



CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA – UniCEUB
FACULDADE DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO E SAÚDE
CURSO DE NUTRIÇÃO

PRÁTICAS ALIMENTARES E CONSUMO DE ÁLCOOL ENTRE
UNIVERSITÁRIOS

Luana Silva Pereira
Maria Cláudia da Silva

Brasília, 2016

2 RESUMO

O consumo de álcool vem crescendo e se tornado um problema preocupante entre os jovens, principalmente estudantes universitários de acordo com o I Levantamento Nacional Sobre o Uso de Álcool, Tabaco, e Outras Drogas entre Universitários das 27 Capitais Brasileiras (2010). Este estudo teve como objetivo analisar as práticas alimentares de universitários consumidores de álcool de uma faculdade do Distrito Federal. Foram entrevistados 30 estudantes universitários do curso de nutrição, sendo 15 ingressantes e 15 egressos. Foram avaliados IMC, e aplicado recordatório habitual e um questionário referente ao consumo de bebidas alcoólicas. Obteve-se resultados que 66,7% (20) dos universitários consomem bebidas alcoólicas enquanto que 33,3% (10) não consomem e em ambos grande parte dos estudantes encontravam-se eutróficos. Concluiu-se que o consumo de bebidas alcoólicas é preocupante devido ao risco de doenças, como câncer e doenças hepáticas além de ser um fator de risco para obesidade.

Palavras-chave: bebidas alcoólicas; universitários; hábitos alimentares; IMC.

3 INTRODUÇÃO e JUSTIFICATIVA

O álcool é uma substância psicoativa com propriedades produtoras de dependência que tem sido amplamente utilizada em muitas culturas ao longo dos séculos por ter efeitos positivos de relaxamento, de socialização e até mesmo terapêuticos quando é moderado (WHO ; FLACSO, 2014).

Segundo a última Pesquisa de Orçamentos Familiares - POF (BRASIL, 2009) que investigou o consumo de alimentos e outros produtos a partir dos gastos familiares houve aumento no consumo de bebidas alcoólicas nos últimos 40 anos, num ritmo médio de cerca de 2,5% ao ano (FLACSO, 2012).

No Brasil, o consumo total estimado é equivalente a 8,7L/ano por pessoa, quantidade superior à média mundial. Estima-se que homens consumam 13,6L por ano, e as mulheres, 4,2L por ano. Quando são considerados apenas os indivíduos que consomem álcool, esta média sobe para 15,1L de álcool puro por pessoa, sendo mulheres: 8,9L e homens: 19,6L (CISA, 2014a).

Esse crescente consumo de bebidas alcoólicas tem se tornado um problema relevante de saúde pública devido aos diversos danos decorrentes do seu uso excessivo, podendo afetar a vida social, familiar, e a saúde do indivíduo inclusive os seus hábitos alimentares. Em 2012, cerca de 3,3 milhões de mortes, ou 5,9% de todas as mortes globais, foram atribuídas ao consumo de álcool (FLACSO, 2012; OMS, 2014).

De acordo com o I Levantamento Nacional Sobre o Uso de Álcool, Tabaco, e Outras Drogas entre Universitários das 27 Capitais Brasileiras (2010), o consumo de álcool vem crescendo e se tornado um problema preocupante entre os jovens, principalmente estudantes universitários.

Estudos apontam que um alcoolista crônico é desnutrido devido a vários fatores, tais como hábitos alimentares errados, déficit de absorção, e privações de macro e micro nutrientes (REIS; RODRIGUES, 2003).

O I Levantamento Nacional sobre os Padrões de Consumo de Álcool na População Brasileira (2007) que investigou em detalhes como o brasileiro bebe, quais são os problemas associados com o uso do álcool no Brasil e quantos brasileiros fazem uso nocivo ou são dependentes do álcool apontou que 23% dos entrevistados assinalaram que deixaram de fazer diversas refeições enquanto bebiam e que por isso ficaram alcoolizados por vários dias seguidos.

Portanto, diante do exposto, o objetivo desse trabalho é investigar as práticas alimentares e a relação com o consumo de bebidas alcóolicas de estudantes universitários no início e fim de curso e quais as consequências negativas no estado nutricional e na saúde.

4 OBJETIVOS

2.1 Objetivo geral

Analisar as práticas alimentares de universitários consumidores de álcool do curso de nutrição de uma faculdade do Distrito Federal.

2.2 Objetivos específicos

- ✓ Analisar o hábito alimentar dos participantes através do recordatório habitual dos entrevistados.
- ✓ Identificar dados sócio demográficos de estudantes do curso de nutrição consumidores de álcool.
- ✓ Investigar a relação do consumo de álcool o com hábito alimentar.
- ✓ Observar quais possíveis complicações para a saúde associadas a esses hábitos alimentares.

5 MATERIAIS E METODOS

5.1 Sujeitos da Pesquisa

Foram entrevistados 30 estudantes, sendo 15 ingressantes e egressos de uma faculdade particular do Distrito Federal.

4.2 Desenho do estudo

Trata-se de um estudo de caráter descritivo, do tipo transversal.

4.3 Metodologia

Antes do início da pesquisa o trabalho foi enviado ao Comitê de Ética em Pesquisa para a sua aprovação. Foram convidados alunos do 2º e 7º semestre, os alunos interessados em participar permaneceram na própria sala de aula onde os questionários foram aplicados. Primeiramente, todos os estudantes que concordaram em participar assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (Apêndice A).

A pesquisa ocorreu em dias diferentes em cada turma e em duas etapas: A primeira etapa consistiu na solicitação do preenchimento de 1 recordatório habitual (Apêndice B), que foi utilizado para verificar a ingestão alimentar, tais como horários e refeições, tipo de alimento e quantidade, e do questionário sobre bebidas alcoólicas (Apêndice D). A segunda onde foi entregue uma ficha (Apêndice C) para que os estudantes preenchessem com dados antropométricos referidos, peso e altura para a classificação de IMC (Índice de Massa Corpórea).

4.4 Análise de dados

Na análise dos dados obtidos através dos recordatório, foi utilizado o Programa Online de Avaliação Nutricional (AVANUTRI, 2016). Foram utilizados os valores de referência de macro nutrientes das DRI's. Sendo a faixa de distribuição aceitável de macro nutrientes propostas pelo Institute of Medicine (2002): 45 a 65% VET de Carboidratos; 20 a 35% VET de Lipídios; 10 a 35% VET de Proteínas (FRANCESCHINI et al, 2005). Os dados foram apresentados em gráficos e tabelas

Para a classificação do IMC para adultos foi utilizada a proposta da OMS (WHO, 1995). Sendo os Pontos de corte estabelecidos: $<16,0$ = Magreza grau III; $16,0 - 16,9$ = Magreza grau II; $17,0-18,4$ = Magreza grau I; $18,5 - 24,9$ = Eutrofia; $25,0 - 29,9$ = Pré-obeso; $30 - 34,9$ Obesidade grau I; $35,9 - 39,9$ = Obesidade grau II e ≥ 40 = Obesidade grau III. Os resultados serão apresentados em forma de gráficos. Para a tabulação dos dados obtidos através do questionário sobre o consumo de bebidas alcoólicas foi utilizado o programa Excel (Versão 2016).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Perfil dos alunos entrevistados

Na figura 01, está representado o perfil dos estudantes entrevistados, entre os eles 83% (n=25) eram do sexo feminino e apenas 17% (n=5) do sexo masculino.

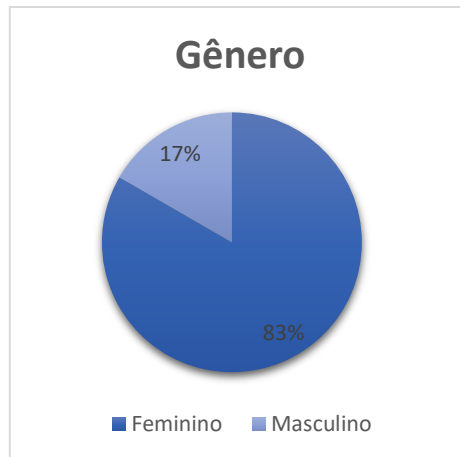


Figura 01 – Gráfico sobre o gênero dos alunos entrevistados.

A respeito da idade dos estudantes apresentada na Figura 2, 86,7% se encontram na faixa etária entre 18 a 29 anos, e somente 13,3% estavam acima dos 30 anos.

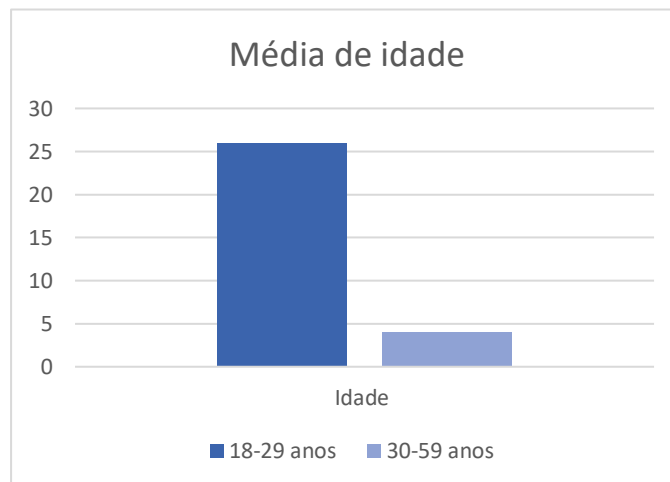


Figura 2- Idade dos alunos entrevistados.

Como pode- se observar na Figura 2, grande parte dos universitários são jovens, e esse é o público que mais consome bebidas alcólicas de forma preocupante. Estudos mostram que o consumo de álcool está associado com a entrada na universidade, pois é quando se inicia diversas mudanças na vida dos

jovens, onde fazem novas amizades e tornam-se mais independentes (BAUMGARTEN; GOMES; FONSECA, 2012).

Neste presente estudo a média da idade dos estudantes era 22 anos, semelhante ao estudo sobre o álcool entre estudantes universitários de Pedrosa (2011), onde a idade média foi de 21,3 anos de idade.

Quanto ao consumo de bebidas alcólicas demonstrado na Figura 3, no total dos 30 entrevistados 10 relataram não consumir bebidas alcólicas, sendo que 6 (40%) são ingressos no curso de nutrição e 4 (26,7%) são egressos. Já 60% (n=9) dos alunos que estão iniciando o curso afirmaram o consumo de bebidas alcólicas e 73,3% dos que estão finalizando relataram o consumo.

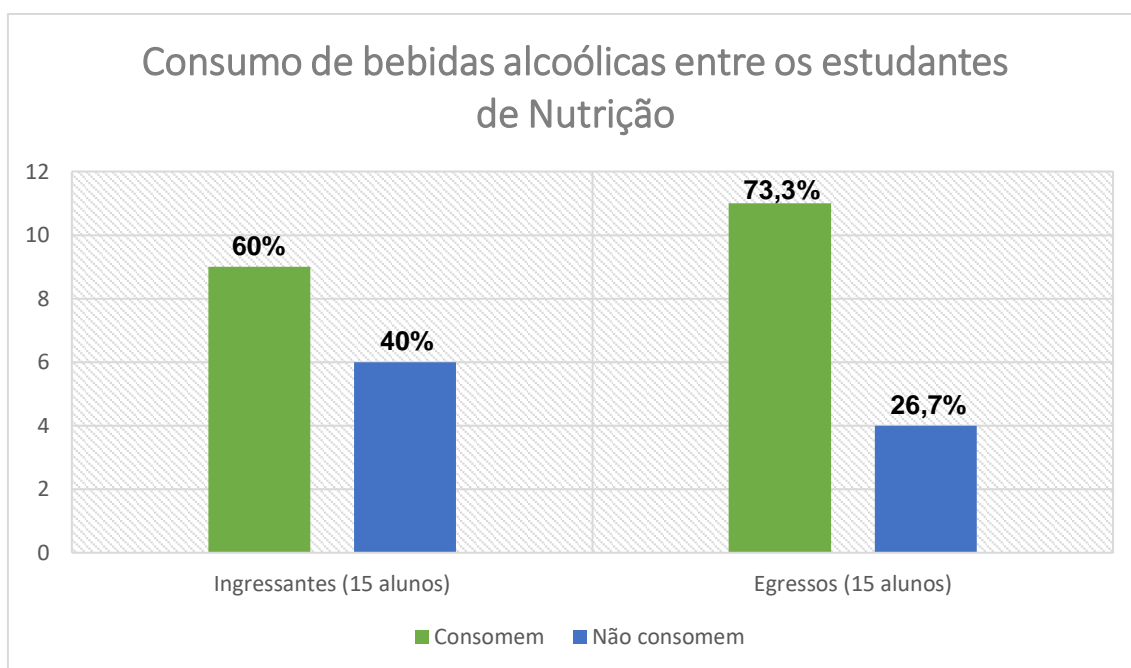


Figura 3 – Gráfico sobre o Consumo de bebidas alcólicas entre os estudantes de Nutrição.

Neste estudo o número de estudantes que consomem bebidas alcólicas é maior do que os não consomem pois 66,7% (20) consomem e 33,3% (10) não consomem, enquanto que no estudo de Bezerra (2012), 41% dos estudantes afirmaram fazer o consumo de álcool nos finais de semana e em outras ocasiões. Enquanto que a maior parte dos estudantes equivalente a 59% relatou nunca ter feito ingestão de bebidas alcólicas.

Observa-se na Tabela 1, a classificação do IMC dos estudantes do curso de Nutrição que consomem e que não consomem bebidas alcólicas, sendo que dos

estudantes que consomem (20), 80% (16) estavam eutróficos, 10% (2) foram classificados com magreza grau I, magreza grau II e sobrepeso apresentaram apenas 5% igualmente. Já quanto aos alunos que não consomem (10), 80% (8) também se encontravam eutróficos, 10% (1) dos estudantes foram classificados em magreza grau I e 10% (1) com sobrepeso.

Tabela 1 – Classificação do IMC dos estudantes do curso de Nutrição que consomem e não consomem álcool

| Classificação IMC | Consumem (20) | | Não Consumem (10) | |
|--------------------------|----------------------|----------|--------------------------|----------|
| | n | % | n | % |
| Magreza Grau I | 2 | 10 | 1 | 10 |
| Magreza Grau II | 1 | 5 | - | - |
| Magreza Grau III | - | - | - | - |
| Eutrófico | 16 | 80 | 8 | 80 |
| Sobrepeso | 1 | 5 | 1 | 10 |
| Obesidade Grau I | - | - | - | - |
| Obesidade Grau II | - | - | - | - |
| Obesidade Grau III | - | - | - | - |

Em um estudo transversal realizado com 178 universitárias do curso de Nutrição da Universidade Federal de Ouro Preto (MG) demonstrou que 83,3% das universitárias estavam classificadas como eutróficas de acordo com o IMC. Porém as universitárias que relataram o consumo de bebidas alcoólicas apresentaram médias maiores nos parâmetros antropométricos (SILVA, 2011).

Embora neste estudo não se obteve uma diferença extremamente significativa na classificação do IMC entre estudantes que consomem e os que não consomem álcool, é importante ressaltar que cada indivíduo apresenta uma resposta diferenciada ao consumo do álcool, devido aos fatores individuais e possivelmente a fatores genéticos desconhecidos (KACHANI, 2008).

Além disso, observa-se que apesar da maioria dos estudantes estarem em eutrofia, no total 20% dos estudantes encontravam-se em risco nutricional, classificados com Magreza Grau I e II e sobrepeso. Sendo alarmante esse resultado, levando em conta que são estudantes do curso de nutrição e tem consciência a respeito dos riscos classificados através do estado nutricional.

Na Tabela 2 estão apresentados os valores da ingestão de macro nutrientes classificados em hiper, normo e hipo. Considerando os valores recomendados (normo), sendo 45 a 65% VET de Carboidratos; 20 a 35% VET de Lipídios; 10 a 35% VET de Proteínas (FRANCESCHINI et al, 2005). Na Tabela 2, Pode-se observar a ingestão de macronutrientes dos estudantes que consomem (20) e que não consomem bebidas alcoólicas (10), onde nenhum dos indivíduos apresentou baixa ingestão de proteínas.

Tabela 2 – classificação da ingestão de macro nutrientes em estudantes que consomem e que não consomem bebidas alcoólicas.

| | Hipo | | Normo | | Hiper | |
|------------|----------|--------------|----------|--------------|----------|--------------|
| | Consomem | Não consomem | Consomem | Não consomem | Consomem | Não consomem |
| CHO | 40% (8) | 20% (2) | 55% (11) | 70%(7) | 5% (1) | 10% (10) |
| PTN | - | - | 90% (18) | 80% (8) | 10% (2) | 20% (2) |
| LIP | 10% (2) | 30% (3) | 65% (13) | 70% (7) | 25% (5) | - |

Na Tabela 3, encontra se as médias de percentagem da ingestão de macro nutrientes dos estudantes, consumidores e não consumidores de bebidas alcoólicas. Os estudantes consumidores obtiveram uma média de ingestão de 43,8% de carboidratos, enquanto os não consumidores apresentaram consumir em torno de 49,92%. Em relação às proteínas, os consumidores alcançaram uma média de 25,77% e os não consumidores de 25,22%. E quanto aos lipídios, os estudantes consumidores chegaram a fazer a ingestão de 30,69% e os estudantes que não consomem bebidas alcoólicas resultaram uma média 24,75%.

Tabela 3 – Média de percentagem da ingestão de macro nutrientes de estudantes consumidores e não consumidores de bebidas alcoólicas.

| | <i>Carboidratos</i> | <i>Proteínas</i> | <i>Lipídios</i> |
|------------------------------------|---------------------|------------------|-----------------|
| Estudantes consumidores (n=15) | 43,8% | 25,77% | 30,69% |
| Estudantes não consumidores (n=10) | 49,92% | 25,22% | 24,75% |

Dos 20 estudantes que fazem o consumo de bebidas alcoólicas, todos relataram fazer consumir algum alimento acompanhando a ingestão de bebidas alcoólicas.

Na Tabela 4, estão apresentados os alimentos que são consumidos, sendo que a maioria 50% (10) dos estudantes consomem carnes ou frios/embutidos e apenas 5% (1) costuma consumir massas acompanhando a ingestão de bebidas alcoólicas.

Tabela 4- Tipo de alimentos consumidos associado a ingestão de bebidas alcoólicas.

| Tipo de alimento | Consumo |
|----------------------------|----------------|
| Massas | 5% (1) |
| Carnes ou frios/ embutidos | 50%(10) |
| Frituras | 20% (4) |
| Alimentos industrializados | 25% (5) |

Deve -se ressaltar que o álcool afeta diretamente a dieta e diversos efeitos sobre o apetite, tendo em consideração a classificação de ingestão. Sendo um consumo moderado, um fator de risco para obesidade, devido a ingestão de outros alimentos logo em seguida do consumo de álcool (YEOMANS et al, 2003).

Diante disso faz- se a associação de alguns alimentos relacionados a esse consumo, como foi mostrado neste estudo onde 50% dos estudantes relataram fazer o consumo de carnes ou frios/embutidos e 25% alimentos industrializados, tendo em vista que são alimentos adicionados de sal, açúcares, nitrito e nitrato de sódio, emulsificantes e estabilizantes e outros aditivos onde existem diversos estudos relacionando os seus malefícios, além de serem alimentos que aumentam o fator de risco para obesidade e outras doenças (ROCCO, 1996; BISSACOTTI et al, 2016).

Os universitários em geral apresentam padrões característicos de uso de álcool e fatores de risco que estão relacionados ao consumo problemático, e que diferem da população geral. Assim sendo, é essencial entender todas as variáveis que podem estar relacionadas a este alarmante evento (PEUKER; FOGAÇA; BIZARRO, 2006).

Além de problemas sociais, as principais implicações relacionadas ao uso de álcool, estão os problemas de saúde, uma vez que pode causar mais de 60 tipos de doenças, principalmente ocorrências de câncer e doenças hepáticas (DE ANDRADE; DE OLIVEIRA, 2009).

Em um estudo realizado com adolescentes russos, foram apresentados vários problemas alimentares. Entre os adolescentes entrevistados, aproximadamente 50% das meninas demonstraram preocupação com o peso, ao mesmo tempo que 35% e 41,5% dos meninos e meninas respectivamente referiram comer excessivo, ainda foi apresentado que 2,6% das meninas e 3,3 dos meninos apresentaram casos relacionados a bulimia (STICKLEY, 2015).

Levando em conta o prejuízo para a saúde pública, em um estudo de Coutinho et al (2016), a respeito do Custos de doenças relacionadas ao consumo de álcool no Sistema Único de Saúde, foi estimado que são gastos US \$ 8 milhões ao ano com doenças relacionadas ao consumo de álcool, sendo que os custos de todas as 8 doenças estudadas representaram aproximadamente 0,38% do PIB brasileiro. No geral, as doenças mais significativas foram a cirrose e o câncer de orofaringe e hipertensão logo em seguida.

7 CONCLUSÕES

Baseando-se nos resultados obtidos através deste estudo pode-se concluir que a ingestão de bebidas alcoólicas entre universitários da saúde ainda é alta e preocupante sendo um problema para a saúde pública. De forma que não há diferenças significativas entre IMC de estudantes consumidores e não consumidores de bebidas alcoólicas, é válido ressaltar que existem respostas diferenciadas ao consumo do álcool, onde cada indivíduo poderá ter seu peso relacionado com esse consumo ou não, e que ainda assim, um total de 20% os estudantes estavam em risco nutricional, o que é preocupante levando em consideração que são estudantes do curso de nutrição.

Quanto as dietas, os estudantes que consomem bebidas alcoólicas obtiveram uma média maior da ingestão de lipídios, sendo 30%, enquanto os não consumidores apresentaram consumir 24,75%. Considerando que o álcool tem diversos efeitos sobre o apetite, todos os estudantes que consomem álcool relataram a ingestão de alimentos calóricos logo em seguida ao consumo de bebidas alcoólicas.

Deste modo, conclui-se que o álcool é um fator de risco para diversas doenças, além do seu consumo exagerado ser um gasto para saúde pública, portanto é importante ressaltar que deve ser trabalhada a conscientização dos estudantes universitários, principalmente estudantes da área da saúde através de projetos, pesquisas de campo e estudos a respeito dos prejuízos e consequências do álcool tanto para a vida social quanto para a saúde.

REFERÊNCIAS

BAUMGARTEN, Larissa Zepka; GOMES, Vera Lúcia de Oliveira; FONSECA, Adriana Dora da. **Consumo alcoólico entre universitários (as) da área da saúde da Universidade Federal do Rio Grande/RS: subsídios para enfermagem.** Esc. Anna Nery Rev. Enferm, v. 16, n. 3, p. 530-535, 2012.

BISSACOTTI, Anelise Pigatto; ANGST, Carmen Andréia; DE FREITAS SACCOL, Ana Lúcia. Implicações dos aditivos químicos na saúde do consumidor. **Disciplinarum Scientia| Saúde**, v. 16, n. 1, p. 43-59, 2016.

BEZERRA, Bruno; GONÇALVES, Flávia Amaro. **PERFIL NUTRICIONAL DE ESTUDANTES DO CURSO DE NUTRIÇÃO EM UMA FACULDADE PARTICULAR DE MANAUS-AM.** 2012. Disponível em <<http://repositorio.inpa.gov.br/bitstream/123/497/1/BRUNO%20BEZERRA%20TAVARES.pdf>>

BRASÍLIA. Secretaria Nacional Antidroga. **I Levantamento Nacional sobre o uso de álcool, tabaco e outras drogas entre universitários das 27 capitais brasileiras.** Brasília, 2010. Disponível em: <<http://www.grea.org.br/userfiles/GREAILevantamentoNacionalUniversitarios.pdf>> Acesso em: 28 ago 2016.

CENTRO DE INFORMAÇÕES SOBRE SAÚDE E ÁLCOOL. **Relatório Global sobre Álcool e Saúde.** São Paulo (SP), 2014a. Disponível em: <<http://www.cisa.org.br/artigo/4429/relatorio-global-sobre-alcool-saude-2014.php>>. Acesso em: 12 abr 2016.

_____. **O que é alcoolismo?**. São Paulo (SP), 2014b. Disponível em: <<http://www.cisa.org.br/artigo/4010/-que-alcoolismo.php>>. Acesso em: 15 maio 2016.

COUTINHO, Evandro Silva Freire et al. **Cost of diseases related to alcohol consumption in the Brazilian Unified Health System.** Revista de Saúde Pública, v. 50, 2016.

DE ANDRADE, Arthur Guerra; DE OLIVEIRA, Lúcio Garcia. **Principais conseqüências em longo prazo relacionadas ao consumo moderado de álcool.** 2009.

FACULDADE LATINO AMERICANA DE CIÊNCIAS SOCIAIS. **Relatório do consumo de álcool no Brasil,** 2012. Disponível em: <<http://flacso.org.br/files/2015/02/RelatorioConsumodoAlcoolnoBrasilFlacso05082012.pdf>>. Acesso em: 12 abr 2016.

_____. **Consumo do álcool no Brasil,** 2014. Disponível em: <<http://flacso.redelivre.org.br/files/2014/12/N12-GilbertaAcserIrad.pdf>>. Acesso em: 12 abr 2016.

FRANCESCHINI, Sylvia Do Carmo Castro et al. **Necessidades e Recomendações de Nutrientes**. In: CUPPARI, Lilian. Guia de Nutrição: Nutrição Clínica no Adulto. 2 ed. São Paulo: Manole, 2005. P. 3-32.

KACHANI, Adriana Trejger et al. **O impacto do consumo alcoólico no ganho de peso**. Revista de Psiquiatria Clínica, v. 35, n. suppl 1, p. 21-24, 2008

MAGALHÃES, Paula. **Uma abordagem psicossocial do estado nutricional e do comportamento alimentar de estudantes de nutrição*** A psychosocial approach on the nutritional status and dietary behavior among students of. **Future**, v. 37, n. 2, p. 118-132, 2012. Disponível em <http://sban.cloudpainei.com.br/files/revistas_publicacoes/359.pdf>

PEDROSA, Adriano Antonio da Silva et al. Consumo de álcool entre estudantes universitários. **Cad. saúde pública**, v. 27, n. 8, p. 1611-1621, 2011.

PEUKER, Ana Carolina; FOGAÇA, Janaina; BIZARRO, Lisiane. Expectativas e beber problemático entre universitários. **Psicologia: teoria e pesquisa**, v. 22, n. 2, p. 193-200, 2006.

REIS, Nelzir Trindade; RODRIGUES, Cládia dos S. Cople, **Nutrição clínica: Alcoolismo**, 1.ed. Rio de Janeiro: Rubio, 2003.

ROCCO, S. C.; **EMBUTIDOS, Frios. Defumados**. Brasília: Embrapa-SPI, 1996.

SILVA, Amanda Bertolini de Jesus et al. Relação entre consumo de bebidas alcoólicas por universitárias e adiposidade corporal. *J. bras. psiquiatr.* 2011, vol.60, n.3, pp.210-215. ISSN 0047-2085. Disponível em:< <http://dx.doi.org/10.1590/S0047-20852011000300010>>.

STICKLEY, Andrew et al. **Binge drinking and eating problems in Russian adolescents**. Alcoholism: Clinical and Experimental Research, v. 39, n. 3, p. 540-547, 2015.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Physical Status: the use and interpretation of anthropometry**. Geneva, Switzerland: WHO, 1995. (WHO Technical Report Series, n. 854).

_____. **Global status report on alcohol and health**. Geneva, Switzerland: WHO, 2014 ed. Disponível em: <http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/112736/1/9789240692763_eng.pdf?ua=1> . Acesso em: 12 abr 2016

YEOMANS, Martin R.; CATON, Samantha; HETHERINGTON, Marion M. **Alcohol and food intake**. Current Opinion in Clinical Nutrition & Metabolic Care, v. 6, n. 6, p. 639-644, 2003.

APÊNDICE A – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

“Nutrição e alcoolismo”

Instituição dos(as) pesquisadores(as): UNICEUB
Pesquisador(a) responsável: Maria Cláudia da Silva
Pesquisador(a): Luana Silva Pereira

Você está sendo convidado(a) a participar do projeto de pesquisa acima citado. O documento abaixo contém todas as informações necessárias sobre a pesquisa que estamos fazendo. Sua colaboração neste estudo será de muita importância para nós, mas se desistir a qualquer momento, isso não causará nenhum prejuízo.

O nome deste documento que você está lendo é Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Antes de decidir se deseja participar (de livre e espontânea vontade) você deverá ler e compreender todo o conteúdo. Ao final, caso decida participar, você será solicitado a assiná-lo e receberá uma cópia do mesmo.

Antes de assinar faça perguntas sobre tudo o que não tiver entendido bem. A equipe deste estudo responderá às suas perguntas a qualquer momento (antes, durante e após o estudo).

Natureza e objetivos do estudo

O objetivo específico deste estudo é Analisar as práticas alimentares de universitários consumidores de álcool de uma faculdade do Distrito Federal.

- Você está sendo convidado a participar exatamente por fazer ser universitário e faz o consumo de bebidas alcoólicas.
- **Procedimentos do estudo**
- Sua participação consiste em uma entrevista para o preenchimento de 1 recordatório habitual, do questionário sobre consumo de bebidas alcoólicas, e coleta de peso e altura.
- Não haverá nenhuma outra forma de envolvimento ou comprometimento neste estudo.
- A pesquisa será realizada na própria faculdade, em data e horário marcados.

Riscos e benefícios

- Este estudo possui riscos mínimos que são inerentes do procedimento de coleta de ou exposição de dados e informações pessoais
- Medidas preventivas durante a coleta e análise dos dados serão tomadas para minimizar qualquer risco ou incômodo.
- Caso esse procedimento possa gerar algum tipo de constrangimento você não precisa realizá-lo.
- Sua participação poderá ajudar no maior conhecimento sobre a relação entre o consumo de bebidas alcoólicas e os hábitos alimentares de universitários.

Participação, recusa e direito de se retirar do estudo

- Sua participação é voluntária. Você não terá nenhum prejuízo se não quiser participar.
- Você poderá se retirar desta pesquisa a qualquer momento, bastando para isso entrar em contato com um dos pesquisadores responsáveis.
- Conforme previsto pelas normas brasileiras de pesquisa com a participação de seres humanos você não receberá nenhum tipo de compensação financeira pela sua participação neste estudo.

Confidencialidade

- Seus dados serão manuseados somente pelos pesquisadores e não será permitido o acesso a outras pessoas.
- O material com as suas informações (entrevistas, recordatório) ficará guardado sob a responsabilidade do PESQUIDOR RESP. com a garantia de manutenção do sigilo e

confidencialidade. Os dados e instrumentos utilizados ficarão arquivados com o(a) pesquisador(a) responsável por um período de 5 anos, e após esse tempo serão destruídos.

- Os resultados deste trabalho poderão ser apresentados em encontros ou revistas científicas, entretanto, ele mostrará apenas os resultados obtidos como um todo, sem revelar seu nome, instituição a qual pertence ou qualquer informação que esteja relacionada com sua privacidade.

Se houver alguma consideração ou dúvida referente aos aspectos éticos da pesquisa, entre em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário de Brasília – CEP/UnICEUB, que aprovou esta pesquisa, pelo telefone 3966.1511 ou pelo e-mail cep.uniceub@uniceub.br. Também entre em contato para informar ocorrências irregulares ou danosas durante a sua participação no estudo.

Eu, _____ RG _____, após receber uma explicação completa dos objetivos do estudo e dos procedimentos envolvidos concordo voluntariamente em fazer parte deste estudo.

Este Termo de Consentimento encontra-se impresso em duas vias, sendo que uma cópia será arquivada pelo pesquisador responsável, e a outra será fornecida ao senhor(a).

Brasília, ____ de _____ de _____

Participante

Maria Cláudia da Silva / telefone institucional 39661472

Luana Silva Pereira, (61)993096256/ luua.silva96@gmail.com

Endereço dos(as) responsável(eis) pela pesquisa (OBRIGATÓRIO):

Instituição: Centro Universitário de Brasília (UNICEUB)

Endereço

Bloco: /Nº: /Complemento: SEPN 707/907

Bairro: /CEP/Cidade: Asa Norte/ 70790-075/Brasília - DF

Telefones p/contato: (61) 3966-1200

APÊNDICE B – RECORDATÓRIO 24H

| | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|
| Quantidade Consumida: <input type="checkbox"/> Usual <input type="checkbox"/> Menor que usual <input type="checkbox"/> Maior que usual | Data do consumo: Dia da semana: |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|

| Horário/Refeição | Alimento Consumido | Quantidade |
|------------------|--------------------|------------|
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |

Medidas: Colher de Chá, colher de sobremesa, colher de sopa, xícara de café, xícara de chá, pires de chá, copo de requeijão, concha (pequena, média, grande), colher de servir, prato (raso, cheio, fundo).

APÊNDICE C – DADOS ANTROPOMÉTRICOS

| | |
|-------------------------|--------------------|
| Idade: | Sexo: |
| Peso atual (kg): | Altura (m): |

APÊNDICE D

Assinale com um "X" a alternativa que melhor descreve sua resposta em cada questão.

1) Com que frequência (quantas vezes por semana) você consome bebidas alcóolicas?

- () Nunca
- | | | | |
|------------------------------|-----------------------|--------------------------|--------------------------------|
| () Uma vez por mês ou menos | () 2-4 vezes por mês | () 2-3 vezes por semana | () 4 ou mais vezes por semana |
|------------------------------|-----------------------|--------------------------|--------------------------------|

2) Quantas doses de álcool você costuma consumir em um dia?

- () até 1 () 2 ou 3 () 4 ou 5 () 6 ou 7 () 8 ou mais

3) Com que frequência você consome (quantas vezes por semana) você consome cinco ou mais doses em uma única ocasião?

- () Nunca
- | | | | |
|-------------------------------|---------------------|------------------------|-------------------------|
| () Menos que uma vez por mês | () Uma vez por mês | () Uma vez por semana | () Quase todos os dias |
|-------------------------------|---------------------|------------------------|-------------------------|

4) Quando consome álcool você costuma consumir algum alimento?

- () Nunca
- | | | |
|--------------|--------------------------|------------|
| () Às vezes | () Na maioria das vezes | () Sempre |
|--------------|--------------------------|------------|

5) Que tipo de alimentos você costuma consumir acompanhado de bebidas alcoólicas?

- () Massas () Frituras () Carnes ou frios/embutidos () Alimentos Industrializados



