 vez por dia
- 2 ou mais vezes por dia

Mamão
(1 fatia)

- Nunca
- Menos de 1 vez por mês
- 1 a 3 vezes por mês
- 1 vez por semana
- 2 a 4 vezes por semana
- 1 vez por dia
- 2 ou mais vezes por dia

Goiaba
(1/2 unidade)

- Nunca
- Menos de 1 vez por mês
- 1 a 3 vezes por mês
- 1 vez por semana
- 2 a 4 vezes por semana
- 1 vez por dia
- 2 ou mais vezes por dia



CARNES e OVOS

Assinale com um X a quantidade de cada alimento que a criança consumiu habitualmente durante os últimos 6 meses.

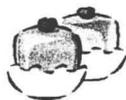
<p align="center">Bife (1 unidade)</p> <p><input type="checkbox"/> Nunca</p> <p><input type="checkbox"/> Menos de 1 vez por mês</p> <p><input type="checkbox"/> 1 a 3 vezes por mês</p> <p><input type="checkbox"/> 1 vez por semana</p> <p><input type="checkbox"/> 2 a 4 vezes por semana</p> <p><input type="checkbox"/> 1 vez por dia</p> <p><input type="checkbox"/> 2 ou mais vezes por dia</p>	<p align="center">Carne cozida (panela/moída) (1/2 fatia/3 colheres sopa)</p> <p><input type="checkbox"/> Nunca</p> <p><input type="checkbox"/> Menos de 1 vez por mês</p> <p><input type="checkbox"/> 1 a 3 vezes por mês</p> <p><input type="checkbox"/> 1 vez por semana</p> <p><input type="checkbox"/> 2 a 4 vezes por semana</p> <p><input type="checkbox"/> 1 vez por dia</p> <p><input type="checkbox"/> 2 ou mais vezes por dia</p>	<p align="center">Lingüiça/Salsicha (1/2 gomo/1 unidade)</p> <p><input type="checkbox"/> Nunca</p> <p><input type="checkbox"/> Menos de 1 vez por mês</p> <p><input type="checkbox"/> 1 a 3 vezes por mês</p> <p><input type="checkbox"/> 1 vez por semana</p> <p><input type="checkbox"/> 2 a 4 vezes por semana</p> <p><input type="checkbox"/> 1 vez por dia</p> <p><input type="checkbox"/> 2 ou mais vezes por dia</p>
<p align="center">Presunto/Mortadela (1 fatia)</p> <p><input type="checkbox"/> Nunca</p> <p><input type="checkbox"/> Menos de 1 vez por mês</p> <p><input type="checkbox"/> 1 a 3 vezes por mês</p> <p><input type="checkbox"/> 1 vez por semana</p> <p><input type="checkbox"/> 2 a 4 vezes por semana</p> <p><input type="checkbox"/> 1 vez por dia</p> <p><input type="checkbox"/> 2 ou mais vezes por dia</p>	<p align="center">Bife de fígado de boi (1 unidade)</p> <p><input type="checkbox"/> Nunca</p> <p><input type="checkbox"/> Menos de 1 vez por mês</p> <p><input type="checkbox"/> 1 a 3 vezes por mês</p> <p><input type="checkbox"/> 1 vez por semana</p> <p><input type="checkbox"/> 2 a 4 vezes por semana</p> <p><input type="checkbox"/> 1 vez por dia</p> <p><input type="checkbox"/> 2 ou mais vezes por dia</p>	<p align="center">Frango (cozido, frito, grelhado, assado) (1 pedaço/1 unidade)</p> <p><input type="checkbox"/> Nunca</p> <p><input type="checkbox"/> Menos de 1 vez por mês</p> <p><input type="checkbox"/> 1 a 3 vezes por mês</p> <p><input type="checkbox"/> 1 vez por semana</p> <p><input type="checkbox"/> 2 a 4 vezes por semana</p> <p><input type="checkbox"/> 1 vez por dia</p> <p><input type="checkbox"/> 2 ou mais vezes por dia</p>
<p align="center">Peixe (cozido, frito) (1/2 filé/1/2 pedaço)</p> <p><input type="checkbox"/> Nunca</p> <p><input type="checkbox"/> Menos de 1 vez por mês</p> <p><input type="checkbox"/> 1 a 3 vezes por mês</p> <p><input type="checkbox"/> 1 vez por semana</p> <p><input type="checkbox"/> 2 a 4 vezes por semana</p> <p><input type="checkbox"/> 1 vez por dia</p> <p><input type="checkbox"/> 2 ou mais vezes por dia</p>	<p align="center">Ovo (frito, cozido), omelete (com 1 ovo) (1 unidade/1 omelete)</p> <p><input type="checkbox"/> Nunca</p> <p><input type="checkbox"/> Menos de 1 vez por mês</p> <p><input type="checkbox"/> 1 a 3 vezes por mês</p> <p><input type="checkbox"/> 1 vez por semana</p> <p><input type="checkbox"/> 2 a 4 vezes por semana</p> <p><input type="checkbox"/> 1 vez por dia</p> <p><input type="checkbox"/> 2 ou mais vezes por dia</p>	



LEITE, QUEIJO, IOGURTE

Assinale com um X a quantidade de cada alimento que a criança consumiu habitualmente durante os últimos 6 meses.

<p>Leite fluido integral/ Leite em pó integral diluído (1 xícara)</p> <p><input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Menos de 1 vez por mês <input type="checkbox"/> 1 a 3 vezes por mês <input type="checkbox"/> 1 vez por semana <input type="checkbox"/> 2 a 4 vezes por semana <input type="checkbox"/> 1 vez por dia <input type="checkbox"/> 2 ou mais vezes por dia</p>	<p>Iogurte de frutas (1 pote)</p> <p><input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Menos de 1 vez por mês <input type="checkbox"/> 1 a 3 vezes por mês <input type="checkbox"/> 1 vez por semana <input type="checkbox"/> 2 a 4 vezes por semana <input type="checkbox"/> 1 vez por dia <input type="checkbox"/> 2 ou mais vezes por dia</p>	<p>Danoninho®/Chambinho® (1 pote)</p> <p><input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Menos de 1 vez por mês <input type="checkbox"/> 1 a 3 vezes por mês <input type="checkbox"/> 1 vez por semana <input type="checkbox"/> 2 a 4 vezes por semana <input type="checkbox"/> 1 vez por dia <input type="checkbox"/> 2 ou mais vezes por dia</p>
<p>Leite fermentado tipo Yakult®, Chamyto® (1 pote)</p> <p><input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Menos de 1 vez por mês <input type="checkbox"/> 1 a 3 vezes por mês <input type="checkbox"/> 1 vez por semana <input type="checkbox"/> 2 a 4 vezes por semana <input type="checkbox"/> 1 vez por dia <input type="checkbox"/> 2 ou mais vezes por dia</p>	<p>Margarina/Manteiga (1 colher de chá)</p> <p><input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Menos de 1 vez por mês <input type="checkbox"/> 1 a 3 vezes por mês <input type="checkbox"/> 1 vez por semana <input type="checkbox"/> 2 a 4 vezes por semana <input type="checkbox"/> 1 vez por dia <input type="checkbox"/> 2 ou mais vezes por dia</p>	<p>Queijo prato/mussarela (1 fatia)</p> <p><input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Menos de 1 vez por mês <input type="checkbox"/> 1 a 3 vezes por mês <input type="checkbox"/> 1 vez por semana <input type="checkbox"/> 2 a 4 vezes por semana <input type="checkbox"/> 1 vez por dia <input type="checkbox"/> 2 ou mais vezes por dia</p>
<p>Requeijão (1 colher de sobremesa)</p> <p><input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Menos de 1 vez por mês <input type="checkbox"/> 1 a 3 vezes por mês <input type="checkbox"/> 1 vez por semana <input type="checkbox"/> 2 a 4 vezes por semana <input type="checkbox"/> 1 vez por dia <input type="checkbox"/> 2 ou mais vezes por dia</p>		



AÇÚCAR, DOCES e SALGADINHOS

Assinale com um X a quantidade de cada alimento que a criança consumiu habitualmente durante os últimos 6 meses.

Açúcar
(1 1/2 colher de sobremesa)

Nunca

Menos de 1 vez por mês

1 a 3 vezes por mês

1 vez por semana

2 a 4 vezes por semana

1 vez por dia

2 ou mais vezes por dia

**Achocolatado em pó (Nescau[®],
Toddy[®])**
(1 1/2 colher de sobremesa)

Nunca

Menos de 1 vez por mês

1 a 3 vezes por mês

1 vez por semana

2 a 4 vezes por semana

1 vez por dia

2 ou mais vezes por dia

Bolo comum/chocolate
(1 fatia)

Nunca

Menos de 1 vez por mês

1 a 3 vezes por mês

1 vez por semana

2 a 4 vezes por semana

1 vez por dia

2 ou mais vezes por dia

Chocolate/bombom
(1 unidade)

Nunca

Menos de 1 vez por mês

1 a 3 vezes por mês

1 vez por semana

2 a 4 vezes por semana

1 vez por dia

2 ou mais vezes por dia

Salgadinho/Batata chips
(1 pacote pequeno)

Nunca

Menos de 1 vez por mês

1 a 3 vezes por mês

1 vez por semana

2 a 4 vezes por semana

1 vez por dia

2 ou mais vezes por dia



SALGADOS e PREPARAÇÕES

Assinale com um X a quantidade de cada alimento que a criança consumiu habitualmente durante os últimos 6 meses.

Risoto/Polenta
(1 colher de servir/1 fatia)

Nunca

Menos de 1 vez por mês

1 a 3 vezes por mês

1 vez por semana

2 a 4 vezes por semana

1 vez por dia

2 ou mais vezes por dia

**Sopa com carne (legumes,
feijão, macarrão)**
(1/2 prato)

Nunca

Menos de 1 vez por mês

1 a 3 vezes por mês

1 vez por semana

2 a 4 vezes por semana

1 vez por dia

2 ou mais vezes por dia

**Sopa sem carne (legumes,
feijão, macarrão)**
(1/2 prato)

Nunca

Menos de 1 vez por mês

1 a 3 vezes por mês

1 vez por semana

2 a 4 vezes por semana

1 vez por dia

2 ou mais vezes por dia

Salgados (pão de queijo, pastel, coxinha, esfiha)
(1 unidade pequena)

Nunca

Menos de 1 vez por mês

1 a 3 vezes por mês

1 vez por semana

2 a 4 vezes por semana

1 vez por dia

2 ou mais vezes por dia

Pizza
(1/2 fatia)

Nunca

Menos de 1 vez por mês

1 a 3 vezes por mês

1 vez por semana

2 a 4 vezes por semana

1 vez por dia

2 ou mais vezes por dia

Sanduíche
(misto, hambúrguer simples)
(1/2 unidade)

Nunca

Menos de 1 vez por mês

1 a 3 vezes por mês

1 vez por semana

2 a 4 vezes por semana

1 vez por dia

2 ou mais vezes por dia



BEBIDAS

Assinale com um X a quantidade de cada alimento que a criança consumiu habitualmente durante os últimos 6 meses.

Café com açúcar
(1 xícara de café)

Nunca

Menos de 1 vez por mês

1 a 3 vezes por mês

1 vez por semana

2 a 4 vezes por semana

1 vez por dia

2 ou mais vezes por dia

Refrigerante
(1/2 copo)

Nunca

Menos de 1 vez por mês

1 a 3 vezes por mês

1 vez por semana

2 a 4 vezes por semana

1 vez por dia

2 ou mais vezes por dia

Suco artificial (tipo Tang®)
(1/2 copo)

Nunca

Menos de 1 vez por mês

1 a 3 vezes por mês

1 vez por semana

2 a 4 vezes por semana

1 vez por dia

2 ou mais vezes por dia

Chá industrializado
(1/2 copo)

Nunca

Menos de 1 vez por mês

1 a 3 vezes por mês

1 vez por semana

2 a 4 vezes por semana

1 vez por dia

2 ou mais vezes por dia

Água
(1/2 copo)

Nunca

Menos de 1 vez por mês

1 a 3 vezes por mês

1 vez por semana

2 a 4 vezes por semana

1 vez por dia

2 ou mais vezes por dia

OUTROS

Nunca

Menos de 1 vez por mês

1 a 3 vezes por mês

1 vez por semana

2 a 4 vezes por semana

1 vez por dia

2 ou mais vezes por dia

Nunca

Menos de 1 vez por mês

1 a 3 vezes por mês

1 vez por semana

2 a 4 vezes por semana

1 vez por dia

2 ou mais vezes por dia

Nunca

Menos de 1 vez por mês

1 a 3 vezes por mês

1 vez por semana

2 a 4 vezes por semana

1 vez por dia

2 ou mais vezes por dia