



# AVALIAÇÃO DO CONSUMO DE HORTALIÇAS NÃO CONVENCIONAIS PELOS USUÁRIOS DAS UNIDADES DO PROGRAMA SAÚDE DA FAMÍLIA (PSF) DE DIAMANTINA - MG\*

Ana Catarina Perez DIAS\*\*  
Nísia Andrade Villela Dessimoni PINTO\*\*  
Letícia Tamie Paiva YAMADA\*\*\*  
Keila Lopes MENDES\*\*\*\*  
Aline Grazielle FERNANDES\*\*\*\*

■ **RESUMO:** A avaliação do consumo de hortaliças não convencionais se justifica pela escassez de trabalhos na literatura, por seu baixo custo, fácil plantio e valor nutritivo. Tivemos como objetivo avaliar o consumo de Taioba (*Xanthosoma sagittifolium*) – T e Ora-pro-nóbis (*Pereskia aculeata mill*) – OPN, em Diamantina – MG. Foi utilizado um Questionário de Frequência Alimentar Quantitativo. A amostra foi de 146 indivíduos e o consumo foi relacionado com: gênero, faixa etária e tempo de residência em Diamantina. Para análise estatística utilizou-se o programa Epi Info 6.02. O teste empregado foi o do  $\chi^2$  e nível para rejeição da hipótese de nulidade foi de 5%. Nos parâmetros consumo/sexo e tempo de residência/consumo, não houve diferença entre os dois gêneros, para ambas as hortaliças. Quanto à comparação consumo/faixas etárias, houve diferença entre o consumo de T pelos adolescentes em relação aos adultos e idosos, e não houve para o consumo de T entre adultos e idosos. Não houve diferença entre as faixas etárias no consumo de OPN. Concluímos que o consumo de T e OPN é baixo na população analisada, sendo menor o de T entre adolescentes. Poderiam ser adotadas medidas visando o aumento do consumo dessas hortaliças, comuns na cidade.

■ **PALAVRAS-CHAVE:** Hortaliças não convencionais; consumo de alimentos.

## Introdução

Muito se tem descrito sobre o consumo de alimentos de diferentes grupos sociais, associando “o quê” as pessoas comem com suas características demográficas e estilos de vida, mas pouco se sabe sobre a razão para a seleção individual de alimentos<sup>23</sup>.

Sabe-se que o caráter simbólico do alimento se diferencia com a idade, situação social e outras variáveis. Em todas as faixas etárias, encontra-se uma alimentação \*entendida como apropriada, variando a adequação em relação ao sexo e papéis sociais.\* Esta variação é permeada pelo poder aquisitivo dos segmentos sociais e por oscilações \*entre comer aquilo que é ditado pela nossa cultura e aquilo que é entendido como saudável<sup>9</sup>.

O uso de vegetais na alimentação do brasileiro é reflexo dos padrões culturais. Os índios brasileiros não davam importância aos vegetais verdes. O uso desses vegetais, característicos da cozinha africana, foi introduzido no Brasil pelos negros escravizados<sup>11</sup>. Tal informação pode ser comprovada pelo fato de que no sertão brasileiro, onde a influência negra foi menor, o consumo destes vegetais na alimentação é reduzido<sup>22</sup>.

Segundo Zaluar<sup>31</sup>, para as camadas de baixa renda no meio urbano, existem alimentos que são considerados como comida e outros que não são. O conceito de comida para essas pessoas é basicamente feijão, arroz e carne, sendo que as verduras, os legumes e as frutas são citados como alimentos que servem para “tapear a fome”. Essa concepção de que os vegetais só servem para tapear a fome, não sendo considerados como comida é o que chamamos de tabu alimentar. De acordo com Castro<sup>5</sup>, no clássico livro “Geografia da Fome”, estes tabus tornaram-se verdadeiras barreiras psicológicas contra o uso de vegetais na alimentação, fazendo com que as pessoas perdessem o gosto por esses e se desinteressassem por completo pelo seu cultivo.

Atualmente, vivemos um período de transição nutricional que se caracteriza por mudanças seculares em padrões nutricionais que resultam de modificações na estrutura da dieta dos indivíduos e que se correlaciona com mudanças econômicas, sociais, demográficas e relacionadas à saúde. Tal transição converge para uma dieta rica em

\*Trabalho elaborado com auxílio financeiro do CNPq, sob a forma de financiamento de projeto de pesquisa- Edital MCT/MESA/CNPq/CT Agronegócio 01/2003 (Proc. nº50.3011/2003-7)

\*\* Departamento de Nutrição- Faculdade de Ciências da Saúde- Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri- UFVJM, 39100-000- Diamantina, MG- Brasil.

\*\*\* Departamento de Nutrição- Faculdade de Ciências da Saúde- Universidade Federal de Alfenas- UNIFAL - 37130-000- Alfenas, MG- Brasil.

\*\*\*\* Curso de Nutrição- Faculdade de Ciências da Saúde- Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri e Bolsistas CNPq.

gorduras (particularmente as de origem animal), açúcar e alimentos refinados e reduzida em carboidratos complexos e fibras, consequentemente, em hortaliças e frutas<sup>18</sup>.

Para estimular o consumo de hortaliças e frutas, e, possivelmente, reverter o quadro desencadeado pela transição nutricional, poderiam ser utilizados os alimentos não convencionais ou regionais.

Tais alimentos são nutritivos, produzem sensação saborosa ao serem ingeridos<sup>3,21</sup> e já foram bastante apreciados, fazendo parte das refeições familiares. Porém, aos poucos, foram sendo esquecidos ou desvalorizados. Entre as principais razões do abandono gradual desses alimentos está o fato de as pessoas terem migrado para cidades grandes, passando a consumir uma quantidade maior de alimentos industrializados<sup>3</sup>.

Resgatando o uso destes alimentos, que, além de serem de fácil disponibilidade, são também fontes de vitaminas, minerais e fibras a baixo custo<sup>21</sup>, poder-se-ia diversificar a dieta e melhorar sua qualidade nutricional, através do aumento da ingestão destes nutrientes<sup>3,21</sup>.

Devido ao seu baixo custo, fácil disponibilidade e valor nutritivo, esses alimentos podem ser uma alternativa para a melhoria do conteúdo de alguns micronutrientes na dieta de pessoas de pouco poder aquisitivo<sup>3</sup>, substituindo alimentos de alto custo e, talvez, menor disponibilidade. Tais pessoas não desfrutam do conhecimento a respeito destas fontes de nutrientes, sendo necessários trabalhos de conscientização dessas populações sobre os benefícios do uso desses alimentos como alternativa de consumo.

Dentre esses alimentos, podem-se destacar a *Pereskia aculeata mill* (Ora-pro-nóbis) e a *Xanthosoma sagittifolium* (Taioba). A Ora-pro-nóbis é uma trepadeira com folhas suculentas, cujo consumo é disseminado em Minas Gerais, especialmente nas antigas regiões mineradoras. Apresenta uma característica mucilaginosa, sendo aproveitada em sopas, refogados, mistos, mexidos e omeletes. Já a Taioba é mais conhecida na zona rural e cidades do interior, e dela se aproveitam folhas, talos e o tubérculo. Suas folhas e talos podem ser consumidos refogados ou em omeletes e suflês<sup>3</sup>.

O estudo do consumo destas hortaliças é de fundamental importância, uma vez que são alimentos regionais do Vale do Jequitinhonha<sup>3</sup>, possuem valor nutritivo<sup>21</sup> e, além disso, há escassez na literatura, de trabalhos envolvendo o consumo destas.

Diante do exposto, o presente trabalho teve por objetivos avaliar a frequência do consumo da Taioba (*Xanthosoma sagittifolium*) e da Ora-pro-nóbis (*Pereskia aculeata*) e analisar esse consumo de acordo com o gênero, faixa etária e tempo de residência no em Diamantina – MG.

### Casuística e métodos

O consumo alimentar da população foi investigado utilizando-se o Questionário de Frequência Alimentar (QFA), já validado por Willet<sup>30</sup>, como instrumento de coleta de dados primários. Sua escolha se deu por ser um método

prático, rápido e barato<sup>8,17</sup> e que pode ser aplicado em estudos com grande número de indivíduos. Além disso, minimiza a variação intraindividual observada na ingestão dos alimentos, ao longo dos dias<sup>19,24</sup>, tem boa reprodutibilidade<sup>15</sup> e sua aplicação necessita de menor treinamento do entrevistador<sup>5</sup>.

Nesse questionário, cada respondente associava uma determinada frequência de consumo dada (diária, 1 vez na semana, 2 vezes na semana, 3 ou mais vezes na semana, quinzenal, mensal e outra) ao consumo ou não das hortaliças em questão (Taioba e Ora-pro-nóbis). O pesquisado também relatava a quantidade consumida destes vegetais, através da indicação nas fotos ilustrativas de utensílios domésticos (que se encontravam anexas ao questionário). Estas fotos tinham o objetivo de padronizar as porções e facilitar a quantificação do consumo em medidas caseiras (as quais eram colher de sopa, colher de sobremesa, colher de chá, colher de café, prato fundo, prato raso, prato de sobremesa e pegador).

A pesquisa foi realizada no período de julho de 2004 e maio de 2005 em Diamantina, que fica localizada no Vale do Jequitinhonha – MG.

Os dados foram coletados em 6 Unidades do Programa Saúde da Família (PSF), sendo a amostra de 146 pesquisados. A amostragem ocorreu de forma aleatória, pesquisando-se os indivíduos que procuraram os serviços do PSF no período de realização da pesquisa e que aceitavam participar voluntariamente.

Os dados coletados foram tabulados utilizando-se o *software Microsoft Excel*, e em seguida o consumo foi relacionado com as variáveis: gênero (masculino e feminino), faixa etária (adolescentes, adultos e idosos) e tempo de residência em Diamantina. Para estabelecimento das faixas etárias, os indivíduos foram agrupados pelas idades: adolescentes, abaixo de 19 anos; adultos de 20 a 59 anos e idosos, acima de 60 anos, segundo distribuição da Organização Mundial de Saúde.

Para análise estatística utilizou-se o programa Epi Info 6.02, empregando-se o teste do qui-quadrado ( $\chi^2$ ). O nível para rejeição da hipótese de nulidade foi de 0,05 ou 5%. Os resultados encontrados foram expressos em tabelas.

### Resultados

Dos 146 participantes, 81,6% eram do sexo feminino e 18,4% do sexo masculino, com desvio-padrão (DP) de 0,38. A idade média dos pesquisados foi de 38,65 anos, sendo a idade mínima de 15 anos e a máxima de 82 anos (16,61 DP). Com relação ao tempo de residência em Diamantina, observou-se que a média foi de 26,78 anos, com um mínimo de 1 ano e máximo de 82 anos (19,09 DP).

O consumo de taioba foi observado em 58,38% (0,49 DP) da amostra e o de ora-pro-nóbis em 76,76% (0,42 DP) dos indivíduos. A quantidade média deste consumo foi de 36,87g (47,22 DP) e de 65,86g (84,10 DP) para taioba e ora-pro-nóbis, respectivamente.

Entre os indivíduos que consomem estas hortaliças, o

maior consumo se deu nas freqüências “consumo raro” (28,6%) para taioba e “mensal” (24,9%) para ora-pro-nóbis (Tabela 1).

Relacionando o consumo destas hortaliças ao gênero, observou-se que a diferença de consumo não é significativa (Tabela 2).

A associação entre o consumo das hortaliças e a idade dos pesquisados revelou que o maior consumo se dá nas faixas etárias de adultos e idosos, não havendo diferença significativa entre essas médias (Quadro 3).

Resultado semelhante foi observado em relação ao tempo de residência em Diamantina, encontrando-se médias de tempo de residência semelhantes nos dois grupos (consumo e não consumo das hortaliças). Esse resultado não foi significativo, indicando que não há relação entre o tempo

de moradia no município e o consumo destas hortaliças (Tabela 4).

## Discussão

A amostra foi composta em sua maioria por indivíduos do gênero feminino e em idade adulta (média de 38,65 anos). Isto pode ser explicado pelo fato de que os dados foram coletados em Unidades do Programa Saúde da Família, onde a maior procura pelos serviços prestados é feita por pessoas desta faixa etária e gênero.

Em nosso estudo observou-se que 58,38% das pessoas consumiam taioba e 76,76% consumiam ora-pro-nóbis. Esses resultados são inferiores aos encontrados por

Tabela 1 – Freqüência do Consumo de Taioba e Ora-pro-nóbis. Diamantina, 2005.

Hortaliça	Freqüência de consumo							
	Nunca	Diária	1x/sem	2x/sem	3x/sem	Quinzenal	Mensal	Consumo Raro
	%	%	%	%	%	%	%	%
Taioba	41,6	0,5	6,5	2,2	0,5	5,4	14,6	28,6
OPN*	23,2	0,5	9,7	5,9	1,6	13,5	24,9	20,2

\* Ora-pro-nóbis

Tabela 2 – Consumo de Taioba e Ora-pro-nóbis por gênero. Diamantina, 2005.

Hortaliça	Gênero						Teste X <sup>2</sup>
	Masculino			Feminino			
	P25 (g)	Mediana (g)	P75 (g)	P25 (g)	Mediana (g)	P75 (g)	
Taioba	0,0	2,8	10,5	0,0	1,8	42,0	ns*
Ora-pro-nóbis	0,0	63,0	105,0	3,5	63,0	168,0	ns

\* não significativo ao nível de  $p < 0,05$

Quadro 3 - Distribuição em percentil do consumo mensal de Taioba e Ora-pro-nóbis por faixa etária em Diamantina - MG, 2005.

Hortaliça	Percentil de consumo (g) / Faixa etária								
	Adolescentes (15-19 anos)			Adultos (20-59anos)			Idosos (>=60anos)		
	P25 (g)	Mediana (g)	P75 (g)	P25 (g)	Mediana (g)	P75 (g)	P25 (g)	Mediana (g)	P75 (g)
Taioba	0,0	0,0	3,5	0,0	3,5	42,0	0,0	13,15	84,0
Ora-pro-nobis	3,5	84,0	224,0	3,5	63,0	147,0	3,5	42,0	98,0

Tabela 4 - Consumo de Taioba e Ora-pro-nóbis por tempo de residência em Diamantina, 2005.

Hortaliça	Consumo ou não das hortaliças							
	Não Consomem				Consomem			
	N	%	Média de tempo de moradia (anos)	DP	N	%	Média de tempo de moradia (anos)	DP
Taioba	77	41,62	25,37	18,76	108	58,38	27,79	19,34
Ora-pro-nóbis	43	23,25	23,9	21,83	142	76,75	27,66	18,17

Vieira et al.<sup>28</sup>, que em estudo realizado com 1067 indivíduos, encontrou um consumo de verduras em geral em 82,38% dos pesquisados. Em contrapartida, uma pesquisa realizada com 6 mil famílias, revelou que apenas 58% dos brasileiros referem consumo de hortaliças, o que se assemelha ao encontrado por nosso estudo<sup>2</sup>.

Sabe-se que o consumo de hortaliças no Brasil é baixo, o que é comprovado por vários estudos. A Pesquisa de Orçamento Familiar (POF) 2002-2003<sup>12</sup> mostrou que, em geral, as famílias brasileiras consomem muitos alimentos com alto teor de açúcar, principalmente refrigerantes, e poucas quantidades de frutas e hortaliças. O baixo consumo de hortaliças também foi encontrado por Giugliano et al.<sup>15</sup> em estudo realizado na cidade de Manaus, o qual revelou que a quantidade consumida de hortaliças era baixíssima, havendo mais uso destas somente como tempero.

Apesar do baixo consumo de vegetais, as pessoas têm consciência da importância de incluir esses alimentos em sua alimentação. Um estudo feito por Oliveira et al.<sup>20</sup> em 153 domicílios de Ouro Preto - MG, revelou que 35% dos entrevistados consideravam que faltava algo na sua alimentação ou na de sua família e, destes, 43,8% declararam que faltavam verduras. De todos os entrevistados, 78,8% tinham conhecimento de que as verduras devem fazer parte de uma boa alimentação.

O menor consumo de taioba em relação ao de ora-pro-nóbis, pode ser explicado pelo fato de que a ora-pro-nóbis é mais difundida pela mídia, através de festivais e reportagens que estimulam o consumo deste vegetal, principalmente como prato principal da refeição, o que raramente ocorre com a taioba. Essa diferença de consumo entre as duas hortaliças também pode ser explicada pela influência cultural, uma vez que o consumo de ora-pro-nóbis está estritamente ligado à cultura da região de Diamantina. Este fato, como afirmado por Bleil<sup>2</sup>, reflete a importância da cultura sobre os hábitos alimentares da população, que ensina e leva a gostar dos alimentos relacionados a ela.

Percebeu-se neste trabalho que o consumo de ambas as hortaliças não teve diferença significativa entre os sexos. Em oposição, Bandoni et al.<sup>1</sup> observaram em seu estudo que as mulheres tiveram maior frequência de consumo de verduras que os homens, concluindo que há uma diferença no consumo diário em relação ao sexo. Carvalho et al.<sup>4</sup> encontraram resultado semelhante ao descrito acima, revelando que a frequência de consumo de hortaliças folhosos entre o gênero feminino (56,55%) é maior do que entre o masculino (52,04%).

Em relação ao consumo dos folhosos por idade, verificou-se que na faixa etária de adolescentes (15-19 anos) houve diferença estatística no consumo de taioba, o que não ocorreu para a ora-pro-nobis. Esta diferença no consumo de vegetais pode ser confirmada por outros estudos realizados no Brasil, que indicam baixa ingestão de hortaliças nesta faixa etária<sup>13,14,16</sup>. Vieira et al.<sup>29</sup> encontraram em seu estudo que o grupo das hortaliças é o mais rejeitado pelos adolescentes, sendo que 79,5% destes citaram pelo

menos um alimento rejeitado pertencente a este grupo.

As causas desse baixo consumo pelos adolescentes podem ser explicadas por Duarte et al.<sup>10</sup>, que encontraram algumas barreiras para o consumo de vegetais: a preferência por outros alimentos, o alto custo, a indisponibilidade desses alimentos em casa, a falta de tempo e de ajuda domiciliar para o preparo.

O consumo de adultos (20-59 anos) e de idosos (60-82 anos) não foi diferente para ambas as hortaliças. Um estudo realizado por Castro et al.<sup>6</sup> relatou que o consumo de hortaliças por adultos se mostrou acima das porções propostas, o que representou um alto consumo desses alimentos. Em contraste com esse resultado, um estudo de Santana et al.<sup>25</sup> revelou que o consumo de hortaliças foi pouco significativo em idosos.

O fato de idosos e adultos consumirem uma maior quantidade desses vegetais pode ser explicado pelos hábitos alimentares pré-formados, trazidos ao longo dos anos, que se caracterizam pelo alto consumo de hortaliças. Uma outra explicação seria a menor influência sofrida por estas faixas etárias pela cultura "fast-food" que vigora atualmente e que atua diretamente sobre a alimentação dos adolescentes.

A faixa etária dos adultos é importante na influência dos hábitos alimentares familiares, uma vez que eles são o grupo chave para as modificações das práticas dietéticas, controlando as práticas alimentares da família<sup>27</sup>.

Os resultados deste estudo mostraram que o consumo de taioba e ora-pro-nóbis não tem relação com o tempo de residência em Diamantina. Porém, sabe-se que ao longo dos anos de convívio com uma cultura ocorre um comprometimento do indivíduo com os padrões culturais (costumes regionais, tradições familiares, crenças, hábitos e tabus), incorporando também o hábito de consumir os vegetais da região<sup>26</sup>.

## Conclusão

Com a realização deste estudo, observou-se que o consumo de taioba e ora-pro-nóbis pelos indivíduos atendidos pelos PSF's de Diamantina é baixo na população analisada, sendo menor o de taioba na faixa etária dos adolescentes.

Diante disso, podem ser adotadas medidas que visem o aumento do consumo dessas hortaliças, como atividades educativas, conscientização sobre o valor nutricional desses alimentos, elaboração de receitas alternativas, dentre outros.

DIAS, A.C.P.; PINTO, N.A.V.D.; YAMADA, L.T.P.; MENDES, K.L.; FERNANDES, A.G. Evaluation of the consumption of not usual vegetables for the users of the units of the Family's Health Program of Diamantina -MG. *Alim. Nutr.*, Araraquara, v.16, n.3, p. 279-284, jul./set. 2005.

■ ABSTRACT: The evaluation of the consumption of not usual vegetables if it justifies for the shortage of works

in the literature, for your low cost, easy planting and nutritional value. We had as objective evaluates the consumption of Taioba (*Xanthosoma sagittifolium*) - T and Ora-pro-nóbis (*Pereskia aculeata mill*) - OPN, in Diamantina - MG. A Quantitative Food Frequency Questionnaire was used. The sample belonged to 146 individuals and the consumption was related with: gender, age group and time of residence in Diamantina. For statistical analysis was used Epi Info 6.02 program. The employed test was  $\chi^2$  and level of significance was of 5%. In the parameters consumption/sex and time of residence/consumption, there was not difference statistics among the groups, for both vegetables. With relationship to the comparison consumption/age, there was difference statistics among the consumption of T for the adolescents in relation to the adults and senior, and there was not for the consumption of T among adults and senior. There was not difference statistics among the age in the consumption of OPN. We concluded that the consumption of T and OPN are low in the analyzed population, smaler among adolescents and T. They could be adopted measures for the increase of the consumption of those vegetables, common in the city.

■ **KEYWORDS:** Not usual vegetables; food consumption.

#### Referências bibliográficas

- BANDONI, D.H. et al. Avaliação do padrão de consumo de alimentos relacionados a incidência de dislipidemia em indivíduos adultos. In: CONGRESSO DA SOCIEDADE BRASILEIRA DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO, 7., 2003, Belo Horizonte. **Anais ....** Belo Horizonte: SBAN, 2003. p.72.
- BLEIL, S.I. O padrão alimentar ocidental: considerações sobre a mudança de hábitos no Brasil. **Cad. Debate**, v.6, p.1-25, 1998.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Alimentos regionais brasileiros**. Brasília, DF, 2002. 140p.
- CARVALHO, C.M.R.G. et al. Consumo alimentar de adolescentes matriculados em um colégio particular de Teresina, Piauí, Brasil. **Rev. Nutr.**, v.14, n.2, p.85-93, 2001.
- CASTRO, J. **Geografia da fome: o dilema brasileiro: pão ou aço**. 10.ed. Rio de Janeiro: Antares, 1974. 316p.
- CASTRO, M.B.T.; ANJOS, L.A.; LOURENÇO, P.M. Padrão dietético e estado nutricional de operários de uma empresa metalúrgica do Rio de Janeiro, Brasil. **Cad. Saúde Pública**, v.20, n.4, p.926-934, 2004.
- CAVALCANTE, A.A.M.; PRIORE, S.L.; FRANCESCHINI, S.C.C. Estudos de consumo alimentar: aspectos metodológicos gerais e o seu emprego na avaliação de crianças e adolescentes. **Rev. Bras. Saúde Materno Infantil**, v.4, n.3, p.229-240, 2004.
- CRISPIM, S.P. et al. Validação de inquéritos dietéticos: uma revisão. **Nutrire**, v.26, p.127-141, 2003.
- DANIEL, J.M.P.; CRAVO, V.Z. O valor social e cultural da alimentação. **Bol. Antropol.**, v.2, n.4, p.70-83, 1989.
- DUARTE, G.K. et al. Estágios de mudança, barreiras e nível de consumo relativos ao consumo de frutas e hortaliças entre adolescentes. In: CONGRESSO DA SOCIEDADE BRASILEIRA DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO, 7., 2003, Belo Horizonte. **Anais....** Belo Horizonte: SBAN, 2003. p.83.
- FREIRE, G. **Açúcar: em torno da etnografia, da história e da sociologia do doce no nordeste brasileiro**. 3. ed. Recife: Massangana; 1987. 213p.
- IBGE. Pesquisa do orçamento familiar 2002-2003 . Disponível em: <http://www.ibge.gov.br/sidra>. Acesso em: 14 abr. 2005.
- GAMBARDELLA, A.M.D. **Adolescentes estudantes de período noturno: como se alimentam e gastam suas energias**. 1996. 81f. Tese (Doutorado) - Faculdade de Saúde Pública, Universidade de São Paulo, São Paulo, 1996.
- GAMBARDELLA, A.M.D.; FRUTUOSO, M.F.P.; FRANCHI, C. Prática alimentar de adolescentes. **Rev. Nutr.**, v.12, n.1, p.55-63, 1999.
- GIUGLIANO, R. et al. Diagnóstico da realidade alimentar e nutricional do Estado do Amazonas. **Acta Amazônica**, v.8, n.2, supl. 2, p.36-41, 1978.
- LERNER, B.R. **Alimentação e a anemia carencial em adolescentes**. 1994. 112f. Tese (Doutorado) - Faculdade de Saúde Pública, Universidade de São Paulo, São Paulo, 1994.
- LIMA, F.E.L.; FISBERG, R.M.; SLATER, B. Desenvolvimento de um questionário quantitativo de frequência alimentar (QQFA) para um estudo caso-controle de dieta e câncer de mama em João Pessoa – PB. **Rev. Bras. Epidemiol.**, v.6, n.4, p.373-379, 2003.
- MONTEIRO, C.A. et al. Da desnutrição para a obesidade: a transição nutricional no Brasil. In: Monteiro, C.A. **Velhos e novos males da saúde no Brasil: a evolução do país e de suas doenças**. São Paulo: Hucitec, 1995. 251p.
- MORAIS, V.L.; SALVO, A.; GIMENO, S.G.A. Reprodutibilidade e validade do questionário de frequência de alimentos. **Rev. Saúde Pública**, v.36, n.4, p.505-512, 2002.
- OLIVEIRA, S.P. et al. Avaliação do consumo de frutas e hortaliças no município de Ouro Preto (MG). In: CONGRESSO DA SOCIEDADE BRASILEIRA DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO, 7., 2003, Belo Horizonte. **Anais....** Belo Horizonte: SBAN, 2003. p.59.
- PINTO, N.A.V.D. **Avaliação das folhas, limbos e caules da taioba (*Xanthosoma sagittifolium* Schott), visando seu aproveitamento na alimentação humana**. 1998. 98f. Dissertação (Mestrado)-Universidade Federal de Lavras, Lavras, 1998.
- RAMALHO, R.A.; SAUNDERS, C. O papel da educação nutricional no combate às carências nutricionais. **Rev. Nutr.**, v.13, n.1, p.11 - 16, 2000.
- RAPPAPORT, L.H. et al. Reasons for eating na

- exploratory cognitive analysis. **Ecol. Food Nutr.**, v.28, n.3, p.171-189, 1992.
24. SALVO, V.L.M.A.; GIMENO, S.G.A. Métodos de investigação do consumo alimentar: entrevista, 2003. Disponível em: <http://www.nutricaoempauta.com.br>. Acesso em 14 abr. 2005.
25. SANTANA, L.A.A. et al. O consumo de alimentos funcionais por idosos da UATI-UEFS. In: CONGRESSO DA SOCIEDADE BRASILEIRA DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO, 7., 2003, Belo Horizonte. **Anais....** Belo Horizonte: SBAN, 2003. p. 82.
26. TRIGO, M. Tabus alimentares na Região do Norte do Brasil. **Rev. Saúde Pública**, v.23, n.6, p.455-464, 1989.
27. UNDERWOOD, B.A. Estrategias a largo plazo para el control de las deficiencias de micronutrientes. In: UNITED STATES. **Vitamin A field support Project (VITAL)**. Arlington, Virginia: USAID, 1993. p.70-76. (Informe IN-14).
28. VIEIRA, E.L.M.; MAIA, M.M.M.; FAUSTO, M.A. Avaliação do consumo de alimentos de indivíduos atendidos em serviços de saúde na cidade de Manaus, Amazonas – resultados preliminares. In: CONGRESSO DA SOCIEDADE BRASILEIRA DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO, 7., 2003, Belo Horizonte. **Anais....** Belo Horizonte: SBAN, 2003. p.52.
29. VIEIRA, V.C.R. et al. Perfil socioeconômico, nutricional e de saúde de adolescentes recém-ingressos em uma universidade pública brasileira. **Rev. Nutr.**, v.15, n.3, p.273-282, 2002.
30. WILLETT, W.C. **Nutritional epidemiology**. 2nd ed. New York: Oxford University Press, 1998. 528 p.
31. ZALUAR, A. **As mulheres e a direção do consumo doméstico**. Rio de Janeiro: FINEP, 1980. v.4.(Relatório Final da Pesquisa Ciências Sociais e Nutrição).

This document was created with Win2PDF available at <http://www.win2pdf.com>.  
The unregistered version of Win2PDF is for evaluation or non-commercial use only.  
This page will not be added after purchasing Win2PDF.