



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

**PERFIL ALIMENTAR E NUTRICIONAL DE DEGUSTADOS
PROFISSIONAIS DE CERVEJA ARTESANAL E/OU ESPECIAL DO
DISTRITO FEDERAL**

**Ernandes Santos Amorim Júnior
Lucas de Almeida Siqueira
Professora Orientadora: Pollyanna Ayub Ferreira de Rezende**

Brasília, 2020

Data de apresentação: 04 de Agosto de 2020

Local: Sala 2 – Hora: 7:40h

Membro da banca: Ana Lúcia Ribeiro Salomon e Paloma Popov Garcia

RESUMO

Objetivo: analisar o perfil nutricional e alimentar dos degustadores profissionais de cerveja artesanal e/ou especial residentes no Distrito Federal. **Métodos:** Trata-se uma pesquisa qualitativa experimental, na qual foram entrevistados 10 degustadores profissionais de cerveja, do sexo feminino e masculino, que moram no Distrito Federal. O IMC foi realizado por meio do peso autoreferido. Além disso, foram realizadas perguntas sobre hábitos de vida, como consumo de frutas e hortaliças e a prática de atividade física; bem como foi aplicado um recordatório de 24 horas e uma avaliação do consumo alcoólico por meio do instrumento AUDIT-C. **Resultados:** A amostra foi composta por 10 indivíduos com mais de 18 anos. De acordo com o estado nutricional, 30% foram classificados como eutróficos, 60% como sobrepeso e 10% com obesidade nível 1. Em relação a distribuição dos macronutrientes da dieta dos participantes ficou distribuída em 42% do total de carboidratos, 25% de lipídios e 23% de proteínas (1,33g/kg), e uma ingestão média de fibras totais de 14,68g; com um consumo médio de 2.744,02 kcal, sendo a relação GET/VET de 1,6 e o valor médio de relação KCAL/KG de 22,17 com. O consumo médio de álcool foi de 49,3g/dia, classificando os participantes como bebedores problemáticos de acordo com o AUDIT-C. Em contrapartida, 70% dos participantes praticam mais de 150 minutos por semana de atividades físicas e 70% também consomem no mínimo cinco porções de frutas e hortaliças por dia. Além disso, 60% não consomem refrigerante e apenas 20% fumam. Todos os participantes tiveram uma auto-percepção do estado de saúde positiva, sendo 20% percebido como muito bom; 10% como regular e 70% como bom. Por último, todos os profissionais afirmaram que o contexto da pandemia causada pelo COVID-19 impactou suas rotinas, onde as mudanças mais comuns relatadas foram o aumento do consumo de bebidas alcoólicas, assim como o consumo de fast-food e a diminuição da prática de atividade física. **Conclusão:** Conclui-se que os degustadores profissionais de cerveja artesanal e/ou especial do Distrito Federal analisados estão predominantemente em sobrepeso e obesidade segundo IMC, e que as dietas são hipocalóricas, hipoglicídicas, normolipídicas e hiperproteicas. Além disso, os participantes apresentaram ter consciência do consumo abusivo de álcool, que piorou com a pandemia do COVID-19, e suas consequências para a saúde. No entanto, estes profissionais adotam hábitos de vida saudáveis como o consumo adequado de frutas e hortaliças, assim como a prática de atividade física com o intuito de minimizar os danos causados pelo álcool. Por fim, por não apresentarem nenhum tipo de patologia e adotarem estes hábitos saudáveis, os participantes possuem uma auto-percepção positiva do estado de saúde.

Palavras-chave: Perfil alimentar. Perfil nutricional. Profissão. Cerveja. Saúde.

1 INTRODUÇÃO

A cerveja é uma bebida de fermentação alcoólica, na qual se utiliza o mosto cervejeiro, uma mistura de água, malte, lúpulo e levedura (BRASIL, 2019b). No Brasil, a cerveja chegou por meio das colônias europeias em meados do século XIX, e assim como nos países europeus, rapidamente essa bebida se popularizou e também se constituiu como elemento cultural nacional (SILVA; LEITE; PAULA, 2016).

Atualmente no Brasil, o mercado de cervejas vem crescendo exponencialmente. Segundo dados do Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento (MAPA), no ano de 2018 o número de cervejarias registradas cresceu 23%, o que representa um número total de 889 estabelecimentos e 16.968 produtos (BRASIL, 2019a). Além disto, foram abertas 210 novas fábricas de cerveja, ou seja, uma nova cervejaria a cada dois dias. A expansão desse setor deve-se principalmente ao aumento da produção e venda de cervejas mais elaboradas, complexas e de diferentes aromas, gostos e estilos - as cervejas especiais (BRASIL, 2019a).

No entanto, com a maior demanda por esse tipo de bebida pelo consumidor brasileiro, também há maior demanda pela especialização profissional neste ramo, pois o mercado de cerveja especial requer conhecimentos técnicos e específicos. Sendo assim, observa-se no Brasil um crescimento da profissão de *sommelier* e do degustador profissional de cerveja (BRASIL, 2019a).

O degustador profissional de cerveja tem formação técnica que possibilita a escolha, a análise sensorial, a compra e o serviço de bebida nos estabelecimentos que trabalham com cervejas. Por exemplo, cervejarias empregam esses profissionais para analisarem tecnicamente os produtos finais, auxiliarem na produção por meio de elaboração de receitas, aprimorarem do processo de fabricação, o serviço de atendimento e treinamento de funcionários, a realização de harmonizações, entre outros (KROHN, 2018).

Dessa forma, para realizar todas essas funções o degustador ou o *sommelier* de cerveja - que também exerce a função de degustador - precisa ingerir a cerveja que está sendo analisada. Ou seja, dentro da profissão de degustador de cerveja a ingestão de cerveja, e conseqüentemente, a ingestão de álcool é algo rotineiro na vida desses profissionais (FERNANDES, 2014). Por conseqüência, o consumo de álcool de maneira rotineira, mesmo que de forma não exagerada, pode causar diversos problemas para a saúde do consumidor. Entre estes problemas podemos citar a

subnutrição, a hepatite alcoólica, a cirrose hepática, o câncer, entre outros (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2018).

Além da habitual ingestão de álcool, há também outras atividades realizadas pelos degustadores que podem contribuir negativamente para a saúde desses profissionais. É muito comum o degustador ter que preparar e realizar harmonizações, isto é, o ato de combinar uma bebida, a cerveja, com uma preparação culinária com o intuito de harmonizar sabores, odores, dentre outros. Muitas vezes os pratos utilizados nas harmonizações com cerveja são de densidade calórica elevada. Por exemplo, pode-se harmonizar uma cerveja do estilo *Witbier* com feijoada ou combinar uma cerveja do tipo *Stout* com bolo de chocolate, preparações culinárias que podem ser consideradas com densidade calórica de média a elevada (CERVEJA E MALTE, 2018).

Diante disso, pode-se dizer que o degustador profissional de cerveja possui riscos de saúde que são inerentes a sua própria prática profissional, riscos esses que podem ser aumentados devido ao cenário de expansão do mercado cervejeiro brasileiro, maior demanda por degustadores profissionais de cerveja, e conseqüentemente maior consumo de cerveja por estes. Verifica-se então a necessidade de avaliar e acompanhar de perto a saúde desses profissionais que apesar de estarem ganhando espaço na sociedade brasileira, ainda são bastante desconhecidos em diversos aspectos, inclusive, nos aspectos nutricionais.

Portanto, o presente trabalho tem como objetivo principal analisar o perfil nutricional e alimentar dos degustadores profissionais de cerveja artesanal e/ou especial residentes no Distrito Federal.

2 OBJETIVOS

2.1 Objetivo Primário

Analisar o perfil nutricional e alimentar dos degustadores profissionais de cerveja residentes no Distrito Federal.

2.2 Objetivos Secundários

- 1) Analisar o estado nutricional dos degustadores profissionais de cerveja residentes no Distrito Federal;
- 2) Verificar o balanço energético entre gasto energético total (GET) e valor energético total (VET);
- 3) Verificar a ingestão de macronutrientes da amostra;
- 4) Discutir a ingestão de álcool e suas consequências à saúde;
- 5) Examinar a autopercepção do estado de saúde dos degustadores profissionais de cerveja residentes no Distrito Federal.

3 MATERIAIS E MÉTODOS

3.1 Amostra

A amostra da pesquisa fora composta por 10 degustadores profissionais de cerveja, residentes no Distrito Federal, sendo sete entrevistados do sexo masculino e três do sexo feminino, com a faixa etária acima dos 18 anos, e que trabalham inseridos no mercado cervejeiro.

3.2 Desenho do Estudo

A pesquisa fora de natureza qualitativa e experimental.

3.3 Metodologia

A coleta de dados foi realizada com degustadores profissionais de cerveja artesanal e/ou especial do Distrito Federal e que estão inseridos no mercado cervejeiro, ou seja, profissionais que trabalham cotidianamente com cerveja, seja na produção, na venda e/ou na divulgação da cultura cervejeira.

A seleção da amostra desenvolveu-se por meio de recrutamento de candidatos voluntários e de forma aleatória simples. A amostra foi levantada através da Acerva Candanga – Associação dos Cervejeiros Artesanais do Distrito Federal. A Acerva é uma organização que tem como objetivo difundir a cultura cervejeira localmente, mas também em âmbito nacional, por meio de encontros, cursos, degustações, concursos e congressos científicos. Por isto, geralmente quem se associa é aquela pessoa que procura profissionalização e conhecimento mais avançados em relação a cerveja. Com colaboração da Acerva, os pesquisadores encaminharam uma carta convite de pesquisa (Apêndice A – Carta Convite) para todos os membros da associação. Para facilitar o contato com os interessados, criou-se um formulário via plataforma Google Formulários onde o interessado em participar da pesquisa realizou um pequeno cadastro de contato (Apêndice B – Cadastro de Convite). Por meio do formulário, os autores construíram uma lista de contato com todos os indivíduos que desejavam participar da pesquisa. Através da lista, a amostra foi selecionada com aqueles participantes que se enquadravam no perfil desejado. Vale ressaltar que houveram

treze participantes interessados em realizar a pesquisa, mas apenas dez foram selecionados por encaixarem no perfil descrito anteriormente.

Sendo assim, a primeira parte da pesquisa constituiu a seleção dos candidatos e construção da amostra, assim como apresentação do projeto de pesquisa por meio da carta-convite com os possíveis candidatos. A seleção dos participantes ocorreu durante todo o mês de abril de 2020. Após essa etapa, iniciou-se o processo de coleta de dados por meio de encontros com os participantes. Devido a pandemia do COVID-19 e a importância do isolamento e distanciamento social os encontros ocorreram virtualmente por meio da plataforma *Google Meet*. Os encontros ocorreram entre os dias 12/05/2020 e 02/06/2020.

Nestes encontros os pesquisadores coletaram dados antropométricos, como peso e estatura, por meio da autodeclaração dos participantes devido a impossibilidade de encontrar os participantes presencial e fisicamente.

Além da antropometria autoreferida, os pesquisadores também aplicaram um questionário (Apêndice C - Questionário de Pesquisa) adaptado da pesquisa Vigitel 2018 (BRASIL, 2019c), com o intuito de apreender aspectos positivos ou negativos da alimentação, mas também dos hábitos de vida dos participantes, por exemplo, o consumo de frutas e hortaliças e a prática de atividade física.

Por fim, fora aplicado um recordatório 24h (R24h) (Apêndice D - Recordatório 24h (R24H)) e um questionário de frequência de alimentar (QFA) baseado no teste AUDIT-C (Anexo A – Questionário AUDIT-C) (BRASIL, 2017) para investigar o consumo de álcool dos participantes.

3.4 Análise de dados

Os dados antropométricos foram analisados pelos indicadores de índice de massa corporal (IMC). O IMC é calculado por meio do peso em quilos dividido pelo o dobro da altura em metros, e fora avaliado segundo a classificação da Organização Mundial de Saúde (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2000).

Já os dados referentes a ingestão alimentar foram analisados comparativamente com as recomendações propostas pelas *Dietary Reference Intakes* (INSTITUTE OF MEDICINE, 2002). Ou seja, os macronutrientes foram analisados por meio da adequação desses em relação às recomendações das DRIs (*Dietary Reference Intakes*). Além disso, a ingestão calórica foi comparada com o gasto

energético total (GET) obtido por meio da fórmula das DRIs para sexo, idade e atividade física. Para auxiliar na análise dos dados de ingestão alimentar fora utilizado o software DIETBOX. Por fim, a ingestão de álcool foi analisada por meio do teste AUDIT-C.

O software Microsoft Excel foi usado para a elaboração de estatística descritiva – frequência, média, desvio-padrão - como também para a construção de tabelas e gráficos referentes a esses dados.

3.5 Critérios de Inclusão

Todos os apreciadores e/ou degustadores profissionais de cerveja, independente do sexo, com idade acima de 18 anos, moradores no Distrito Federal, que trabalham diretamente com cerveja e que concordaram e assinaram e/ou concordaram oralmente com Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (Anexo B – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido), foram incluídos na pesquisa.

3.6 Critérios de Exclusão

Foram excluídos os apreciadores e/ou degustadores profissionais que não assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e/ou que não aceitaram realizar qualquer etapa da coleta de dados (antropometria, R24H, QFA).

3.7 Riscos

A pesquisa apresenta mínimos riscos para o participante, pois estes foram informados sobre os objetivos do trabalho e o sigilo dos dados, pois toda coleta tem caráter sigiloso e acesso restrito aos pesquisados. Sendo assim, a identidade destes foram mantidas em sigilo em todas as etapas, além do fato de que as perguntas que foram realizadas não ferem eticamente e/ou moralmente o participante.

Ademais, a coleta de dados referente à antropometria, ao peso e à estatura foi realizada de maneira menos invasiva possível e somente com o consentimento do participante, ressaltando o fato de que tais procedimentos foram realizados em ambiente adequado e individual, evitando assim qualquer mal-estar físico, moral e psicológico do participante.

3.8 Benefícios

Segundo a autora Nayara de Souza Fernandes (2014), o degustador profissional de cerveja devido a sua profissão sofre vários danos à saúde, pois frequentemente uma das funções dessa profissão é a ingestão de bebida alcoólica. Somando isto, com o crescimento do mercado cervejeiro no Brasil e do número de degustadores profissionais, é cada vez mais evidente a necessidade de estudar este grupo social. Sendo assim, esta pesquisa tem como benefícios identificar e apresentar o estado de saúde e nutricional desses profissionais, além conscientizá-los sobre a importância de uma boa alimentação e as consequências de um estilo de vida não-saudável.

3.9 Critérios para Encerrar ou Suspender a Pesquisa

A pesquisa seria suspensa ou encerrada caso não houvesse aceitação pelo Comitê de Ética em Pesquisa; número suficiente de participantes e/ou desistência de algum dos pesquisadores.

3.9.1 Aspectos Éticos

Os procedimentos metodológicos do presente trabalho foram preparados dentro dos procedimentos éticos e científicos fundamentais, como disposto na Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012 do Conselho Nacional de Saúde do Ministério da Saúde (BRASIL, 2012).

A coleta de dados fora iniciada apenas após a aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa (protocolo CAEE: 26853319.0.0000.0023) (Anexo C - Comprovante de Aceitação do Comitê de Ética em Pesquisa) e assinatura dos participantes do TCLE (Termo de Consentimento Livre e Esclarecido). Na execução e divulgação dos resultados será garantido o total sigilo da identidade dos participantes e a não discriminação ou estigmatização dos sujeitos da pesquisa, além da conscientização dos sujeitos quanto à publicação de seus dados.

4 RESULTADOS

No presente estudo compreendeu uma amostra de 10 degustadores profissionais de cerveja artesanal e/ou especial residentes no Distrito Federal, sendo sete do sexo masculino e três do sexo feminino.

Em relação ao diagnóstico nutricional segundo o Índice de Massa Corporal (IMC), a avaliação demonstrou que 60% dos entrevistados estão em sobrepeso, 30% eutróficos e 10% em obesidade grau 1, como observa-se na tabela 1.

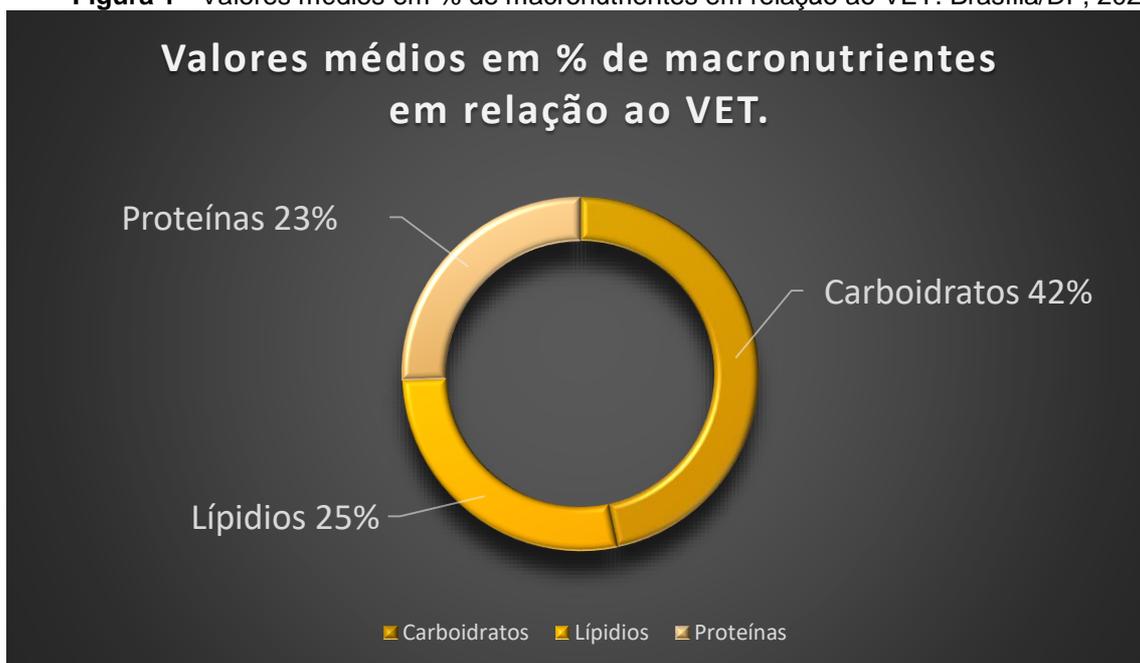
Tabela 1 - Classificação do IMC dos degustadores profissionais de cerveja do Distrito Federal, Brasília/DF, 2020

IMC	N	%
Eutrófico	3	30
Sobrepeso	6	60
Obesidade grau 1	1	10
Total	10	100%

Fonte: próprios autores (2020).

No entanto, quando avaliado a ingestão calórica, a distribuição dos macronutrientes, a relação Gasto Energético Total por Valor Energético Total (GET/VET) e a levantamento das quilocalorias por quilograma de quilo de peso dos participantes verificou-se um consumo médio de 2.744,02 kcal, sendo 42% do VET total de carboidratos, 25% de lipídios e 23% de proteínas (1,33g/kg); e uma ingestão média de fibras totais de 14,68g, uma relação GET/VET de 1,6 e valor médio de relação KCAL/KG de 22,17. Portanto, evidenciou-se um padrão dietético hipocalórico, hipoglicídico, normolípido e hiperproteico, como pode ser observado nas figuras 1, 2 e 3.

Figura 1 - Valores médios em % de macronutrientes em relação ao VET. Brasília/DF, 2020



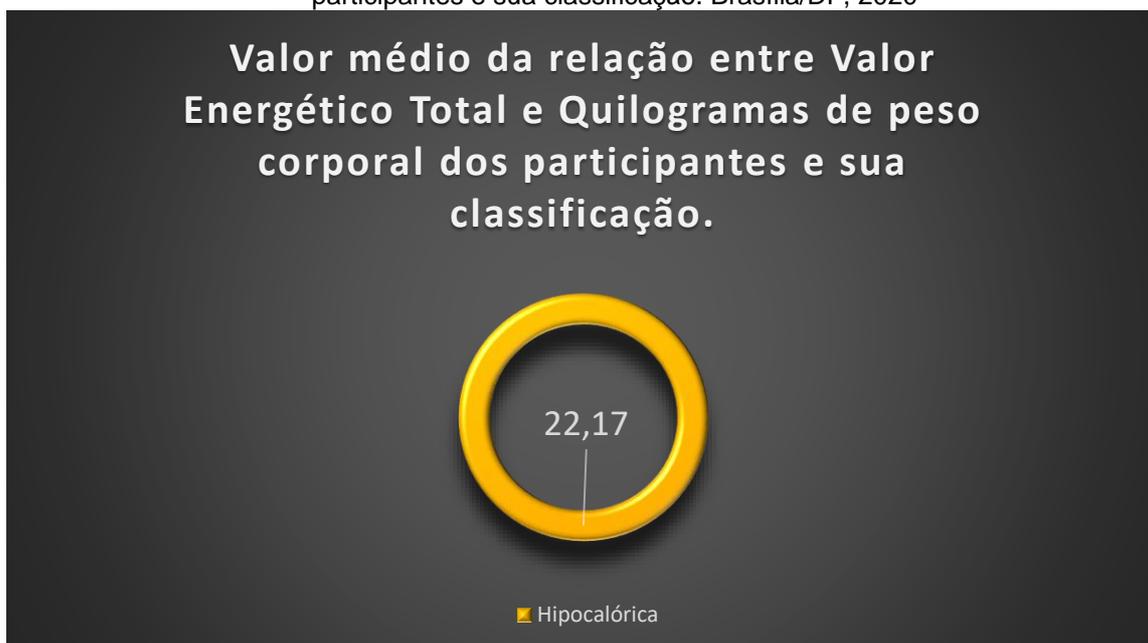
Fonte: próprios autores (2020).

Figura 2 - Valor médio da razão entre Gasto Energético Total e Valor Energético Total dos praticantes e sua classificação. Brasília/DF, 2020



Fonte: próprios autores (2020).

Figura 3 - Valor médio da relação entre Valor Energético Total e Quilogramas de peso corporal dos participantes e sua classificação. Brasília/DF, 2020



Fonte: próprios autores (2020).

Em relação a aspectos vinculados a uma alimentação saudável, como consumo de frutas e hortaliças e a prática de atividade física, identificou-se que 70% dos entrevistados consomem cinco ou mais porções de frutas e hortaliças, assim como 70% alegam realizar no mínimo 150 minutos de atividade física moderada por semana, como verificado nas figuras 4 e 5.

Figura 4 - Consumo diário de frutas e hortaliças. Brasília/DF, 2020



Fonte: próprios autores (2020).

Figura 5 - Número de participantes que realizam no mínimo 150 minutos de atividade física moderada por semana. Brasília/DF, 2020.



Fonte: próprios autores (2020).

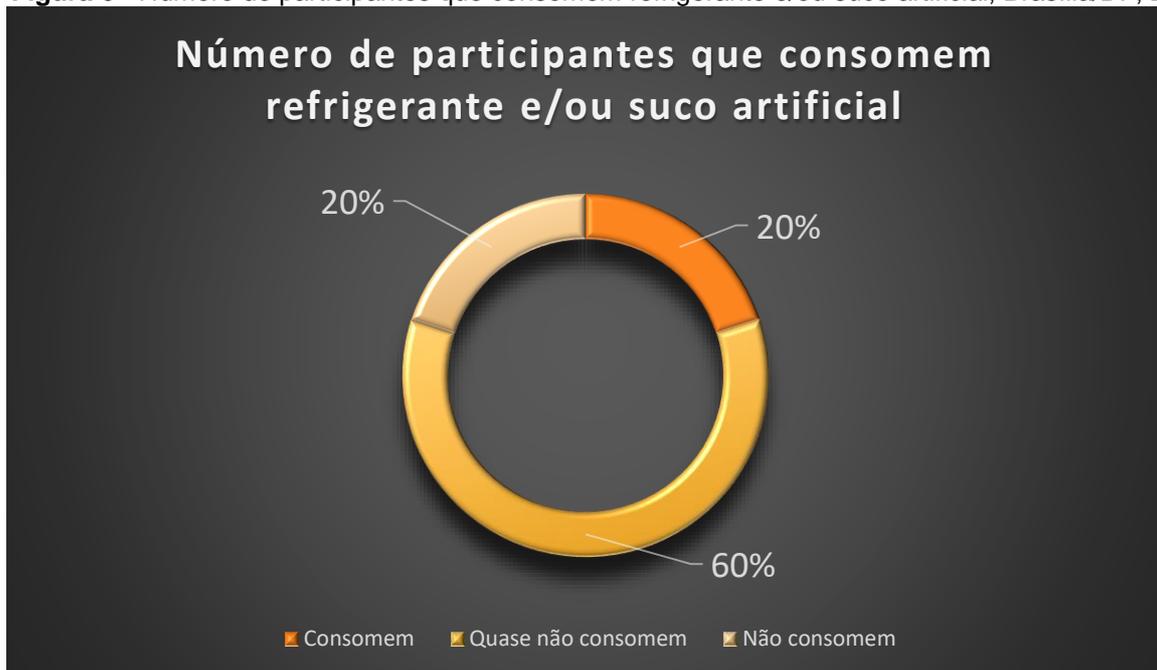
Quanto aos aspectos associados aos hábitos de vida prejudiciais à saúde, como tabagismo, etilismo e consumo de refrigerantes e/ou sucos artificiais, notou-se que 70% dos participantes não fumam, 20% fumam, mas não diariamente e 10% fumam diariamente. Em relação ao consumo de refrigerantes e/ou sucos artificiais, viu-se que 60% não consomem, 20% tem uma frequência rara de 20% e os outros 20% possuem um entre um a quatro dias semanais. Estes dados são apresentados da tabela 2 e na figura 6.

Tabela 2 - Número de degustadores profissionais de cerveja do Distrito Federal tabagistas, Brasília/DF, 2020.

Tabagismo	n	%
Não fumam	7	70
Fumam, mas não diariamente	2	20
Fumam, diariamente	1	10
Total	10	100%

Fonte: próprios autores (2020).

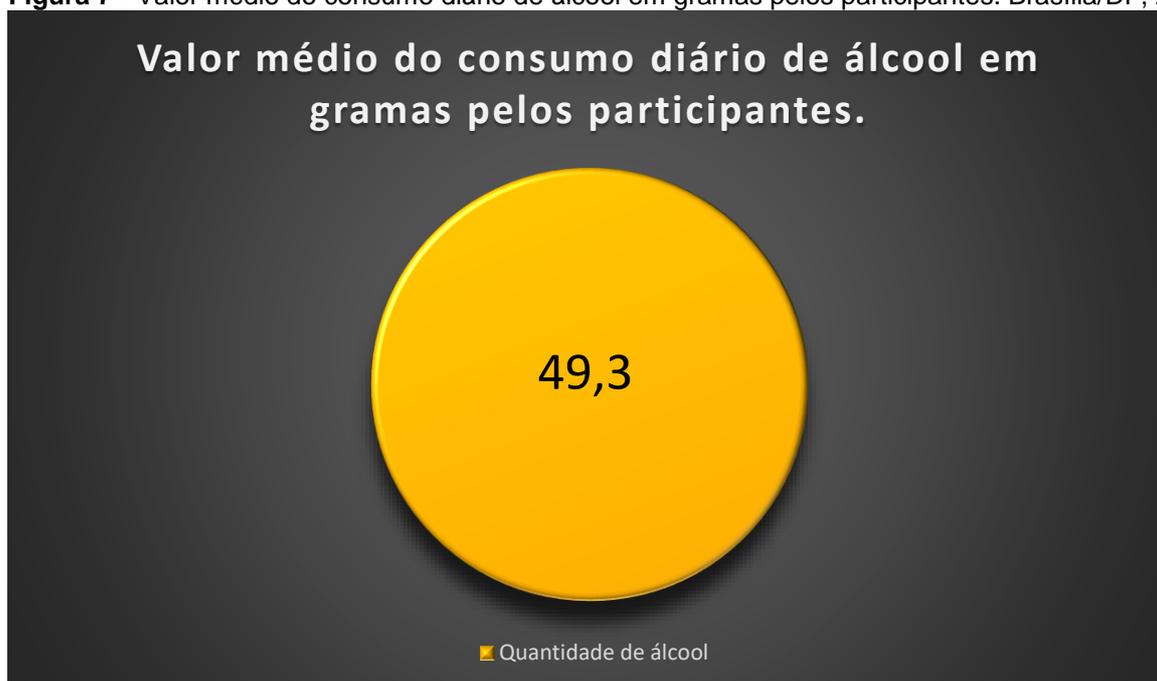
Figura 6 - Número de participantes que consomem refrigerante e/ou suco artificial, Brasília/DF, 2020.



Fonte: próprios autores (2020).

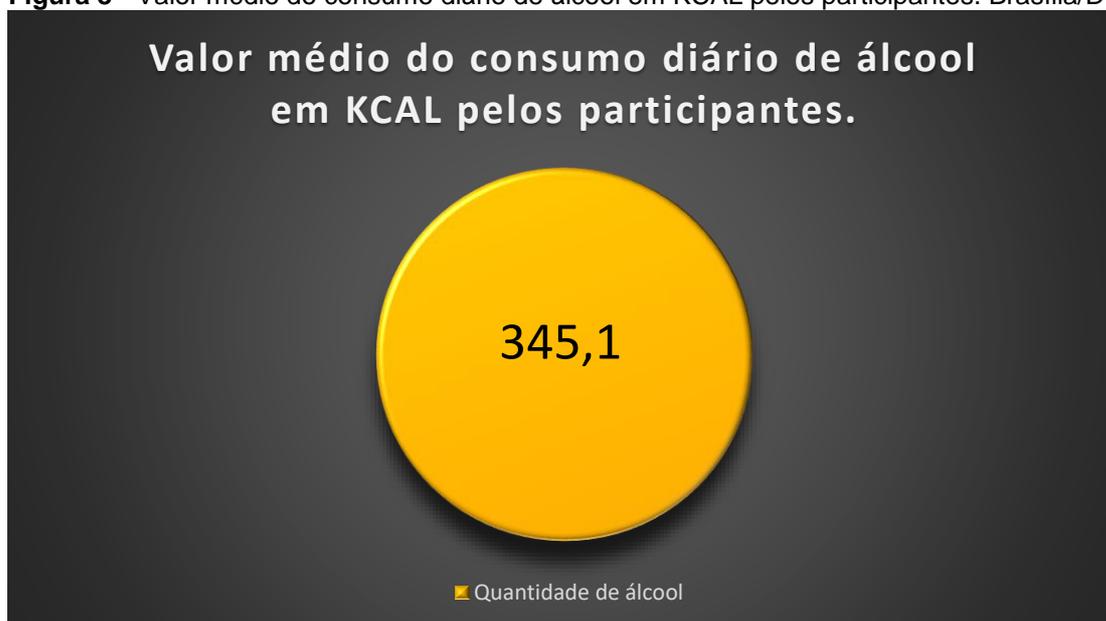
Quando questionados acerca o consumo de álcool e por meio da realização do teste Alcohol Use Disorders Identification Test – Short Version (AUDIT-C), verificou-se que os degustadores profissionais de cerveja artesanal e/ou especial consomem em média 49,3g de álcool, o que equivale a 345,1kcal, e que 20% apresentam risco severo ao consumo de álcool, enquanto que 30% apresentam alto risco, 40% apresentam risco moderado, e 10% baixo risco. Estas informações são demonstradas nas figuras 7 e 8 e na tabela 3.

Figura 7 - Valor médio do consumo diário de álcool em gramas pelos participantes. Brasília/DF, 2020.



Fonte: próprios autores (2020).

Figura 8 - Valor médio do consumo diário de álcool em KCAL pelos participantes. Brasília/DF, 2020.



Fonte: próprios autores (2020).

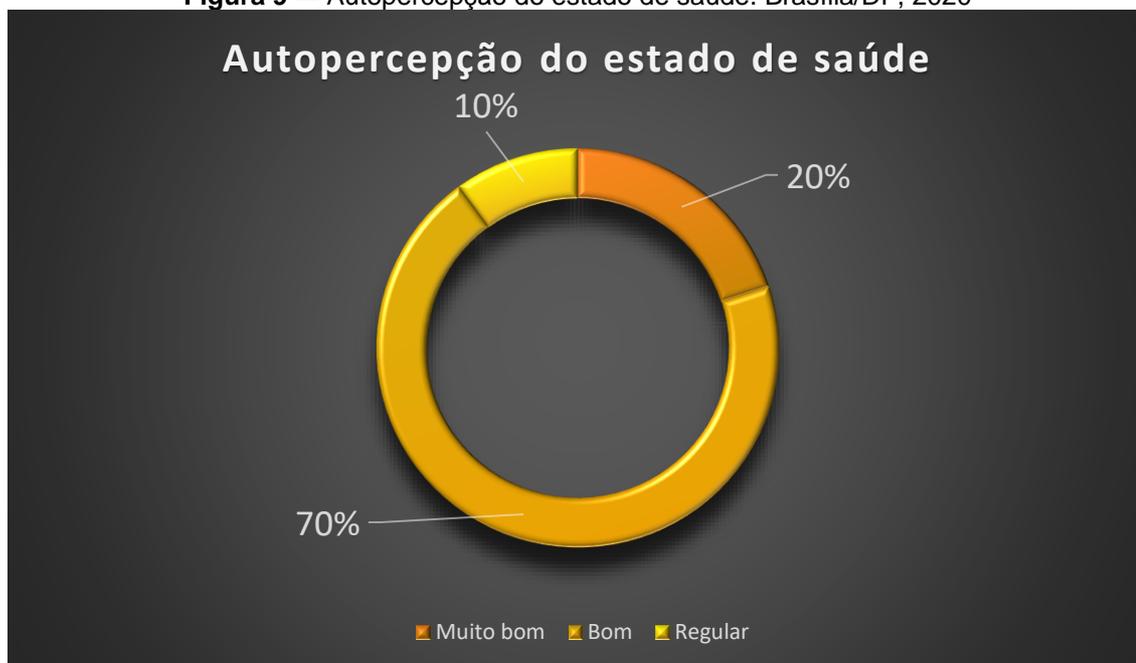
Tabela 3 - Gravidade do consumo de álcool dos degustadores profissionais de cerveja do Distrito Federal, Brasília/DF, 2020.

Gravidade do consumo de álcool	n	%
Risco Severo	2	20
Alto Risco	3	30
Risco Moderado	4	40
Baixo Risco	1	10
Total	10	100

Fonte: próprios autores (2020).

Na autopercepção do estado de saúde, verificou-se que 70% tinham um bom estado de saúde, 20% se consideram muito bom, e apenas 10% se consideravam regular em relação ao estado de saúde. A figura 9 demonstra esses resultados da percepção de saúde da população estudada.

Figura 9 — Autopercepção do estado de saúde. Brasília/DF, 2020



Fonte: próprios autores (2020).

Por fim, todos os participantes afirmaram que o contexto da pandemia causado pelo COVID-19 impactou em seus hábitos alimentares e de vida, no qual se teve aumento do consumo de bebidas alcoólicas, diminuição da prática de atividade física, e crescente consumo de *fast-food*.

5 DISCUSSÃO

Sabe-se que o abuso de álcool é um problema de saúde pública, e com o objetivo de melhorar e aperfeiçoar os estudos científicos sobre o consumo do álcool e suas consequências sociais, econômicas e de saúde, a Organização Mundial de Saúde (OMS) desenvolveu o AUDIT, um questionário que rastreia o uso problemático de bebidas alcoólicas e com uso validado no Brasil (BARROS; COSTA, 2019).

Os resultados da presente pesquisa demonstram que um entrevistado possui baixo risco com o uso de bebidas alcoólicas, enquanto os outros nove apresentam risco de moderado a severo. Em termos de consumo diário, os participantes realizam uma ingestão de diário de 49,1g de álcool puro, o que excede as recomendações da OMS que é no máximo 30g/dia (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2018).

Isto quer dizer que 90% da população estudada são classificados como bebedores problemáticos - uso de risco, nocivo e provável dependência. O consumo abusivo compreende riscos como: redução da absorção intestinal de vitaminas e minerais; desnutrição energético-proteica; doenças neurológicas como demência; alterações metabólicas como acidose; doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs) como diabetes e hipertensão; entre outros (ROTH *et al.*, 2020).

Ao investigar o padrão alimentar e nutricional dos degustadores de cerveja artesanal e/ou especial do Distrito Federal, os autores encontraram que o padrão de consumo destes indivíduos constitui uma dieta hipocalórica, hipoglicídica e pobres em fibras, evidenciando assim que etilistas possuem o estado nutricional comprometido, como demonstrado em recentes pesquisas com essa população (ROTH *et al.*, 2020).

Os perfis alimentares hipocalórico, hiperproteico e hipoglicídico podem estar associados às dietas da moda como a *low carb*, dieta Atkin e/ou Dukan. Ao serem questionadas sobre as escolhas alimentares, duas participantes afirmaram que faziam o uso da dieta *low carb*, com o intuito de compensar o consumo de carboidratos e calorias, tendo em vista que o consumo de álcool, principalmente de cervejas, de modo geral, aumentaria a ingestão total de energia e desse nutriente. Estudos apontam que essa prática de compensação pode gerar transtorno alimentar, ocasionando emoções negativas, cobranças e insatisfação corporal (OLIVEIRA; FIGUEREDO; CORDÁS, 2019). Sendo assim, apesar de praticarem o *low carb* para melhorar a própria saúde, o que se observa é o agravamento dessa, devido a associação de dietas restritivas com o uso nocivo do álcool, proporcionando uma

deficiência ainda maior de vitaminas e minerais. Esses prejuízos nutricionais ficam ainda mais evidentes quando se observa que em média 345,1 kcal são diariamente oriundas do consumo de álcool, o que equivale a 12,57% do valor energético total diário dos participantes.

Em contrapartida, o consumo de proteínas ocorre sem muito controle, especialmente o consumo de carne vermelhas e gordas, hambúrgueres, carnes de caça, entre outras, que muitas vezes são utilizadas nas harmonizações com as cervejas consumidas (CERVEJA E MALTE, 2018). Conseqüentemente, o consumo descontrolado e excessivo de carnes vermelhas e processadas pode causar doenças cardiovasculares, diabetes tipo II e câncer que envolvem o trato gastrointestinal como demonstrado em pesquisas e há muito discutido sobre esse tema (APRELINI *et al.*, 2019).

No entanto, os degustadores profissionais de cerveja artesanal e/ou especial apresentaram também alguns fatores de proteção à saúde, como o consumo de no mínimo cinco ou mais frutas e hortaliças, a prática mínima de 150 minutos de atividade física moderada por semana, a baixa incidência de tabagismo e o baixo consumo de refrigerantes, como demonstrado anteriormente nos resultados. A adoção desses hábitos de vida funciona como fatores de proteção à saúde principalmente contra doenças crônicas não-transmissíveis – hipertensão, diabetes, dislipidemias, entre outros - e são evidenciados por estudos da OMS, do Ministério da Saúde, e inquéritos populacionais como o ELSA (Estudo Longitudinal da Saúde do Adulto) (PINOTTI *et al.*, 2019).

Durante os encontros, os entrevistados informaram que possuem consciência dos riscos à saúde que existem devido a profissão de degustador profissional de cerveja e de outras bebidas alcoólicas. Devido a esse risco oriundo do consumo do álcool diariamente, como parte da jornada de trabalho, e em momentos não-convencionais, como às 9 horas da manhã, esses profissionais afirmaram que entendem a importância de adotarem hábitos de vida saudáveis como os citados acima. O participante Stout¹ relatou:

“Logo após que comecei a trabalhar na fábrica de cerveja, eu comecei a beber muito, e a engordar também. Decidi então, a melhorar minha alimentação e a começar a praticar atividade física, pois eu sei que ‘tereí’ que beber pelo resto

¹ Com o intuito de preservar identidade dos participantes, os autores optaram por utilizar nome fictícios, os quais levaram o nome de estilos clássicos de cerveja.

da minha vida, porque não quero parar de trabalhar com cerveja.” (PARTICIPANTE STOUT, 2020).

Estes dados são importantes pois chamam atenção para necessidade de apreender a autopercepção de saúde nos estudos sobre alimentação e nutrição. Nesta pesquisa, viu-se que nenhum participante alegou ter um estado de saúde ruim, e que 70% destes alegaram um ótimo estado de saúde.

Estudos como Vigitel (BRASIL, 2019c), demonstram a relevância dos determinantes econômicos e sociais, de saúde, como localidade, renda mensal, escolaridade, na autopercepção de saúde, os quais poderiam explicar estes dados aqui apresentados. Entretanto, de maneira complementar, Lindemann *et al.* (2019), em estudo realizado com adultos e idosos brasileiros usuários da atenção básica de saúde, conclui que a população adulta, especificamente, a população adulta que não apresentar nenhum tipo de doença crônica não transmissível é a população que mais afirma ter um bom estado de saúde. A explicação dos autores é a de que como essas doenças crônicas demoram para instalarem-se e geralmente são silenciosas, essa população se considera saudável, mesmo com riscos a desenvolverem patologias. Seguindo esta linha de raciocínio, o comportamento dos degustadores profissionais em relação a autopercepção de saúde pode ser melhor compreendido, tendo em vista que estes se consideram saudáveis, apesar de terem consciência do consumo abusivo de álcool e as consequências desse consumo. O participante Sour afirma:

“Acredito que meu estado de saúde seja muito bom, pois eu me alimento relativamente bem, não tenho nenhuma incapacidade física-funcional, posso correr quando me dá vontade. Sou saudável. Apesar de saber que eu bebo muito, bebo todos os dias.” (PARTICIPANTE SOUR, 2020).

Durante a pandemia do COVID-19, foi observada uma mudança no comportamento alimentar, com um consumo maior de alimentos ultraprocessados no geral, principalmente *fast-foods*, e de álcool. Devido a esses fatores, no isolamento social é comum que ocorra um comprometimento no sono e na saúde mental, ocasionando um aumento de sintomas de ansiedade e depressão, que são fatores de risco para transtornos alimentares, como o comer compulsivo (MALLOY-DINIZ *et al.*, 2020). Na presente pesquisa, os entrevistados informaram que também sofreram tais consequência em relação a alimentação, sendo o aumento de *fast-foods* e do consumo de álcool. Além do mais, em relação ao consumo de cerveja, mesmo quando o aumento não fora comunicado, os participantes alegaram que houveram mudanças na relação em que a bebida é ingerida, por exemplo:

“O meu consumo de álcool acabou [se] mantendo o mesmo, apenas estou bebendo com mais voracidade.” (Participante India Pale Ale, 2020).

Portanto, o atual contexto em que o mundo vive e o “novo normal” também afetou o comportamento alimentar dos degustadores profissionais de cerveja artesanal e/ou especial, especialmente em relação ao consumo de álcool.

Vale ressaltar que a atual pandemia também interferiu na presente pesquisa, a qual teve que ser metodologicamente reformulada devido a importância das medidas de distanciamento e isolamento social. Os encontros que seriam presenciais foram trocados por encontros virtuais, e muitas das técnicas de antropometria - como circunferências e dobras cutâneas - tiveram que ser retiradas da pesquisa. A metodologia também teve que ser adaptada em relação aos instrumentos de coleta de dados de consumo alimentar como recordatório 24h e questionário de frequência alimentar, os quais foram alterados para os encontros à distância, sendo reformulados por meio de formulários online e dinâmicos. Estas mudanças consequentemente ocasionaram alterações no cronograma de pesquisa, mas também exigiram que algumas análises fossem descartadas.

Sendo assim, caso houver oportunidades, os autores gostariam de empenhar esforços para continuar investigando este universo tão desconhecido dos degustadores profissionais de cervejas artesanais e/ou especiais, e aprofundar as avaliações dos estados nutricionais destes indivíduos, especialmente no que tange nas coletas e análises de dados referentes a ingestão calórica de macronutrientes e micronutrientes, e suas relações nutricionais e comportamentais com o consumo de álcool. Este aprofundamento pode ocorrer por meio de técnicas e análises estatísticas mais rigorosas, com a possibilidade de construir uma amostra representativa da população investigada, mas também com a elaboração de instrumentos de coleta de dados de percepção e representações sociais de saúde mais adequados ao novo contexto provocado pela pandemia do COVID-19.

6 CONCLUSÃO

Conclui-se que a maior parte dos degustadores profissionais de cerveja artesanal e/ou especial residentes no Distrito Federal investigados apresentam estado nutricional de sobrepeso e obesidade.

No que se refere ao perfil alimentar e nutricional, observou-se que uma dieta hipocalórica (balanço energético negativo), hipoglicídica, hiperproteica e hipolipídica constituem o padrão alimentar dos participantes.

Verificou-se um consumo excessivo de álcool por parte dos participantes, sendo esses classificados como bebedores problemáticos. O consumo abusivo e nocivo de álcool eleva o risco de doenças crônicas não transmissíveis como hepatopatias, cardiopatias e neuropatias. No entanto, os entrevistados afirmaram ter consciência a esses riscos inerentes às suas práticas profissionais, e por isto, investem em hábitos de vida saudáveis como um consumo adequado de frutas e hortaliças; a prática habitual de atividade física; um baixo consumo de bebidas açucaradas como refrigerantes e/ou sucos artificiais; e, em sua grande maioria, não tem como hábito o tabagismo.

Devido a esses hábitos de vida positivos e a não ocorrência de doenças crônicas, como diabetes e hipertensão, todos os degustadores profissionais investigados auto perceberam um estado de saúde de regular a muito bom, mesmo conscientes do consumo abusivo de álcool e suas consequências.

Por fim, assim como praticamente toda sociedade contemporânea, os participantes da pesquisa também tiveram suas rotinas e hábitos de vida alterados pela pandemia do COVID-19. A pesquisa demonstrou que houve um maior consumo de alimentos do tipo *fast-food* e de bebidas alcoólicas. Por possuir poucos trabalhos sobre a temática, faz-se necessário o aprofundamento em pesquisas da área.

REFERÊNCIAS

APRELINI, Carla Moronari de Oliveira *et al.* Consumo de carne vermelha e processada, resistência insulínica e diabetes no Estudo Longitudinal de Saúde do Adulto (ELSA-Brasil). **Revista panamericana de salud pública**, v. 43, e. 40, 2019. DOI 10.26633/RPSP.2019.40. Disponível em: <https://doi.org/10.26633/RPSP.2019.40>. Acesso em: 06 jul. 2020.

BARROS, Mariana Salles Motta Rodrigues de; COSTA, Luciana Scarlazzari. Perfil do consumo de álcool entre estudantes universitários. **SMAD Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas**, v. 15, n. 1, p. 4-13, 2019. Edição em Português. DOI 10.11606/issn.1806-6976.smad.2019.000353. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.11606/issn.1806-6976.smad.2019.000353>. Acesso em: 15 jun. 2020.

BRASIL. Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento. **A cada dois dias uma nova cervejaria abre as portas no Brasil**. Brasília: Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento, 2019a. Disponível em: <http://www.agricultura.gov.br/noticias/a-cada-dois-dias-uma-nova-cervejaria-abre-as-portas-no-brasil>. Acesso em: 04 jul. 2020.

BRASIL. Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento. **Instrução Normativa nº 65, de 10 de dezembro de 2019**. Estabelece os padrões de identidade e qualidade para os produtos de cervejaria. Brasília: Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento, 2019b. Disponível em: <http://www.in.gov.br/web/dou/-/instrucao-normativa-n-65-de-10-de-dezembro-de-2019-232666262>. Acesso em: 04 jun. 2020.

BRASIL. Ministério da Justiça e Segurança Pública. Secretaria Nacional de Políticas Sobre Drogas. Portal Aberta. **AUDIT & AUDIT-C: eixo instrumentos**. Brasília: Portal Aberta, [2017]. Disponível em: <http://www.aberta.senad.gov.br/medias/original/201704/20170424-095653-001.pdf>. Acesso em: 04 abr. 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012**. Brasília: Ministério da Saúde, 2012. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/2013/res0466_12_12_2012.html. Acesso em: 15 jun. 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. **VIGITEL Brasil 2018: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico**. Brasília: Ministério da Saúde, 2019c. Disponível em: <https://portalarquivos2.saude.gov.br/images/pdf/2019/julho/25/vigitel-brasil-2018.pdf>. Acesso em: 06 jun. 2020.

CERVEJA E MALTE. Harmonização com cerveja: conheça os tipos. Blumenau, 26 set. 2018. Disponível em: <http://cervejaemalte.com.br/blog/tipos-de-harmonizacao-com-cerveja/>. Acesso em: 10 jul. 2020.

ESTADOS UNIDOS. Departamento de Assuntos dos Veteranos. **Alcohol use disorders identification test (AUDIT-C)**. Washington: U.S. Department of Veterans Affairs, 2019. Disponível em: <http://www.hepatitis.va.gov/provider/tools/audit-c.asp>. Acesso em: 04 maio 2020.

FERNANDES, Nayara de Souza. **A aplicabilidade de adicional de insalubridade sobre a atividade dos degustadores de cerveja**. 2014. Monografia (Bacharelado em Direito) – Centro Universitário de Brasília, Brasília, 2014. Disponível em: <https://repositorio.uniceub.br/jspui/bitstream/235/5585/1/20947960.pdf>. Acesso em: 06 jul. 2020.

INSTITUTE OF MEDICINE. **Dietary Reference Intakes for Energy, Carbohydrate, Fiber, Fat, Fatty Acids, Cholesterol, Protein, and Amino Acids**. Washington (DC): National Academy Press, 2002. Disponível em: https://www.nal.usda.gov/sites/default/files/fnic_uploads/energy_full_report.pdf. Acesso em: 15 jun. 2020.

KROHN, Lilian Verena Hoenigsberg. **Beber, fazer, vender: formação do mercado de cerveja artesanal no Brasil**. 2018. Dissertação (Mestrado em Sociologia) – Universidade de São Paulo, São Paulo, 2018. DOI 10.11606/D.8.2018.tde-28082018-091540. Disponível em: https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/8/8132/tde-28082018-091540/publico/2018_LilianVerenaHoenigsbergKrohn_VCorr.pdf. Acesso em: 06 jul. 2020.

LINDEMANN, Ivana Loraine *et al.* Autopercepção da saúde entre adultos e idosos usuários da Atenção Básica de Saúde. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 24, n. 1, p. 45-52, 2019. DOI 10.1590/1413-81232018241.34932016. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232018241.34932016>. Acesso em: 06 jul. 2020.

MALLOY-DINIZ, Leandro Fernandes *et al.* Saúde mental na pandemia de COVID - 19: considerações práticas multidisciplinares sobre cognição, emoção e comportamento. **Debates em Psiquiatria**, maio 2020. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/341255949_Saude_mental_na_pandemia_de_COVID_-19_consideracoes_praticas_multidisciplinares_sobre_cognicao_emocao_e_comportamento. Acesso em: 15 jul. 2020

OLIVEIRA, Jônatas de; FIGUEREDO, Leandro; CORDÁS, Táki Athanássios. Prevalência de comportamentos de risco para transtornos alimentares e uso de dieta “low-carb” em estudantes universitários. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 68, n. 4, p. 183-190, out./dez. 2019. DOI 10.1590/0047-2085000000245. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000245>. Acesso em: 16 jul. 2020.

PINOTTI, Samara Cristina da Silva *et al.* Fatores de risco e proteção para doenças crônicas não transmissíveis em professores universitários. **RBONE-Revista Brasileira De Obesidade, Nutrição E Emagrecimento**, v. 13, n. 79, p. 426-433, 2019.

ROTH, Thais *et al.* Prejuízo na absorção de nutrientes pela ingestão de álcool: uma revisão. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 2, 2020.

SILVA, Hiury Araújo; LEITE, Maria Alvim; PAULA, Arlete Rodrigues Vieira de. Cerveja e sociedade. **Contextos da Alimentação** – Revista de Comportamento, Cultura e Sociedade, São Paulo, v. 4, n. 2, p. 85-91, mar. 2016. Disponível em: http://www3.sp.senac.br/hotsites/blogs/revistacontextos/wp-content/uploads/2016/03/73_CA_artigo_revisado.pdf. Acesso em: 06 jul. 2020.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Global status report on alcohol and health 2018. Geneva: World Health Organization, 2018. Disponível em: https://www.who.int/substance_abuse/publications/global_alcohol_report/gsr_2018/en/. Acesso em: 15 jun. 2020.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Obesity: preventing and managing the global epidemic. **WHO Technical Report Series**, Geneva, n. 894, 2000. Disponível em: https://www.who.int/nutrition/publications/obesity/WHO_TRS_894/en/. Acesso em: 16 jul. 2020.

APÊNDICE A - Carta Convite

“PERFIL ALIMENTAR E NUTRICIONAL DE SOMMELIERS DE CERVEJA DO DISTRITO FEDERAL”

Instituição dos/(as) pesquisadores(as): CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA - UniCeub

Pesquisador(a) responsável: Pollyanna Ayub Ferreira de Rezende

Pesquisadores assistentes: Ernandes Santos Amorim Junior; Lucas de Almeida Siqueira

Os estudantes de Nutrição, Lucas Siqueira e Ernandes Amorim, do Centro Universitário de Brasília (UniCeub), convida todos para participarem da pesquisa *Perfil Nutricional e Alimentar de Sommeliers de Cerveja do Distrito Federal*, desenvolvida sob a orientação da professora Pollyanna Ayub Ferreira de Rezende.

O objetivo da investigação é analisar o perfil nutricional, alimentar e apreender o conhecimento sobre nutrição dos sommeliers de cerveja residentes no Distrito Federal, visando contribuir para os estudos que avaliam a influência da profissão na saúde do trabalhador, e especificamente no conhecimento sobre a alimentação e estado nutricional de sommeliers de cerveja.

As respostas individuais serão manuseadas apenas pelos pesquisadores e sua orientadora. O resultado será divulgado pelo trabalho de conclusão de curso, e possivelmente por periódicos científicos, porém a identidade dos participantes será preservada, com o sigilo das respostas garantido.

O interessado participará de uma entrevista virtual, onde irá relatar em um recordatório alimentar, os alimentos que ingere habitualmente, além de responder algumas perguntas relacionadas com saúde e nutrição, mas também sobre o consumo de álcool. A duração média da participação será de 1 hora.

A pesquisa será realizada em data e horário de maior conforto para o participante, e decidido por este.

Com a participação nesta pesquisa, o participante receberá um diagnóstico nutricional, uma avaliação antropométrica e orientações nutricionais que lhe servirão para reflexões sobre sua alimentação que está diretamente ligada à sua profissão.

Caso tenha interesse de participar da pesquisa, por favor, responder o formulário de cadastro, que possui função apenas gerencial com o intuito de facilitar a comunicação entre pesquisadores e participantes da pesquisa.

Para participar acesse o link - <http://gg.gg/sommelierdf> -

Para mais informações

Lucas de Almeida Siqueira - lucas.siqueira@sempreceub.com

Ernandes Santos Amorim Junior - ernandes.santos@sempreceub.com

Atenciosamente,
Lucas de Almeida Siqueira

APÊNDICE B - Cadastro de Contato

Cadastro - Perfil Alimentar e Nutricional de Degustados Profissionais de Cerveja Artesanal e/ou Especial do Distrito Federal

Este formulário tem como intuito coletar dados que facilitarão a comunicação entre pesquisadores e participantes da pesquisa.

***Obrigatório**

1. Endereço de e-mail *

2. Nome *

3. Telefone *

4. Região Administrativa em que reside? *

5. Trabalha inserido no mercado cervejeiro? *
Marcar apenas um oval.

Sim Não

6. Caso tenha respondido sim na pergunta anterior, por favor, explicita como está inserido no mercado cervejeiro.

APÊNDICE C - Questionário de Pesquisa

Questionário de pesquisa

O objetivo da investigação é analisar o perfil nutricional, alimentar e apreender o conhecimento sobre nutrição dos sommeliers de cerveja residentes no Distrito Federal, visando contribuir para os estudos que avaliam a influência da profissão na saúde do trabalhador, e especificamente no conhecimento sobre a alimentação e estado nutricional de sommeliers de cerveja.

1) Qual sua idade? (Só aceita ≥ 18 anos e < 150)

2) O(a) Sr.(a) sabe seu peso (mesmo que seja valor aproximado)? (Só aceita ≥ 30 kg e < 300 kg)

3) O(a) Sr.(a) sabe sua estatura? (Só aceita $\geq 1,20$ m e $< 2,20$ m)

4) Em quantos dias da semana, o(a) Sr.(a) costuma comer pelo menos um tipo de verdura ou legume crua ou cozida (alface, tomate, couve, cenoura, chuchu, berinjela, abobrinha – não vale batata, mandioca ou inhame)?

- a) 1 a 2 dias por semana
- b) 3 a 4 dias por semana
- c) 5 a 6 dias por semana
- d) Todos os dias (inclusive sábado e domingo)
- e) Quase nunca
- f) Nunca

5) Em quantos dias da semana o(a) Sr.(a) costuma tomar suco de frutas natural?

- a) 1 a 2 dias por semana
- b) 3 a 4 dias por semana
- c) 5 a 6 dias por semana
- d) Todos os dias (inclusive sábado e domingo)
- e) Quase nunca
- f) Nunca

6) Num dia comum, quantos copos o(a) Sr.(a) toma de suco de frutas natural?

- a) 1
- b) 2

- c) 3 ou mais

7) Em quantos dias da semana o(a) Sr.(a) costuma comer frutas?

- a) 1 a 2 dias por semana
- b) 3 a 4 dias por semana
- c) 5 a 6 dias por semana
- d) Todos os dias (inclusive sábado e domingo)
- e) Quase nunca
- f) Nunca

8) Num dia comum, quantas vezes o(a) Sr.(a) come frutas?

- a) 1 vez no dia
- b) 2 vezes no dia
- c) 3 ou mais vezes no dia
- d) 0

9) Em quantos dias da semana o(a) Sr.(a) costuma tomar refrigerante ou suco artificial?

- a) 1 a 2 dias por semana
- b) 3 a 4 dias por semana
- c) 5 a 6 dias por semana
- d) Todos os dias (inclusive sábado e domingo)
- e) Quase nunca
- f) Nunca

9.1) Que tipo?

- a) Normal
- b) Diet/light/zero
- c) Ambos
- d) Nenhum

9.2) Quantos copos/latinhas costuma tomar por dia?

- a) 1
- b) 2
- c) 3
- d) 4
- e) 5
- f) 6 ou +
- g) Não sabe
- h) 0

10) Nos últimos três meses, o(a) Sr.(a) praticou algum tipo de exercício físico ou esporte?

- a) Sim
- b) Não (não vale fisioterapia)

**11) Qual o tipo principal de exercício físico ou esporte que o(a) Sr.(a) praticou?
ANOTAR APENAS O PRIMEIRO CITADO**

- a) Caminhada (não vale deslocamento para trabalho)
- b) Caminhada em esteira
- c) Corrida (cooper)
- d) Corrida em esteira
- e) Musculação
- f) Ginástica aeróbica (spinning, step, jump)
- g) Hidroginástica
- h) Ginástica em geral (alongamento, pilates, ioga)
- i) Natação
- j) Artes marciais e luta (jiu-jítsu, karatê, judô, boxe, muay thai, capoeira)
- k) Bicicleta (inclui ergométrica)
- l) Futebol/futsal
- m) Basquetebol
- n) Voleibol/futevôlei
- o) Tênis
- p) Dança (balé, dança de salão, dança do ventre)
- q) Outros _____

11.1) O(a) Sr.(a) pratica o exercício pelo menos uma vez por semana?

- a) Sim
- b) Não

11.2) Quantos dias por semana o(a) Sr.(a) costuma praticar exercício físico ou esporte?

- a) 1 a 2 dias por semana
- b) 3 a 4 dias por semana
- c) 5 a 6 dias por semana
- d) Todos os dias (inclusive sábado e domingo)

11.3) No dia que o(a) Sr.(a) pratica exercício ou esporte, quanto tempo dura esta atividade?

- a) Menos de 10 minutos
- b) Entre 10 e 19 minutos
- c) Entre 20 e 29 minutos
- d) Entre 30 e 39 minutos
- e) Entre 40 e 49 minutos
- f) Entre 50 e 59 minutos
- g) 60 minutos ou mais

12) Atualmente, o(a) Sr.(a) fuma?

- a) Sim, diariamente
- b) Sim, mas não diariamente
- c) Não

12.1) Quantos cigarros o(a) Sr.(a) fuma por dia?

- a) 1-4

- b) 5-9
- c) 10-14
- d) 15-19
- e) 20-29
- f) 30-39
- g) 40 ou +

13) O(a) Sr.(a) classificaria seu estado de saúde como:

- a) Muito bom
- b) Bom
- c) Regular
- d) Ruim
- e) Muito ruim
- f) Não sabe
- g) Não quis informar

14) Algum médico já lhe disse que o(a) Sr.(a) tem pressão alta?

- a) Sim
- b) Não
- c) Não lembra

14.1) Atualmente, o(a) Sr.(a) está tomando algum medicamento para controlar a pressão alta?

- a) Sim
- b) Não
- c) Não sabe
- d) Não quis responder

15) Algum médico já lhe disse que o(a) Sr.(a) tem diabetes?

- a) Sim
- b) Não
- c) Não lembra

15.1) Que idade o(a) Sr.(a) tinha quando o médico disse que o(a) Sr.(a) tem diabetes?

- a) Não tem diabetes

Outros: _____

15.2) Atualmente, o(a) Sr.(a) está realizando algum tratamento farmacológico (insulina, comprimido)?

- a) Sim
- b) Não
- c) Não sabe
- d) Não quis responder

ANEXO A - Questionário AUDIT-C

Questionário AUDIT-C (álcool)

1. Com que frequência você toma bebidas alcoólicas? [Escreva o número que melhor corresponde à sua situação.]

- a) Nunca
- b) Mensalmente ou menos
- c) De 2 a 4 vezes por mês
- d) De 2 a 4 vezes por semana
- e) De 4 ou mais vezes por semana

2. Nas ocasiões em que bebe, quantas doses você consome tipicamente ao beber?

- a) 1 ou 2
- b) 3 ou 4
- c) 5 ou 6
- d) 7, 8 ou 9
- e) 10 ou mais

3. Com que frequência você toma seis ou mais doses de uma vez?

- a) Nunca
- b) Menos do que uma vez ao mês
- c) Mensalmente
- d) Semanalmente
- e) Todos ou quase todos os dias

Fonte: World Health Organization (1982) adaptado por NUTE-UFSC (2016) *apud* Brasil (2017).

ANEXO B - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

“PERFIL ALIMENTAR E NUTRICIONAL DE DEGUSTADOS PROFISSIONAIS DE CERVEJA ARTESANAL E/OU ESPECIAL DO DISTRITO FEDERAL”

Instituição dos/(as) pesquisadores(as): CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA - UniCeub

Pesquisador(a) responsável: Pollyanna Ayub Ferreira de Rezende

Pesquisadores assistentes: Ernandes Amorim; Lucas de Almeida Siqueira

Você está sendo convidado(a) a participar do projeto de pesquisa acima citado. O texto abaixo apresenta todas as informações necessárias sobre o que estamos fazendo. Sua colaboração neste estudo será de muita importância para nós, mas se desistir a qualquer momento, isso não lhe causará 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 realizar avaliação do estado nutricional dos degustadores profissionais de cerveja artesanal e/ou especial residentes no Distrito Federal.
- Você está sendo convidado a participar exatamente por ser um degustador profissional de cerveja artesanal e/ou especial inserido na cena cervejeira do Distrito Federal.

Procedimentos do estudo

- Sua participação consiste em participar de uma entrevista virtual, onde você irá relatar em um recordatório alimentar, os alimentos que você ingere e ter peso e altura auto-referidos, além de responder algumas perguntas sobre seus hábitos alimentares.
- Não haverá nenhuma outra forma de envolvimento ou comprometimento neste estudo.
- A pesquisa será realizada em local de maior conforto para o participante, e decidido por este.

Riscos e benefícios

- Este estudo possui riscos mínimos, podendo levar cansaço físico ou psicológico levando em conta que a entrevista e as aferições dos dados antropométricos levam em média 30 minutos para ser realizadas.
- Medidas preventivas tais como assegurar que o degustador profissional esteja em condições físicas (alimentados e descansados) e psicológicas para a realização da pesquisa serão tomadas durante a realização dos questionários e aferição dos dados antropométricos para minimizar qualquer risco ou incômodo.
- Caso esse procedimento possa gerar algum tipo de constrangimento, você não precisa realizá-lo.

- Com a participação nesta pesquisa, você terá um diagnóstico nutricional e uma avaliação antropométrica, que lhe servirão para reflexões sobre sua alimentação que está diretamente ligada à sua profissão, além de contribuir para maior conhecimento sobre a alimentação e estado nutricional de degustadores profissionais de cerveja.

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.
- Os dados e instrumentos utilizados, por exemplo, relatórios, ficarão guardados sob a responsabilidade de Ernandes Amorim e Lucas de Almeida Siqueira com a garantia de manutenção do sigilo e confidencialidade, e arquivados por um período de 5 anos; 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 a explicação completa dos objetivos do estudo e dos procedimentos envolvidos nesta pesquisa 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

Pollyanna Ayub Ferreira de Rezende, celular 61 981337032

Lucas de Almeida Siqueira, celular 61 995513104, email siqueira.lucas.a@gmail.com

Ernandes Amorim, celular 61 982128815, email eamorimjunior43@gmail.com

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

Instituição: CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA

Endereço: SEPN 707/907 - Asa Norte - Brasília - DF - CEP 70790-075

Telefones p/contato: (61) 3966-1200

ANEXO C - Comprovante de Aceitação do Comitê de Ética em Pesquisa

- DADOS DA VERSÃO DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: PERFIL ALIMENTAR E NUTRICIONAL DE SOMMELIERS DE CERVEJA DO DISTRITO FEDERAL
Pesquisador Responsável: ANA LÚCIA RIBEIRO SALOMON
 Área Temática:
 Versão: 1
 CAAE: 26853319.0.0000.0023
 Submetido em: 10/12/2019
 Instituição Proponente: Centro Universitário de Brasília - UNICEUB
 Situação da Versão do Projeto: Aprovado
 Localização atual da Versão do Projeto: Pesquisador Responsável
 Patrocinador Principal: Financiamento Próprio



Comprovante de Recepção:  PB_COMPROVANTE_RECEPCAO_1486004

+ DOCUMENTOS DO PROJETO DE PESQUISA

+ LISTA DE CENTROS PARTICIPANTES E COPARTICIPANTES

- HISTÓRICO DE TRÂMITES

Apreciação	Data/Hora	Tipo Trâmite	Versão	Perfil	Origem	Destino	Informações
PO	30/12/2019 17:21:33	Parecer liberado	1	Coordenador	Centro Universitário de Brasília - UNICEUB	PESQUISADOR	
PO	30/12/2019 11:39:24	Parecer do colegiado emitido	1	Coordenador	Centro Universitário de Brasília - UNICEUB	Centro Universitário de Brasília - UNICEUB	
PO	18/12/2019 02:12:40	Parecer do relator emitido	1	Membro do CEP	Centro Universitário de Brasília - UNICEUB	Centro Universitário de Brasília - UNICEUB	
PO	13/12/2019 09:34:52	Aceitação de Elaboração de Relatoria	1	Membro do CEP	Centro Universitário de Brasília - UNICEUB	Centro Universitário de Brasília - UNICEUB	
PO	11/12/2019 10:21:01	Confirmação de Indicação de Relatoria	1	Coordenador	Centro Universitário de Brasília - UNICEUB	Centro Universitário de Brasília - UNICEUB	
PO	11/12/2019 10:20:28	Indicação de Relatoria	1	Secretária	Centro Universitário de Brasília - UNICEUB	Centro Universitário de Brasília - UNICEUB	
PO	11/12/2019 10:19:45	Aceitação do PP	1	Secretária	Centro Universitário de Brasília - UNICEUB	Centro Universitário de Brasília - UNICEUB	
PO	10/12/2019 10:14:20	Submetido para avaliação do CEP	1	Assistente da Pesquisa	PESQUISADOR	Centro Universitário de Brasília - UNICEUB	

LEGENDA:

(*) Apreciação

PO = Projeto Original de Centro Coordenador	POP = Projeto Original de Centro Participante	POC = Projeto Original de Centro Coparticipante
E = Emenda de Centro Coordenador	Ep = Emenda de Centro Participante	Ec = Emenda de Centro Coparticipante
N = Notificação de Centro Coordenador	Np = Notificação de Centro Participante	Nc = Notificação de Centro Coparticipante

(*) Tipo

P = Projeto de Centro Coordenador Pp = Projeto de Centro Participante Pc = Projeto de Centro Coparticipante

(*) Formação do CAAE

Ano de submissão do Projeto						Tipo do centro			Código do Comitê que está analisando o projeto										
n	n	n	n	n	n	a	a	-	dv	-	t	x	x	x	-	l	l	l	l
Sequencial para todos os Projetos submetidos para apreciação						Dígito verificador			Sequencial, quando estudo possui Centro(s) Participante(s) e/ou Coparticipante(s)										