



UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA
FACULDADE DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE NUTRIÇÃO
PÓS-GRADUAÇÃO *LATU SENSU*
ESPECIALIZAÇÃO EM GESTÃO DA PRODUÇÃO DE REFEIÇÕES SAUDÁVEIS

JULYANA NOGUEIRA FIRME

**CONSUMO ALIMENTAR REGIONAL DE ESTUDANTES DO PROGRAMA
NACIONAL DE ACESSO AO ENSINO TÉCNICO – PRONATEC –
ESTUDO DE CASO**

Brasília – DF

2017

JULYANA NOGUEIRA FIRME

**CONSUMO ALIMENTAR REGIONAL DE ESTUDANTES DO PROGRAMA NACIONAL
DE ACESSO AO ENSINO TÉCNICO – PRONATEC – ESTUDO DE CASO**

Monografia apresentada ao Departamento de Nutrição, da Universidade de Brasília como requisito obtenção do grau de especialista em Gestão de Produção de Refeições Saudáveis, na Universidade de Brasília, sob orientação da Professora Dr^a Raquel Braz Assunção Botelho.

BRASÍLIA, AGOSTO DE 2017

Firme, Julyana Nogueira

Consumo alimentar, de alimentos regionais, de estudantes do Programa Nacional de Acesso ao Ensino Técnico – PRONATEC - Unidade remota São Sebastião/DF. Julyana Nogueira Firme. Brasília, DF: 2017

Monografia de Especialização apresentada ao Curso de Especialização Gestão na Produção de Refeições Saudáveis– Universidade de Brasília Faculdade Ciências da Saúde, 2017.

Orientadora: Raquel Braz Assunção Botelho

Julyana Nogueira Firme

**CONSUMO ALIMENTAR DE ESTUDANTES DO PROGRAMA NACIONAL DE
ACESSO AO ENSINO TÉCNICO – PRONATEC - UNIDADE REMOTA SÃO
SEBASTIÃO/DF.**

1º Membro : Dr^a. Raquel Braz Assunção Botelho
Faculdade de Ciências da Saúde/ Departamento de Nutrição
Universidade de Brasília

2º Membro: Dr^a Renata Puppim Zandonadi
Faculdade de Ciências da Saúde/ Departamento de Nutrição
Universidade de Brasília

BRASÍLIA – DF

2017

AGRADECIMENTOS

Em primeiro lugar à Deus pelo dom da vida e pelo amparo em todos os momentos de fraqueza.

À minha mãe pelo exemplo de garra e força. Por sempre acreditar em mim em todos dias! Por me apoiar e entender minha ausência em determinados momentos.

Ao meu marido, Fábio, que acreditou em mim, mais do que eu. Que colaborou em todas etapas para que esse trabalho fosse realizado. E que acima de tudo, entendeu todas as minhas angústias e nunca desacreditou que eu seria capaz. Por você eu quero ser melhor todos os dias!

À prof^a Dr^a Raquel Braz de Assunção Botelho, minha orientadora, por ter aceitado o desafio de estar comigo nessa caminhada, acreditando e direcionando-me para essa realização. Pelo seu profissionalismo, por seu vasto conhecimento, por sua paciência, pela sua bondade e por me ceder seu precioso tempo, muito obrigada! Gratidão, por se corresponsável por realizar um dos meus sonhos, que era trabalhar ao seu lado. Minha eterna gratidão e minha profunda admiração.

À prof^a Dr^a Rita de Cassia de Almeida Akutsu, pelos ensinamentos e pela ajuda inicial com os dados, além da bondade em conduzir os trabalhos com sabedoria. Muito obrigada!

E por fim, ao meu filho de quatro patas que soube colaborar comigo quando precisava de tempo para ler e escrever e entendeu que nossas brincadeiras poderiam esperar um pouco.

“...Você não sabe o quanto eu caminhei

Pra chegar até aqui...

Meu caminho só meu pai pode mudar

Meu caminho só meu pai...”

(A estrada – Cidade Negra)

SUMÁRIO

LISTA DE FIGURAS

LISTA DE TABELAS

RESUMO

ABSTRACT

1 INTRODUÇÃO	12
1.1 OBJETIVOS	15
1.1.1 OBJETIVO GERAL.....	15
1.1.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	15
2 REVISÃO DA LITERATURA	16
2.1 ALIMENTAÇÃO.....	16
2.2 ALIMENTO REGIONAL.....	19
2.3 DISTRITO FEDERAL – CIDADE FUSÃO.....	20
3 METODOLOGIA.....	21
3.1 DELINEAMENTO DA PESQUISA	21
3.2 POPULAÇÃO AMOSTRA.....	21
3.3 COLETA DE DADOS	21
3.4 ANÁLISE DE DADOS	21
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	23
5 CONCLUSÃO.....	37
REFERÊNCIAS.....	39
APÊNDICES.....	44

LISTA DE FIGURAS

- Figura 1.** Naturalidade dos estudantes da amostra estudada
- Figura 2.** Idade que chegou ao Distrito Federal
- Figura 3.** Tempo de moradia no Distrito Federal
- Figura 4.** Frequência de consumo de Alimentos Regionais
- Figura 5.** Percentual de estudantes que relataram fazer refeição com consumo de Alimento Regional.
- Figura 6.** Responsável execução das preparações regionais (PR).
- Figura 7.** Locais de compra dos Alimentos Regionais (AR), pela família.
- Figura 8.** Consumo de frutas regionais
- Figura 9.** Consumo de pratos regionais
- Figura 10.** Motivos para ausência de consumo do alimento regional.

LISTA DE TABELAS

Tabela 1. Faixa etária; Estado civil; Componentes da família; Renda familiar e Programas de Governo.

Tabela 2. Diferença de médias entre sexos

Tabela 3. Listagem dos pratos regionais citados pelos estudantes

RESUMO

As escolhas alimentares são condicionadas a fatores fisiológicos, psicológicos, sociais, econômicos e culturais. Ao nutrir-se, o ser humano se alimenta de histórias, de cultura, de rituais e de tradição. O presente estudo tem por finalidade avaliar a frequência e consumo de alimentos regionais (AR) dos estudantes do PRONATEC. Trata-se de um estudo transversal e descritivo, com amostra de conveniência que foi realizado entre os meses de fevereiro e abril de 2017. A população foi composta por estudantes do PRONATEC. A unidade escolhida atende aos Cursos Técnicos em Enfermagem, Nutrição e Dietética e Saúde Bucal. Foi elaborado um questionário, com perguntas abertas e fechadas sobre o consumo alimentar e preparações de AR. Todos os estudantes presentes nos dias pré-determinados e que consentiram participar receberam o questionário para preenchimento. A amostra do estudo (n = 128) contou com 84 estudantes que eram do sexo feminino (65,6%) e 43 estudantes do sexo masculino (33,6%). A maioria dos entrevistados (75%) era jovem entre 18 e 25 anos com segundo grau completo (95,8%). Em relação à naturalidade dos entrevistados, todas as regiões do Brasil tiveram representações, sendo as regiões Nordeste e Centro Oeste com uma maior representação, foram no total representados 10 estados mais o DF. Em relação ao consumo de AR, 87,3% (n=110) dos estudantes referiram que fazem consumo, outros 12,7% (n=16) referiram que não fazem o consumo de AR. Quanto a frequência de consumo dos AR ou preparações regionais, o consumo diário representou 14,8%. O consumo de 5 a 6 vezes na semana foi o menor. A prevalência de frequência de consumo ficou entre 3 a 4 vezes na semana e 1 a 2 vezes na semana. O Teste t-student foi utilizado para comparação das médias de frequência de consumo entre o sexo masculino e feminino. Em ambos a média de frequência de alimentos regionais não se difere estatisticamente ($t(106) = -0,832$; $p > 0,05$), ou seja, não houve diferença estatística de consumo atrelado aos sexos. A refeição referida com o maior consumo de alimento regional foi o almoço, com 51,6% (n=63) seguida do desjejum, com 34,4% (n=42). A mãe é a responsável por preparar 47,6% dos AR ou preparações regionais. Em seguida, vem à própria pessoa, com 27,50%. Os resultados referidos pelos estudantes demonstram uma variedade grande de frutas, contemplando todas as regiões do país, das mais comuns, como banana e manga, as mais típicas como o cajuzinho do cerrado, pitomba e umbu. Os principais locais citados para aquisição de alimentos regionais foram às feiras e os supermercados, responsáveis por 82,3% das opções assinaladas. Em relação aos estudantes que não fazem consumo de alimentos regionais, a maioria especificou que isso ocorre principalmente pela falta de disponibilidade (54,50%). Pesquisas como estas são necessárias para ações e implementações de políticas públicas que possam demonstrar, incentivar e resgatar o consumo, a cultura e a história dos indivíduos e suas práticas alimentares, mesmo em locais diferentes da sua origem.

Palavras-chave: Alimento Regional, Hábito alimentar, Cultura Alimentar.

ABSTRACT

Food choices are conditioned to physiological, psychological, social, economic and cultural factors. By nurturing, the human being feeds on stories, culture, rituals and tradition. The present study aims to evaluate the frequency and consumption of regional foods (RA) of PRONATEC students. This is a cross-sectional and descriptive study, with a convenience sample that was carried out between February and April of 2017. The population was composed of PRONATEC students. The chosen unit attends the Technical Courses in Nursing, Nutrition and Dietetics and Oral Health. A questionnaire was developed, with open and closed questions about food intake and RA preparations. All students present on the pre-determined days and who agreed to participate received the questionnaire to fill out. The study sample (n = 128) had 84 students who were female (65.6%) and 43 male students (33.6%). Most of the interviewees (75%) were young between 18 and 25 years old with a high school degree (95.8%). Regarding the naturalness of the interviewees, all the regions of Brazil had representations, being the Northeast and Center West regions with a greater representation, in total were represented 10 states plus the DF. Regarding RA intake, 87.3% (n = 110) of the students reported that they consume, another 12.7% (n = 16) reported that they did not consume RA. Regarding the frequency of consumption of RAs or regional preparations, daily consumption accounted for 14.8%. Consumption of 5 to 6 times a week was the lowest. The prevalence of frequency of consumption was between 3 to 4 times in the week and 1 to 2 times in the week. The Student's t test was used to compare the means of frequency of consumption between the male and female sex. In both, the regional food frequency does not differ statistically ($t(106) = -0.832, p > 0.05$), that is, there was no statistical difference in sex consumption. The meal reported with the highest regional food consumption was lunch, with 51.6% (n = 63) followed by breakfast, with 34.4% (n = 42). The mother is responsible for preparing 47.6% of RAs or regional preparations. Then comes to the person, with 27.50%. The results reported by the students show a great variety of fruits, contemplating all the regions of the country, of the most common ones, like banana and mango, the most typical ones like the cajuzinho of the cerrado, pitomba and umbu. The main places cited for regional food purchases were at the fairs and supermarkets, responsible for 82.3% of the options indicated. Regarding students who do not consume regional food, the majority specified that this is mainly due to lack of availability (54.50%). Researches such as these are necessary for actions and implementations of public policies that can demonstrate, encourage and rescue the consumption, culture and history of individuals and their eating practices, even in places other than their origin.

Keywords: Regional Foods; Food Culture; Eating Habits;

INTRODUÇÃO

A importância de inúmeras áreas do conhecimento pelo tema alimentação deve-se bastante ao fato de possuir conexões variadas, ultrapassando apenas a satisfação fisiológica e praticando uma série de funções que extrapolam a fome biológica e traduzem costumes, rituais e outros comportamentos (GIMENES, 2006).

A alimentação é um fenômeno complexo em que estão englobados aspectos biológicos, psicológicos e sociais, tornando-a uma tarefa de extrema complexidade e particularidade (POULAIN; PROENÇA; 2003). As escolhas alimentares são condicionadas a fatores fisiológicos, psicológicos, sociais, econômicos e culturais. Essas são pontos para a formação de hábitos alimentares e tem influência significativa no estado de saúde ao longo da vida (CARDOSO; *et al.*, 2015).

Alimentar-se demonstra comportamento, origem, civilidade, culturas, onde cultura é a diversidade de padrões comportamentais, crenças, instituições, valores espirituais ou elementos transmitidos coletivamente ou próprios de uma sociedade (ARAÚJO *et al.*, 2005).

O comportamento alimentar do homem é profundo e com determinantes importantes, sendo os mesmos internos e externos. Na sociedade moderna o acesso aos alimentos é de predominância urbana e é determinado pela estrutura socioeconômica, envolvendo políticas econômicas, sociais, agrícolas e agrárias. Diante disso, as práticas alimentares são condicionadas pela condição de classe social e determinantes essenciais como os culturais e os psicossociais (GARCIA, 2003).

A diversidade alimentar é uma das descrições abordadas nos conceitos do Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional - CONSEA, em que:

[...] o acesso regular e permanente a alimentos de qualidade, em quantidade suficiente, que não comprometam o acesso a outras necessidades essenciais do indivíduo, tendo como base práticas alimentares promotoras da saúde, que respeitem a diversidade cultural e que sejam ambiental, cultural, econômica e socialmente sustentáveis (CONSEA, 2010).

A urbanização associada ao processo de industrialização vem modificando o estilo de vida atual e os hábitos alimentares. As transformações motivadas pela mundialização veem influenciando os referenciais culturais e alimentares dos diferentes povos e sua relação com os alimentos, desde a produção à ingestão (PINEYRUA, 2006).

As inúmeras mudanças sociais, econômicas e culturais que vêm acontecendo no Brasil, nas últimas décadas, modificaram os hábitos alimentares, proporcionando um consumo alimentar fora de casa, em maior escala, um aumento de consumo de alimentos processados e a substituição das refeições e preparações habituais por lanches com elevada carga de energia, gorduras, açúcares e sódio. O consumo inadequado desses alimentos está sendo responsáveis pelos principais óbitos no Brasil por ocasionar um número elevado de doenças cardiovasculares, hipertensão, câncer, diabetes e a obesidade (SOUZA, 2013).

O Brasil conta com uma ferramenta importante para as diretrizes alimentares oficiais para nossa população que é o Guia Alimentar da População Brasileira. Sua primeira edição foi em 2006, apresentando essas diretrizes alimentares oficiais. Defronte as transformações sociais que foram vividas pela sociedade brasileira, fez-se necessário a reformulação dessas diretrizes. A segunda edição do guia foi colocada em consulta pública, o que proporcionou um amplo debate pelos mais diversos setores da sociedade, permitindo a construção da última edição divulgada em 2014 (BRASIL, 2014).

O Guia Alimentar para a População Brasileira (BRASIL, 2014) acredita que, os alimentos e preparações culinárias que são resultantes de modos de comer particulares, formam parte importante da cultura de uma sociedade e estão estreitamente relacionados com a identidade e o sentimento de pertencimento social das pessoas. O sentimento de pertencimento à uma identidade proporciona a sensação

de autonomia, de contentamento promovido pela alimentação e, por conseguinte um bem-estar.

O Guia reafirma o argumento de que a alimentação vai além da ingestão dos nutrientes, permeia também as características do modo de comer e fatores culturais e sociais nas práticas alimentares (BRASIL, 2014).

É importante ressaltar a importância dos estudos sobre hábitos alimentares e consumo alimentar abordando os fatores que influenciam o ato de alimentar-se dos seres humanos. Pois a alimentação e a nutrição diante de ser apenas da ingestão de substâncias físico-químicas. Ao nutrir-se, o ser humano se alimenta de histórias, de cultura, de rituais e de tradição (SOUSA, 2016; ZUIN; ZUIN, 2009).

Então, torna-se valoroso que ações educativas com a participação adequada da comunidade, dando ênfase a utilização dos alimentos regionais como uma possibilidade de uma alimentação mais saudável e nutritiva (MARTINS, 2007). Possibilitar que o acesso aos alimentos seja quantitativamente adequado e qualitativamente equilibrado, suprimindo as necessidades de cada indivíduo. (GALLINA *et al.*, 2012).

Assim esse projeto justifica-se na necessidade de experimentos para validação de métodos e abordagens do consumo alimentar, em outra região diferente da sua origem, visando com isso à importância do resgate da cultura alimentar na identidade do indivíduo, mesmo distante da origem do seu grupo, permitindo a esse um sentimento de pertencimento social.

Este trabalho também se faz justo pela escassez de estudos que demonstrem a importância do resgate da cultura alimentar na identidade do indivíduo, mesmo distante da origem do seu grupo, permitindo a esse um sentimento de pertencimento. É válido ressaltar que são poucos os registros sobre regionalismo e alimentos regionais atrelados principalmente o consumo em outra região diferente da sua origem, demonstrando a importância de estudos com tema abordado para a ciência da nutrição.

1.1 OBJETIVOS

1.1.1 Objetivo geral

O presente estudo tem por finalidade avaliar a frequência e consumo de alimentos regionais dos estudantes do curso técnico do Programa Nacional de Acesso ao Ensino Técnico (PRONATEC).

1.1.2 Objetivos específicos

- Construir um questionário de frequência e consumo de alimentos regionais.
- Aplicar instrumento para verificar frequência e consumo de alimentos/preparações regionais.
- Avaliar a frequência de consumo dos alimentos regionais ou preparações regionais e relacionando as regiões geográficas de origem dos estudantes.
- Relacionar variáveis demográficas ao consumo de alimentos regionais.

2. REVISÃO DE LITERATURA

2.1 ALIMENTAÇÃO

A alimentação é um componente essencial na rotina diária dos seres humanos, não sendo apenas por se tratar de uma necessidade básica (ABREU *et al.*, 2001; FRANCO, 2001). Por milênios, o homem e seus descendentes desbravaram a terra em busca de alimento. (GIACOMETTI, 1989). A busca por alimentos não é motivada apenas por fatores biológicos, mas também por fatores como o prazer e o afeto (FELIX, 2013).

A espécie humana tem a necessidade de relacionar-se. Desse modo, várias acepções, conhecimentos, crenças, costumes, capacidades, hábitos e outros complexos relacionados à cultura foram adquiridos pelos indivíduos, membros das diferentes sociedades. Foi por meio dos alimentos que a espécie humana se organizou culturalmente e socialmente (ZUIN; ZUIN 2009). Existe correlação entre o homem e o meio, quando se fala de alimentação (DE OLIVEIRA; THÉBAUD-MONY, 1997).

A alimentação adequada deve ser proporcionada desde a infância, pois contribuirá para que os hábitos estabelecidos nessa fase reflitam na fase adulta desse indivíduo. Crianças que possuem consumo alimentar inadequado na infância, estão propensas ao desenvolvimento precoce de sobrepeso e obesidade, além de doenças crônicas associadas (CARVALHO, *et al.*, 2015).

Em contrapartida, crianças submetidas a práticas alimentares saudáveis atingem seu desenvolvimento normal e tornam-se adultos mais saudáveis com melhor capacidade intelectual e produtiva (CARVALHO, *et al.*, 2015).

A obesidade é um dos problemas em maior escala, na saúde pública e estima-se que 11% das crianças com idade inferior a 5 anos, de todo mundo, serão acometidas pelo sobrepeso no ano de 2025 (WHO, 2014). Inúmeros estudos (SILVA, 2012; SILVA, 2013) apontam que na adolescência e na fase adulta o indivíduo não atinge apenas um comportamento saudável. A maioria das pessoas apresenta simultaneamente inúmeros comportamentos não saudáveis. Os destaques são a falta de atividade física e o consumo inadequado de frutas, vegetais e folhosos, tanto em países desenvolvidos e países em desenvolvimento, como o Brasil (SILVA; SILVA, 2015).

O conhecimento do consumo alimentar de um povo é capaz de produzir inúmeras informações que, representam, de uma certa forma, sua organização social, uma vez que a alimentação significa necessidade primordial em qualquer sociedade. O perfil alimentar da população está vigorosamente atrelado a aspectos culturais, nutricionais, socioeconômicos e demográficos, o que torna essencial um melhor conhecimento desses aspectos e seus meios no entendimento das mudanças de comportamento alimentar e suas consequências. A avaliação dos hábitos alimentares de populações indica-se como uma tarefa importante a cada dia, considerando-se os estudos já realizados que associam a alimentação, a prevenção ao tratamento de diversas patologias (CARVALHO; DA ROCHA, 2011).

As questões a respeito do entendimento e as estratégias de proteção do patrimônio cultural tem agitado antropólogos, historiadores, sociólogos e outros estudiosos brasileiros e estrangeiros há várias décadas.

A escolha alimentar traduz a necessidade do corpo, mas em muitas vezes as necessidades da sociedade. A cultura determina o que é comestível, ensinando o homem a gostar de todo tipo de comida, dos mais diversos sabores (PINEYRUA, 2006). A composição dos hábitos alimentares dos brasileiros aconteceu a partir das influências originadas das culturas africana, indígena e do branco europeu (GINANI, 2004).

A cultura está relacionada a como os seres humanos devem se portar e se alimentar. A interferência do ambiente condiciona os padrões de ingestão e os hábitos alimentares específicos, alguns são pré-determinados e podem sofrer influência de diversos fatores culturais, sociais e psicológicos. Sendo assim se alimentar é, cada vez mais um ato social, onde a relação dos familiares vai influenciando a construção de preferências, atitudes e comportamentos alimentares. (SILVA, *et al*, 2014).

Segundo CASCUDO (2000), o “paladar” é definido por padrões, regras e proibições culturais. O paladar é um componente intenso e definitivo na delimitação das preferências alimentares humanas e será fortemente enraizado em normas culturais.

A esfera familiar apresenta-se constantemente como de relevância crucial para o desenvolvimento e manutenção dos comportamentos alimentares, podendo ser estimuladas práticas saudáveis por meio de hábitos assumidos pelos pais e dos

recursos disponibilizados por eles. Sabe-se ainda que, as práticas parentais são capazes de potencializar a escolha por determinados alimentos pela exposição repetida a esses alimentos. (CARDOSO *et al*, 2015).

O número maior de pessoas nos centros urbanos, associando-se ao crescimento da participação das mulheres no mercado de trabalho e às mudanças no estilo de vida da população, vem provocando mudanças no comportamento alimentar. Algumas dessas mudanças são a falta de tempo para o preparo e consumo dos alimentos, resultando em busca por conveniência e transferência das refeições caseira para estabelecimentos comerciais (SANTOS *et al*, 2011).

Perante ao crescimento no consumo das refeições fora de casa, é importante abordar a qualidade nutricional dos alimentos ofertados e os modelos de serviço que estimulem escolhas mais saudáveis (SANTOS *et al*, 2011).

No Brasil, país de grandeza continental, o cenário alimentar é profundo e particular. Os fatores geográficos e as culturas dos povos negros, dos indígenas e brancos, atrelados à religiosidade popular guiam a diversidade de hábitos alimentares locais, identificando assim cada região do País. Exemplo dessa diversidade cultural alimentar é o estado da Bahia, onde a referência alimentar está ligada a cultura alimentar indígena a africana. Já no Sul do país o padrão alimentar tem forte influência europeia (CHAVES *et al*, 2009).

A promoção da culinária regional do Brasil se entrelaça aos acontecimentos históricos que ocorreram dentro e fora do país, proporcionando o surgimento de uma nova gastronomia que começou a apresentar preparações diferentes em cada região, marcadas por produtos de ligação muito forte com a identidade brasileira, como a mandioca (BOTELHO, 2006).

2.2 ALIMENTO REGIONAL

O Brasil é constituído por regiões e estados que apresentam inúmeros recursos naturais. A história brasileira carrega consigo, desde o período da colonização, memórias e relatos da cultura alimentar: suas cores, seus aromas e seus sabores. (BRASIL, 2014). Atualmente, o Brasil, tem sido um cenário de mudanças no estilo de vida das populações, principalmente no padrão do consumo alimentar, seguindo uma tendência mundial. No âmbito mundial tem-se visto o crescimento do número de pessoas que fazem suas refeições fora do domicílio, acometendo a qualidade nutricional principalmente da refeição diária, o almoço, ao substituí-la por alimentos com alta densidade energética e de sódio (Bento *et.al*, 2016).

O Brasil mostra inúmeras diferenças entre suas regiões geográficas em decorrência do processo de colonização. Desde seu descobrimento, em 1500, muitos povos chegaram aqui carregando crenças e culturas específicas (VILLAS BOAS, 2013).

Os hábitos culturais no Brasil foram concebidos com a agregação de diversos povos, raças e etnias. Alemães, africanos, indígenas, italianos, japoneses e portugueses, contribuíram para a formação da identidade cultural brasileira, em especial quando se fala em hábitos alimentares (COELHO, 2014).

O cenário alimentar no Brasil é uma mistura, a miscigenação das culturas dos povos indígenas, povos negros e brancos e as diferenças geográficas formaram a cultura alimentar brasileira de cada região. Exemplifica-se essa miscigenação com as influências alimentares indígenas na região Norte e influências alimentares europeias na região Sul (BRASIL, 2008).

São inúmeras as nomenclaturas empregadas como sinônimas do termo “alimento regional”. Os termos mais encontrados na literatura são: alimentos locais, alimentos tradicionais, alimentos caseiros, alimentos de qualidade ímpar, alimentos da fazenda, produtos da terra, produtos rurais e produtos artesanais (SOUSA, 2016). Os hábitos regionais sujeitam-se a transformações, haja visto que novas técnicas, novas formas de consumo, inserção de novos produtos, inclui-se, também, a fusão entre culturas podem afetá-los). Os valores modernos afetam a produção e a reprodução das

crenças e hábitos alimentares, consequência da atual transição nutricional e demográfica (COELHO, 2014).

2.3 DISTRITO FEDERAL – CIDADE FUSÃO

Em uma lei sancionada pelo Presidente Juscelino Kubitschek, em outubro de 1957, ficou acertada a transferência da capital da União para o novo Distrito Federal em 21 de abril de 1960. O que causou uma taxa imigratória marcada por um maior contingente do sexo masculino em idade produtiva das regiões do Nordeste e Centro-Oeste, atraídos pela oferta de emprego na construção civil, representados principalmente pelo estado da Bahia e Goiás (CODEPLAN, 2013). Porém no decorrer dos primeiros anos da Capital Federal, os setores terciários e secundários juntos foram os principais responsáveis pela atração de migrantes do Nordeste, ainda pela construção civil, e Sudeste, esses últimos servidores públicos transferidos. Porém a partir do Censo Demográfico de 1970 já começa a ocorrer um fenômeno, que perdura até os dias atuais, de mudança de perfil desses imigrantes. Principalmente mulheres, representado principalmente pelo estado de Minas Gerais, atraídas pela expansão do setor de serviços (CODEPLAN, 2013).

De acordo com a Companhia de Planejamento do Distrito federal CODEPLAN (2013) no decurso de toda existência de Brasília as regiões Nordeste, Sudeste e Centro-Oeste, nesta ordem, sempre se mantiveram como berço principal dos migrantes residentes. Porém Brasília recebeu migrantes de todos os 27 Estados Federativos. A população do Distrito Federal é composta de: 52,25% de imigrantes da Região Nordeste, 26,83% da Região Sudeste, 13,91% da Região Centro-Oeste e das Regiões Norte e Sul somadas representam 6,38% (CODEPLAN, 2013). Porém de acordo com os últimos dados do Censo demográficos realizados no DF a taxa de migração tem declinado, apesar de ainda apresentar taxas positivas, tendo os jovens, entre 15 e 29 anos, com um maior número de mulheres, como incremento, por migrantes, da população moradora, e conseqüentemente da cultura, do Distrito Federal.

3 METODOLOGIA

3.1 DELINEAMENTO DA PESQUISA

Trata-se de um estudo transversal e descritivo, com amostra de conveniência que foi realizado entre os meses de fevereiro e abril/2017, em um centro de ensino do PRONATEC do Distrito Federal/DF. A pesquisa de campo foi realizada pela própria pesquisadora.

3.2 POPULAÇÃO AMOSTRA

A população foi composta por estudantes dos cursos técnicos do PRONATEC. A unidade escolhida atualmente atende a três cursos técnicos na área de saúde: Técnico em Enfermagem, Nutrição e Dietética e Saúde Bucal. A unidade tem um total de 164 alunos em que todos foram convidados a participar da pesquisa.

3.3 COLETA DE DADOS

Foi elaborado questionário (APÊNDICE 1), com perguntas abertas e fechadas sobre o consumo alimentar e de preparações de alimentos regionais dos estudantes, bem como dados sociodemográficos. Os questionários foram aplicados para os estudantes entre os dias três a vinte e oito de abril de 2017

3.4 ANÁLISE DE DADOS

As coletas de dados foram realizadas em dias e locais pré-determinados, entre os meses de fevereiro e abril de 2017.

Todos os estudantes presentes nos dias pré-determinados e que consentiram participar receberam o questionário para preenchimento. Após a liberação pela equipe gestora da unidade escolar, os estudantes foram submetidos voluntariamente ao estudo, depois de devidamente esclarecidos sobre os

procedimentos e assinando o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido – TCLE (APÊNDICE A). Foi realizado um levantamento do consumo alimentar e posteriormente análise dos dados colhidos a fim de quantificar os dados para subsidiar a discussão a respeito do tema proposto. Todos os dados foram tabelados em uma tabela no Excel versão 15.0 (*Office* 2013).

Foi realizada análise descritiva dos dados, apresentando médias, desvio-padrão e frequências simples. Para comparação e detectar se existe diferença estatística no consumo e preparação de alimentos regionais entre homens e mulheres foi utilizado o teste t-Student.

Para a análise da correlação entre o tempo de moradia no Distrito Federal e a frequência no consumo de alimentos regionais foi realizada uma análise estatística de Correlação de Pearson. A significância, para a análise estatística empregada foi definida com o valor de $p < 0,05$.

Todas as análises foram realizadas no programa SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*) versão 22.0.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Um banco de dados exclusivo foi gerado para a pesquisa. À medida que os dados foram sendo coletados eles foram tabulados no programa *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS), *Windows®* versão 22. Para os dados referidos no estudo, foram considerados a porcentagem válida. O questionário foi aplicado para os 128 estudantes presentes nos dias pré-determinados, porém nem todos responderam todas as questões colocadas. A amostra do estudo (n = 128) contou com 84 estudantes do sexo feminino (65,6%) e 43 estudantes do sexo masculino (33,6%) e um estudante ausente, que não assinalou a opção sexo. A maioria dos entrevistados (75%) era jovem entre 18 e 25 anos com segundo grau completo (95,8%).

Grande parte é solteira (80,5 %), o que pode ser explicado pela baixa idade dos entrevistados, e 58% residem em ambientes familiares compostos de 3 a 5 pessoas. São grupos familiares que possuem uma renda salarial variando entre 1 e 2 (42%) e entre 3 e 4 salários mínimos (34,1%). Porém apenas 9,8% dessas famílias participam de programas sociais do Governo (Tabela 1).

Tabela 1. Faixa etária; Estado civil; Componentes da família; Renda familiar e Programas de Governo.

	NÚMERO DE ESTUDANTES	PORCENTAGEM (%)
FAIXA ETÁRIA (n=123)		
De 18 e 25 anos	96	78
De 26 e 33 anos	8	6,5
Acima de 34 anos	19	15,4
ESTADO CIVIL (n=128)		
Solteiro	103	80,5
Casado/União Estável	15	11,7
Viúvo	1	0,8
Separado	6	4,7
Outros	2	1,6
COMPONENTES FAMILIARES (n=124)		
1 a 2 pessoas	15	12,1
3 a 5 pessoas	72	58,1
6 a 8 pessoas	26	21,0
Acima de 9 pessoas	11	8,9
RENDA FAMILIAR (n= 88)		
Menor que 1 salário mínimo	13	14,8
1 e 2 salários mínimos	37	42,0
3 e 4 salários mínimos	30	34,1
Acima de 5 salários mínimos	8	9,1
PROGRAMAS DO GOVERNO (n=123)		
Participa de Programas do Governo	12	9,8
Não Participa de Programas do Governo	111	90,2

No Censo 2000, o Brasil tinha 170 milhões de habitantes. Já no Censo de 2010, houve um aumento nesse número que passou a ser 190 milhões de habitantes. Dos 190 milhões cerca de 97 milhões são mulheres e 93 milhões de homens. Dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, IBGE, apontam que 45 milhões de

brasileiros tem entre 10 a 19 anos. Em meados dos anos 80 a população brasileira era formada principalmente por jovens. Atualmente ainda com índices altos de jovens, houve uma mudança onde o número de pessoas adultas e idosas aumentou (IBGE, 2011). Assim a amostra estudada encontra-se dentro do perfil da população brasileira com maioria de mulheres em idade jovem.

De acordo com o Decreto nº 8.948, de 29 de dezembro de 2016, o valor do salário mínimo é de R\$ 937,00 (novecentos e trinta e sete reais). De acordo com o questionário aplicado, 42% dos estudantes tem renda familiar entre 1 e 2 salários mínimos.

De acordo com o IBGE (2011), os brasileiros com 10 anos ou mais de idade tem como renda familiar até dois salários mínimos. Já o percentual de brasileiros que recebem acima de 5 salários mínimos é de 5,26%. A população do estudo, estudantes de baixa renda, vai de encontro com os mesmos resultados encontrados na pesquisa acima referida, tendo majoritariamente estudantes que ganham de 1 a 2 salários mínimos, o que representa valores entre R\$ 937,00 e R\$ 1.874,00 reais. É válido ressaltar que os cursos técnicos atendimentos pelo PRONATEC, são destinados para estudantes com baixo poder aquisitivo, a fim de proporcionar formação profissionalizante.

De acordo com o IBGE, (2011), 89,6 milhões de brasileiros são solteiros. Brasileiros casados representam 56 milhões, já 8 milhões são viúvos e 2,8 milhões são separados judicialmente. Em comparação ao Censo do ano de 2000, a proporção de solteiros e viúvos aumentou e os casados e separados judicialmente diminuiu (IBGE, 2010). Assim, a amostra aqui trabalhada representa bem a população brasileira quanto a presença ou não de companheiro.

Segundo IBGE (2011), família é o ajuntamento de pessoas ligadas por laços de parentesco que residem em uma unidade doméstica. Essa unidade doméstica pode ser formada por três tipos: unipessoal – composta por uma pessoa; duas pessoas ou mais com parentesco familiar; e duas ou mais sem parentesco familiar entre elas. O Censo (2010) apontou que a maior parte das unidades domésticas (87,2%) é formada

por duas ou mais pessoas com laços de parentesco. Unidade doméstica unipessoal representa 12,1% e 0,7% representam pessoas sem parentesco familiar. Dentro desse contexto, 37,3% das famílias tem como responsável a mulher. Os jovens deste estudo também representam bem a população brasileira quanto a composição dos lares.

Dados do estudo indicam que 58,1% das famílias são formadas por 3 a 5 pessoas. Famílias composta por 6 a 8 pessoas representam 21%. Já as que tem 1 ou 2 pessoas representam 12,1%. Famílias com 9 pessoas ou mais, equivalem a 8,9%. Nota-se que famílias com número mediano de componentes, 3 a 5 pessoas, é maior tendo em vista as dificuldades da vida moderna atual.

Em relação à naturalidade dos entrevistados, todas as regiões do Brasil tiveram representações, sendo as regiões Nordeste e Centro Oeste com uma maior representação. Foram no total representados 10 estados mais o Distrito Federal (DF). O grupo com maior número de estudantes é do Distrito Federal, com 59% de estudantes. Em seguida, os estados do Maranhão e Minas Gerais apresentaram maior quantidade de estudantes, com 9,4% cada um deles (Figura 1).

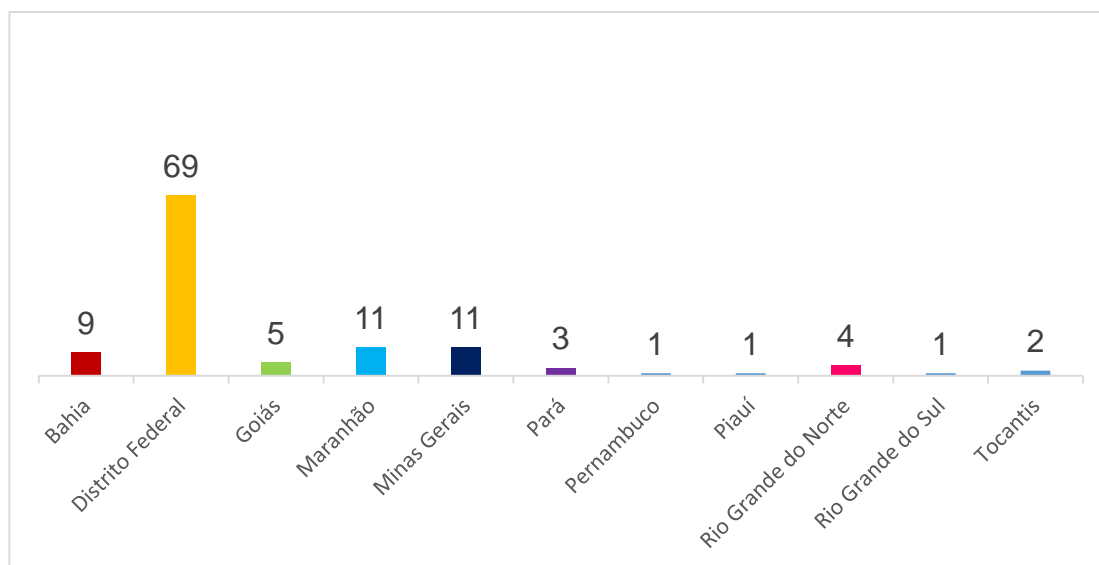


Figura 1. Naturalidade dos estudantes da amostra estudada

Segundo PDAD de 2013, a maior população de imigrantes no Distrito Federal é da Região Nordeste. Os dados da figura 1 vão de encontro com a pesquisa

realizada, apontando o estado do Maranhão como o primeiro lugar de imigrantes presentes no estudo. A Região Sudeste vem em seguida.

Dos estudantes entrevistados que não nasceram no Distrito Federal (n=74), grande parte (81%) chegou com idade inferior a 18 anos (Figura 2), caracterizando a vinda com os pais e familiares. Outros 63% moram no DF a mais de 10 anos (Figura 3).

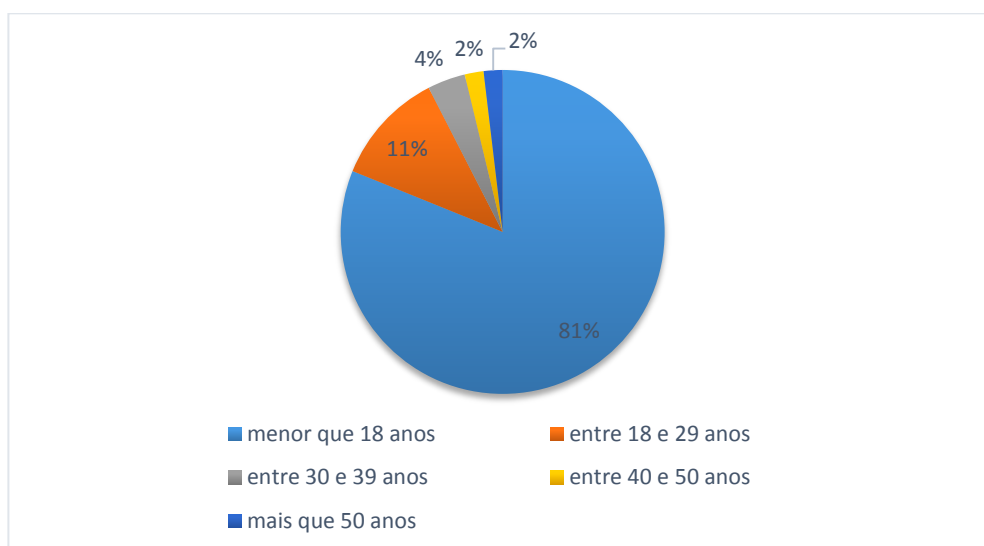


Figura 2. Idade que chegou no Distrito Federal

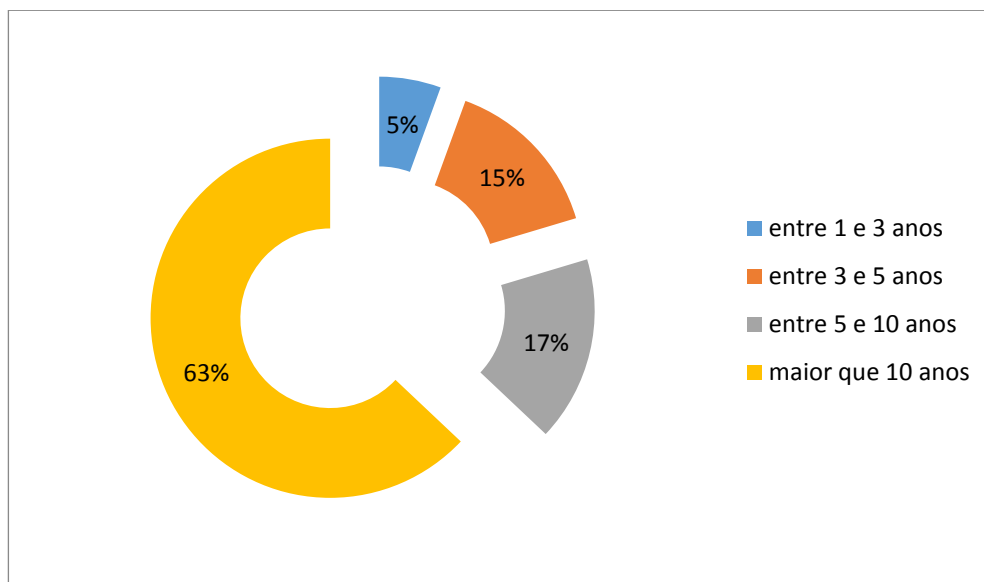


Figura 3. Tempo de moradia no Distrito Federal

Os estudantes foram questionados se consumiam alimentos ou preparações regionais, 87,3% (n=110) dos estudantes referiram que fazem o consumo de alimentos regionais ou preparações regionais, outros 12,7% (n=16) referiram que não fazem o consumo de alimentos regionais.

Quanto a frequência de consumo dos alimentos regionais ou preparações regionais (Figura 4), o consumo diário representou 14,8%. O consumo de 5 a 6 vezes na semana foi o menor. A prevalência de frequência de consumo ficou entre, 3 a 4 vezes na semana e 1 a 2 vezes na semana.

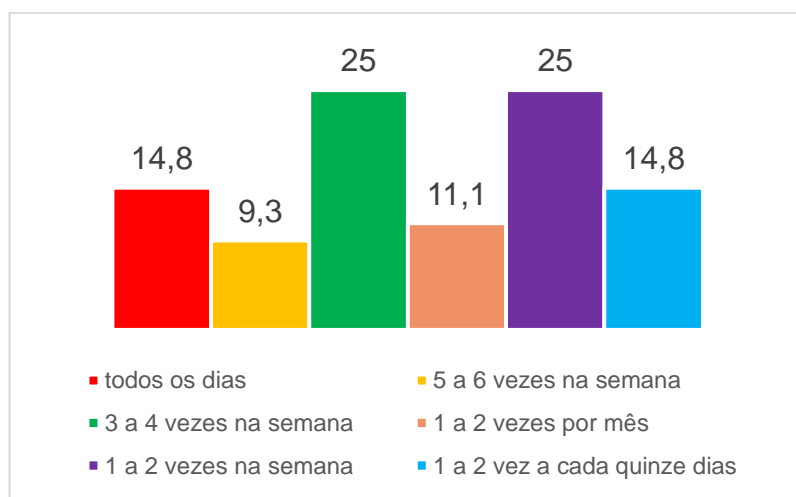


Figura 4. Frequência de consumo de Alimentos Regionais

O consumo de alimentos regionais é bastante escasso pela população brasileira. Destaca-se que o hábito de consumir alimentos regionais é pouco usual no Brasil. Inúmeros alimentos regionais são desconhecidos por parte da população o que contribui para a isenção desses alimentos na rotina de hábitos alimentares (DIMENSTEIN *et al* 2010; SOUSA, 2016).

Ressalta-se que a população estudada nesse estudo de caso é uma população jovem, com renda baixa, estudantes de cursos técnicos do governo e que moram em sua grande maioria com seus responsáveis (Mãe e Pai) sendo estes os agentes financeiros da alimentação e preparação dos pratos regionais. Também está

associado a estes responsáveis o consumo de alimento regional. Esses dados explicam a diferença dessa pesquisa para com os demais autores.

A ingestão dos alimentos regionais pode refletir como uma alternativa para resolver problemas de alimentação e nutrição, por meio da reestruturação e reorientação de programas do governo, tendo em vista que esses alimentos são de baixo custo e de fácil acesso. É preciso que esses alimentos sejam analisados sob várias perspectivas, em especial as nutricionais e culturais (SOUSA, 2016).

O Teste t-student foi utilizado para comparação das médias de frequência de consumo entre o sexo masculino e feminino. A média de frequência de alimentos regionais não se difere estatisticamente ($t(106) = -0,832$; $p > 0,05$), ou seja, o consumo não está atrelado aos sexos (Tabela 2).

Tabela 2. Diferença de médias entre sexos

	Sexo	n	Média	Desvio Padrão	Teste t	p	Diferença de média
Frequência de consumo	Feminino	75	3,16	1,81	-0,82	0,40	-0,31
	Masculino	33	2,85	1,73			

n= número de indivíduos. p (probabilidade)>0,05.

A refeição referida com o maior consumo de alimento regional foi o almoço, com 51,6% (n=63) seguida do desjejum (Figura 5).

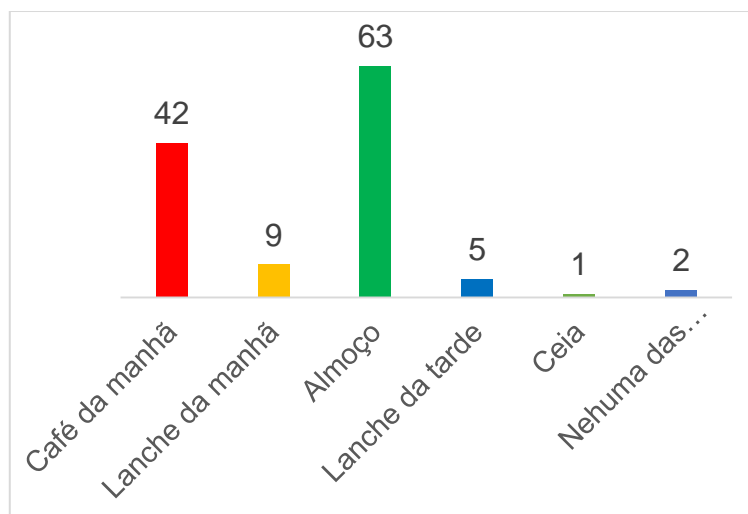


Figura 5. Percentual de estudantes que relataram fazer refeição com consumo de Alimento Regional.

De acordo com os resultados encontrados, a mãe é a responsável por preparar 47,6% dos alimentos regionais ou preparações regionais (Figura 6). Em seguida, vem a própria pessoa, com 27,50%. Os dados mostram a importância de a família incentivar o hábito de consumo de alimentos regionais para que os jovens conheçam os alimentos e possam depois incentivar seus filhos a consumirem.

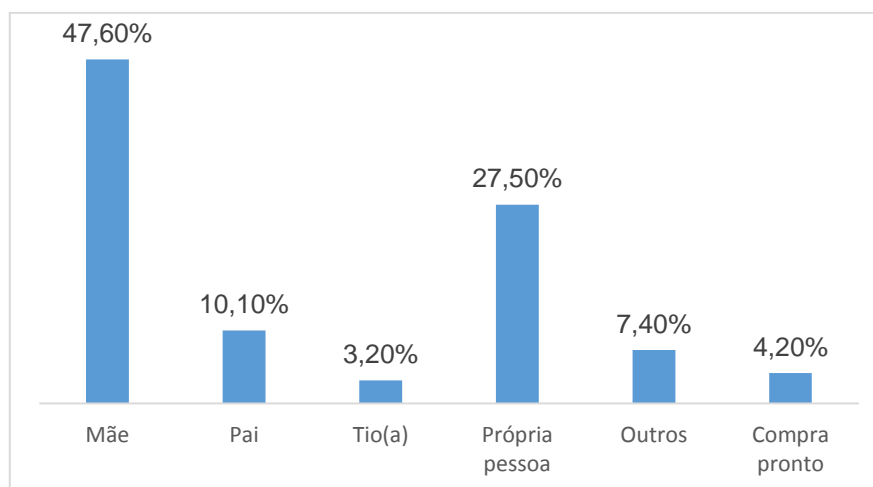


Figura 6. Responsável execução das preparações regionais (PR).

Os padrões alimentares desenvolvidos na infância a depender do cenário, são fundamentais para a vida adulta. A convivência social com as refeições, permite à criança, vivências alimentares construtivas, podendo colaborar com a obtenção de atitudes positivas diante dos alimentos podendo perdurar por muitos anos, chegando à vida adulta (SILVA *et al.*, 2014).

Os locais mais referidos para aquisição dos alimentos regionais foram as feiras (39,80%) e os supermercados (42,50%), totalizando 82,3% dos resultados obtidos (Figura 5). Pelo o fato das feiras proporcionarem maior variedade, menor custo, localização, resgate dos hábitos regionais podem ser fatores para que a busca maior seja nas feiras.

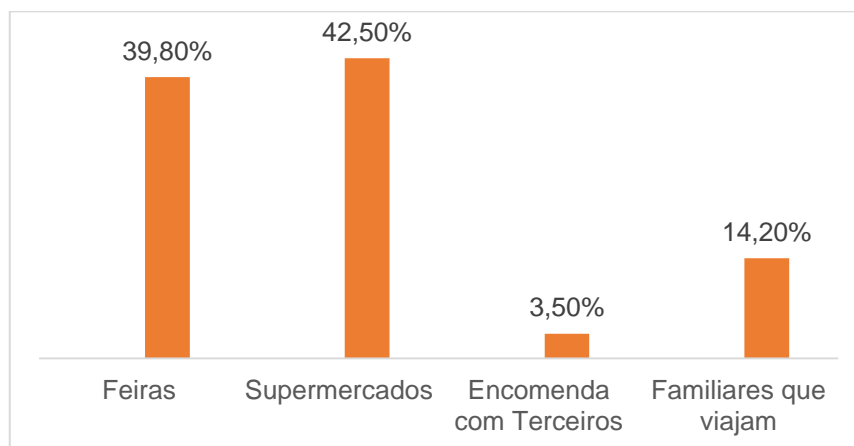


Figura 7. Locais de compra dos Alimentos Regionais (AR), pela família.

Mesmo com a expansão dos supermercados e shoppings centers nas cidades grandes, as feiras livres vêm resistindo em especial nas periferias, não somente como oferta de emprego e renda, mas como um espaço de sociabilidade, compra, venda, simbologia e troca de bens materiais e imateriais (MATOS, 2012).

Os resultados referidos pelos estudantes demonstram uma variedade grande de frutas, contemplando todas as regiões do país, das mais comuns, como banana e manga, as mais típicas como o cajuzinho do cerrado, pitomba e umbu (Figura 6). Apesar de muitas frutas citadas não terem sua origem no Brasil, essas são bastante cultivadas e consumidas. Como por exemplo a manga, que tem sua maior produção

nas regiões Nordeste (67,44%) e Sudeste (31,28%) totalizando 98,41% da produção brasileira (IBGE, 2013). Sendo os estados de maior destaque, Bahia e São Paulo.

Outro ponto importante a ser mencionado é que 0,30% dos estudantes disseram que o Distrito Federal não tem alimentos regionais. Podendo ter como razão o desconhecimento dos estudantes ou por não associação de frutas do cerrado como frutas típicas.

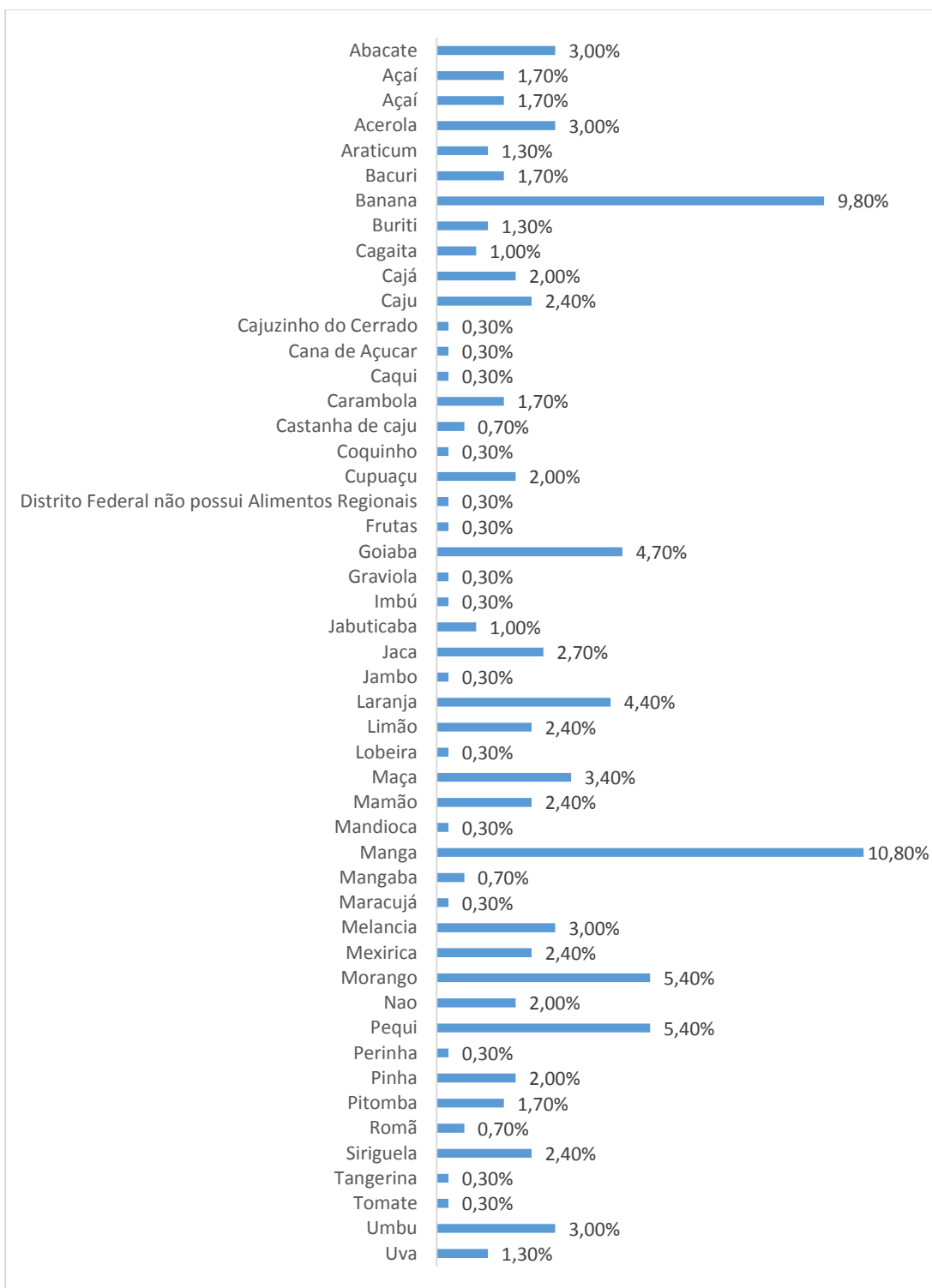


Figura 8. Consumo de frutas regionais pelos estudantes participantes da pesquisa.

Já o consumo de pratos regionais (Figura 9) demonstra bastante diversidade nos resultados. A maior atribuição para prato regional foi a galinhada e o arroz com pequi, pratos típicos do centro oeste, indo de encontro com a maior população do estudo que são alunos do centro-oeste.

Segundo MULLER, AMARAL e AUGUSTO (2010), quando uma comida se torna típica em uma região é dada como parte da cultura. A gastronomia típica confronta aspectos que pendem a padronização das culturas, pois cada local tem suas especificidades. Percebe-se uma apreciação dos sabores pertencentes aos princípios nativos de cada região.

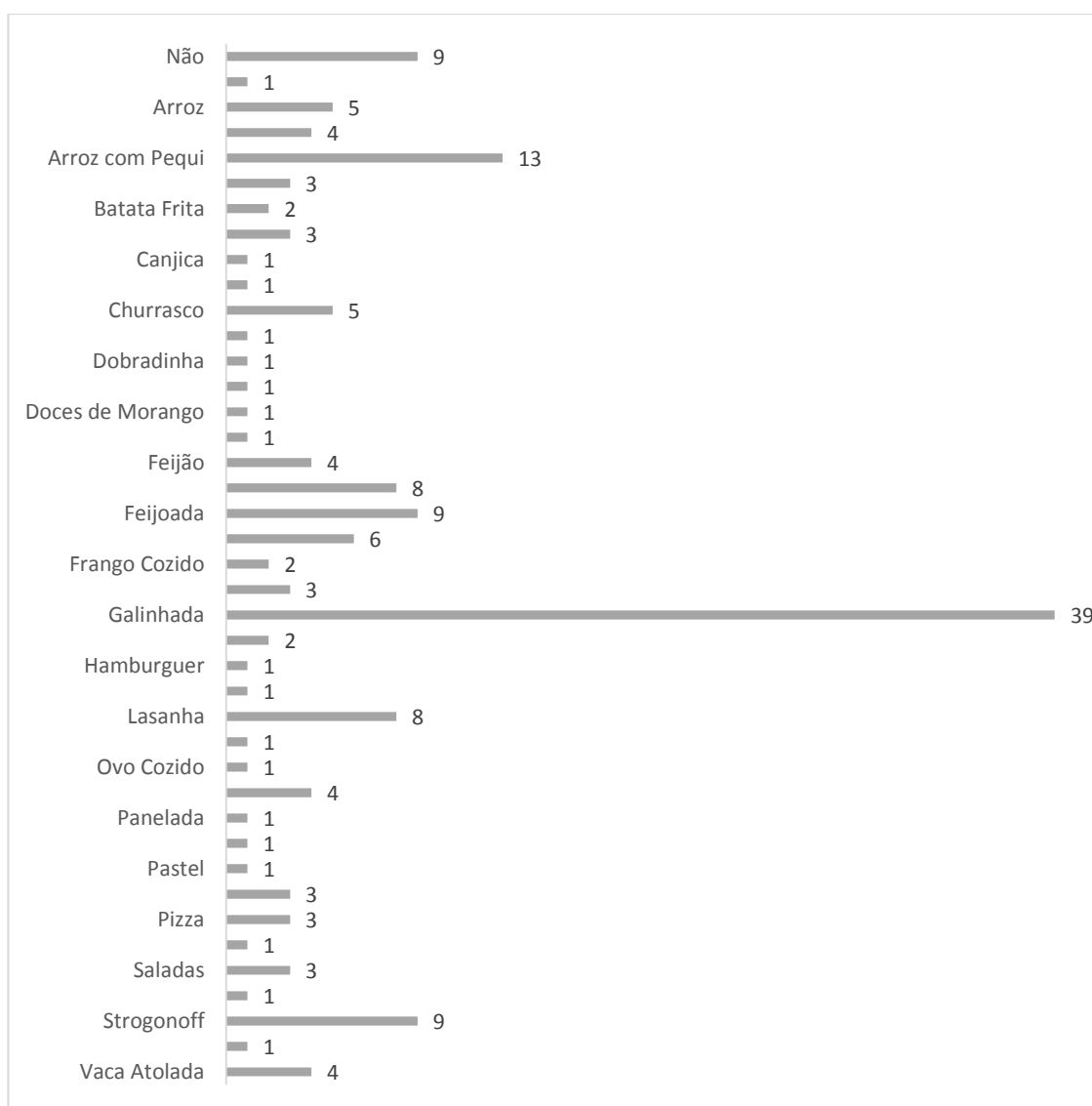


Figura 9. Consumo de pratos regionais pelos estudantes participantes da pesquisa.

O Brasil sendo um país de grandes proporções, em que seus diferentes estados contemplam recursos naturais diferenciados, permite que dentro de um mesmo país tenhamos alimentos regionais diferentes. O Brasil é conhecido como um país de grandes acontecimentos, mas seus encantos culinários são mais famosos ainda. Como não dizer da manga, fruta tropical, de polpa macia e adocicada, bem brasileira (BRASIL, 2008).

Uma ferramenta importante para a ampla divulgação acerca dos AR e suas características próprias, é o livro Alimentos Regionais Brasileiros (BRASIL, 2015), onde contempla-se um número vasto de alimentos regionais para a promoção da saúde por meio da alimentação saudável.

Nos últimos anos houve uma reformulação no consumo alimentar, diminuindo o consumo de alimentos tradicionais do brasileiro – arroz, feijão e farinha de mandioca – e um aumento no consumo de alimentos como frutas e alimentos preparados (COELHO; AGUIAR; FERNANDES, 2009).

Botelho (2006) afirma que os restaurantes de comida a quilo e de auto-serviço, vêm solucionar o item cultural proporcionando para a rua características da refeição caseira, considerada uma verdadeira refeição, que tem poder de alimentar “mais e melhor”. É válido ressaltar que o típico e o caseiro são princípios atraentes para as famílias que buscam nos estabelecimentos que ofertam características de sua tradição alimentar regional.

Dos dados referentes aos estudantes que responderam não consumir alimentos regionais, 54,50% referem não ter acesso aos alimentos regionais ou pratos regionais por falta de disponibilidade (Figura 10). Atualmente com o avanço das técnicas agrícolas, a possibilidade de o AR ficar restrito apenas a sua região de origem, proporciona o acesso dos alimentos regionais em todo o Brasil com mais facilidade.

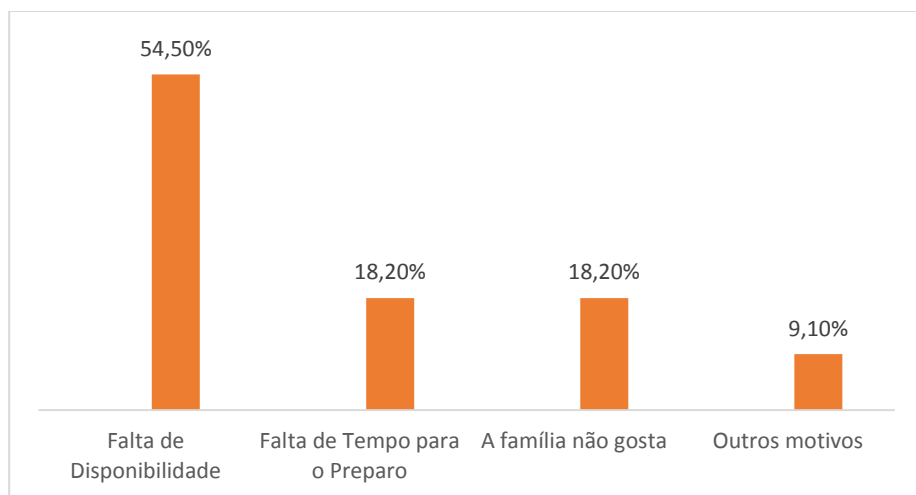


Figura 10. Motivos para ausência de consumo do alimento regional.

Sousa (2016) diz que, há uma tendência mundial de buscar a valorização dos alimentos regionais que já foram consumidos no passado e que, além de gerarem uma memória familiar, relembram hábitos alimentares constituídos por alimentos mais saudáveis, por serem menos industrializados.

O maior número de pessoas nas grandes cidades, juntamente com a urbanização, a industrialização e o papel crescente das mulheres no mercado de trabalho, está promovendo mudanças no estilo de vida atual. Essas mudanças incluem, em especial, a falta de tempo para preparo e a queda do consumo de alimentos ligados as tradições, migrando o consumo das comidas caseiras para estabelecimentos comerciais.

O tema alimentos regionais e preparações regionais é pouco estudado no Brasil, o que nos limita a ter poucas possibilidades de estudos que digam a respeito do assunto. Tendo em vista que o Brasil em seu tamanho geográfico contemple vários estados com características alimentares próprias, o estudo a respeito do assunto abordado enriqueceria o cardápio dos brasileiros, com frutas, vegetais, folhosos e outros elementos regionais. A revalorização da tradição culinária deve ser resgatada não pelos sabores e pela tradição, mas por razões culturais, sociais e afetivas.

5 CONCLUSÃO

Os resultados apontam que existe um elevado consumo de alimentos regionais, com uma frequência de 5 a 6 vezes na semana, entre os estudantes do PRONATEC da unidade estudada. Além disso, essa média de consumo não é atrelada ao sexo. Sendo que no café da manhã e no almoço são as principais refeições em que ocorre o consumo desses.

Esses alimentos regionais são principalmente comprados em feiras e supermercados para um consumo realizado em casa. Em essencial preparado pela mãe e pelo pai. Por isso a associação de consumo de alimentos regionais estarem ligadas principalmente a esses.

Em relação aos estudantes que não fazem consumo de alimentos regionais, a maioria especificou que isso ocorre principalmente pela falta de disponibilidade e tempo para o preparo.

Estudos que visam métodos e abordagens de consumo alimentar em regiões diferentes da sua de origem são bastante importantes. Essa importância se dá em especial pelo conhecimento da organização social da população através do perfil alimentar. Principalmente em um país com uma ampla cultura e com uma mudança de comportamento alimentar.

Porém ressalta-se que são poucos os trabalhos que envolvem alimentos regionais e mais escassos ainda os que envolvem o consumo desses em regiões diferentes da origem dos imigrantes. Justifica-se assim a necessidade de mais pesquisas e trabalhos nessa área. Entretanto é importante que se utilize uma amostragem maior da população, principalmente em regiões, como Distrito Federal, que ainda possuem taxa de migração positiva para conhecer melhor essa realidade no Brasil.

Vale salientar que essa pesquisa apresentou uma amostragem pequena como um dos fatores limitantes. Porém pesquisas como estas, que visam o consumo

alimentar regional, são necessárias para ações e implementações de políticas públicas que possam demonstrar incentivar e resgatar o consumo, a cultura e a história dos indivíduos e suas práticas alimentares, mesmo em locais diferentes da sua origem. Sobretudo uma identidade de pertencimento social nos diversos “Brasis”.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ABREU, E. S. De, et al. **Alimentação mundial: uma reflexão sobre a história.** Saúde e sociedade 10.2 (2001): 3-14.

ARAÚJO, W. M. C. *et al.* **Da alimentação à Gastronomia.** Brasília: Ed. Universidade de Brasília, 2005.

BENTO, I. C. *et al.* **Fatores associados às fases de comportamento alimentar de usuários dos restaurantes populares em Belo Horizonte/MG-Brasil.** Revista Portuguesa de Saúde Pública, v. 34, n. 3, p. 283-291, 2016.

BOTELHO, R. B. A. **Culinária Regional: o Nordeste e a Alimentação Saudável.** 2006. 192 f. Tese (Doutorado em Ciências da Saúde) – Faculdade de Ciências da Saúde, Universidade de Brasília, Brasília, 2006.

BRASIL. Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. **A segurança alimentar e nutricional e o direito humano à alimentação adequada no Brasil.** Brasília, DF: CONSEA, 2010a. Disponível em: <<http://www4.planalto.gov.br/consea/publicacoes/publicacoes-arquivos/a-seguranca-alimentar-e-nutricional-e-o-direito-humano-a-alimentacao-adequada-no-brasil>>. Acesso em: 20 set. 2016.

BRASIL. Decreto nº 8.948 de 29 de dezembro de 2016. Dispõe sobre o valor do salário mínimo e a sua política de valorização de longo prazo. Disponível em <http://www.coad.com.br/home/noticias-detalle/76716/salario-minimo-sera-de-r-93700-mensais-a-partir-de-janeiro2017>. Acessado em 25 de julho de 2017.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Alimentos regionais brasileiros.** Departamento de Atenção Básica. Brasília: Ministério da Saúde, v. 2002, 2014.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica **Guia Alimentar para a População Brasileira, 1ª ed.,** Brasília: Ministério da Saúde; 2008 141p.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira, 2ª ed.**, Brasília: Ministério da Saúde, 2014.156 p.

CARDOSO, S. *et al.* **Escolhas e hábitos alimentares em adolescentes: associação com padrões alimentares do agregado familiar.** Revista Portuguesa de Saúde Pública, v. 33, n. 2, p. 128–136, 2015.

CARVALHO, C. A. *et al.* **Consumo alimentar e adequação nutricional em crianças brasileiras: revisão sistemática.** Rev Paul Pediatr, v. 33, n. 2, p. 211-21, 2015.

CARVALHO, E. O.; DA ROCHA, E. F.. **Consumo alimentar de população adulta residente em área rural da cidade de Ibatiba (ES, Brasil).** Revista Ciência & Saúde Coletiva, v. 16, n. 1, 2011.

CASCUDO, L. da C. **A Fome e o Paladar: a antropologia nativa de. Antropologia dos objetos: coleções, museus e patrimônios,** p. 175, 2000.

CENSO DEMOGRÁFICO 2010/ IBGE. **Características da população e dos domicílios: resultados do universo.** Disponível em <<http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/censo2010/default.shtm>> Rio de Janeiro: IBGE, 2011. Acesso em: 18/7/2017.

CHAVES, L. G., *et al.* (2009). **O programa nacional de alimentação escolar como promotor de hábitos alimentares regionais.**

COELHO, A. B.; AGUIAR, D.R. D. de; FERNANDES, E. A.. **Padrão de consumo de alimentos no Brasil.** Revista de Economia e Sociologia Rural, v. 47, n. 2, p. 335-362, 2009.

COELHO, S. E. dos A. C.. **Consumo de alimentos regionais e situação de (in) segurança alimentar e nutricional entre adolescentes brasileiros.** 2014.

DE OLIVEIRA, S. P.; THÉBAUD-MONY, Annie. **Estudo do consumo alimentar: em busca de uma abordagem multidisciplinar.** Rev Saúde Pública, v. 31, n. 2, p. 201-8, 1997.

DIMENSTEIN, R. *et al.* **Alimentos regionais fontes de vitamina A conhecidos por parturientes atendidas em maternidade pública.** Extensão e Sociedade, v. 1, n. 2, 2010.

FELIX, A. **Aroma de especiarias e lábios de mel: alimentação e erotismo no cântico dos cânticos.** Curso de Graduação em Nutrição da Universidade Federal do Rio Grande do Norte, 2013.

FRANCO, A. **De caçador a gourmet: uma história da gastronomia.** Thesaurus Editora, 2001.

GALLINA, L. S. *et al.* **Representações sobre segurança alimentar e nutricional nos discursos de um conselho de alimentação escolar.** Saúde e Sociedade, v. 21, n. 1, p. 89–102, 2012.

GARCIA, R. W. D. **Reflexos da globalização na cultura alimentar: considerações sobre as mudanças na alimentação urbana.** Revista de Nutrição, Campinas, v. 16, n. 4 p. 483-482, out./dez., 2003.

GIACOMETTI, D. C. **Ervas condimentares e especiarias.** São Paulo, Ed. Nobel, 1989. p.11-43.

GIMENES, M. H. S. G. **Patrimônio Gastronômico, Patrimônio Turístico: uma reflexão introdutória sobre a valorização das comidas tradicionais pelo IPHAN e a atividade turística no Brasil.** SEMINÁRIO DE PESQUISA EM TURISMO NO MERCOSUL, v. 4, p. 1-15, 2006.

GINANI, V. **Índice de aceitação de preparações regionais com teor lipídico modificado.** 2004. 148 f. Dissertação (Mestrado em Nutrição Humana) - Faculdade de Ciências da Saúde, Universidade de Brasília, Brasília, 2004.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA – IBGE. **Produção Agrícola Municipal, 2013.** Disponível em <http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/economia/pam/2013/>. Acesso em: 18/7/2017

MARTINS, M. C.; FROTA, M. A.. **Fatores que interferem na utilização de alimentos regionais na cidade de Maranguape, Ceará.** Caderno de saúde coletiva, (Rio J.), v. 15, n. 2, p. 169-182, 2007.

MATOS, B. E. de S.. **O centro da periferia: um recorte espacial da feira livre do Pedregal. Distrito Federal.** (IH/GEA/UnB, Licenciatura. Geografia, 2012). Monografia, Trabalho Final em Geografia II. Universidade de Brasília. Instituto de Ciências. Departamento de Geografia. 2012, 42 p.

MULLER, S. G.; AMARAL, F. MORTIMER; R., C. **Alimentação e Cultura: Preservação da Gastronomia Tradicional.** Anais do VI Seminário de Pesquisa em Turismo do MERCOSUL, 2010.

PINEYRUA, D. G. F. **Regionalismo alimentar: identificação de grupos de consumidores.** 2007. 117 f. Dissertação (Mestrado em Agronegócios) Universidade Federal do Mato Grosso do Sul, Mato Grosso do Sul, 2007.

POULAIN, J. P.; PROENÇA, R. P. da C. **Reflexões metodológicas para o estudo das práticas alimentares.** Revista de Nutrição, Campinas v. 16, n. 4, p. 365–386, 2003.

SANTOS, M. V. dos *et al.* **Os restaurantes por peso no contexto de alimentação saudável fora de casa.** Rev. nutr, p. 641-649, 2011.

SECRETARIA DE ESTADO DE PLANEJAMENTO E ORÇAMENTO DO DISTRITO FEDERAL/COMPANHIA DE PLANEJAMENTO DO DISTRITO FEDERAL - COODEPLAN. **Pesquisa Distrital por Amostra de Domicílios - Distrito Federal - PDAD/DF 2013.** Dezembro. 2004. Disponível em: <http://www.codeplan.df.gov.br/component/content/article/261-pesquisas-socioeconomicas/295-pesquisa-distrital-por-amostra-de-domicilios-.html>. Acesso em: 20 set. 2016.

SILVA DA, P. E.L. **The simultaneous presence of health risk behaviors in freshman college students in Brazil.** J Community Health. 2012; 37:591---8.

SILVA DA, P. *et al.* **Clustering of risk behaviors for chronic noncommunicable diseases: a population-based study in southern Brazil.** Prev Med 2013; 56:20-4

SILVA, D. A. S.; SILVA, R. J. S. **Associação entre prática de atividade física com consumo de frutas, verduras e legumes em adolescentes do Nordeste do Brasil.** Revista Paulista de Pediatria. Vol. 33. Num. 2. 2015. p.167-173.

SILVA, D. E. *et al.* **Avaliação de atitudes e comportamentos alimentares em crianças e adolescentes obesos referenciados a uma consulta hospitalar vs. uma comunidade escolar.** Revista Portuguesa de Endocrinologia, Diabetes e Metabolismo, ESPANHA, v. 9, n. 2, p. 111–115, out./out. 2014.

SOUSA J. R. De,; **Café da manhã: aspectos nutricionais e culturais entre frequentadores adultos de restaurantes populares do Brasil.** 2016. 232 f. Tese (Doutorado em Nutrição Humana) - Universidade de Brasília, Brasília.

SOUZA, Amanda de M. *et al.* **Alimentos mais consumidos no Brasil: Inquérito nacional de alimentação 2008-2009.** Revista de Saúde Pública, v. 47, n. suppl. 1, p. 190-199, 2013.

VILLAS-BOAS, De F. M., G.. **Alimentos regionais: avaliação das mudanças da oferta no programa de restaurantes populares brasileiros.** 2013. 93 f. Brasília. Universidade de Brasília. Dissertação (Mestrado em Nutrição Humana).

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Global Status Report on non communicable diseases** 2014. Disponível em: .Acesso em: 15/07/2017.

ZUIN, F. L. S., & ZUIN, P. B. **Alimentação é cultura-aspectos históricos e culturais que envolvem a alimentação e o ato de se alimentar** Food is culture-historical and cultural aspects involving food and the act of feeding, 2009.

Apêndices

Apêndice “A” Termo de Consentimento Livre e Esclarecido



UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA

FACULDADE DE CIÊNCIAS DA SAÚDE

PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO HUMANA

Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

O Sr. (a) está sendo convidado (a) como voluntário (a) a participar da pesquisa “Consumo alimentar de estudantes do Programa Nacional de Acesso ao Ensino Técnico, PRONATEC, unidade remota São Sebastião/DF”. Neste estudo pretendemos avaliar o consumo de alimentos e preparações de alimentos regionais, dos estudantes. Participando deste estudo você contribuirá para o aumento de estudos relacionados ao tema acima descrito.

Para participar deste estudo você não terá nenhum custo e não receberá qualquer vantagem financeira. Você será esclarecido (a) sobre o estudo em qualquer ponto que desejar e estará livre para participar ou recusar-se a participar. Poderá retirar seu consentimento ou findar a participação a qualquer momento. A sua participação é voluntária e a recusa em participar não acarretará qualquer penalidade ou modificação na forma em que é atendido pela pesquisadora. A pesquisadora irá zelar ainda sua identidade com padrões profissionais de sigilo. E, além disso, por não haver nenhum tipo de exposição, você não sofrerá nenhum risco ou prejuízo à sua saúde física ou emocional.

Os resultados da pesquisa estarão à sua disposição quando finalizada e fica assegurado que o (a) Sr (a) não será identificado em nenhuma publicação que possa resultar deste estudo. Após todas as informações e esclarecimento de dúvidas, você será convidado a assinar este Termo de Consentimento de Livre Esclarecimento e em seguida a responder um breve questionário sobre o consumo de alimentos e preparações de alimentos regionais.

Este termo de consentimento encontra-se impresso em duas vias, sendo que uma cópia será arquivada pela pesquisadora responsável, e a outra será fornecida à você.



UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA

FACULDADE DE CIÊNCIAS DA SAÚDE

PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO HUMANA

Eu, _____ fui informado (a) dos objetivos do estudo “Consumo alimentar de estudantes do Programa Nacional de Acesso ao Ensino Técnico , PRONATEC, unidade remota São Sebastião/DF”, de maneira clara e detalhada e esclareci minhas dúvidas. Sei que em a qualquer momento poderei solicitar novas informações e modificar minha decisão de não participar se assim o desejar.

Declaro que concordo em participar desse estudo. Recebi uma cópia deste termo de consentimento livre e esclarecido e me foi dada à oportunidade de ler e esclarecer as minhas dúvidas.

Para quaisquer dúvidas e esclarecimentos, a pesquisadora coloca-se à disposição pelo telefone 61-98264 6658, e-mail: jujufirme@hotmail.com (Julyana Nogueira Firme).

Brasília, _____ de _____ de 2017.

Assinatura do participante

Assinatura do pesquisador



Apêndice B

Nº: _____

Questionário

Trabalho final: Consumo alimentar de alimentos regionais

Professora orientadora: Prof.^a Dr.^a Raquel B. A. Botelho

A partir da leitura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e à correspondente autorização da sua participação, por favor, responda as questões abaixo.

Sexo: () Feminino () Masculino Idade em anos: _____

Escolaridade:

() não alfabetizado () 1º grau completo/incompleto

() 2º grau completo/incompleto

() Superior completo/graduação – curso: _____

() Superior completo/pós-graduação – curso: _____

Naturalidade: _____

Estado civil:

() Solteiro(a) () Casado(a) () Viúvo(a) () Separado(a)

() Outro: _____

Número de pessoas da família: _____ Renda familiar: _____

Exerce alguma atividade profissional?

() Servidor público () Autônomo () Outro: _____

Participa de algum programa de Governo: () Sim () Não

Se sim, qual?

Caso seja de **outra Unidade Federativa**, responda:

i) Há quanto tempo está morando no DF ou entorno?

() Menos de 1 ano

() De 1 a 3 anos,

() De 3 a 5 anos

() De 5 a 10 anos

() Mais de 10 anos

ii) Com qual idade você chegou para morar no DF ou entorno?

() Menor de 18 anos

() De 18 a 29 anos,

() De 30 a 39 anos

De 40 a 50 anos

Mais de 10 anos

Segundo UGGIONI (2006), as comidas regionais do Brasil, envolvem tradições, hereditariedade ou origens de uma determinada região e suas pessoas. A tradição, a história, os sabores, as técnicas e as práticas culinárias somadas são geradores da formação das culturas regionais. Para COELHO (2014), o Brasil não tem apenas uma cultura alimentar, cada região tem suas raízes com seus pratos típicos e sua identidade alimentar.

1) Diante dos conceitos de ALIMENTOS REGIONAIS, exposto acima, você consome alimentos regionais em seu dia a dia?

sim

não

2) Se SIM, quantas vezes consome?

1 -2 vezes/semana

3 – 4 vezes/ semana

5-6 vezes/ semana

1-2 vezes a cada quinze dias

1-2 vezes por mês

3) Se NÃO, porque não faz o consumo? Pode ser marcado mais de uma resposta.

Falta de disponibilidade.

Falta de dinheiro.

Falta de tempo para preparo

Na minha família ninguém gosta.

Outros (Justifique abaixo).

4) Se você tivesse oportunidade de acrescentar alimentos regionais, com qual frequência você acrescentaria em sua rotina alimentar?

1 -2 vezes/semana

3 – 4 vezes/ semana

5-6 vezes/ semana

1-2 vezes a cada quinze dias

1-2 vezes por mês

5) Você considera que o seu consumo de alimentos regionais está associado a algum familiar?

Mãe.

Pai.

Tios. (as)

Cônjugê/Namorado.

Amigos.

Ninguém

6) Você consome frutas regionais da sua região de origem? Se sim, quais? Cite 3.

7) Você consome frutas do Centro-oeste? Se sim, quais? Cite 3.

8) Você consome preparações regionais (pratos) da sua região de origem? Se sim, quais?

9) Você consome preparações regionais (pratos) da região do Centro-oeste? Se sim, quais?

10) Em qual refeição você consome os alimentos regionais?

Café da manhã Lanche da manhã Almoço Lanche da tarde
 Jantar Ceia Nenhuma das refeições

11) Onde você compra o alimento ou os ingredientes para preparação dos alimentos regionais? Pode ser marcado mais de uma resposta.

Feiras Supermercados Encomendas de terceiros Familiares que viajam.
 Outros

12) Quem prepara os pratos regionais?

Mãe Pai Tio(a) Eu Outros Compro pronto

13) Você consome esses pratos regionais onde?

Em casa Em restaurantes Casa de familiares Casa de amigos
 Outros

Agradecemos sua participação!

Apêndice C

Tabela 3. Listagem do pratos regionais citados pelos estudantes

Prato regional	n
Não	9
Abóbora	1
Açaí	1
Acarajé	3
Angu	1
Arroz	6
Arroz Carreteiro	3
Arroz com pequi	7
Arroz de cuchá	1
Baião de Dois	10
Biscoito de peta	1
Bobo de camarão	1
Bolo voador	1
Bolo de mandioca	2
Buchada	6
Camarão	1
Caranguejo	2
Carne de sol com feijão	1
Carne de sol com Nata	1
Carne cozida	1
Cururu	1
Chimarrão	1
Churrasco	4
Churrasco de porco caseiro	1
Cocada	1
Comida Mineira	1
Curau	1
Cuscuz	3
Dobradinha	1
Doce de Leite	2
Empadão	1
Farofa	3
Fava	1
Feijão	4
Feijão de corda	1
Feijão tropeiro	13
Feijoada	17
Frango Assado	3

Frango com pequi	4
Frango com quiabo	1
Galinha caipira	8
Galinhada	24
Guaraná Jesus	2
Juçara	2
Lasanha	1
Macarronada	1
Mandioca	1
Maniçoba	1
Maria Isabel	3
Mariscos	1
Marmelada	1
Milho verde	2
Minguau de milho	2
Mocotó	2
Moqueca de peixe	1
Mugunzá	1
Ovo Cozido	1
Pamonha	2
Pão de Queijo	8
Pato no Tucupi	2
Peixe	4
Peixe Assado	1
Pirão	2
Pirão de farinha branca	3
Polenta	1
Rosca	1
Sarapatel	4
Strogonoff	1
Tamarindo	1
Tapioca/Biju	5
Torresmo	2
Torta de Camarão	3
Tutu de Feijão	2
Umbu	1
Vaca Atolada	1
Vatapá	2
Pequi	1