

# CONSUMO DE REFRIGERANTES E FATORES RELACIONADOS AOS HÁBITOS ALIMENTARES DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES DE ESCOLAS MUNICIPAIS DA REGIÃO NORDESTE DE JUIZ DE FORA

Marcilene Tomaz\*  
Andréia Aparecida de Miranda Ramos\*\*  
Larissa Loures Mendes\*\*\*

## RESUMO

O objetivo deste artigo foi verificar o perfil do consumo de refrigerantes e hábitos inadequados de crianças e adolescentes do primeiro ao nono ano escolar de cinco escolas municipais da região nordeste de Juiz de Fora. Participaram deste estudo 567 estudantes com média de idade 11,43 (+2,23) anos, de ambos os sexos, matriculados regularmente no ensino fundamental. Para avaliação dietética dos alunos foi utilizado questionário contendo questões relativas aos hábitos alimentares. Além disso, foi realizada a avaliação antropométrica dos alunos que estavam com o termo de consentimento assinado pelos pais. Os dados foram processados e analisados no programa STATA, versão 9.0, onde foram calculadas as frequências das variáveis e o teste do Qui-quadrado. Observou-se com os resultados encontrados que a maioria das crianças e adolescentes relatou consumir refrigerante (97%), comer doces (94%), assistir televisão durante as principais refeições (90,4%) e comer frutas (96,4%). Para o IMC, verificou-se que a maioria estava eutrófica (72,3%). Para o consumo de refrigerantes foi verificado maior percentual do seu consumo entre as crianças e adolescentes que também consomem doces (94,5%) e assistem televisão durante as principais refeições (91,2%). Observou-se que, neste estudo os estudantes apresentaram resultados preocupantes, principalmente no que diz respeito ao elevado consumo de doces e refrigerantes, sem distinção do estado nutricional e atrelado ao hábito de assistir televisão durante as refeições. Diante desse quadro, são necessárias ações voltadas para a promoção de hábitos alimentares saudáveis tanto na escola quanto orientação familiar.

**Palavras-chaves:** Refrigerantes. Consumo de alimentos. Crianças e adolescentes.

## 1 INTRODUÇÃO

As transformações demográficas, econômicas e sociais ocorridas nas últimas décadas propiciaram mudanças importantes na estrutura etária, de morbimortalidade e de saúde das sociedades modernas (BATISTA FILHO, 2003). No geral, os três fatores de risco que mais contribuem para a carga global de doenças são: a dieta, a pressão arterial elevada e o consumo de álcool (IHME, 2013).

No que diz respeito à nutrição e alimentação, foi verificado por meio de diversos inquéritos uma rápida mudança nos hábitos alimentares da população brasileira. Dados da última Pesquisa de Orçamento Familiar (POF 2008/2009) mostram que dentre os produtos alimentícios que apresentaram aumento do consumo de suas quantidades per capita médias destaca-se o refrigerante de cola (39,3%) (IBGE, 2011).

Outra pesquisa realizada com escolares, a Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), mostrou que 37,2% dos adolescentes consumiram refrigerantes em cinco ou mais dias da semana anterior (IBGE, 2009). Além disso, os dados dos inquéritos também mostram um baixo consumo de frutas, hortaliças e leite, sobretudo entre crianças e adolescentes, e um maior consumo de guloseimas (salgadinhos, bolachas recheadas, doces) e bebidas com adição de açúcar, como sucos artificiais e refrigerantes (TRICHES; GIUGLIANE, 2005; IBGE, 2009).

O refrigerante e as bebidas açucaradas apresentam elevada densidade energética resultante do alto conteúdo de açúcar e alto índice glicêmico. Ressalta-se que uma lata de refrigerante do tipo cola contém cerca de sete a nove colheres de sopa de açúcar, portanto, os refrigerantes fornecem elevada densidade calórica, sem nenhum valor nutricional e merece

\* Universidade Federal de Juiz de Fora, ICB, Departamento de Nutrição – Juiz de Fora, MG. E-mail: marcilene-tomaz@hotmail.com.

\*\* Universidade Federal de Juiz de Fora, Faculdade de Medicina, Departamento de Saúde Coletiva – Juiz de Fora, MG. Email: ramos.aam@gmail.com.

\*\*\* Universidade Federal de Juiz de Fora, ICB, Departamento de Nutrição – Juiz de Fora, MG. E-mail: larissalouresmendes@gmail.com.

destaque, particularmente, por esse ser um hábito dietético comum, durante a infância e adolescência (SWEETMAN et al, 2008). Cabe destacar, que de acordo com Associação Brasileira das Indústrias de Refrigerantes e Bebidas Não Alcoólicas o refrigerante é uma bebida industrializada, não alcoólica, carbonatada, adicionada de aromas, com alto poder refrescante (ABIR, 2008).

Estudos mostram que o aumento do consumo de refrigerante substitui ou reduz o consumo de outras bebidas importantes, como por exemplo, a água, o leite e os sucos naturais (SWEETMAN et al, 2008). Além disso, o excesso de açúcar presente nos refrigerantes e no seu consumo excessivo pode causar cáries, diminuição da massa óssea, excesso de peso, gastrite e diabetes tipo 2 (SOHN; EBBELING; MALIK, 2006; MONTONEN, 2007; PEREIRA; FIORITO, 2009; SLATER, 2010). Em alguns casos o seu consumo excessivo também pode favorecer o estresse, a hiperatividade, bem como hipertensão e aumento dos níveis de triglicérides sanguíneos, do colesterol total e da fração da lipoproteína de baixa densidade (LDL-colesterol) (WELSH, 2010; BROWN, 2011).

Ressalta-se ainda que, atualmente, não existem recomendações que limitem a ingestão de refrigerantes para o público infantil. De acordo com o Guia Alimentar Brasileiro é importante estimular o consumo de uma maior variedade de alimentos “in natura”, que incluam pães, cereais, frutas e hortaliças, utilizando-se sal e açúcar com moderação. Além disso, o guia orienta para a redução no consumo de bebidas processadas com alta concentração de açúcar, categoria de alimentos que inclui os refrigerantes (BRASIL, 2006).

Diante do exposto, o objetivo deste estudo foi verificar o perfil do consumo de refrigerantes e fatores relacionados aos hábitos alimentares de crianças e adolescentes do primeiro ao nono ano escolar de cinco escolas municipais da região nordeste de Juiz de Fora.

## 2 MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo transversal realizado com crianças e adolescentes do 1º ao 9º ano do ensino fundamental, matriculadas em cinco escolas municipais da região nordeste de Juiz de Fora onde foram avaliadas. Este estudo faz parte de um projeto maior intitulado EDUCANVISA – Educação em Saúde – que é uma iniciativa da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) com objetivo de promover ações e estratégias em educação e comunicação em saúde para formar cidadãos

mais conscientes quanto aos assuntos referentes à vigilância sanitária.

De acordo com o censo demográfico, o município de Juiz de Fora localizado na Zona da Mata Mineira, possui 516.247 habitantes e 120 escolas municipais (IBGE, 2010; Superintendência Regional de Educação, 2013). As escolas incluídas no presente estudo foram selecionadas por já terem participado do projeto EDUCANVISA anteriormente, e professores e gestores se mostraram interessados em participar do programa, disponibilizando espaço físico e horário em sua grade curricular para o desenvolvimento das atividades. Todos os alunos foram convidados a participar do projeto, porém, para isto deveriam ter autorização dos pais ou responsáveis.

O grupo de alunos contemplados no estudo em cada escola foi escolhido de acordo com a adesão dos professores ao projeto, limitando-se a dez salas por escola, totalizando 1024 estudantes. Cabe ressaltar que para este estudo foram utilizados dados de 567 estudantes referentes aos alunos que concomitantemente responderam ao questionário da avaliação dietética e fizeram a avaliação antropométrica.

Para avaliação dietética dos alunos foi utilizado um questionário específico contendo questões relativas aos hábitos alimentares, frequência de refeições durante o dia em casa e na escola e frequência de alimentos por grupos consumidos.

A avaliação do perfil nutricional foi realizada por meio de medidas antropométricas, utilizando-se dados de peso e altura, coletadas no ambiente escolar. O Índice de Massa Corporal (IMC) foi utilizado para avaliar o perfil nutricional dos estudantes e foi determinado pela relação entre peso (kg) e altura ao quadrado (m<sup>2</sup>) (WHO, 1998). Os escolares foram classificados como: baixo peso, eutrofia, sobrepeso ou obesidade, a partir do IMC por idade, segundo os limites propostos pela OMS (WHO, 2007).

Para o presente estudo foram calculadas frequências absolutas e relativas das variáveis estudadas e o teste do Qui-quadrado foi utilizado para analisar associações entre as variáveis categóricas. Para as análises foi utilizado o nível de significância de 5% ( $p \leq 0,05$ ). Os dados foram processados e analisados utilizando-se o programa Statistical Software for Professional (STATA), versão 13.0.

O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa envolvendo seres humanos do Hospital Universitário da Universidade Federal de Juiz de Fora – HU/ UFJF e os pais ou responsáveis pelos

escolares autorizaram a participação por meio da assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido.

### 3 RESULTADOS

Participaram do presente estudo 567 estudantes, com idade média de 11,43 e desvio padrão de  $\pm 2,23$  anos, sendo que 51,3% eram do sexo masculino e 48,7% eram do sexo feminino. Para o IMC, verificou-se que a maioria das crianças e adolescentes participantes do projeto estavam eutróficos (72,3%).

Na figura 1 estão apresentados os dados verificados como hábitos não saudáveis, onde se observou que 97% das crianças e adolescentes relataram consumir refrigerantes, 94% relataram consumir doces e 90,4% relatavam assistir televisão durante as principais refeições.

Em relação ao consumo de refrigerantes, 57,2% dos estudantes relataram consumir algumas vezes na semana,



para os doces foi verificado que 57,2% consumiam diariamente. Para o tipo de líquido consumido durante o almoço verificou-se que 88,6% relataram consumir refrigerante, sucos e outros.

Figura 1 — Percentual dos marcadores de hábitos não saudáveis.

Fonte — Os autores.

No que diz respeito aos hábitos saudáveis (figura 2), verificou-se que, 85% das crianças e adolescentes tomam café da manhã, sendo que destes, 97,3% fazem a refeição em casa. Ao avaliar o consumo de frutas observou-se que a maioria das crianças e adolescentes relatou consumi-las (96,4%) e no que se refere à frequência 61,4% relataram consumi-las algumas vezes na semana sendo que 38,6% consumiam diariamente.

Para o consumo de líquido no intervalo da escola, 79,2% relataram tomar algum tipo de líquido, sendo que 65,6% relataram consumir com mais frequência água e leite e 34,4% refrigerantes, sucos ou outros. Verificou-se ainda que 82% dos estudantes relataram tomar líquido mesmo sem sede, destes 53,3% relataram consumir com mais frequência água e leite e 46,7% consumiam refrigerantes, sucos ou outros.

Figura 2 — Percentual dos marcadores de hábitos saudáveis.



Fonte — Os autores.

No que se refere ao consumo de refrigerantes foram verificadas diferenças significativas ( $p < 0,05$ ) em relação ao consumo de doces, hábito de assistir televisão durante as principais refeições e ao consumo de líquidos durante o almoço. Verificou-se um maior percentual do consumo de refrigerantes entre as crianças e adolescentes que consome doces (94,5%) e assiste televisão durante as principais refeições (91,2%). Além disso, a maioria das crianças e adolescentes que consomem refrigerantes também tomam líquidos durante o almoço (94,7%) (figura 3).

Figura 3 — Percentual das variáveis associadas ao consumo de refrigerante.



Fonte — Os autores.

### 4 DISCUSSÃO

No presente estudo, observou-se que a maioria dos estudantes relatou ter o hábito de consumir refrigerantes, comer doces e assistir televisão durante as principais refeições frequentemente. Alguns estudos também encontraram resultados semelhantes para o consumo de refrigerantes e doces em crianças e adolescentes (FLORES; ZANINE, 2013). Malta e colaboradores realizaram um estudo transversal, com escolares do 9º ano de escolas públicas e privadas das capitais dos estados brasileiros e do Distrito Federal e encontraram resultados englobando os três tipos de hábitos inadequados como neste estudo (MALTA et al, 2010).

Em relação aos refrigerantes sabe-se que este é um líquido calórico e, como tal, possuem em sua composição substâncias como o sódio, carboidratos e, principalmente o açúcar, fato que o faz ser bastante atrativo e apreciado

por crianças de todas as idades. Cabe ressaltar ainda que estudos mostram que o consumo de produtos sob a forma líquida podem ter efeitos fisiológicos diferenciados dos alimentos no estado sólido. Estudos mostram que os líquidos calóricos não ativam os centros de saciedade, o que leva o indivíduo a ter maior ingestão energética quando comparado com o consumo de alimentos sólidos (BESSA, 2008, MOURÃO, 2009).

Ressalta-se que o refrigerante, assim como o consumo de doces, pode estar associado ao aumento do peso, sendo assim, é importante que seu consumo seja limitado ou até mesmo abolido da dieta das crianças, principalmente se estas apresentam ganho de peso (LOPES, 2010).

Cabe destacar que o hábito de assistir televisão durante as principais refeições que apresentou alta frequência (90,4%) neste estudo e pode estar relacionado com um consumo alimentar inadequado em crianças e adolescentes. Rossi e colaboradores encontraram associação significativa entre o hábito de assistir televisão e a ingestão alimentar, verificando-se que crianças e adolescentes que despendem maior tempo com a televisão tendem a ingerir menos frutas e verduras e mais porções de salgadinhos, doces e bebidas com elevado teor de açúcar (ROSSI et al, 2010). Além disso, assistir televisão durante as refeições distrai a atenção da comida, fazendo com que ocorra diminuição da capacidade de registro da quantidade de alimentos ingeridos, e assim, grandes volumes são consumidos sem a percepção da saciedade. Os resultados da PeNSE 2009, apontaram que é muito elevada a proporção de jovens que passam duas ou mais horas em frente à TV (79,5%).

Estudos demonstram que o consumo frequente de doces e refrigerantes atrelado ao hábito de assistir televisão durante as refeições constitui um hábito alimentar inadequado e contribui para hábitos sedentários limitando a realização de atividades importantes, como brincar, ler, praticar atividades físicas e interagir com amigos e familiares. Além disso, o público infantil é o principal alvo de propagandas indiscriminadas vinculadas a alimentos e bebidas açucaradas (CARVALHO, 2009; FLORES, 2013).

A maioria das crianças e adolescentes deste estudo relatou consumir refrigerantes, sucos ou outros líquidos durante o almoço (88,6%). O consumo de líquidos durante as refeições não é aconselhável e deve ser controlado, pois pode ocorrer distensão gástrica e estímulo de saciedade precocemente, diminuindo a ingestão de alimentos mais nutritivos. Ressalta-se ainda que a capacidade gástrica infantil é reduzida em comparação com a de um adulto e o foco principal do momento é a refeição, logo deve ser ofertada após a refeição, de preferência água e sucos naturais (SILVA, 2009; WEFFORT, 2011).

Foi observado também, neste estudo, que a maioria das crianças e adolescentes relatou ingerir frutas algumas vezes na semana, o que constitui um marcador de alimentação saudável. O consumo adequado do grupo das frutas, legumes e verduras tem sido apontado como um fator protetor para a ocorrência de obesidade e outras doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) na medida em que esses alimentos poderiam substituir outros alimentos que possuem elevado valor energético e reduzido valor nutritivo, como cereais, grãos processados e açúcar refinado, muito comuns na preparação de alimentos industrializados e fast food, além de tornar o organismo mais resistente contra infecções (BRASIL, 2006). Porém, a maioria dos estudos encontram resultados insatisfatórios relativos ao consumo de frutas, legumes e verduras em crianças e adolescentes (ENES, 2008; POLLA, 2011).

Ressalta-se que apesar da maioria das crianças e adolescentes do estudo estarem eutróficas (72,3%), foi verificada uma frequência de 25,8% de excesso de peso, o que de acordo com a prevalência de estudos nacionais são valores elevados, na PeNSE (IBGE, 2009) foi verificada uma prevalência de 23,2% de excesso de peso entre os adolescentes. Ressalta-se também que no presente estudo não houve associação entre o consumo de refrigerantes e o estado nutricional dos estudantes ( $p > 0,05$ ). No entanto, outros estudos brasileiros identificaram que o consumo de refrigerantes apresentou associação importante entre escolares que tinham excesso de peso e obesidade (LOPES, 2010; POLLA, 2011).

## 5 CONCLUSÃO

Foi possível observar por meio dos resultados deste estudo que as crianças e adolescentes do presente estudo apresentaram uma frequência elevada de consumo de refrigerantes, doces e açúcares atrelados ao hábito de assistir televisão durante as refeições, ressalta-se que tais hábitos são inadequados e favorecem o desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis. Contudo, foram verificados também hábitos alimentares adequados que são considerados fatores de proteção para as doenças crônicas não transmissíveis. Além disso, esses resultados chamam a atenção, pois hábitos alimentares inadequados quando consolidados, principalmente durante a infância, período de criação e estabelecimento dos hábitos alimentares do indivíduo poderão refletir no seu futuro.

Diante desse quadro, se faz necessárias ações voltadas para a promoção de hábitos alimentares saudáveis através de educação alimentar e nutricional nas escolas, contando com professores e profissionais da área da nutrição e também com a orientação dos pais para evitar o consumo de refrigerantes e outros alimentos não saudáveis em casa e na escola.

# Consumption of soft drinks and factors related to eating habits of children and adolescents in the northeast region of Juiz de Fora

## ABSTRACT

The aim of this paper was to investigate the profile of soft drink consumption and poor habits of children and adolescents from first to ninth-grade year five public schools in the northeast region of Juiz de Fora. The study included 567 students with an average age of 11.43 (+2.23) years, of both sexes, enrolled in elementary school. For dietary assessment of students was used questionnaire containing questions relating to eating habits. In addition, anthropometric measurements of students who were with the consent form signed by parents was conducted. Data were processed and analyzed using STATA version 9.0, where we calculated the frequencies of the variables and the chi-square test. Was observed with the results found that the majority of children and adolescents reported consuming soft drinks (97%), eating sweets (94%), watching television during main meals (90.4%) and eating fruits (96.4%). For BMI, it was found that most eutrophic (72.3%). For the consumption of soft drinks was found higher percentage of its consumption among children and adolescents also consume sweets (94.5%) and watching television during main meals (91.2%). It was observed that, in this study students showed worrying results, especially with regard to the high consumption of sweets and soft drinks, irrespective of the nutritional and linked to the habit of watching television during meals state. Given this framework, actions are needed to promote healthy eating habits in school and family counseling.

**Keywords:** soft drinks, food consumption, children and adolescents.

## REFERÊNCIAS

- ABIR. **Associação Brasileira das Indústrias de Refrigerantes e de Bebidas Não Alcoólicas. Histórico do setor.** Disponível em: <<http://abir.org.br/categoria/o-setor/panorama/>>. Acesso em: 23 ab. 2013.
- BATISTA FILHO, M.; RISSIN, A. A transição nutricional no Brasil: tendências regionais e temporais. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 19, p. S181-S191, 2003. Suplemento 1.
- BESSA, M. et al. Ingestão de alimentos fluidos e risco de excesso de peso em crianças. **Acta Medica Portuguesa**, Portugal, v.21, p. 161-170, fev. 2008.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Coordenação Geral da Política de Alimentação e Nutrição. **Guia alimentar para a população brasileira.** Brasília. 2006. Disponível em: <[http://189.28.128.100/nutricao/docs/geral/guia\\_alimentar\\_conteudo.pdf](http://189.28.128.100/nutricao/docs/geral/guia_alimentar_conteudo.pdf)> acesso em 05 maio 2013.
- BROWN, I. J. et al. Sugar-sweetened beverage, sugar intake of individuals, and their blood pressure: International Study of Macro/Micronutrients and Blood pressure. Hypertension: **Journal of the American Heart Association**, Dallas, TX, v. 57, n. 2, p. 695-701, fev. 2011.
- CARVALHO, E. B. **Influência das propagandas de televisão na alimentação de crianças e adolescentes.** In: BOCCALETTO, E. M. A.; MENDES, R. T. (Org). Alimentação, atividade física e qualidade de vida dos escolares do município de Vinhedo, SP. Campinas: Ipes Editorial, 1 ed., v. 1, p. 23-30, 2009.
- EBBELING, C. B. et al. Effects of decreasing sugar-sweetened beverage consumption on body weight in adolescents: a randomized, controlled pilot study. **Pediatrics**; Burlington, VT, v. 117, n. 3, p.673–680, mar. 2006.
- ENES, C. C.; PEGOLO, G. E.; SILVA, M. V. Hábitos alimentares de adolescentes residentes em áreas rurais da cidade de Piedade, São Paulo. **Nutrire: revista da sociedade brasileira de alimentação e nutrição**, São Paulo, SP, v. 33, n. 2, p. 99-110, ago. 2008.
- FIDELIS, C. M. F.; OSÓRIO, M. M. Consumo alimentar de macro e micronutrientes de crianças menores de cinco anos no Estado de Pernambuco, Brasil. **Revista Brasileira saúde materno infantil**, Recife, PE, v. 7, n. 1, p. 63-74, jan./mar., 2007.
- FIORITO, L. M. et al. Beverage intake of girls at age 5 y predicts adiposity and weight status in childhood and adolescence. **The American Journal Clinical Nutrition**; Houston, TX, v. 90, p. 935–942, out. 2009.
- FLORES, T. R. et al. Consumo de refrigerantes entre escolares de séries iniciais da cidade de Pelotas, Rio Grande do Sul. **Revista Ciência & Saúde**, Porto Alegre, RS, v. 6, n. 1, p. 59-66, jan./abr. 2013.
- IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar 2009.** Rio de Janeiro. IBGE. 2009. Disponível em: <<http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/pense/pense.pdf>>. Acesso em 23 ab. 2013.
- IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Censo Demográfico 2010.** Disponível em: <<http://www.censo2010.ibge.gov.br>>. Acesso em 23 ab. 2013.

- IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Pesquisa de orçamentos familiares 2008-2009**: Análise do consumo alimentar pessoal no Brasil. Rio de Janeiro. IBGE. 2011. Disponível em: <[http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/condicaodevida/pof/2008\\_2009\\_analise\\_consumo/pofanalise\\_2008\\_2009.pdf](http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/condicaodevida/pof/2008_2009_analise_consumo/pofanalise_2008_2009.pdf)>. Acesso em 23 ab. 2013
- LOPES, P. C. S.; PRADO, S. R. L. A.; COLOMBO, P. Fatores de risco associados à obesidade e sobrepeso em crianças em idade escolar. **Revista brasileira de enfermagem**, vol. 63, no.1, Brasília, jan./ fev. 2010.
- MALIK, V. S; SCHULZE, M. B; HU, F. B. Intake of sugar-sweetened beverages and weight gain: a systematic review. **The American Journal Clinical Nutrition**, Houston, TX, v. 84, p. 274–288, aug. 2006.
- MALTA, D. C. et al. Prevalência de fatores de risco e proteção de doenças crônicas não transmissíveis em adolescentes: resultados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), Brasil, 2009. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 15, Suppl. 2, p. 3009-3019, out. 2010.
- MONTONEN, J. et al. Consumption of sweetened beverages and intakes of fructose and glucose predict type 2 diabetes occurrence. **The Journal of Nutrition**; Houston, TX, v. 137, no. 6, p. 1447–1454, june 2007.
- MOURÃO, D. M.; BRESSAN, J. Influência de alimentos líquidos e sólidos no controle do apetite. **Revista de Nutrição**, Campinas, SP, v. 22, n. 4, p.537-547, jul./ago., 2009.
- PEREIRA, G. A. P. et al. Cálcio Dietético – Estratégias para Otimizar o Consumo. **Revista Brasileira de Reumatologia**, São Paulo, SP, v. 49, n. 2, p.164-180, mar./ ab. 2009.
- POLLA, S. F.; SCHERER, F. Perfil alimentar e nutricional de escolares da rede municipal de ensino de um município do interior do Rio Grande do Sul. **Cadernos Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 19, n. 1, p.111-116, ab./ jun 2011.
- ROSSI, C. E. et al. Influência da televisão no consumo alimentar e na obesidade em crianças e adolescentes: uma revisão sistemática. **Revista de Nutrição**, Campinas, SP, v. 23, n. 4, p. 607-620, jul./ ago. 2010.
- SILVA, C. C. **Alimentação e Crescimento Saudável em Escolares**. In: BOCCALETTO, E. M. A.; MENDES, R. T. (Org.). Alimentação, atividade física e qualidade de vida dos escolares do município de Vinhedo, SP. 1 ed. Campinas: Ipes Editorial, v. 1, p. 15-21, 2009.
- SLATER, P. J. et al. Patterns of soft drink consumption and primary tooth extractions in Queensland children. **Australian Dental Journal**, Australia, v. 55, p. 430–435, dec. 2010.
- SOHN, W; BURT, B. A; SOWERS, M. R. Carbonated soft drinks and dental caries in the primary dentition. **Journal of Dental Research**, Boston, v. 85, no. 3, p. 262–266, march 2006.
- SWEETMAN, C; WARDLE, J; COOKE, L. Soft drinks and ‘desire to drink’ in preschoolers. **International Journal Behavioral Nutritional and Physical Activity**, Londres, v. 5, p. 60, dec. 2008.
- TRICHES, R. M.; GIUGLIANI, E. R. J. Obesidade, práticas alimentares e conhecimentos de nutrição em escolares. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 39, n. 4, p. 541-547, ago. 2005.
- WEFFORT, V. R. S. et al. Lanche Saudável - **Manual de orientação**. Sociedade Brasileira de Pediatria. Departamento Científico de Nutrologia, São Paulo. 2011. Disponível em: <[http://www.sbp.com.br/pdfs/Manual\\_Lanche\\_saudavel\\_04\\_08\\_2012.pdf](http://www.sbp.com.br/pdfs/Manual_Lanche_saudavel_04_08_2012.pdf)> Acesso em: 5 maio 2013.
- WELSH, J. A. et al. Caloric sweetener consumption and dyslipidemia among US adults. **The Journal of the American Medical Association**, Chicago, v. 303, no. 15, p. 1490–1497, apr. 2010.
- WHO. World Health Organization . Obesity: Preventing and managing the global epidemic. **Report of a WHO**. Consultation on Obesity. Geneva: 1998. Disponível em: <[http://www.who.int/nutrition/publications/obesity/WHO\\_TRS\\_894/en/](http://www.who.int/nutrition/publications/obesity/WHO_TRS_894/en/)> Acesso em: 5 maio 2013.
- WHO. World Health Organization. Growth reference data for 5-19 years. Geneva: **WHO**, 2007. Disponível em: <<http://www.who.int/growthref/en/>>. Acesso em 17 ab. 2013.
- ZANINE, R. V. et al. Consumo diário de refrigerantes, doces e frituras em adolescentes do Nordeste brasileiro. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 18, n. 12, p. 3739-3750, dez. 2013.

Enviado em //

Aprovado em //