



UNIVERSIDADE FEDERAL DO OESTE DA BAHIA
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE – CCBS
CAMPUS REITOR EDGARD SANTOS
CURSO DE NUTRIÇÃO

DANILA SOARES DE OLIVEIRA

**CARACTERIZAÇÃO DO CONSUMO ALIMENTAR DE ESTUDANTES
DE NUTRIÇÃO DE UMA UNIVERSIDADE NO NORDESTE DO
BRASIL**

Barreiras

2019

DANILA SOARES DE OLIVEIRA

**CARACTERIZAÇÃO DO CONSUMO ALIMENTAR DE ESTUDANTES
DE NUTRIÇÃO DE UMA UNIVERSIDADE NO NORDESTE DO
BRASIL**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de nutrição, do Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, da Universidade Federal do Oeste da Bahia como requisito parcial para obtenção do título de bacharel em Nutrição.

Orientadora: Profa MsC. Daiene Rosa Gomes

Barreiras

2019

DANILA SOARES DE OLIVEIRA

**CARACTERIZAÇÃO DO CONSUMO ALIMENTAR DE ESTUDANTES
DE NUTRIÇÃO DE UMA UNIVERSIDADE NO NORDESTE DO
BRASIL**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de nutrição, do Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, da Universidade Federal do Oeste da Bahia como requisito parcial para obtenção do título de bacharel em Nutrição.

Orientadora: Profa. MsC. Daiene Rosa Gomes

Data de aprovação: 19/12/2019

Banca examinadora

Profa. MsC. Daiene Rosa Gomes- Orientadora
Docente da Universidade Federal do Oeste da Bahia

Prof. MsC. Mússio Pirajá Mattos
Docente da Universidade Federal do Oeste da Bahia

Esp. Joceli Sousa Santos
Nutricionista da Prefeitura Municipal de Barreiras

Barreiras

2019

AGRADECIMENTOS

Caminho longo até aqui, porém gratificante. Só Deus sabe o quanto fui feita pra isso, pois nem eu mesma sei. Aos meus pais, **Jassiene Soares dos Anjos e Jilvanei Rodrigues de Oliveira**, que me presentearam com o que há de mais inestimável nesse mundo, a VIDA, já seria eu por isso, eternamente grata. Mas não, como se não bastasse vocês revestiram minha existência com amor e afeto e, em muitas vezes, renunciando aos seus próprios sonhos em favor dos meus buscaram lutar juntamente comigo para me transformar na mulher que estou me tornando hoje. Sempre buscaram me oferecer o que ninguém jamais será capaz de retirar de mim, a minha educação, responsabilidade, consciência e dignidade.

E como se ainda fosse pouco, encontrei ainda ao longo desta minha trajetória dois seres de luz, que me pegou pela mão e com toda sua positividade e carinho me mostrou o quanto eu posso e irei muito além, se caso essa for a minha escolha. Professores **MSc. Daiene Rosa Gomes** e **MSc. Mússio Pirajá Mattos**, serei eternamente grata por todo apoio, conselhos e dedicação.

A **Equipe de Saúde do Universitário** que como grupo de pesquisa contribuiu de forma significativa para a minha formação profissional, mostrando a importância de se saber trabalhar em grupo e me ajudando durante esse processo na obtenção dos dados que foram utilizados para a construção deste trabalho.

A família que pude escolher, meus **amigos**, agradeço por me acolherem e apoiarem. Vocês ajudaram a me manter forte ao longo dessa caminhada, mesmo nos momentos mais difíceis me fizeram acreditar que eu era maior que os meus obstáculos. Sempre maior. Nunca menor. O que vivemos nesses 4 anos ficará guardado em minha memória.

A professora **Dra. Danielle Cristina Guimarães da Silva**, que sempre se mostrou disponível para retirar minhas inúmeras dúvidas e ajudou na construção desse Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) hoje aqui concretizado.

Agradeço aos participantes da banca examinadora por terem aceitado o convite para participar da minha banca e dividirem comigo este momento tão importante e esperado: **Esp. Joceli Sousa Santos** e, mais uma vez, **Prof. Mússio Pirajá Mattos**. A **todos**, o meu muito obrigada e em meu pensamento confesso sou feliz por ter conhecido cada um de vocês.

“Que eu seja todo dia como um girassol
De costas pro escuro e de frente pra luz.”

(NUNES, 2019)

SUMÁRIO

CAPA	7
RESUMO	8
ABSTRACT	9
INTRODUÇÃO	10
MATERIAL E MÉTODOS	11
População e desenho do estudo	11
Caracterização da amostra	12
Consumo alimentar	12
Análise dos dados	13
RESULTADOS	13
DISCUSSÃO	20
REFERÊNCIAS	26
ANEXO	29

**Caracterização do consumo alimentar de estudantes de nutrição de uma Universidade
no Nordeste do Brasil**

Characterization of food intake by nutrition students at a University in Northeastern Brazil

Danila Soares de Oliveira

Graduanda do curso de nutrição da Universidade Federal do Oeste da Bahia.

E-mail: danila.soares1917@gmail.com

Daiene Rosa Gomes

Docente da Universidade Federal do Oeste da Bahia. Doutoranda pelo Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva da Universidade Federal do Espírito Santo.

Correspondência:

Daiene Rosa Gomes

E-mail: daiene.gomes@ufob.edu.br

Endereço: Rua Professor José Seabra de Lemos, 316 (Gabinete 38).Recanto dos Pássaros.

CEP: 47808-021 Barreiras – BA

RESUMO

Objetivou-se caracterizar o consumo alimentar de estudantes universitários do curso de nutrição de uma universidade pública do nordeste do Brasil. Trata-se de um estudo transversal realizado com 166 acadêmicos. A ingestão dietética foi estimada através da aplicação de dois Recordatório de 24 horas, sendo calculado a média, desvio-padrão e por meio do Teste "*t*" *Student* verificadas as diferenças entre as médias do consumo de energia e nutrientes, segundo sexo, estado nutricional e tempo de estudo, com auxílio do *software Stata* 13.1. O consumo médio diário de energia dos estudantes universitários foi de $2010,97 \pm 575,65$ kcal, sendo 52,8% desse total proveniente dos carboidratos; 17,3% de proteínas e 30,8% de lipídeos. A média de refeições diárias de refeições realizadas pelos participantes foi $5 \pm 0,93$ refeições diárias e estes possuem suas casas como o principal local para realização das mesmas. Por outro lado, o consumo hídrico correspondeu a $1,73 \pm 0,74$ litros por dia. Maiores alterações desfavoráveis na ingestão alimentar foram verificadas em estudantes do sexo masculino, com sobrepeso e que se encontram em semestres intermediários da graduação. Dessa forma, aspectos significativos da vida como gênero, estado nutricional e tempo de estudo podem afetar o consumo alimentar dos estudantes.

Palavras-chave: Consumo alimentar; Estudantes; Universidade; Inquérito Epidemiológico.

ABSTRACT

The objective of this study was to characterize the food intake of undergraduate nutrition students at a public university in northeastern Brazil. This is a cross-sectional study conducted with 166 academics. Dietary intake was estimated through the application of two 24-hour recalls, and the mean, standard deviation and Student's "t" Test were calculated to verify the differences between the mean intake of energy and nutrients, according to gender, nutritional status, and time of study, with the aid of Stata software 13.1. The average daily energy intake of college students was 2010.97 ± 575.65 kcal, with 52.8% of this total coming from carbohydrates; 17.3% protein and 30.8% lipids. The average daily meal meal of the participants was 5 ± 0.93 meals a day and they have their homes as the main place for them. On the other hand, water consumption corresponded to 1.73 ± 0.74 liters per day. Major unfavorable changes in food intake were found in overweight male students in intermediate semesters of undergraduate. Thus, significant aspects of life such as gender, nutritional status, and time of study may affect students' food intake.

Key words: Food consumption; Students; University; Health Surveys.

INTRODUÇÃO

A vida universitária faz parte do ciclo vital de muitos brasileiros, geralmente entre as fases da adolescência e/ou juventude. Na prática, um período relativamente longo que se estende de quatro a seis anos oficialmente marcado por vivências individuais e coletivas que exigem, de quem experimenta este ciclo da vida, responsabilização e sociabilidade¹. Momento de grandes mudanças, uma vez que para muitos, o ingresso em uma Instituição de Ensino Superior (IES) está associada ao distanciamento do núcleo familiar, bem como com a ampliação das responsabilidades com despesas relacionadas à alimentação e moradia e, simultaneamente, a conquista de uma autonomia até então nunca explorada^{2,3,4,5}.

Dessa forma, a necessidade de tomadas de decisões torna-se constante e necessária. Nesse meio termo, deve-se considerar ainda as incessantes preocupações no que se refere à obtenção de um bom desempenho acadêmico e na participação e manutenção das relações culturais e sociais⁶. Por esses motivos, as demandas nessa fase são tão grandes que muitos estudantes acabam deixando de lado a preocupação com algum aspecto da sua vida, não raramente esse aspecto é a alimentação⁷.

De acordo com Matos et al.⁸ o comportamento alimentar e as atitudes adotadas em relação à saúde durante toda uma vida influenciarão na qualidade de vida e na prevenção de muitas patologias. Nesse sentido, o conhecimento acerca da alimentação torna-se de extrema importância para a prevenção das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), dado que o padrão alimentar é visto como um conjunto de alimentos aos quais são consumidos frequentemente por indivíduos e populações⁹.

No Brasil, assim como em outros países economicamente emergentes, o que se tem notado é uma mudança no padrão alimentar, em que se tem a substituição de alimentos *in natura* como os alimentos de origem vegetal (arroz, feijão, mandioca, legumes e verduras) por produtos industrializados pronto para o consumo¹⁰. Não diferentemente, apesar de se esperar

que pessoas mais bem instruídas façam escolhas melhores, estudos têm evidenciado que esse aumento do consumo de alimentos processados e ultraprocessados tem ocorrido também entre o público universitário¹¹.

Diante disso, sob um olhar preocupado com a alimentação desses estudantes universitários, especialmente quando se trata de estudantes do curso de nutrição, que serão profissionais aos quais tem como uma das principais atribuições social a promoção de uma alimentação saudável, suscita-se questões importantes: Como aspectos significativos deste período da vida são capazes de afetar o consumo alimentar destes indivíduos? O padrão alimentar da população brasileira, caracterizado pelo aumento do consumo de alimentos com alta densidade calórica e baixo valor nutricional, também tem se mostrado presente neste público? Como a Universidade promove o desenvolvimento pleno, ou ajuda estes estudantes na construção de hábitos alimentares saudáveis?¹

A partir destes questionamentos, o presente trabalho tem como objetivo de caracterizar o consumo alimentar de estudantes universitários do curso de nutrição de uma universidade pública do nordeste do Brasil, uma vez que estes indivíduos podem ser categorizados como sendo um segmento particularmente sobrecarregado e/ou vulnerável no contexto da instituição de ensino que os recebe e prioritário na adoção de medidas para a proteção e promoção da saúde.

MATERIAL E MÉTODOS

População e desenho de estudo

Trata-se de um estudo do tipo corte transversal realizado com estudantes de nutrição de uma universidade pública do interior da Bahia, Brasil. Os participantes desse estudo foram provenientes de uma coorte prospectiva denominada “*Estudo de saúde de universitários (ESU): repercussões de fatores contextuais em parâmetros biopsicossociais e nutricionais ao*

longo da graduação”, investigação de base populacional que teve objetivo de avaliar as repercussões de fatores contextuais em parâmetros biopsicossociais e nutricionais sobre a situação de saúde de universitários.

Para o cálculo amostral foi utilizado o *Microsoft Excel 2007*, a partir da população total de estudantes do curso de nutrição disponibilizado pelo colegiado do curso de Nutrição em maio de 2019. Considerou-se para a realização do cálculo, a população total de estudantes (n = 204), a prevalência de 30% de excesso de peso (obesidade + sobrepeso)¹² e precisão desejada de 5%, com nível de confiança de 95%, totalizando 126 estudantes, a qual foi subdividida segundo o tempo de estudo em estudantes que se encontram nos períodos iniciais (1º ao 3º semestre), intermediários (4º ao 7º semestre) e finais do curso (8º ao 9º semestre). Foram incluídos estudantes de Nutrição regularmente matriculados e com 18 anos ou mais e excluídos os universitários que estejam vinculados a outra instituição de ensino. Prevendo-se perdas, todos os estudantes presentes em sala de aula no dia da coleta de dados foram convidados a participar.

Em respeito às questões éticas, este estudo foi desenvolvido de acordo com as orientações definidas na Declaração de Helsinki e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal do Oeste da Bahia (UFOB), sob o parecer nº 2.872.074 e CAAE 93508218.6.0000.8060, encaminhado segundo os dispositivos do Conselho Nacional de Saúde constada na Resolução nº 466/2012. Todos os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Caracterização da amostra

Para caracterização da amostra foram coletadas as informações sexo (masculino e feminino), idade (\leq 20 anos; 21 a 23 anos; 24 anos ou mais), estado conjugal (com e sem companheiro), renda familiar (até 1 ou mais salários mínimos), tempo de estudo (iniciantes, intermediário e concluinte) e estado nutricional (abaixo do peso, eutrofia, sobrepeso e

obesidade). Essas informações foram obtidas no primeiro contato com os estudantes, com exceção das variáveis renda familiar e estado conjugal que foram coletadas por meio de um questionário eletrônico autoaplicável *online*.

Ainda nessa etapa foi realizada a avaliação antropométrica. Para determinar o estado nutricional, foram aferidas as medidas peso e altura, já que por meio destas duas medidas obtêm-se o Índice de Massa Corporal (IMC) e utilizados os pontos de corte da Organização Mundial de Saúde (OMS) tanto para adolescentes quanto para adultos¹³. O peso foi verificado através de uma balança digital com capacidade de até 180 kg e precisão de 100 g, enquanto que a altura foi aferida pelo estadiômetro portátil desmontável, com resolução de 1 mm e campo de uso de até 213 cm, seguindo os procedimentos descritos por Brasil¹⁴.

Consumo alimentar

O consumo alimentar foi avaliado através de dois Recordatórios 24 horas (R24h), aplicados em dias distintos e não consecutivos, respeitando o intervalo de pelo menos um mês, no período de maio a novembro de 2019. O R24h é um instrumento que investiga os alimentos consumidos no dia anterior à entrevista, bem como suas respectivas quantidades e locais de consumo^{15,16}. Utilizou-se dois álbuns fotográficos para inquéritos alimentares, a fim de aproximar as informações coletadas com o consumo mais próximo da realidade^{17,18}. Ainda, com o intuito de coletar dados mais fidedignos, foi realizado o treinamento prévio da equipe e executado a técnica *USDA Multiple Pass Method* descrita por Conway¹⁹.

Análise de dados

Os dados do consumo alimentar foram tabulados no *software* BRASIL - NUTRI®, desenvolvido para a Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF) 2008-2009 realizada pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística^{20,21}, com o cálculo consumo de energia, proteína, carboidrato, lipídio, açúcar total, açúcar de adição, ácidos graxos saturados, ácidos

graxos monoinsaturados, ácidos graxos poliinsaturados, colesterol, fibra, cálcio, ferro, sódio e sódio de adição.

Na análise descritiva dos dados de consumo alimentar foram calculadas: média, desvio-padrão. Por meio do Teste "*t*" *Student* foram verificadas as diferenças entre as médias do consumo de energia e nutrientes, segundo sexo, estado nutricional e tempo de estudo, após a confirmação de normalidade dos dados por meio do teste *Shapiro-Wilk*. Para caracterização da amostra obteve-se a frequência absoluta e relativa. Todas as análises foram realizadas com auxílio do *software Stata* 13.1.

RESULTADOS

Os dados apresentados na Tabela 1 integram informações em relação à amostra estudada, em que são observadas características sociodemográficas, acadêmicas e do estado nutricional dos estudantes. Foram entrevistados 166 estudantes universitários. Desse total, 86,1% eram do sexo feminino e 13,9% do sexo masculino. A média de idade foi de $22,5 \pm 5,0$ anos. A maioria dos estudantes referiu não possuir companheiro (85,1%), ter renda familiar superior a um salário mínimo (77,7%), se encontrar nos períodos intermediários do curso (40,4%). No que diz respeito ao estado nutricional destes estudantes, observou-se que o maior percentual da amostra apresentava um estado de eutrofia (66,1%).

A Tabela 2 contém os dados referentes à média de ingestão de energia, macronutrientes e micronutrientes totais dos acadêmicos de nutrição, bem como comparado pelo sexo. O consumo médio diário de energia *per capita* dos estudantes universitários foi de $2010,97 \pm 575,65$ kcal. No que se diz respeito à distribuição energética entre os macronutrientes, constatou-se que a contribuição média de energia provinda de carboidratos foi de 52,8%, das proteínas 17,3% e dos lipídeos 30,8%. Com relação ao sexo, evidenciou-se diferenças entre os grupos, uma vez que o consumo de energia, carboidratos, proteínas,

lipídeos, ácidos graxos monoinsaturados e poliinsaturados, colesterol, fibras alimentares, cálcio, ferro, sódio de adição foi maior para os homens quando comparado com as mulheres ($p<0,05$).

Comparando o consumo de energia, macronutrientes e micronutrientes entre os diferentes estados nutricionais, observou-se que estudantes que possuíam sobrepeso apresentavam maior ingestão de energia, lipídeos, ácidos graxos saturados, colesterol e fibras alimentares ($p<0,05$) (Tabela 3). Na Tabela 4 é apresentada uma análise comparativa entre os estudantes que se encontram nos diferentes períodos da graduação do curso de nutrição e o consumo alimentar. A análise estatística relevou diferenças significativas no que se refere à ingestão de açúcar total e de adição, lipídeos e ácidos graxos saturados, sendo o consumo destes maiores nos indivíduos que cursavam os períodos intermediários do curso ($p<0,05$).

Entre as características do comportamento alimentar, identificou-se que os estudantes realizam em média $5 \pm 0,93$ refeições diárias e possuem suas casas como o principal local para a realização das mesmas (Tabela 5). A ingestão de água média dos participantes do estudo correspondeu a $1,73 \pm 0,74$ litros por dia.

Tabela 1. Características sociodemográficas, acadêmicas e do estado nutricional de estudantes de nutrição. Bahia, Brasil, 2019.

Variável	n	%
Sexo		
Masculino	23	13,9
Feminino	143	86,1
Idade		
≤ 20 anos	66	39,8
21 a 23 anos	60	36,1
24 ou mais	40	24,1
Estado Conjugal*		
Sem companheiro	103	85,1
Com companheiro	18	14,9
Renda familiar*		
Até 1 salário mínimo	27	22,3
Mais de um salário mínimo	94	77,7
Tempo de estudo		
Iniciante	35	21,1
Intermediário	67	40,4
Concluinte	64	38,5
Estado nutricional*		
Abaixo do peso	19	11,7
Eutrofia	107	66,1
Sobrepeso	28	17,3
Obesidade	8	4,9

*Dados faltantes

Tabela 2. Diferenças entre as médias do consumo de energia e nutrientes, segundo sexo. Bahia, Brasil, 2019.

Variáveis dietéticas	Total de ingestão	Sexo masculino	Sexo feminino	p-valor*
	Média ± Desvio Padrão	Média ± Desvio Padrão	Média ± Desvio Padrão	
Energia (Kcal)	2010,97 ± 575,65	2365,94 ± 687,68	1953,87 ± 536,74	0,0006
Carboidrato (g)	265,67 ± 80,43	307,30 ± 103,38	258,98 ± 74,40	0,0036
Açúcar total (g)	101,96 ± 48,00	69,01 ± 50,44	65,32 ± 39,18	0,3440
Açúcar de adição (g)	65,83 ± 40,77	108,81 ± 56,00	100,86 ± 93,14	0,2314
Proteína (g)	87,21 ± 36,55	109,99 ± 45,51	83,54 ± 33,68	0,0006
Lipídeo (g)	68,83 ± 25,57	79,08 ± 24,03	67,18 ± 25,50	0,0190
Ácidos graxos saturados (g)	25,42 ± 12,82	27,20 ± 11,84	25,13 ± 12,99	0,2368
Ácidos graxosmonoinsaturados (g)	23,11 ± 9,28	27,31 ± 9,05	22,44 ± 9,17	0,0095
Ácidos graxos poliinsaturados (g)	11,04 ± 5,33	14,03 ± 6,44	10,56 ± 5,00	0,0017
Colesterol (mg)	397,80 ± 253,52	549,94 ± 331,14	373,33 ± 230,96	0,0009
Fibra (mg)	18,75 ± 8,54	21,86 ± 10,37	18,25 ± 8,14	0,0297
Cálcio (mg)	570,67 ± 312,95	690,70 ± 481,77	551,37 ± 274,11	0,0236
Ferro (mg)	10,97 ± 4,00	12,47 ± 4,00	10,73 ± 3,96	0,0261
Sódio (mg)	1598,53 ± 745,88	1644,50 ± 758,25	1591,14 ± 746,30	0,3756
Sódio de adição (mg)	1163,35 ± 668,66	1467,17 ± 908,91	1114,48 ± 611,7	0,0092

*Teste *t Student*

Tabela 3. Diferenças entre as médias do consumo de energia e nutrientes, segundo estado nutricional. Bahia, Brasil, 2019.

Variáveis dietéticas	Abaixo do peso Média ± Desvio Padrão	Eutrofia Média ± Desvio Padrão	Sobrepeso Média ± Desvio Padrão	Obesidade Média ± Desvio Padrão	p-valor*
Energia (Kcal)	2007,61 ± 394,81	1995,70 ± 582,95	2206,25 ± 543,19	1462,74 ± 448,15	0,0112
Carboidrato (g)	279,70 ± 68,92	264,83 ± 81,85	284,27 ± 74,05	205,53 ± 95,75	0,0899
Açúcar total (g)	101,73 ± 49,14	103,51 ± 50,33	107,27 ± 40,32	75,36 ± 40,08	0,4161
Açúcar de adição (g)	63,63 ± 41,19	67,77 ± 40,83	70,15 ± 42,94	41,04 ± 28,43	0,3191
Proteína (g)	80,30 ± 27,04	87,25 ± 35,39	91,89 ± 34,45	60,08 ± 16,93	0,1043
Lipídeo (g)	66,68 ± 22,50	67,56 ± 24,02	79,72 ± 28,03	45,97 ± 9,15	0,0051
Ácidos graxos saturados (g)	24,36 ± 8,38	24,35 ± 10,23	32,03 ± 20,66	16,49 ± 4,81	0,0054
Ácidos graxos monoinsaturados (g)	22,26 ± 8,84	22,91 ± 9,09	24,88 ± 8,22	16,97 ± 2,79	0,1601
Ácidos graxos poliinsaturados (g)	11,11 ± 5,36	11,06 ± 4,96	12,25 ± 6,79	6,71 ± 1,63	0,0799
Colesterol (mg)	277,19 ± 119,35	424,12 ± 256,16	409,60 ± 305,35	228,76 ± 145,30	0,0284
Fibra (mg)	19,44 ± 4,82	17,84 ± 8,39	22,61 ± 10,78	15,37 ± 6,62	0,0410
Cálcio (mg)	594,07 ± 201,97	563,51 ± 332,26	646,04 ± 318,57	441,15 ± 269,63	0,3826
Ferro (mg)	11,37 ± 3,16	10,76 ± 3,90	11,97 ± 3,85	8,00 ± 2,27	0,0610
Sódio (mg)	1559,56 ± 582,43	1552,77 ± 643,15	1716,16 ± 825,51	1306,69 ± 641,64	0,4542
Sódio de adição (mg)	1173,34 ± 494,12	1138,08 ± 596,79	1295,44 ± 970,88	852,31 ± 404,54	0,3886

*Teste *t Student*

Tabela 4. Diferenças entre as médias do consumo de energia e nutrientes, segundo tempo de estudo. Bahia, Brasil, 2019.

Variáveis dietéticas	Iniciantes	Intermediário	Concluintes	p-valor*
	Média ± Desvio Padrão	Média ± Desvio Padrão	Média ± Desvio Padrão	
Energia (Kcal)	1960,31 ± 543,58	2095,39 ± 565,09	1950,29 ± 600,96	0,2995
Carboidrato (g)	263,88 ± 83,67	270,37 ± 76,59	261,73 ± 83,54	0,8207
Açúcar total (g)	82,20 ± 38,07	114,04 ± 48,65	100,13 ± 48,95	0,0053
Açúcar de adição (g)	46,84 ± 32,00	79,78 ± 42,16	61,61 ± 38,89	0,0002
Proteína (g)	91,27 ± 43,52	89,39 ± 36,39	82,69 ± 32,49	0,4410
Lipídeo (g)	61,95 ± 17,82	74,35 ± 27,51	66,82 ± 26,17	0,0475
Ácidos graxos saturados (g)	21,17 ± 7,16	28,46 ± 13,26	24,55 ± 14,08	0,0184
Ácidos graxos monoinsaturados (g)	21,52 ± 8,19	24,85 ± 9,49	22,17 ± 9,46	0,1319
Ácidos graxos poliinsaturados (g)	10,37 ± 4,13	11,83 ± 5,30	10,58 ± 5,89	0,2856
Colesterol (mg)	415,20 ± 285,97	440,33 ± 299,11	343,76 ± 159,41	0,0832
Fibra (mg)	18,34 ± 7,38	17,79 ± 6,77	19,97 ± 10,53	0,3318
Cálcio (mg)	514,93 ± 273,53	623,50 ± 356,24	545,85 ± 279,04	0,1812
Ferro (mg)	10,39 ± 3,36	11,49 ± 4,23	10,75 ± 4,07	0,3581
Sódio (mg)	1527,36 ± 567,14	1597,17 ± 708,35	1638,88 ± 867,96	0,7785
Sódio de adição (mg)	1257,75 ± 748,37	1179,65 ± 685,41	1094,66 ± 605,44	0,4962

*Teste *t Student*

Tabela 5. Frequência de rotinas alimentares de estudantes do curso de nutrição. Bahia, Brasil, 2019.

Rotinas alimentares	Sim		Não	
	n	%	n	%
Realizou o desjejum	164	98,8	2	1,2
Realizou o lanche da manhã	107	64,5	59	35,5
Almoçou	166	100	0	0
Realizou lanche da tarde	164	98,8	2	1,2
Jantou	164	98,8	2	1,2
Realizou a ceia	74	44,6	92	55,4

DISCUSSÃO

Neste estudo observou-se uma predominância expressiva de estudantes do sexo feminino no curso de nutrição. Este resultado demonstra, assim como tratado no estudo de Souza et al.²² que a nutrição é uma profissão historicamente construída como feminina e que ainda hoje essa visão se perdura, pois de acordo com o Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (INEP)²³ em 2013, dos concluintes de graduação do curso de Nutrição 93,4% eram pertencentes ao sexo feminino. Esse predomínio de mulheres nesta área da saúde, desde o início em que se dataram os primeiros cursos, pode ser explicada pela visão que se tem desta formação atrelada a necessidade social do cuidar, sendo assim após o término da graduação a mulher aprimoraria o cuidado com sua família e faria um controle melhor da economia doméstica^{22,24}.

O estado nutricional de eutrofia foi o mais prevalente entre os participantes da pesquisa. Estes resultados são semelhantes aos estudos de Oliveira et al.²⁵ com estudantes de nutrição, os quais revelaram que 71%, apresentavam eutrofia. De acordo com Gasparetto e Silva²⁶ tais resultados podem ser associados a uma maior preocupação que os acadêmicos deste curso têm no que se refere à manutenção de uma boa aparência física e forma.

Com relação ao consumo energético, não se tem uma recomendação específica para o nível de energia a ser ingerido diariamente, uma vez que para a determinação deste parâmetro muitas variáveis individuais como idade, sexo, peso, altura e nível de atividade física devem ser consideradas. Apesar disso, a ingestão de energia diária encontrada foi semelhante ao resultado evidenciado no estudo realizado com estudantes universitários em Portugal por Neto e Pinto²⁷, cujo valor energético total médio apresentado foi de $2059,18 \pm 813,77$ kcal. Ainda de acordo com estes autores, assim como os resultados encontrados no presente estudo há diferença de consumo de energia, carboidratos, proteínas, lipídeos, colesterol, fibras

alimentares, cálcio e ferro entre os sexos, em que os homens têm uma ingestão maior quando comparado com as mulheres.

Em relação à distribuição energética entre os macronutrientes, constatou-se que para os homens a contribuição média de energia provinda de carboidratos foi de 51,9%, das proteínas 18,6% e dos lipídeos 30,1%, enquanto para as mulheres a contribuição foi de 53% para carboidratos, 17,1% para proteínas e 30,9% para lipídeos. Comparando tais dados com as recomendações preconizadas pelas *Dietary Reference Intakes* (DRIS) é possível identificar que o consumo de carboidratos e lipídeos se encontram adequados, enquanto que a ingestão de proteína está acima do recomendado para ambos os sexos²⁸. Resultado similar ao da proteína foi observado para colesterol e ácidos graxos saturados que segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS) o consumo diário deve ser inferior a 300 mg e <10% do Valor Energético Total (VET), respectivamente. Como os valores de referência para os ácidos graxos monoinsaturados é obtida através da diferença entre os ácidos graxos poliinsaturados, saturados e *trans* e este último não foi avaliado, assim como no estudo de Cardoso a análise da adequação deste tipo de lipídeo não foi possível realizá-la^{21,29}.

A OMS recomenda atualmente também que o consumo de açúcares de adição seja menor que 10 % do valor energético total (VET) e, sugere ainda que maiores benefícios à saúde podem ser alcançado quando esse consumo não ultrapassa 5% das calorias ingeridas diariamente. No entanto, para o público de estudo em questão, o percentual de açúcares de adição mostrou-se superior a 13,1% VET da dieta. Em contrapartida, os valores referentes ao consumo de ácido graxos poliinsaturados (6 a 10% do VET) e fibras (25 g) apresentaram-se abaixo dos valores de referência para ambos os sexos²¹.

No que diz respeito aos micronutrientes, o consumo de sódio revelou-se compatível com o que se tem estabelecido para homens e mulheres (1.500 mg) ao se considerar a faixa de

adequação de 90 a 110%³⁰. O cálcio foi um nutriente consumido aquém do que se tem recomendado para ambos os sexos (1.000 mg). Por outro lado, quando se considera o preconizado para a ingestão de ferro para indivíduos do sexo masculino (6 mg) e do sexo feminino (8,1 mg) evidencia-se que a ingestão deste mineral encontra-se acima dos parâmetros estipulados^{31,32}.

Diante disso, apesar de ter sido observado um bom fracionamento da dieta por parte dos estudantes, pode-se constatar simultaneamente a inadequação do consumo alimentar de vários nutrientes. Isso demonstra que embora haja uma facilidade de acesso aos alimentos, quando se analisa a qualidade nutricional dos mesmos percebe-se que estes possuem baixo valor nutricional e, isso permite sugerir portanto, que a facilidade de acesso estaria relacionada a alimentos processados e ultraprocessados, que são em sua maioria produtos com elevadas quantidades de calorias, açúcares, lipídeos, gorduras saturadas, colesterol e baixo teor de minerais em geral e fibras alimentares.

Segundo Louzada et al.¹¹ o consumo de alimentos ultraprocessados contribui para um perfil nutricional desfavorável e, por isso, impactam de forma negativa na qualidade de vida de estudantes universitários e no aparecimento de vários DCNT. Em concordância com essa relação, os dados aqui apresentados no que diz respeito a comparação de médias do consumo de energia, macro e micronutrientes de acordo com o estado nutricional mostraram que indivíduos com sobrepeso apresentaram maior ingestão de calorias, lipídeos, ácidos graxos saturados e colesterol e, por isso, tais achados são condizentes com o estudo de Canella³³ que afirma que a maior disponibilidade de alimentos ultraprocessados no Brasil está positiva e independentemente associada a maior prevalência de excesso de peso. Contudo, ao se avaliar o consumo destes mesmos nutrientes para os indivíduos obesos notou-se que estes obtiveram a menor média de consumo entre as classificações do estado nutricional, isso pode ser

explicado pelo fato de que pessoas obesas tendem a subestimar sua ingestão dietética sistematicamente^{34,35}.

Quanto ao consumo de energia, macronutrientes e micronutrientes nos diferentes períodos da graduação foi observada diferença significativa para ingestão de açúcares total e de adição, lipídeos e ácidos graxos saturados, posto que o consumo médio foi superior entre os estudantes que se encontravam nos semestres intermediários da graduação. Dessa forma, de maneira geral, os acadêmicos de semestres intermediários foram os que expressaram os maiores percentuais de hábitos negativos no tocante à composição nutricional da dieta, o que pode ser justificado pela sobrecarga de atividades acadêmicas que inviabiliza o estudante de realizar o preparo de suas próprias refeições, deixando-os dependentes de opções como alimentos semiprontos ou prontos e lanches rápidos, ricos em gorduras, açúcares e de alto valor calórico⁶.

Por conseguinte, ao investigar os hábitos alimentares dos estudantes, evidenciou-se que a maioria destes está realizando suas refeições em casa e que o almoço seria a principal refeição considerada pelos mesmos, uma vez que nenhum participante da pesquisa deixou de realizar esta refeição. A maior frequência de refeições realizadas em casa pode ser explicada pela comodidade de deslocamento que estes estudantes possuem para se locomoverem da universidade para casa quando se considera que tal instituição se localiza em uma cidade relativamente pequena. No entanto, o ato de se alimentar em casa não necessariamente está associado ao maior consumo de alimentos *in natura* e menor ingestão de produtos processados e ultraprocessados, isso pode ser confirmado pelos dados da Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF) de 2017-2018 que tem evidenciado um gasto maior com aquisição destes tipos de alimentos pelas famílias brasileiras.³⁶

Em relação ao número de refeições realizadas por dia, observou-se um comportamento alimentar positivo, uma vez que a média de refeições diárias realizada foi de $5 \pm 0,93$ refeições. Tal resultado está em concordância aos dados obtidos por Domingues et al.³⁷, que observaram que 73,2% dos alunos realizam diariamente de 3 a 5 refeições e pode ser considerado benéfico, pois uma alimentação saudável está relacionada a diversos determinantes, dentre eles, o número de refeições³⁸.

A quantidade de água que se necessita ingerir diariamente é muito variável, assim como qualquer outro alimento e depende de vários fatores, dentre os quais podem ser citados a idade, o peso e o nível de atividade física do indivíduo, assim como também o clima e a temperatura do ambiente onde ele vive¹⁰. Entretanto, com base no Guia Alimentar para a População Brasileira³⁹, as pessoas precisam beber no mínimo 2 litros de água por dia. Sendo assim, ao comparar os resultados deste estudo com esta recomendação observa-se que os estudantes obtiveram um consumo médio menor do que o preconizado, o que representa um comportamento alimentar negativo, pois a água exerce papel fundamental nas atividades metabólicas do organismo, bem como no transporte de compostos hidrossolúveis como os macronutrientes e micronutrientes⁴⁰.

No que tange aos aspectos metodológicos do estudo, cabe comentar as limitações ao fato deste ser do tipo transversal e, por isso, as informações relacionadas aos desfechos e exposições aqui apresentadas são referentes aos momentos de coleta de dados³³. Outra limitação do estudo está relacionada a escolha do recordatório 24 horas como instrumento de avaliação dietética, pois este método depende da memória do entrevistado e, isso, pode tanto viabilizar a ocorrência de subestimações quanto superestimações das quantidades de alimentos ingeridas, porém para minimizar ao máximo a ocorrência desses erros utilizou-se estratégias como o uso de álbuns fotográficos que possuem tamanhos de porções de alimentos e a técnica USDA *Multiple Pass Method*. Por se tratar de estudantes de nutrição, é possível

considerar ainda que em algum momento estes possam ter omitido hábitos que os mesmos julgam como inadequados, o que faz com prevalência de comportamentos alimentares possa ser superior aos referidos^{41,42}.

Em resumo, os resultados apresentando neste estudo demonstram que aspectos significativos da vida como gênero, estado nutricional e tempo de estudo podem afetar o consumo alimentar dos estudantes. Sendo assim, os segmentos mais vulneráveis a apresentar alterações desfavoráveis na ingestão dietética são indivíduos do sexo masculino, com sobrepeso e que se encontram em semestres intermediários da graduação. Esses achados expressam a complexidade que atualmente os cursos da saúde, dentre eles o curso de nutrição, possuem no que se refere a questão de formar profissionais promotores de saúde em um ambiente que muitas vezes pode ser agente causador de doenças tanto psicossociais quanto aquelas relacionadas a alimentação. Evidencia-se com isso, a importância de se desenvolver estudos como estes para demonstrar não só à IES, a necessidade de se implantar estratégias e políticas públicas voltadas para a promoção e proteção da saúde dos indivíduos que a vivenciam, mas também aos próprios estudantes que a vida acadêmica transcendem os muros da universidade.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

1. Assis AD, Oliveira AGB. Vida universitária e saúde mental: atendimento às demandas de saúde e saúde mental de estudantes de uma universidade brasileira. *Cadernos Brasileiros de Saúde Mental* 2010; 2(4-5): 159-177.
2. Vieira VCR, Priore SE, Ribeiro SMR, Francheschini SCC, Almeida LP. Perfil socioeconômico, nutricional e de saúde de adolescentes recém-ingressos em uma universidade pública brasileira. *Revista de Nutrição* 2002; 15 (3): 273-282 .
3. Papadaki A, Hondros G, Scott JA, Kapsokefalou M. Eating habits of university students living at, or away from home in Greece. *Appetite* 2007, 49 (1): 169-176.
4. Teixeira MAP, Dias ACG, Wottrich SH, Oliveira AM. Adaptação à universidade em jovens calouros. *Revista Semestral da Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional* 2008; 12 (1): 185-202.
5. Costa LDCF, Vasconcelos FDAGD. Prevalence and factors associated with nutritional status among female university students in Florianópolis, SC. *Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum* 2013; 15 (3): 326-337.
6. Feitosa EPS, Dantas CAO, Andrade-Wartha ERS, Marcellini PS, Mendes-Neto R S. Hábitos alimentares de estudantes de uma Universidade pública no Nordeste, Brasil. *Alimentos e Nutrição Araraquara*; 2010, 21 (2): 225-230.
7. Garcia D, Nabo G, Aleixo V, Correia V, Ribeiro I, Costa MC. Atividade física e hábitos alimentares em uma população universitária. *Biomed Biopharm Res* 2013; 9 (2): 147-58.
8. Matos SMA, Barreto ML, Rodrigues LC, Oliveira VA, Oliveira LPM, D' Innocenzo S, Teles CAS, Pereira SRS, Prado MS, Assis AMO. Padrões alimentares de crianças menores de cinco anos de idade residentes na capital e em municípios da Bahia, Brasil, 1996 e 1999/2000. *Cad Saúde Pública* 2014; 30 (1): 44-54.
9. Devlin UM, McNulty BA, Nugent AP, Gibney MJ. The use of cluster analysis to derive dietary patterns: methodological considerations, reproducibility, validity and the effect of energy miss-reporting. *Proceedings of the Nutrition Society* 2012; 71 (4): 599-609.
10. Brasil. Ministério da Saúde (MS). *Guia Alimentar para a População Brasileira*. Brasília: MS; 2014.
11. Louzada MLC, Martins APB, Canella DS, Baraldi LG, Levy RB, Claro RM, Moubarac JC, Cannon G, Monteiro CA. Alimentos ultraprocessados e perfil nutricional da dieta no Brasil. *Rev Saúde Pública* 2015; 49 (38): 1-11.
12. Barbosa JB, Santos AM, Barbosa MM, Barbosa MM, Carvalho CA, Fonseca PCA, Fonseca JM, Barbosa MCL, Bongea EG, Silva AAM. Metabolic syndrome, insulin resistance and other cardiovascular risk factors in university students. *Rev Ciência e Saúde coletiva* 2016; 21 (4): 1123-1136.

13. World Health Organization. *Physical status: the use and interpretation of anthropometry*. Geneva: WHO; 1995.
14. Brasil. Ministério da Saúde (MS). *SISVAN: orientações básicas para a coleta, processamento, análise de dados e informação em serviços da saúde*. Brasília, MS; 2004.
15. Gibson RS. *Principles of nutritional assessment*. Oxford: Oxford University Press; 1990.
16. Buzzard M. 24-Hour Dietary Recall and Food Record Methods. In: Willett W. *Nutritional Epidemiology*. Oxford: Oxford University Press; 1998. p. 50-73.
17. Monteiro JP, Chiarello P. *Consumo Alimentar. Visualizando porções*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan; 2007.
18. Crispim SP, Fisberg RM, Almeida CCB, Nicolas GVK, Pereira RA, Marchiori DML, Santos NA, Steluti J, Slimani N. *Manual fotográfico de quantificação alimentar*. Curitiba: Universidade Federal do Paraná; 2017.
19. Conway JM, Ingwersen LA, Bryan TV, Moshfegh AJ. Effectiveness of the US Department of Agriculture 5-step multiple-pass method in assessing food intake in obese and nonobese women. *American Journal of Clinical Nutrition* 2003; 77 (5): 1171-1178.
20. Barufaldi LA, Abreu GA, Veiga GV, Sichieri R, Kuschnir MCC, Cunha DB, Pereira RA, Bloch KA. Programa para registro de recordatório alimentar de 24 horas: aplicação no Estudo de Riscos Cardiovasculares em Adolescentes. *Rev Bras Epidemiol* 2016; 19 (2): 464-468.
21. World Health Organization. *Diet, nutrition and the prevention of chronic diseases*. Geneva: WHO; 2003.
22. Souza LKCS, Campos FM, Kraemer FB, Machado PAN, Carvalho MCVS, Prado SD. Gênero e formação profissional: considerações acerca do papel feminino na construção da carreira de nutricionista. *Demetra* 2016; 11 (3): 773-788.
23. Brasil. Ministério da Educação (ME). Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira. *Censo da educação superior 2013: resumo técnico*. Brasília: ME, 2015.
24. Andrade LP, Lima ES. A formação e a prática do nutricionista: o gênero nas entrelinhas. *Nutrire: Ver Bras Alim Nutr* 2003; 26:109-126.
25. Oliveira JS, Santos DO, Rodrigues SJM, Oliveira CC, Souza ALC. Avaliação do perfil sociodemográfico, nutricional e alimentar de estudantes de nutrição de uma universidade pública em Lagarto-SE. *Ver Assoc Bras Nutr* 2017; 8 (2): 37-42.
26. Gasparetto RM; Silva RCC. Perfil antropométrico dos universitários dos cursos de nutrição, enfermagem, fisioterapia e educação física do Centro Universitário La Salle, Canoas/RS. *Rev. Assoc Bras Nutr* 2012; 4 (5): 29-33.

27. Neto M; Pinto P. Avaliação nutricional de estudantes do Instituto Politécnico de Santarém. *Revista da Unidade de Investigação do Instituto Politécnico de Santarém* 2015; 3 (4): 1-14.
28. Institute of Medicine. *Dietary Reference Intakes for Energy, Carbohydrate, Fiber, Fat, Fatty Acids, Cholesterol, Protein, and Amino Acids*. Washington: The National Academies Press; 2002.
29. Cardoso, GA. *Consumo alimentar e estilo de vida: um estudo longitudinal com estudantes universitários*. Tese (Tese em Ciência e Tecnologia de Alimentos) – Escola Superior de Agricultura “Luiz de Queiroz”, Piracicaba, 2016.
30. Institute of Medicine. *Dietary reference intakes for water, potassium, sodium, chloride, and sulfate*. Washington (DC): National Academy Press; 2004.
31. Institute of Medicine. *Dietary reference intakes for calcium, phosphorus, magnesium, vitamin D, and fluoride*. Washington (DC): National Academy Press; 1997.
32. Institute of Medicine. *Dietary reference intakes for vitamin A, vitamin K, arsenic, boron, chromium, copper, iodine, iron, manganese, molybdenum, nickel, silicon, vanadium, and zinc*. Washington (DC): National Academy Press; 2002.
33. Canella DS, Levy RB, Martins APB, Claro RM, Moubarac JC, Baraldi LG, Cannon G, Monteiro CA. Ultra-Processed Food Products and Obesity in Brazilian Households (2008–2009). *Plos one* 2014; 9 (3): e92752.
34. Preyer JA, Vrijheid M, Nichols R, Kiggins M, Elliott P. Who are the ‘low energy reporters’ in the dietary and nutritional survey of British adults? *Int J Epidemiol* 1997; 26 (1): 146-154.
35. Pontieri FM, Castro LPT, Resende VA. Relação entre o estado nutricional e o consumo de frutas, verduras e legumes de pacientes atendidos em uma clínica escola de nutrição. *Ensaios e Ciência: Ciênc Biol Agr e da Saúde* 2011; 15 (4): 117-130.
36. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). *Pesquisa de orçamentos familiares 2017-2018: primeiros resultados*. Rio de Janeiro: IBGE; 2019.
37. Domingues GS, Conter LF, Andersson GB, Pretto ADB. Perfil e práticas alimentares de acadêmicos do curso de nutrição. *Rev Bras de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento* 2019; 13 (77): 46-53.
38. Carvalho CS, Santos AA, Vigato TC, Siqueira PMC. Frequência de consumo de grupos alimentares por acadêmicas do 1º e 4º ano nos cursos de nutrição e pedagogia das faculdades Unidas do Vale do Araguaia no município de Barra do Garças-MT. *Rev Eletrônica da Univar* 2013; 10 (2): 78-82.
39. Brasil. Ministério da Saúde (MS). *Guia alimentar para a população brasileira : promovendo a alimentação saudável*. Brasília: MS; 2006.

40. Pereira, FWL, Paiva, SAR, Gaiolla, PSA. Água. In: *Funções plenamente reconhecidas de nutrientes*. São Paulo: International Life Sciences Institute do Brasil; 2009. p. 9-39.
41. Perez, PMP, Castro IRR, Franco AS, Baldoni DH, Wolkoff DB. Práticas alimentares de estudantes cotistas e não cotistas de uma universidade pública brasileira. *Revista Ciência e Saúde Coletiva* 2016; 21 (2): 531-542.
42. Fisberg RM, Marchioni DML, Colucci ACA. Avaliação do consumo alimentar e da ingestão de nutrientes na prática clínica. *Arq Bras Endocrinol Metab* 2009; 53 (5): 617-624.

ANEXOS

ANEXO A - Revista Ciência & Saúde Coletiva : Instrução aos autores para formatação de Artigos Temáticos



Ciência & Saúde Coletiva

Artigos temáticos devem conter resultados empíricos, experimentais e conceituais de pesquisas e revisões sobre o tema em questão. Os textos da pesquisa não devem exceder 40.000 caracteres com espaços.

Os originais podem ser escritos em português, espanhol, francês e inglês. Os textos em português deverão conter o título, o resumo e as palavras-chave no idioma original e em inglês. Os textos devem ser escritos em espaço duplo, em fonte Times New Roman, tamanho 12, com margens de 2,5 cm, no formato MS Word.

Os artigos são geralmente (mas não necessariamente) divididos em seções com os títulos Introdução, Métodos, Resultados e Discussão, com a inclusão de subtítulos em algumas seções, às vezes sendo necessárias. Os títulos e legendas das seções não devem ser organizados com numeração progressiva, mas com características gráficas (maiúsculas, diminuição de margem, etc.).

O título deve ter no máximo 120 caracteres com espaços e um resumo com no máximo 1400 caracteres, incluindo espaços (que vão da palavra "resumo" até a última palavra-chave), que especificarão o escopo, objetivos, metodologia e abordagem teórica e os resultados da pesquisa ou investigação. Imediatamente abaixo do resumo, os autores deverão indicar não mais que cinco (5) palavras-chave. As palavras-chave no idioma original e em inglês devem ser obrigatoriamente incluídas no DeCS / MeSH.

O número de materiais ilustrativos não deve exceder cinco por artigo. Todo o material ilustrativo deve ser produzido nos formatos Word ou Excel e enviado com títulos e fontes. As tabelas devem ser definidas em linhas e colunas, sem espaços extras e sem "quebras de página". As tabelas devem conter uma breve informação. As tabelas e gráficos não devem ter mais de 15 cm de largura x 18 cm de altura e não devem exceder duas páginas (tamanho A4,

espaço simples e tamanho da fonte 9). As tabelas e gráficos devem ser produzidos nos formatos Word ou Excel e enviados com títulos e fontes.

As referências devem ser numeradas consecutivamente, de acordo com a ordem em que aparecem no texto. Caso as referências sejam de mais de dois autores, apenas o nome do primeiro autor será citado no texto, seguido de *et al*. Além do mais, estas devem ser identificadas por algarismos arábicos sobrescritos ao longo do texto.

A Revista adota as normas do International Committee of Medical Journal Editors (ICMJE) (Grupo Vancouver). Os nomes de indivíduos, cidades e países devem ser citados no idioma original da publicação.