

**Fatores associados aos comportamentos alimentares na adolescência: uma revisão de literatura**  
*Factors associated with eating behavior in adolescence: a literature review*

Amanda do Nascimento Pereira<sup>1</sup>  
Aline Alves Brasileiro<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Acadêmica do curso de Nutrição pela Pontifícia Universidade Católica de Goiás. Goiânia, Goiás, Brasil.

<sup>2</sup>Docente da Escola de Ciências Sociais e da Saúde pela Pontifícia Universidade Católica de Goiás. Doutora em Saúde da Criança e Adolescente pela Universidade de Campinas. Goiânia, Goiás, Brasil.

Contato: Amanda do Nascimento Pereira – amanda.n.p@hotmail.com

## Resumo

**Introdução:** Muitos são os fatores associados entre o comportamento alimentar e os hábitos alimentares não saudáveis e que podem acarretar a inúmeros agravos à saúde. Entre alguns fatores associados está o tempo frente a TV e telas, alto consumo de ultraprocessados, a escolaridade dos pais. E a obesidade é uma das consequências desses fatores, cuja prevalência entre adolescentes tem dobrado entre idades de 10 a 19 anos. As mudanças biológicas, sociais e de comportamento fazem parte da adolescência e afetam de forma significativa os hábitos alimentares e tendem a influenciar até vida adulta. **Objetivo:** Identificar e investigar os fatores associados aos comportamentos alimentares na adolescência e assim, estabelecer um conhecimento mais abrangente sobre o tema. **Método:** Foi realizada uma revisão sistemática, seguindo critérios metodológicos da recomendação (PRISMA). Utilizou-se as bases de dados Medline, PubMed, Scielo e BVS em inglês e português, no período de 2015 a 2020. Foram incluídas as publicações que continham pelo menos um dos descritores que associavam o comportamento alimentar em adolescentes. **Resultados:** Nas análises quanto as características alimentares comuns entre os autores selecionados, pode-se perceber diversas características como, não realizar o café da manhã, consumo alto por alimentos ultraprocessados, além de fatores sociais e socioeconômicos que influenciam diretamente o comportamento alimentar não saudável do adolescente. **Conclusão:** A partir da análise dos achados, é possível concluir que muitos são os fatores que levam a mudanças de comportamento podendo trazer riscos à saúde e desenvolvimento de comorbidades em adolescentes.

**Palavras-chave:** Adolescentes. Comportamento Alimentar. Hábitos Alimentares. Obesidade.

## Abstract

*Introduction: There are many factors associated with eating and unhealthy eating habits that can lead to numerous health problems. Among some associated factors is the time spent watching TV and screens, high consumption of ultra-processed products, parental education. And obesity is one of the consequences determining factors, prevalence of prevalence among adolescents has doubled between ages 10 to 19 years. Biological, social and normal behavior changes are part of adolescence and affect eating habits in a definite way and tend to influence adulthood. Objective: To identify and investigate the factors associated with eating behaviors in adolescence and, thus, establish a more comprehensive knowledge on the topic. Method: A systematic review was carried out, following methodological criteria of the recommendation (PRISMA). Used the Medline, PubMed, Scielo and VHL databases in English and Portuguese, from 2015 to 2020. Publications containing at least one of the descriptors that associated eating behavior in adolescents were included. Results: In the analysis regarding the common dietary characteristics among the selected authors, it is possible to notice several characteristics such as, not having breakfast, high consumption of ultra-processed foods, in addition to social and socioeconomic factors that directly influence the unhealthy eating behavior of the adolescent. Conclusion: From the analysis of the findings, it is possible to conclude that many are the factors that lead to behavioral changes, which can bring health risks and development of comorbidities in adolescents.*

**Keywords:** Adolescents. Feeding Behavior. Eating habits. Obesity.

## 1 INTRODUÇÃO

A alimentação é indispensável para o desenvolvimento do ser humano e não somente no aspecto biológico, mas também envolve aspectos sociais, psicológicos e econômicos. Em todas as etapas da nossa vida, o alimento se faz presente, entretanto, é na infância e na adolescência que ele se torna ainda mais importante<sup>1</sup>. O padrão alimentar vem modificando em todo o mundo, e essa mudança ocorrendo principalmente na adolescência, sendo que nesta fase ocorrem mudanças cognitivas, físicas, psicológicas e emocionais que podem afetar a saúde e o bem-estar<sup>2</sup>.

À vista disso, o comportamento alimentar constitui um determinante para saúde, estabelecendo um padrão alimentar essencial para a qualidade de vida, saúde física e psicológica dos indivíduos. Ao longo dos anos, estudos tem constatado a existência de associações entre os comportamentos relacionados com o estilo de vida e um vasto conjunto de doenças crônicas<sup>3,4</sup>. E a obesidade segundo a organização mundial da saúde (OMS) é um dos desafios para a saúde pública, assim como outras doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) antes vistas somente na população adulta e hoje, é progressivamente visto em crianças e adolescentes<sup>5,6</sup>.

O padrão alimentar dos jovens, em sua maioria, tem sido representado pelo alto consumo de refeições prontas, de fácil preparo, alimentos ultraprocessados ricos em açúcares, gorduras e sódio<sup>7</sup>, gerando comportamento alimentares inadequados e outras práticas prejudiciais à saúde. Além disso, estudo apresentou a prevalência da insatisfação corporal em jovens escolares brasileiros, levando a depreciação com seu próprio peso e com a aparência física e assim evoluírem para hábitos alimentares deletérios à saúde<sup>8</sup>.

A adolescência, portanto, é um período de intensas transformações em que sofrem inúmeras interferências dos hábitos familiares, amizades, regras culturais e sociais, condições socioeconômicas, além de experiências particulares de cada indivíduo<sup>9</sup>. Esse grupo é nutricionalmente mais vulnerável em relação ao seu padrão alimentar e estilo de vida por estar mais suscetível a influências ambientais<sup>10</sup>. Diante disso, a alimentação inadequada na infância e na adolescência é considerada como um importante fator de risco para o surgimento antecipado da obesidade e de outras doenças crônicas, tais como complicações cardiovasculares, a diabetes, hipertensão arterial, entre outros. Além de gerar graves consequências durante a fase adulta<sup>11</sup>.

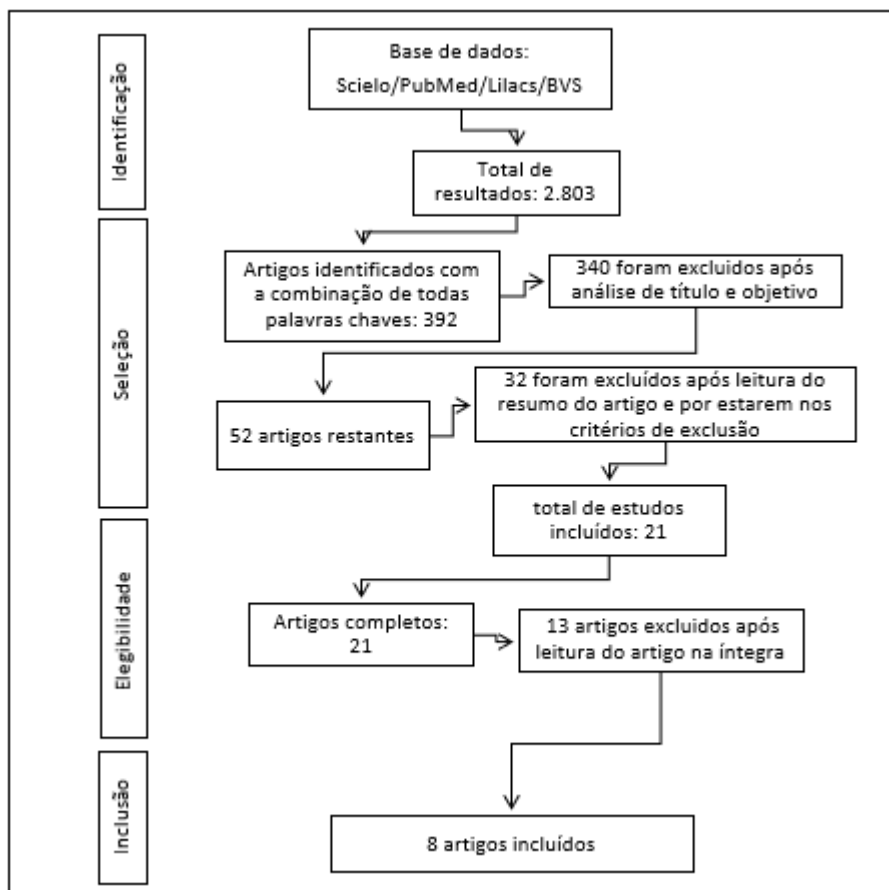
Tal comportamento alimentar inadequado é influenciado por outros hábitos, como o de se alimentar em frente à TV ou uso de “telas” por longas horas, não fazer refeições à mesa em família, o processo de urbanização e outros. Isto tem contribuído para mudança nos padrões alimentares, bem como, o surgimento de comportamentos sedentários<sup>12</sup>. Diante disso, diversos fatores de

atitudes alimentares têm remetido a alguns comportamentos inadequados e se tornado um hábito cotidiano na vida desses adolescentes<sup>13</sup>.

Diante do exposto, este estudo tem por objetivo investigar os fatores associados aos comportamentos alimentares de adolescentes, desse modo, estabelecer um conhecimento abrangente sobre o tema.

## 2 METODOLOGIA

Foi realizado um estudo de revisão de literatura acerca das características do comportamento alimentar de adolescentes com o intuito de identificar, selecionar e analisar de maneira crítica as referências pertinentes ao assunto. Para a estruturação do estudo seguiu-se os critérios metodológicos da recomendação *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Metaanalyses* (PRISMA), conforme demonstrado na **figura 1** que ilustra o fluxograma acerca das etapas de identificação, seleção, elegibilidade e inclusão das referências.



**Figura 1** – Fluxograma de seleção dos estudos.

Para a etapa de identificação foram utilizadas as bases de dados *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), *Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da saúde* (Lilacs), *Sistema*

Online de Busca e Análise de Literatura Médica (PubMed) e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Os descritores de assunto utilizados em todas as bases de dados foram “comportamento alimentar”, “adolescentes” e “hábitos alimentares”. Essas mesmas terminologias foram combinadas com o uso dos operadores booleanos representado pelo conector (and). As pesquisas foram realizadas no início de outubro de 2020 e sendo limitadas pelo período de janeiro de 2015 a novembro de 2020, nos idiomas português e inglês.

Após a identificação dos 2.803 artigos, procedeu-se para o procedimento de seleção, aos quais foram identificados 392 artigos de estudos originais, em seguida, 340 foram excluídos por meio da análise de título e objetivo ou por estarem duplicados, resultando em 52 artigos selecionados para a avaliação, posteriormente, 32 artigos foram excluídos após leitura do título e resumo. Depois de avaliados e estando nos critérios de inclusão e exclusão, os 21 artigos elegíveis foram lidos de forma completa, 13 deles foram excluídos, e por fim, permaneceram 8 estudos incluídos na revisão.

### 3 RESULTADOS

O **quadro 1** apresenta as características centrais dos estudos incluídos na revisão, autor do estudo, seu público, o objetivo, as características alimentares principais, e alguns exemplos de fatores influenciadores que podem estar correlacionados aos comportamentos alimentares. Os estudos foram apresentados em ordem decrescente de acordo com o ano de publicação e quando do mesmo ano, em ordem alfabética. A síntese descritiva foi composta de 8 referências, cujos períodos de publicação variaram de 2015 a 2020.

<b>Autor</b>	<b>Público (n)</b>	<b>Faixa Etária</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Características Alimentares</b>	<b>Fatores Influenciadores</b>
Fortes; Ferreira, Amaral. (2016) <sup>24</sup>	F = 199 M = 163	10 – 19 anos	Avaliar o comportamento alimentar de adolescentes de Juiz de Fora-MG, comparando-o conforme o sexo e o estado nutricional.	- Preocupação com os alimentos. - Autocontrole oral	Níveis socioeconômicos e fatores ambientais.
Fulco et al. (2016) <sup>16</sup>	F = 418	10 – 17 anos	Identificar as práticas alimentares inadequadas relacionadas ao estado nutricional de	- Consumo café da manhã - Alto consumo de	Nível socioeconômico, escolaridade dos

			adolescentes através da avaliação do comportamento alimentar e medidas antropométricas de adolescentes do sexo feminino de uma escola pública do semiárido nordestino.	ultraprocessados - Consumo insuficiente de frutas e hortaliças	pais, dados antropométricos.
Maia et al. (2018) <sup>13</sup>	F = 5.404 M = 5.522	13 – 17 anos	Identificar e analisar os padrões alimentares entre os adolescentes brasileiros.	- Consumo do café da manhã. - Alimentar-se frente à Tv. - Alto consumo de ultraprocessados	Nível socioeconômico, escolaridade materna, situação rural ou urbana e escola pública ou particular.
Philippi; Leme. (2018) <sup>22</sup>	F = 253	14 – 18 anos	Examinar a hipótese do mediador de insatisfação corporal e analisar sua associação entre provocação e comportamento de controle de peso em adolescentes brasileiros.	- Insatisfação com o corpo	Níveis socioeconômicos , prática de AF.
Fernandez -Jimenez et al. (2019) <sup>19</sup>	N = 1.326	12 – 16 anos	Avaliar o impacto do SI (saúde integral) Programa de intervenção educacional sobre comportamentos de estilo de vida de adolescentes e parâmetros de saúde.	- Baixa adesão a dieta do mediterrâneo - Tempo elevado de telas.	Níveis socioeconômicos , ambiente escolar e educação
Costa et al. (2020) <sup>1</sup>	F = 378 M = 361	12 – 18 anos	Analisar a associação entre comportamentos de estilo de vida e QVRS em uma amostra de adolescentes brasileiros, considerando outros comportamentos de estilo de vida nas análises.	- Alto consumo de ultraprocessados - Tempo elevado de telas.	Diferença de sexo, escolaridade materna, uso de drogas e álcool, duração do sono, dados antropométricos, prática de AF.
Delfino et al. (2020) <sup>2</sup>	n = 576	10 – 17 anos	Analisar a associação de propagandas de comida na televisão com hábitos alimentares de adolescentes brasileiros.	- Alimentar-se frente à Tv. - Alto consumo de ultraprocessados	Níveis socioeconômicos , fatores ambientais.

				- Consumo insuficiente de frutas e hortaliças	
Monteiro et al. (2020) <sup>15</sup>	F = 26.306 M = 15.458	13 – 15 anos	Identificar e descrever a prevalência de hábitos alimentares, prática de atividade física e comportamento sedentário em escolares brasileiros e analisar sua associação com as características sociodemográficas.	- Tempo elevado de telas. - Alto consumo de ultraprocessados - Consumo insuficiente de frutas e hortaliças	Aumento do comportamento sedentário, prática de AF.

**Quadro 1** - Características dos estudos incluídos na revisão sistemática

Legenda: (F – feminino, M – masculino, TV – televisão, AF – atividade física)

As pesquisas foram realizadas exclusivamente com indivíduos adolescentes, de ambos os sexos. A média amostral de participantes selecionados foi de 301,43, com  $\pm$  dp corresponde a um intervalo de referência de 90,72% e com um intervalo mínimo de 735 e máximo de 51.192. Considerando-se o público feminino, a média amostral foi de 213,05 com média  $\pm$  dp de 81,17% e com um intervalo amostral mínimo de 199 e máximo de 24.879. Quanto ao público masculino, a média amostral foi de 138,96 com média  $\pm$  dp 117,79% e com um intervalo amostral mínimo de 163 e máximo de 26.313.

As faixas etárias das amostras variaram muito entre os artigos pesquisados, apenas dois estudos em comum selecionaram a faixa de idade dos 10 aos 17 anos, os demais, encontrando-se uma faixa mínima de 10 anos e máxima de 19 anos. Logo, demonstra então, algumas diferenças de referências e público de faixa etária escolhido pelos autores dos estudos.

Entende-se que de acordo com a OMS, o Ministério da Saúde, considera a adolescência classificada entre 10 a 20 anos completos. E a juventude, dos 15 aos 24 anos. Já o Estatuto da Criança e do Adolescente considera adolescência na faixa etária de 12 a 18 anos<sup>14</sup>.

Com relação às características alimentares mais apresentadas entre os autores selecionados destaca-se o hábito de se alimentar em frente à TV e o tempo de uso de tela (smartfone, tablets), representam de cerca de 62,5% dos autores como não saudável. Nos estudos pode-se perceber o alto consumo de ultraprocessados com média amostral de 3 e com  $\pm$  dp corresponde a um intervalo de referência de 2,45%. Representando 62,5% dos autores, sendo um percentual elevado quando comparado aos autores com o consumo insuficiente de frutas e hortaliças 37,5%). O sedentarismo,

foi um dos fatores influenciadores sendo que a prática de atividade física nos estudos é baixa (17,5%).

#### 4 DISCUSSÃO

Muitos são os fatores associados entre o comportamento alimentar e os hábitos não saudáveis na adolescência, e que tendem a persistir até a idade adulta e estão associados a consequências adversas a saúde. Como a obesidade, cuja prevalência entre adolescentes tem dobrado nas últimas duas décadas com idades de 10 a 19 anos<sup>11,12</sup>. O consumo regular de alimentos ultraprocessados, como a ingestão de refrigerantes, doces e embutidos, o tempo diário de TV durante as refeições, além das características socioeconômicas e a composição familiar do adolescente estão entre esses fatores associados<sup>12,15,16,17</sup>.

Além disso, as mudanças biológicas, psíquicas, sociais fazem parte da adolescência e afetam de forma significativa o comportamento alimentar, e a nutrição adequada é essencial, uma vez que delimita condições benéficas ao crescimento e desenvolvimento desse jovem. E nessa fase mais independente os comportamentos alimentares adquiridos tendem a influenciar seus hábitos na vida adulta<sup>18,8</sup>.

Em seu estudo Maia et al.<sup>13</sup> observaram que a prática alimentar dos adolescentes tem sido caracterizada pelo alto consumo de refeições prontas, de fácil preparo e de alimentos ultraprocessados ricos em açúcares, gorduras e sódio, além do mais, com consumo insuficiente de alimentos in natura. Tal padrão de alimentação é influenciado, entre outros, pela adoção crescente de comportamentos alimentares não saudáveis, tais como o hábito de se alimentar em frente à TV ou de não realizar as principais refeições em família<sup>15,17</sup>.

Alguns estudos<sup>16,15</sup> mostraram que adolescentes com mães com ao menos o ensino fundamental completo, e que residiam em regiões de área urbana desenvolvida, apresentaram hábitos alimentares não saudáveis<sup>1</sup>. Diferentemente de outro estudo, cuja escolaridade das mães foi maior que 11 anos de estudos, e suas escolhas alimentares eram mais saudáveis<sup>8</sup>. Analisando outras referências é possível verificar que a escolaridade dos pais tem associação com o nível de informação e conhecimento sobre a qualidade da alimentação e com isso pode auxiliar na escolha alimentar da família<sup>16,13</sup>.

Além disso, foi observado entre os adolescentes do sexo feminino que possuíam o hábito de não tomar café da manhã, e não realizar as refeições com os pais, maior prevalência de padrões alimentares não saudáveis. E que esses mesmos adolescentes alimentam-se frente à TV e habitualmente frequentam restaurantes fast-food. Portanto, é possível identificar que dentre a



realização das três refeições diárias, o café da manhã é o menos realizado pelos adolescentes entre os estudos<sup>13,16</sup>. O hábito de realizar o café da manhã tem forte correlação com a prevenção do excesso de peso e obesidade, sendo considerado um marcador de regulação do consumo alimentar ao longo do dia<sup>16</sup>.

De acordo com Pereira et al.<sup>3</sup> os adolescentes possuem entendimento do conceito de alimentação saudável e sabem as complicações a cerca de seus comportamentos alimentares que podem ser prejudiciais à saúde. Porém, esse entendimento nem sempre faz parte de suas escolhas alimentares ou eles demonstram não importa com tal realidade. Consequentemente, estudos de outros países<sup>11,19,20</sup> mostram estimativas recentes que de um em cada três adolescentes está com sobrepeso ou obesidade. Apontando assim, não só um problema de impacto social negativo, mas está relacionado a múltiplas comorbidades e a mortalidade<sup>11</sup>.

Algumas características associadas ao comportamento é a difusão de informações dos meios de comunicação, em especial a televisão que é fonte de informação e lazer da maioria da população, capaz também de moldar opiniões e comportamentos entre os adolescentes<sup>21</sup>. Estudos tem apresentado que aparelhos de comunicação como televisão, smartphone, videogames, computadores, entre outros, e principalmente a relação quanto ao tempo utilizando-os, tem apresentado que podem reduzir o gasto energético<sup>11</sup>.

Ainda muito tem se discutido sobre os impactos benéficos e maléficos do uso excessivo dessas tecnologias no desenvolvimento do adolescente<sup>9</sup>. Porém, já se sabe que acabam modificando seus padrões alimentares, sendo susceptíveis a progressão de transtornos alimentares, conflito familiar e a falta de diálogo<sup>9,10</sup>.

Do mesmo modo, quanto mais tempo gasto com esses aparelhos está associado como preditor de consumo alimentar de alto valor calórico<sup>12,19</sup>. Assim, mostrando que o uso excessivo dessas tecnologias afeta de forma social, afetiva, cognitiva e nutricional<sup>9</sup>.

Em nossos resultados encontramos que o fator socioeconômico foi associado ao comportamento alimentar, apresentando que condições financeiras e sociais auxiliam a compreender o comportamento alimentar juvenil e seu reflexo sobre o estado nutricional, da mesma forma, cultura e nível socioeconômico<sup>13,16</sup>. Por outro lado, a renda familiar alta, nem sempre quer dizer que o consumo alimentar será mais saudável, ou menos calórica. O ambiente familiar e ambiente construído tem relação em particular, ou melhor, sabe-se que o ambiente familiar exerce função decisiva para a adoção de hábitos saudáveis de alimentação<sup>12,19</sup>.

No entanto, outra questão avaliada por alguns autores, e não menos importante vista na fase da adolescência é a insatisfação com a imagem corporal pelos jovens e a pressão por familiares com

a preocupação com seu peso podem ser prejudiciais para o controle de peso. E estudos revelam que esse comportamento pode acabar promovendo à compulsão alimentar, outros transtornos alimentares, como a purgação e restrição, levando assim, ao desenvolvimento de obesidade e transtornos alimentares<sup>22</sup>.

Além disso, há outras evidências que expõem que a renda em aspectos sociais e culturais e ambiente escolar privada ou pública, tem influência sobre o estilo de vida. Foi identificado por exemplo, que alunos de escolas públicas possuem adesão maior por padrões alimentares não saudáveis, porém praticam mais atividade física<sup>13</sup>. Já em outro estudo, em alunos de escola privada foi identificada maior prevalência de sedentarismo quando comparada aqueles de escola privada e optam por padrões alimentares não saudáveis<sup>23</sup>. Esses padrões podem refletir no estilo de vida da população, como por exemplo, terem preferência por comer fora de casa e o aumento do consumo de ultraprocessados<sup>13</sup>.

Em seu estudo Fortes et al.<sup>24</sup>, encontraram que comportamentos alimentares inapropriados não necessariamente são causados por síndromes psicológicas como os transtornos alimentares, mas torna o adolescente mais suscetível para o desenvolvimento de transtornos. Por outro lado, meninas apresentam mais adaptações psicológicas negativas e depreciativas sobre o peso e a aparência corporal em comparação aos meninos. Por essa razão, elas apresentam comportamentos alimentares deletérios a saúde com o objetivo de perder peso e serem aceitas socialmente com mais frequência<sup>24</sup>.

Os fatores ambientais também podem direcionar as escolhas alimentares, que vão desde valores nutricionais baixos e altos níveis de gorduras e açúcares, enquanto frutas e legumes não possuem as mesmas propagandas enfáticas<sup>21,25</sup>. De acordo com estudos, o alto custo de dietas mais saudáveis também pode favorecer a obesidade entre grupos de baixa renda, uma vez que a limitação dos recursos financeiros constitui uma importante razão pela qual as pessoas não alimentam se de forma saudável<sup>2,15</sup>.

De forma geral as características do comportamento alimentar dos adolescentes é o consumo de alimentos não saudáveis e o seu alto valor calórico<sup>1,12,15,16,17</sup>. Nesse sentido, possibilita avaliar estratégias em promoção da saúde como intervenção para mudanças de hábitos comportamentais e por conseguinte, prevenção de doenças, como a obesidade, cada vez mais vista nesse público jovem.

## **5 CONCLUSÃO**

Com base nos resultados obtidos desta pesquisa, pode-se observar que diversos são os fatores associados ao comportamento alimentar de adolescentes, que vão desde o seu desenvolvimento social, emocional, familiar. A constante influência dos meios de comunicação, hábitos diários simples, como tomar café da manhã e questões psicológicas têm-se mostrado como fatores influenciadores para desenvolvimento do excesso de peso e obesidade na adolescência. Assim, confirma-se que os comportamentos alimentares não saudáveis desses indivíduos muitas vezes, os conduzem para um desequilíbrio nutricional e os propiciam ao desenvolvimento de outras comorbidades.

## REFERÊNCIAS

1. Costa BGG, Chaput JP, Lopes MVV, Costa RM, Malheiros LEA, Silva KS. Association between LifInt. J. Environ. Res. Public Health 2020, 17 (19), 7133; Disponível em <https://www.mdpi.com/1660-4601/17/19/7133/htm>
2. Delfino LD, Tebar WR, Silva DAS, Gil FCS, Mota J, Christofaro DGD. Propagandas de alimentos na televisão e hábitos alimentares em adolescentes: um estudo na escola. Rev. Saúde Pública. 2020; 54: 55. Disponível em [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-89102020000100241&lng=en.Epub](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89102020000100241&lng=en.Epub)
3. Pereira CM, Silva AL, Sá MI. Fatores que influenciam os comportamentos alimentares: questionário das escolhas alimentares dos adolescentes. Rev Psic. Saúde e Doenças [online].2015;16(3):421-438. Disponível em [http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1645-00862015000300012](http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1645-00862015000300012)
4. Klotz-Silva J, Prado SD, Seixas CM. Comportamento alimentar no campo da Alimentação e Nutrição: do que estamos falando? Rev Physis [online]. 2016;26(4):1103-1123. Disponível em [https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-73312016000401103](https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-73312016000401103)
5. Corrêa EN, Schmitz BAS, Vasconcelos FAG. Aspects of the built environment associated with obesity in children and adolescents: a narrative review. Rev Nutr 2015; 28:327-40. Disponível em [https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1415-52732015000300327](https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-52732015000300327)
6. Dias PC, Henrique P, Anjos LA, Burlandy L. Obesidade e políticas públicas: concepções e estratégias adotadas pelo governo brasileiro. Cad. de Saúde Pública. 2017;33(7). Disponível em <https://www.scielo.br/pdf/csp/v33n7/1678-4464-csp-33-07-e00006016.pdf>
7. Louzada MLC, Martins APB, Canella DS, Baraldi LG, Levy RB, Claro RM, et al. Alimentos ultraprocessados e perfil nutricional da dieta no Brasil. Rev Saúde Pública. 2015; (49):38. Disponível em [https://www.scielo.br/pdf/rsp/v49/pt\\_0034-8910-rsp-S0034-89102015049006132.pdf](https://www.scielo.br/pdf/rsp/v49/pt_0034-8910-rsp-S0034-89102015049006132.pdf)
8. Fortes LS, Amaral ACS, Ferreira MEC. Comportamento alimentar inadequado em adolescentes de Juiz de Fora. Rev. Temas Psicol. 2013;21(2):403-410. Disponível em [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-389X2013000200008](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2013000200008)
9. Silva TO, Silva LTG. Os impactos sociais, cognitivos e afetivos na geração de adolescentes conectados às tecnologias digitais. Rev. Psicopedagogia. 2017; 34(103): 87-97. Disponível em

[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S010384862017000100009&script=sci\\_abstract&tlng=en](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S010384862017000100009&script=sci_abstract&tlng=en)

10. Bittar C, Soares A. Mídia e comportamento alimentar na adolescência. Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional, 2020; 28(1):291-308. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/psicoped/v34n103/09.pdf>
11. Enes CC, Slater B. Obesidade na adolescência e seus principais fatores determinantes. Rev. bras. Epidemiol. 2010; 13(1):163-171. Disponível em [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1415790X2010000100015&lng=en](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415790X2010000100015&lng=en).
12. Viera CENK, Dantas DNA, Miranda LSMV, Araújo AKC, Monteiro AI, Enders BC. Programa de Enfermagem Saúde na Escola: prevenção e controle de sobrepeso/obesidade em adolescentes. Rev. esc. enferm. USP. [Internet]. 2018. 52:e03339. Disponível em [https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S167945082019000300212&script=sci\\_arttext&tlng=pt](https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S167945082019000300212&script=sci_arttext&tlng=pt)
13. Maia EP, Silva LES, Santos MAS, Barufaldi LA, Silva SU, Claro RM. Padrões alimentares, características sociodemográficas e comportamentais entre adolescentes brasileiros. Rev. bras.epidemiol. [Internet]. 2018; 21(Supl 1): e180009. Disponível em [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1415-790X2018000200408&lng=en](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-790X2018000200408&lng=en)
14. Ministério da saúde (BR) Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas e Estratégicas. Proteger e cuidar da saúde de adolescentes na atenção básica / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Ações Programáticas e Estratégicas. 2.ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2018. Disponível em [http://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/proteger\\_cuidar\\_adolescentes\\_atencao\\_basica\\_2ed.pdf](http://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/proteger_cuidar_adolescentes_atencao_basica_2ed.pdf)
15. Monteiro LZ, Varela AR, Souza P. Hábitos alimentares, atividade física e comportamento sedentário entre escolares brasileiros: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar, 2015. Rev. bras.epidemiol. 2020; 23: E200034. Disponível em <https://www.scielosp.org/article/rbepid/2020.v23/e200034/pt/>
16. Fulco MVF, Baad VMA, Pitangui ACR, Mendes MLM, Messias CMBO. Comportamento alimentar e seu reflexo sobre o estado nutricional de adolescentes de uma escola pública. Rev. Adolesc. Saude. 2016; 13(1):86-96. Disponível em [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1677-11682016000100002](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-11682016000100002)
17. Ferreira RW, Rombaldi AJ, Ricardo LIC, Hallal PC, Azevedo MR. Prevalence of sedentary behavior and its correlates among primary and secondary school students. Rev Paul Pediat 2016; 34(1): 56-63. Disponível em <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1016/j.rppede.2015.09.002>
18. Silva JG, Teixeira MLO, Ferreira MA. Alimentação na adolescência e as relações com a saúde do adolescente. Texto contexto - enferm. [Internet]. 2014. 23(4): 1095-1103. Disponível em [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-07072014000401095&lng=en](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-07072014000401095&lng=en)
19. Fernandez-Jumenez R, Beneit GS, Tresserra-Rimbau A, Bodega P, Miguel M, Cos-Gandoy A et al. Rationale and design of the school-based SI! Program to face obesity and promote health among Spanish adolescents: A cluster-randomized controlled trial. American Heart Journal. 2019. 215:27-40. Disponível em <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31277052/>
20. Lima NMS, Leal VS, Oliveira JS, Andrade MIS, Tavares FCLP, Menezes RCE, Silva CS, et al. Excesso de peso em adolescentes e estado nutricional dos pais: uma revisão sistemática. Ciênc. saúde coletiva [Internet]. 2017.22(2): 627-636. Disponível em

[https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S141381232017000200627&script=sci\\_abstract&tlng=pt](https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S141381232017000200627&script=sci_abstract&tlng=pt)

21. Mattos MC, Nascimento PCB Dantas, Almeida SSC, Telma MB. Influência de propagandas de alimentos nas escolhas alimentares de crianças e adolescentes. *Psicologia: teoria e prática*. 2010; 12(3): 34-51. Disponível em [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S151636872010000300004&lng=pt&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S151636872010000300004&lng=pt&tlng=pt)
22. Philippi ST, Leme ACB. Weight-teasing: does body dissatisfaction mediate weight-control behaviors of Brazilian adolescent girls from low-income communities?. *Cad. Saúde Pública*. 2018; 34(6):21. Disponível em <https://www.scielo.org/article/csp/2018.v34n6/e00029817/#>
23. Oliveira TC, Silva AAM, Santos CJN, Silva JS, Conceição SIO. Atividade física e sedentarismo em escolares da rede pública e privada de ensino em São Luís. *Rev. Saúde Pública* [Internet]. 2010; 44(6): 996-1004. Disponível em [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-89102010000600003&lng=en](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89102010000600003&lng=en)
24. Fortes LS, Ferreira MEC, Amaral ACS. Comportamento alimentar em adolescentes de Juiz de Fora. *Psicol. rev. Belo Horizonte*. 2016;22(1)1-13. Disponível em [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1677-11682016000100002](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-11682016000100002)
25. Corrêa EN, Schmitz BAS, Vasconcelos FAG. Aspects of the built environment associated with obesity in children and adolescents: a narrative review. *Rev. Nutr.* [Internet]. 2015; 28(3): 327-340. Disponível em [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1415-52732015000300327&lng=en](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-52732015000300327&lng=en)