

UNIVERSIDADE FEDERAL DE MATO GROSSO DO SUL  
THAIS RODRIGUES SANTANA

HÁBITO ALIMENTAR DE MENINAS ADOLESCENTES COM DIFERENTES  
CLASSIFICAÇÕES DO ESTADO NUTRICIONAL

CAMPO GRANDE (MS)

2023

HÁBITO ALIMENTAR DE MENINAS ADOLESCENTES COM DIFERENTES  
CLASSIFICAÇÕES DO ESTADO NUTRICIONAL

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de  
Nutrição da Universidade Federal do Mato Grosso do Sul  
como parte das exigências para a obtenção do título de  
Bacharel em Nutrição.

Orientador (a): Profa. Dra. Karine de Cássia Freitas Gielow

CAMPO GRANDE (MS)  
2023



<http://www.seer.ufms.br/index.php/pecibes/index>

\*Autor correspondente:  
Karine de Cássia Freitas.  
Universidade Federal de Mato Grosso do Sul – UFMS.  
E-mail do autor:  
karine.freitas@ufms.br

Palavras-chave: Nutrição na Adolescência. Comportamento Alimentar. Estado Nutricional. Alimento Processado. Deficiência de cálcio.

*Key-words: Adolescent Nutrition. Feeding Behavior. Nutritional Status. Food, Processed. Calcium Deficiency.*

## Hábito alimentar de meninas adolescentes com diferentes classificações do estado nutricional

Eating habits of adolescent girls with different nutritional status classifications

Thais Rodrigues Santana<sup>1</sup>, Kátia Gianlupi Lopes<sup>2</sup>, Karine de Cássia Freitas<sup>3</sup>.

Acadêmica do Curso de Nutrição da Faculdade de Ciências Farmacêuticas, Alimentos e Nutrição (FACFAN) - Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS).

<sup>2</sup>Nutricionista. Doutoranda pelo Programa de Pós-graduação em Saúde e Desenvolvimento na Região Centro-Oeste da Faculdade de Medicina (FAMED) - Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS)

<sup>3</sup>Nutricionista. Professora Associada do Curso de Nutrição da Faculdade de Ciências Farmacêuticas, Alimentos e Nutrição (FACFAN) – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS).

### Resumo

O consumo alimentar não saudável entre adolescentes é um fato muito comum, e é associado com diversos fatores. No geral, o padrão de consumo alimentar atual, apresenta frequência reduzida de alimentos naturais, e o alto consumo de alimentos ultraprocessados. Esse estudo teve como objetivo avaliar o consumo alimentar de adolescentes do sexo feminino e verificar sua relação com o estado nutricional. Foi realizado um estudo transversal, com coleta de dados de abordagem quantitativa. A amostra foi constituída por 61 meninas, com idades entre  $\geq 10$  e  $< 14$  anos, sorteadas entre 16 escolas urbanas cadastradas no Programa Saúde na Escola (PSE) de Dourados (Mato Grosso do Sul). Não foi identificada diferença de consumo calórico entre as adolescentes com diferentes classificações de estado nutricional ( $p > 0,05$ ), assim como os hábitos alimentares não diferiram ( $p > 0,05$ ). Assim, foi possível observar que as adolescentes avaliadas possuem erros alimentares graves, manifestado pela ingestão de alimentos com alto grau de processamento, assim como, o baixo consumo de cálcio e omissão do desjejum. Destaca-se ainda, que a ausência de diferença de consumo calórico entre as adolescentes com diferentes classificações de estado nutricional pode estar relacionada à subnotificação da ingestão energética.

### Abstract

Unhealthy food consumption among adolescents is very common and is associated with several factors. In general, current food consumption patterns show a decreased frequency of natural foods and a high consumption of ultra-processed foods. The aim of this study was to evaluate the dietary habits of adolescent females and to examine their association with nutritional status. A cross-sectional study with quantitative data collection was performed. The sample consisted of 61 girls, aged  $\geq 10$  and  $< 14$  years, from 16 urban schools registered with the School Health Program (PSE) in Dourados (Mato Grosso do Sul). There was no difference in caloric intake between adolescents with different nutritional status classifications ( $p > 0.05$ ), nor did their eating habits differ ( $p > 0.05$ ). Thus, it was possible to observe that the adolescents evaluated had serious dietary errors, manifested by the ingestion of foods with a high degree of processing, as well as low calcium consumption and skipping breakfast. It is also noteworthy that the lack of difference in caloric intake among adolescents with different classifications of nutritional status may be related to underreporting of energy intake.

## 1. Introdução

Conforme definido pela Organização Mundial de Saúde (2014) a adolescência é compreendida entre 10 e 19 anos, sendo dita como um período de transição entre a infância e a fase adulta, com muitas mudanças que podem ser influenciadas pela família, sociedade, valores, experiências vivenciadas e condições socioeconômicas, no qual os hábitos iniciados nessa fase, podem repercutir em resultados positivos ou negativos durante a vida adulta. O consumo alimentar não saudável dos adolescentes é um fato muito comum, e pode ser associado com diversos fatores. Esse padrão de inadequação alimentar pode ser visto em maior predominância entre o sexo feminino. No geral o padrão de consumo alimentar dos jovens, apresenta frequência reduzida de alimentos naturais, perdendo para o alto consumo de alimentos ultraprocessados, frituras, guloseimas e refrigerantes (Maia et al., 2018).

Assim, temos que a deficiência de cálcio é algo muito recorrente, principalmente entre a população feminina, tendo maior representatividade nas adolescentes, muitas vezes chegando até 100% de consumo inadequado de cálcio, o que se relaciona com o consumo alimentar, nível de atividade física, e a faixa etária, onde pode ser observado que, quanto mais jovens maior o nível de insuficiência de cálcio, mostrando assim, ser um campo importante a ser investigado (Del'Arco et al., 2023). Em seus estudos Suhett et al. (2018), também apresentaram resultados favoráveis à relação entre a ingestão de cálcio e uma presença reduzida de adipócitos entre os avaliados.

Segundo o Guia Alimentar para a População Brasileira, o café da manhã é considerado uma das principais refeições do dia, juntamente com outras de destaque como o almoço e o jantar, configurando assim a tríade das refeições diárias (Brasil, 2014). A realização do desjejum é uma prática negligenciada principalmente entre os adolescentes, sendo possível observar que a porcentagem dessa omissão tende a ser maior por parte das meninas, e apesar dos adolescentes alegarem serem instruídos sobre a importância de seu consumo, não é possível observar eficácia da inserção de sua realização em seu cotidiano. Outro ponto marcante é a existência da relação e a frequência com que é visto entre os indivíduos que não realizam o desjejum, e a presença de excesso de peso, fazendo uma associação negativa entre a omissão dessa refeição, considerada uma das principais do dia, e a adiposidade corporal (Infantozzi e Giordano, 2017).

O consumo de alimentos *in natura* ou minimamente processados é maior em indivíduos do sexo feminino em comparação ao masculino, vinculado também com outras variáveis, sendo elas a maior renda familiar, a existência de trabalhos remunerados exercidos pelos adolescentes, o nível de atividade física, mostrando que quanto maior o nível de sedentarismo, o consumo alimentar tende a alimentos inadequados. Em contrapartida, o alto consumo de alimentos ultraprocessados pode se apoiar em questões da administração escolar, sendo os alunos de escolas públicas os que mais consomem esse tipo de alimento, assim como, os adolescentes atrasados no ano escolar. Quanto à

existência de relacionamentos, os jovens que possuem parceiro(a) apresentam maior consumo de ultraprocessados do que aqueles que não possuem. Outras variáveis que influenciam são o comer enquanto utilizam meios eletrônicos, o uso de álcool e drogas e os sedentários, o que mostra que as escolhas inadequadas acarretam mais inadequações em vários âmbitos da vida do adolescente (Gomes et al., 2023).

Sendo assim, esse estudo teve como objetivo avaliar o consumo alimentar de adolescentes do sexo feminino, relacionando com o estado nutricional.

## 2. Material e Métodos

Foi realizado um estudo transversal, com coleta de dados de abordagem quantitativa. A amostra foi constituída por 61 meninas, com idades entre  $\geq 10$  a  $< 14$  anos, sorteadas entre 16 escolas urbanas cadastradas no Programa Saúde na Escola (PSE) de Dourados (Mato Grosso do Sul).

A coleta de dados foi realizada após a aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul, sob o parecer 5.020.346. Para participar da pesquisa, as adolescentes deveriam assinar com antecedência o Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE) e o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), direcionado aos pais.

Para a classificação do estado nutricional, foi utilizado o Índice de Massa Corpórea (IMC), para tal, foram aferidos o peso a partir de uma Balança Plataforma Digital Welmy®, com capacidade máxima de 180 a 200 kg e escala de 100 gramas, aferida e posicionada em superfície plana. Já para a estatura foi utilizado Estadiômetro Compacto Tipo Trena Caumaq®, com capacidade de 210 cm. As medidas de peso e altura foram realizadas em triplicata, sendo utilizado o valor médio entre as três. A classificação do estado nutricional seguiu os parâmetros propostos pela Organização Mundial da Saúde, de 2007 e adotados pelo Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (Brasil, 2011), que define os seguintes pontos de corte de IMC por idade para adolescentes: eutrofia ( $\geq$  escore z -2 e  $<$  escore z +1); sobrepeso ( $\geq$  escore z +1 e  $<$  escore z +2); obesidade ( $\geq$  escore z +2 e  $<$  escore z +3) e obesidade grave ( $\geq$  escore z +3).

Foram coletados dados de consumo alimentar das adolescentes a partir do Recordatório 24 horas (Fisberg et al., 2005), sendo avaliado apenas em um momento, não sendo analisados em dias de segunda-feira, por apresentar o dia anterior com maior probabilidade de alimentação atípica. Foi analisado o consumo de energia, carboidratos, proteínas, lipídeos, fibras e cálcio.

Os resultados estão dispostos de modo descritivo, representados em tabelas, com as variáveis categóricas apresentadas em frequência relativa e absoluta, enquanto as variáveis numéricas em média  $\pm$  desvio padrão. A comparação entre as três classificações nutricionais e demais variáveis com distribuição paramétrica foi analisada pelo Teste Anova de uma via, enquanto para variáveis não

paramétricas a análise de variância foi realizado pelo teste de Kurskal-Wallis. As associações entre variáveis categóricas foram realizadas pelo teste Qui quadrado. Foi utilizado o software estatístico JAMOVI2.3.26, considerando-se um nível de significância de 5%.

### 3. Resultados

Não foi identificada diferença entre a quantidade de calorias consumidas entre as adolescentes com diferentes classificações de estado nutricional ( $p>0,05$ ), assim como os hábitos alimentares não diferiram entre as diferentes classificações ( $p>0,05$ ). Os dados estão detalhados nas tabelas 1 e 2, respectivamente.

Tabela 1: Comparação entre adolescentes com diferentes estados nutricionais em relação à quantidade de nutrientes consumidos. Dourados – 2023, (n=61)

Consumo nas refeições	Eutrófico	Sobrepeso	Obesidade	p
	(20)	(22)	(19)	
Ingestão energética (kcal)	1.339,28 ±545,80	1.623,77 ±678,81	1.325,16 ±652,64	0,23 <sup>a</sup>
Consumo de carboidratos (g)	154,02 ±74,92	190,61 ±88,57	142,59 ±69,77	0,13 <sup>a</sup>
Consumo de proteínas (g)	64,04 ±32,13	71,34 ±38,81	61,59 ±48,37	0,31 <sup>b</sup>
Consumo de lipídeos (g)	46,75 ±19,26	59,71 ±30,51	56,92 ±30,36	0,33 <sup>b</sup>
Consumo de cálcio (mg)	293,92 ±218,84	320,38 ±210,18	356,21 ±370,93	0,87 <sup>b</sup>
Consumo de fibras (mg)	12,95 ±10,21	15,48 ±11,78	12,79 ±8,90	0,74 <sup>b</sup>
Consumo energético de alimentos <i>in natura</i> ou minimamente processados	29,64 ±68,01	13,73 ±25,06	59,68 ±103,27	0,22 <sup>b</sup>
Consumo energético de alimentos ultra-processados	323,23 ±288,34	445,94 ±330,18	256,38 ±263,51	0,12 <sup>a</sup>

Nota: <sup>a</sup> = Teste Anova de uma via; <sup>b</sup> = Teste Kruskal-Wallis. Fonte: Elaboração própria.

Tabela 2: Descrição das características de hábito alimentar entre adolescentes associadas aos diferentes estados nutricionais. Dourados– 2023, (n=61)

Características de hábito alimentar	Estado nutricional das adolescentes			Valor de p <sup>y</sup>
	Eutrófico (20)	Sobrepeso (22)	Obesidade (19)	
Desjejum				
Sim	35,0 (7)	31,8 (7)	21,1 (4)	0,61
Não	65,0 (13)	68,2 (15)	78,9 (15)	
Lanche da manhã				
Sim	70,0 (14)	72,7 (16)	63,2 (12)	0,80
Não	30,0 (6)	27,3 (6)	36,8 (7)	
Almoço				
Sim	95,0 (19)	100,0 (22)	89,5 (17)	0,30
Não	5,0 (1)	0,0 (0)	10,5 (2)	
Lanche da tarde				
Sim	85,0 (17)	90,9 (20)	78,9 (15)	0,56
Não	15,0 (3)	9,1 (2)	21,1 (4)	
Jantar				
Sim	85,0 (17)	86,4 (19)	84,2 (16)	0,98
Não	15,0 (3)	13,6 (3)	15,8 (3)	
Ceia				
Sim	30,0 (6)	13,6 (3)	10,5 (2)	0,23
Não	70,0 (14)	86,4 (19)	89,5 (17)	
Consumo de alimentos <i>in natura</i> ou minimamente processados				
Sim	40,0 (8)	45,5 (10)	63,2 (12)	0,25
Não	60,0 (12)	54,5 (12)	36,8 (7)	
Consumo de alimentos ultra-processados				

Sim	100,0 (20)	95,5 (21)	84,2 (16)	0,12
Não	0,0 (0)	4,5 (1)	15,8 (3)	
Ingestão de cálcio				
Adequado	0,0 (0)	0,0 (0)	10,5 (2)	0,10
Inadequado	100,0 (20)	100,0 (22)	89,5 (17)	

Nota: <sup>y</sup> = Teste Qui quadrado. Elaboração própria

O consumo de cálcio apresentou inadequação de 100% nos grupos de meninas eutróficas e com sobrepeso, e grande representatividade no grupo com obesidade.

O consumo de desjejum e ceia apresentaram maior defasagem em todos os grupos, mostrando sua negligência.

### 4. Discussão

Os hábitos de vida dos adolescentes mostram-se predominantemente compostos por alterações de comportamento e nos padrões de alimentação, com inúmeros erros alimentares, difundidos com normalidade entre estes, assim como, um estabelecimento geral de alimentação não saudável, reforçando a prática de outros hábitos não saudáveis em conjunto, o que agrava ainda mais a situação alimentar e do estado nutricional desses adolescentes (Maia et al., 2018).

No presente estudo, o consumo de alimentos *in natura* ou minimamente processados, obteve grande variação, mas mostrou-se presente durante as refeições, independente do estado nutricional das adolescentes. Quando observamos o consumo de alimentos ultraprocessados, estes estão presentes em todos os grupos com valores energéticos diários maiores do que de alimentos *in natura* ou minimamente processados, assim como foi descrito no estudo de Oliveira et al. (2017), reforçando a presença mais do que normalizada e enraizada na cultura e culinária brasileira dos produtos ultraprocessados, mostrando a importância e atenção a esse assunto, que impacta diretamente na saúde, gerando uma carga de doenças crônicas não transmissíveis nos adolescentes da sociedade contemporânea.

Outro ponto marcante que podemos citar no atual estudo, é o quantitativo calórico muito próximo entre todos os grupos analisados. É possível extrapolarmos e afirmarmos que isso pode ser explicado por meio da subnotificação da ingestão calórica que ocorre a partir dos inquéritos alimentares realizados, sendo esse fato muito recorrente principalmente na população de estudo classificada com excesso de peso, o qual acreditam ingerir menos calorias do que a realidade, o que pode ser relacionado com a existência do excesso de peso, a insatisfação corporal e alterações na circunferência da cintura (Machado et al., 2017). No estudo de Santos et al. (2010), mais de 65% dos participantes, sendo eles adolescentes, mostrou que indivíduos com excesso de peso apresentaram chances 5,0 vezes maiores de subnotificar a ingestão energética do que os adolescentes sem o excesso de peso, apresentando dados de consumo insuficiente de carboidratos e lipídeos entre os subnotificadores, assim como, o consumo mais baixo de colesterol e gorduras saturadas nesse grupo.

Conforme os resultados obtidos, o desjejum obteve grande representatividade de negligência. Temos ainda que a primeira refeição do dia, quando realizada por adolescentes, apresenta baixo teor nutricional nos alimentos



consumidos tanto neste horário quanto no restante do dia, mostrando assim a necessidade de orientação nutricional para os indivíduos e suas respectivas famílias. A literatura cita que entre adolescentes que não costumam desjejum, o consumo de alimentos ultraprocessados e que apresentam maior densidade calórica como salsicha, pizza, sanduíche, entre outros produtos salgados, assim como carnes processadas e refrigerantes, é maior do que aqueles que têm o costume de realizar essa primeira refeição, consumindo uma variedade superior de alimentos dos diferentes grupos alimentares. Da mesma forma que os consumidores do desjejum, consomem com mais eficiência alimentos que contenham leite em oposição ao consumo inferior de leite, iogurte e queijos, dos adolescentes que não realizam a primeira refeição do dia, mostrando a importância da realização de tal refeição para o consumo de produtos lácteos (Pereira et al., 2018).

Fiuza et al. (2017) mostraram que em um total de 1.716 adolescentes avaliados, um terço não realizavam o desjejum, com maior frequência entre as meninas, e um dos fatores que foi atribuído a esses dados em ambos os sexos foi a relação entre a ausência dos pais durante essa refeição, sendo agregado como um fator determinante para negligência de tal, e sugerindo a necessidade de mudanças nessa realidade. Já para Simões et al. (2021) entre as variáveis que apresentaram relação com a falha dessa refeição, a não realização de esportes com treinador, refeições diárias fora do domicílio, idade e o período escolar matutino, destacam-se consideravelmente. E ainda relacionam o consumo do desjejum à hábitos de vida mais saudáveis como dormir mais de oito horas por noite, realizar mais de 4 refeições ou equivalente por dia, assim como, almoçar com a família, mostrando a importância da presença dos familiares durante as refeições.

O desjejum apresenta significativa participação na ingestão energética diária, mostrando que quanto mais tarde é consumido, maior é seu conteúdo energético, em contrapartida quanto mais cedo é realizado, maior é a frequência do consumo de frutas. Os principais alimentos consumidos durante essa refeição são produtos como chás e cafés, pães, bolos e biscoitos, frutas e sucos naturais, salgadinhos fritos, assados ou embalados, raízes e tubérculos, doces e chocolates, assim como, sanduíches. Sendo aqueles que consomem o café da manhã fora do domicílio, os maiores consumidores de produtos com maior teor calórico como os salgadinhos, guloseimas açucaradas e sucos de fruta (Monteiro et al., 2017).

O consumo de cálcio observado em nosso estudo foi inadequado assim como no estudo de Del'Arco et al. (2023), sendo possível observar a partir disso, que o consumo insuficiente, não é apenas uma questão de região, o que sofre influências por padrões alimentares, mas sim, por uma mudança de comportamento alimentar da sociedade incluindo os indivíduos na fase da adolescência. É possível relacionar também a substituição de alimentos fonte de cálcio, por ultraprocessados. O consumo de leite entre os adolescentes mostra-se inadequado, caracterizando um erro alimentar, apresentando diversas variáveis independentes que possibilitam entender os motivos da sua falta de consumo, sendo o primeiro deles, a realização do desjejum com quantitativo inferior a 4 vezes na semana, a ingestão de alimentos *in natura* ou minimamente

processados com frequência menor que 5 vezes semanais, ser estudante de escolas públicas realizar as refeições sem a total atenção ao alimento, tendo como exemplo, ao mesmo tempo que faz o uso de telas, entre elas a televisão ou enquanto estuda, assim como, não ser ativo fisicamente (Silva et al., 2020).

Durante as fases de crescimento e desenvolvimento, o cálcio apresenta uma enorme importância, principalmente no quesito de desenvolvimento ósseo, sendo necessário o consumo dietético segundo a recomendação de cada faixa etária, para que as crianças e adolescentes ainda em fase de crescimento, particularmente os adolescentes que estão passando pelo pico de massa óssea, consigam alcançar seu potencial genético de estatura, pois, níveis abaixo do recomendado tem repercussão negativa quanto ao metabolismo ósseo e a saúde esquelética do indivíduo (Bueno e Czepielewski, 2008). Um resultado importante foi encontrado no estudo de Moraes et al. (2022) onde surge uma relação entre os adolescentes que apresentavam maior consumo de cálcio dietético e possuíam menores índices de adiposidade, mostrando um efeito positivo e inversamente proporcional nessa relação de maior consumo de cálcio e mudanças na adiposidade dos adolescentes.

Dessa forma, é possível concluir que as adolescentes investigadas possuem erros alimentares graves e a monopolização dos alimentos com alto grau de processamento, assim como, o baixo consumo de cálcio indo de encontro ao descrito na literatura atual e também, uma possível subnotificação da ingestão energética pelos indivíduos independente do estado nutricional, mostrando a importância da conscientização dos adolescentes em relação ao cuidado com a própria saúde no que se refere aos hábitos dietéticos.

## Agradecimentos

Os autores agradecem a participação voluntária de todos os integrantes.

## Declaração

Declaro não possuir conflitos de interesse de ordem: pessoal, comercial, acadêmico, político e financeiro no trabalho.

## 5. Referências

- Brasil. Ministério da Saúde. Guia alimentar para a população brasileira. Ministério da Saúde, 2014.
- Brasil. Ministério da Saúde. Orientações para a coleta e análise de dados antropométricos de saúde: Norma Técnica do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional – SISVAN. 1, 2011.
- Bueno AL, Czepielewski MA. A importância do consumo dietético de cálcio e vitamina D no crescimento. *Jornal de Pediatria*, 84, 386–394, 2008.
- Del'Arco APWT, Previdelli AN, Ferrari G, Fisberg M. Prevalence of inadequacy and associated indicators with mineral intake in Brazilian adolescents and young adults. *Revista de Nutrição*, 36, 1-13, 2023.
- Fisberg RM, Slater Villar B, Marchioni DML, Martini LA.

Inquéritos alimentares: métodos e bases científicos.  
2005.

- Fiuza RF de P, Muraro AP, Rodrigues PRM, Sena E de MS, Ferreira MG. Skipping breakfast and associated factors among Brazilian adolescents. *Revista de Nutrição*, 30, 615-626, 2017.
- Gomes DR, Neto ET dos S, Oliveira DS de, Salaroli LB. Características associadas ao consumo de alimentos in natura ou minimamente processados e ultraprocessados por adolescentes em uma região metropolitana brasileira. *Ciência & Saúde Coletiva*, 28, 643-656, 2023.
- Infantozzi FC, Giordano C de L. Características que se asocian con la omisión del desayuno en adolescentes montevideanos que concurren a colegios privados. *Enfermería (Montevideo)*, 6, 1-12, 2017.
- Machado, CH, Lopes, ACS, Santos LC dos. Notificação imprecisa da ingestão energética entre usuários de Serviços de Promoção à Saúde. *Ciência & Saúde Coletiva*, 22, 417-426, 2017.
- Maia EG, Silva ELS da, Santos MAS, Barufaldi LA, Silva SU da, Claro RM. Padrões alimentares, características sociodemográficas e comportamentais entre adolescentes brasileiros. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, 21, 1-13, 2018.
- Monteiro LS, Souza A de M, Hassan BK, Estima CCP, Sichieri R, Pereira RA. Breakfast eating among Brazilian adolescents: Analysis of the National Dietary Survey 2008-2009. *Revista de Nutrição*, 30, 463-476, 2017.
- Moraes AB de V de, Veiga GV de, Azeredo VB de, Sichieri R, Pereira RA. High dietary calcium intake and low adiposity: findings from a longitudinal study in Brazilian adolescents. *Cadernos de Saúde Pública*, 38, 1-14, 2022.
- Oliveira ASD de, Moreira NF, Moraes AB de V de, Pereira RA, Veiga GV de. Co-occurrence of behavioral risk factors for chronic non-communicable diseases in adolescents: Prevalence and associated factors. *Revista de Nutrição*, 30, 747-758, 2017.
- Organização Mundial de Saúde. Health for the world's adolescents: a second chance in the second decade. Geneva: WHO; 2014.
- Pereira JL, Castro MA de, Hopkins S, Gugger C, Fisberg RM, Fisberg M. Prevalence of consumption and nutritional content of breakfast meal among adolescents from the Brazilian National Dietary Survey. *Jornal de Pediatria*, 94, 630-641, 2018.
- Santos LC dos, Pascoal MN, Fisberg M, Cintra I de P, Martini LA. Notificação imprecisa da ingestão energética na dieta de adolescentes. *Jornal de Pediatria*, 86, 400-404, 2010.
- Silva JB, Elias BC, Mais LA, Warkentin S, Konstantyner T, Oliveira FLC. Fatores associados ao consumo inadequado de leite em adolescentes: pesquisa nacional de saúde do escolar – PeNSE 2012. *Revista paulista de pediatria*, 38, 1-9, 2020.
- Simões AM, Machado CO, Höfelmann DA. Associação do consumo regular de café da manhã e comportamentos relacionados à saúde em adolescentes. *Ciência & saúde coletiva*, 26, 2243-2251, 2021.
- Suhett LG, Silveira BKS, Filgueiras M de S, Peluzio M do CG, Hermsdorff HHM, Novaes JF. Inverse association of calcium intake with abdominal adiposity and C-reactive protein in Brazilian children. *Public Health Nutrition*, 21, 1912-1920, 2018.