APÊNDICE TT – Questionário aplicado com os alunos na terceira fase de aferição

PAPPAS - CNPq, FAPERJ, PAHEF-

Entrevistador:_____ **Data:**___/___/____

01. Escola:_____ **02.ID:** |_|_|_| **03.Turma:** |_|_|_| **04.Turno:** |_| 1. Manhã 2. Tarde

05. Nome: _____

06. Data de nascimento: ___ / ___ / _____ **07. Idade:** |_|_| **08. Sexo** |_| 1-masc 2-fem

09. Cor de pele/raça (entrevistador)

1 ☐ Branca 2 ☐ Parda 3 ☐ Preta

DADOS ANTROPOMÉTRICOS

10. Peso: ___ ___ ___ , ___ ___ **kg**

11. Percentual de gordura: ___ ___ , ___ **%**

12. Altura1: ___ ___ ___ , ___ **cm**

13. Altura2: ___ ___ ___ , ___ **cm**

14. PAS 1: ___ ___ ___ **mmHg**

15. PAD 1: ___ ___ ___ **mmHg**

16. Freqüência cardíaca 1: ___ ___ ___ **/min**

17. PAS 2: ___ ___ ___ **mmHg**

18. PAD 2: ___ ___ ___ **mmHg**

19. Freqüência cardíaca 2: ___ ___ ___ **/min**

20. PAS 3: ___ ___ ___ **mmHg**

21. PAD 3: ___ ___ ___ **mmHg**

22. Freqüência cardíaca 3: ___ ___ ___ **/min**

Intercorrência?_____

OBS: Uso de adorno, sapato, etc. _____

PARA AS MENINAS

23. Você já teve a primeira menstruação?

1 ☐ Sim 2 ☐ Não

24. Se SIM, com que idade você teve a primeira menstruação? |_|_| anos

INFORMAÇÕES SOBRE ALIMENTAÇÃO

25. Na sua opinião a sua alimentação é saudável?

1 ☐ Sim 2 ☐ Não

26. Quantas vezes você faz lanches fora de casa em locais como Churrasquinho de rua, Bob's, Mc Donald's, Cachorro - Quente vendido na Van, Pizzarias, Pastelarias e outros?

1 ☐ **Nunca** ou menos de 1 vez por mês 4 ☐ 2 a 4 vezes por semana

2 ☐ 1 a 3 vezes por **MÊS** 5 ☐ 5 a 6 vezes por semana

3 ☐ 1 vez por **SEMANA** 6 ☐ 1 vez por **DIA** ou mais

27. Se você consome sucos, na maior parte das vezes o suco consumido é:

1 ☐ Natural da fruta 2 ☐ de garrafa 3 ☐ de caixinha 4 ☐ em pó 5 ☐ Não toma

ID: ___

34. Quantas vezes você consome feijão?

1 ☐ **Nunca** ou menos de 1 vez por mês (vai para 34.1)
2 ☐ 1 a 3 vezes por **MÊS** (vai para 34.1)
3 ☐ 1 vez por **SEMANA**
4 ☐ 2 a 4 vezes por semana
5 ☐ 5 a 6 vezes por semana
6 ☐ 1 vez por **DIA** ou mais

34.1 Por que não come feijão pelo menos uma vez por semana?

1 ☐ Não gosto muito de feijão
2 ☐ Feijão é caro
3 ☐ Não tenho o costume
4 ☐ Quase não é feito na minha casa

35. Quantas vezes você consome biscoitos salgado ou recheado ou doce?

1 ☐ **Nunca** ou menos de 1 vez por mês
2 ☐ 1 a 3 vezes por **MÊS**
3 ☐ 1 vez por **SEMANA**
4 ☐ 2 a 4 vezes por semana
5 ☐ 5 a 6 vezes por semana
6 ☐ 1 vez por **DIA** ou mais

36. Você costuma colocar sal no seu prato de comida na hora de comer?

1 ☐ Sim
2 ☐ Não

36.1. Se SIM, você:

1 ☐ Prova a comida primeiro e depois coloca o sal
2 ☐ Coloca o sal na comida antes de provar

37. Quantos copos de água você bebe por dia?

0 ☐ nenhum 1 ☐ 1 copo 2 ☐ 2 copos 3 ☐ 3 copos 4 ☐ 4 copos 5 ☐ 5 copos 6 ☐ 6 copos ou mais

38. Quantas vezes você almoça na escola?

1 ☐ Nunca ou quase nunca
2 ☐ 1 a 3 vezes por mês
3 ☐ 1 a 3 vezes por semana
4 ☐ 4 a 6 vezes por semana
5 ☐ **Todo dia**

39. Quantas vezes você almoça em casa e também almoça na escola?

1 ☐ Nunca ou quase nunca
2 ☐ 1 a 3 vezes por mês
3 ☐ 1 a 3 vezes por semana
4 ☐ 4 a 6 vezes por semana
5 ☐ **Todo dia**

40. No horário do recreio na maioria dos dias:

1 ☐ Não come nada
2 ☐ Leva lanche de casa
3 ☐ Compra na cantina
4 ☐ Come a merenda da escola

41. Em relação a sua alimentação:

1 ☐ Não penso em mudar minha alimentação
2 ☐ Estou pensando mudar, mas ainda não estou muito certo disso
3 ☐ Decidi mudar minha alimentação e só estou pensando em como fazer
4 ☐ Já estou mudando minha alimentação, mas estou com dificuldades
5 ☐ Já estou mudando minha alimentação e com sucesso

PAPPAS - CNPq, FAPERJ, PAHEF-
QUESTIONÁRIO PARA AS ESCOLAS INTERVENÇÃO

47. Dê uma nota para as brincadeiras que o projeto PAPPAS fez:

47.1 Vídeo do anjinho

☐zero 1☐1 2☐2 3☐3 4☐4 5☐5 6☐6 7☐7 8☐8 9☐9 10☐10 11☐ Não lembro 12☐ Não participei

47.2 Vídeo - A lenda da Mandioca

0☐zero 1☐1 2☐2 3☐3 4☐4 5☐5 6☐6 7☐7 8☐8 9☐9 10☐10 11☐ Não lembro 12☐ Não participei

47.3 Jogo de perguntas e respostas sobre Açúcar e Diabetes

0☐zero 1☐1 2☐2 3☐3 4☐4 5☐5 6☐6 7☐7 8☐8 9☐9 10☐10 11☐ Não lembro 12☐ Não participei

47.4 Teatrinho de fantoche do casamento do Arroz com o Feijão

0☐zero 1☐1 2☐2 3☐3 4☐4 5☐5 6☐6 7☐7 8☐8 9☐9 10☐10 11☐ Não lembro 12☐ Não participei

47.5 Desfile das frutas

0☐zero 1☐1 2☐2 3☐3 4☐4 5☐5 6☐6 7☐7 8☐8 9☐9 10☐10 11☐ Não lembro 12☐ Não participei

47.6 Super Água

0☐zero 1☐1 2☐2 3☐3 4☐4 5☐5 6☐6 7☐7 8☐8 9☐9 10☐10 11☐ Não lembro 12☐ Não participei

47.7 Jogo de trilha em equipes (percorrendo o caminho até chegar ao final)

0☐zero 1☐1 2☐2 3☐3 4☐4 5☐5 6☐6 7☐7 8☐8 9☐9 10☐10 11☐ Não lembro 12☐ Não participei

47.8 Mini mercado

0☐zero 1☐1 2☐2 3☐3 4☐4 5☐5 6☐6 7☐7 8☐8 9☐9 10☐10 11☐ Não lembro 12☐ Não participei

47.9 Propagandas

0☐zero 1☐1 2☐2 3☐3 4☐4 5☐5 6☐6 7☐7 8☐8 9☐9 10☐10 11☐ Não lembro 12☐ Não participei

48. Depois do projeto PAPPAS, você mudou a sua alimentação em relação à:

48.1 Frutas

1☐ Como mais 2☐ Como menos 3☐ Não mudou

48.2 Açúcar

1☐ Como mais 2☐ Como menos 3☐ Não mudou

48.3 Feijão

1☐ Como mais 2☐ Como menos 3☐ Não mudou

48.4 Água

1☐ Bebo mais 2☐ Bebo menos 3☐ Não mudou

48.5 Suco de fruta natural

1☐ Bebo mais 2☐ Bebo menos 3☐ Não mudou

48.6 Suco de pozinho

1☐ Bebo mais 2☐ Bebo menos 3☐ Não mudou

48.7 Refrigerantes, guaraná natural, sucos industrializados

1☐ Bebo mais 2☐ Bebo menos 3☐ Não mudou

48.8 Biscoitos

1☐ Como mais 2☐ Como menos 3☐ Não mudou

APÊNDICE UU – Manual de campo

MANUAL DE CAMPO

PAPPAS

PAIS E PROFESSORES PRÓ VIDA ATIVA E ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

Desenvolvimento:

Instituto de Nutrição Josué de Castro – UFRJ

Instituto de Medicina Social – UERJ

Apoio:

Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico – CNPq

Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado do Rio de Janeiro - FAPERJ

Pan American Health and Education Foundation - PAHEF

Diana Barbosa Cunha (coordenadora de campo)

Rosely Sichieri (coordenadora da pesquisa)

Rosangela Alves Pereira (coordenadora da pesquisa)

Fevereiro 2010

Equipe Projeto PAPPAS

Rosely Sichieri (coordenação)
Instituto de Medicina Social – Universidade do Estado do Rio de Janeiro – UERJ.
Rosangela Alves Pereira (coordenação)
Departamento de Nutrição Social e Aplicada - Instituto de Nutrição Josué de Castro - UFRJ

Pesquisadores:
Glória Valéria da Veiga (INJC-UFRJ)

Diana Barbosa Cunha (Coordenadora de campo)
Doutoranda do Programa de Pós-graduação em Saúde Coletiva - Instituto de Medicina Social – UERJ

Colaboradores:
Alline dos Santos Corrêa
Bárbara da Silva Nalin de Souza
Celso Pereira Guimarães e Norma Menezes (Design + fotografia)

Entrevistadores:
Alline dos Santos Corrêa
Amanda de Moura Souza
Ana Carolina Torquato Siqueira
Anelise Bezerra de Vasconcelos de Moraes
Bárbara da Silva Nalin de Souza
Diana Barbosa Cunha
Graziela Moura
Ilana Nogueira Bezerra
Luana Silva Monteiro
Marina Campos Araújo
Paulo Rogério Melo Rodrigues
Renata da Conceição Silva
Thaís Meirelles de Vasconcelos

Instituições envolvidas:
Instituto de Nutrição Josué de Castro / Universidade Federal do Rio de Janeiro
Instituto de Medicina Social / Universidade Estadual do Rio de Janeiro

Apoio:
Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico – CNPq (Proc. n 402204/2005-0)
Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado do Rio de Janeiro - FAPERJ
Pan American Health and Education Foundation – PAHEF

Contato: Diana Barbosa Cunha – tel.: 8198-7457

Rio de Janeiro, Fevereiro de 2010.

Prezado entrevistador,

Este manual foi escrito para ajudá-lo e orientá-lo no levantamento de dados da pesquisa PPAPAS.

No Brasil, nos dias de hoje, as questões relacionadas com a alimentação e a nutrição são de grande importância do ponto de vista da Saúde Pública. Tendo em vista que a maioria dos adolescentes estão inseridos na escola, esta se configura como um local adequado para programas de prevenção e promoção da saúde. Este projeto avaliará o incentivo a adoção de hábitos alimentares e estilo de vida saudáveis em adolescentes matriculados no 5º ano (4ª série) de escolas públicas do município de Duque de Caxias. Como trata-se de um ensaio clínico randomizado, algumas escolas receberão a intervenção e outras não. Para não enviesar os resultados, é importante que você não saiba se a escola é intervenção ou não.

Para a condução de um projeto dessa natureza, empregamos uma soma considerável de recursos obtidos junto às instituições de fomento de pesquisa. São recursos públicos, gerados com o pagamento dos impostos de toda a população. Por isso, sentimos grande responsabilidade no desenvolvimento dessa pesquisa e estamos dividindo essa responsabilidade com você. O seu trabalho é de supremo valor para o sucesso dessa investigação. A coleta criteriosa dos dados é um dos pilares da investigação científica.

Assim, por favor leia atentamente o Manual. Sempre que tiver sugestões, não deixe de nos comunicar, elas serão bem-vindas!

Agradecemos muito sua colaboração e Bom trabalho!

1. O ENTREVISTADOR E A PESQUISA

O pesquisador deve portar sempre a sua identificação (carteira de identidade), estar uniformizado com a blusa do projeto e manter visível o crachá da pesquisa. Quando for levantada alguma dúvida quanto à pesquisa, responda solicitamente e se necessário, passe os telefones dos coordenadores da pesquisa.

É indispensável que o pesquisador seja pontual quando agendar algum horário com a escola. O material a ser usado na entrevista deve estar sempre junto com o pesquisador: pasta com as cartas a serem entregues aos diretores da escola, envelope com os questionários, envelope com os termos de consentimento e cartas aos professores, envelope com os recordatórios de 24h e ficha de coleta da merenda escolar.

O entrevistador deve manter a inviolabilidade dos dados e nunca permitir que os questionários sejam deixados em locais impróprios e passíveis de serem lidos por outros. Nunca comentar o teor das outras entrevistas. Outro aspecto essencial é o cuidado com os equipamentos, tanto no momento do transporte quanto no seu manuseio e uso. É responsabilidade do entrevistador guardar o equipamento em local adequado ao final do trabalho. Registre todas as ocorrências no campo.

2. COLETA DE DADOS

2.1) Escolha da escola a ser pesquisada:

Foram selecionadas turmas do 5° ano de 20 escolas públicas do município de Duque de Caxias, que na linha de base do projeto, serão visitadas pelas equipes de entrevistadores. Estas equipes aplicarão um questionário e coletarão dados antropométricos dos alunos.

2.2) Apresentação do entrevistador

Ao se apresentar para o (a) professor (a) responsável pela turma, o entrevistador deve ter uma postura profissional e demonstrar domínio sobre os fundamentos, os objetivos e o desenvolvimento do projeto. Logo no começo pergunte o nome dele (a) e passe a tratá-lo (a), de forma respeitosa, pelo seu nome: Sr. … ou Sra.

2.3) Início da coleta com os escolares

Dia 1 de visita às escolas

No primeiro dia de visita às escolas será estabelecido contato entre os pesquisadores, o diretor da escola e o professor da turma a ser investigada.

Nesse momento, deve ser entregue a carta de encaminhamento da secretaria de educação de Duque de Caxias (estão na pasta "CARTAS AOS DIRETORES").

Em seguida, deve-se solicitar a este a listagem dos alunos do 5º ano. Se a escola tiver mais de uma turma de 5º ano, deve-se realizar sorteio para definir qual delas irá participar da pesquisa.

Em seguida, ir até a turma sorteada e entregar ao professor responsável pela mesma a carta de apresentação (no envelope "CARTA AO PROFESSOR"). Explicar brevemente a pesquisa e solicitar o apoio deste nas atividades que serão realizadas durante a aula (nas escolas que receberão intervenção). Se possível, solicitar o conteúdo programático do professor.

Em seguida, explicar aos alunos a pesquisa e entregar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), para ser levado para casa e entregue aos pais. Mostrar aos alunos o local onde o responsável deverá assinar ao concordar com a participação do filho na pesquisa e explicar que além da assinatura, eles deverão responder todas as perguntas e devolvê-lo para a escola NO DIA SEGUINTE, quando serão coletados peso, estatura e serão aplicados os questionários com aqueles que trouxerem o termo assinado. Entregar ao professor os "bilhetinhos para os pais" e clips e solicitar que ele o prenda na agenda ou caderno dos alunos naquele dia.

Para facilitar a aplicação do R24h, nesse dia deve ser obtido com as merendeiras, os alimentos servidos durante a merenda do **DIA,** o tipo das preparações (se assado, cozido, etc.) e a porção servida por ela em cada refeição (exemplo: almoço – 2 colheres de servir de arroz, uma concha média de feijão, etc.). Utilize a **FICHA PARA COLETA DE DADOS SOBRE A MERENDA ESCOLAR.** Anote o máximo de informação possível, pois provavelmente o escolar não saberá responder a quantidade de cada alimento que foi adicionado ao prato uma vez que são as cozinheiras que porcionam as refeições.

Dia 2 de visita às escolas

Um dos entrevistadores deve se apresentar brevemente na sala de aula e relembrar que estão ali para realizar a pesquisa da qual os alunos já tem conhecimento. Ele deve ter em mãos o envelope "TCLE e carta ao professor" com a ficha "DADOS DOS NÃO-PARTICIPANTES" da respectiva escola e recolher os termos de consentimento assinados pelos responsáveis dos alunos daquela turma e colocá-los no envelope.

Neste momento, perguntar se tem alunos na sala que gostariam de participar, mas não receberam o TCLE ou não conhecem a pesquisa por ausência no dia de sensibilização. Para estes entregar o TCLE, o caderninho para os pais e solicitar que devolvam devidamente preenchido e assinado para o coordenador ou supervisores da pesquisa em data definida na hora da entrega do TCLE.

Para os demais alunos que estiverem presentes na sala, mas sem TCLE por não terem de fato autorização ou por não quererem participar da pesquisa, procure avaliar os motivos da não participação. Registre na ficha de "DADOS DOS NÃO-PARTICIPANTES" a idade e se eram ou não crianças "gordinhas".

Após estas explicações, o entrevistador deve chamar cada aluno pelo nome, de acordo com os termos de consentimento recebidos e se encaminhar para a sala disponibilizada pela escola, que já deve estar com o material para a avaliação antropométrica montado e os demais entrevistadores já com os questionários em mãos, para iniciar a coleta dos dados. É importante que cada par (entrevistador-entrevistado) mantenha uma distância entre si, para que os entrevistados não ouçam as respostas uns dos outros e sejam influenciados por elas.

Caso algum aluno entregue o TCLE na hora da aplicação do questionário, este deve ser entrevistado e o seu TCLE deve ser colocado no envelope junto com os demais.

Os alunos devem ser chamados para o local gradativamente, cerca de 4 por vez, a fim de evitarem-se aglomerações e tumultos. Devem dirigir-se ao local andando e **NÃO CORRENDO**, para não prejudicar o protocolo de avaliação da Bioimpedância que exige ausência de atividade física prévia a aferição.

Cada entrevistador da equipe será responsável pela coleta completa dos dados (questionário, recordatório de 24h e avaliação antropométrica) de cada aluno que for chamando. Ao final dos procedimentos, preencher o "CHECK LIST", colocando OK nos campos correspondentes aos itens coletados.

O entrevistador não deverá comer ou beber durante os procedimentos de aferição. Devem adotar posturas amigáveis e confiáveis, demonstrando tranqüilidade em toda a seqüência de procedimentos que se seguirão e zelar pela privacidade das aferições.

3. ORIENTAÇÕES SOBRE ITENS ESPECÍFICOS DO QUESTIONÁRIO

3.1) Identificação

O item 2 (ID) já estará preenchido pelo coordenador de campo. Não alterá-lo.

3.2) Cor da pele

O entrevistador anota a melhor opção possível de cor da pele do entrevistado, segundo a sua percepção.

3.3) Perguntas sobre atividade física

O entrevistador deve fazer as perguntas 17.1 a 17.6 pausadamente. Caso o adolescente tenha dificuldade para responder, o entrevistador deve refazer a pergunta de forma mais clara para facilitar a compreensão.

***Exemplo**: 17.3. Em quantos dias da última semana, você pedalou, ou nadou, ou jogou vôlei, ou capoeira ou fez serviços na casa, ou no quintal como varrer, ou qualquer atividade que fez aumentar UM POUCO sua respiração ou batimentos do coração, sem suar muito.*

Refazendo a pergunta: Em quantos dias da semana você fez alguma atividade que tenha te deixado um pouco cansado sem suar muito.

3.4) Pergunta sobre horas de sono

Na pergunta 24, procure perguntar a hora em que o escolar foi dormir e a hora em que acordou, para estimar o número de horas de sono.

3.5) Informações sobre Alimentação e bens de consumo

Faça as questões exatamente como estão escritas. ATENÇÃO: O item "PC" foi incluído no questionário a caneta e também deve ser preenchido. A pergunta a ser feita é: "Você possui computador em casa?" Anotar apenas SIM ou NÃO.

IMPORTANTE! Não deixe nenhuma questão sem resposta.

4. COLETA DE DADOS ANTROPOMÉTRICOS

Nesta pesquisa serão coletados os seguintes dados antropométricos: estatura, massa corporal e gordura corporal. Para essa coleta devemos lembrar dos seguintes pontos:

A estatura será medida duas vezes. Proceda à tomada das medidas na seguinte ordem:

1. estatura (1a.)
2. peso
3. percentual de gordura
4. estatura (2a.)

4.1) Procedimentos para a Tomada da Estatura
(como proposto por Pereira, 1995, baseado em Lohman et al., 1988)

A estatura será obtida através de estadiômetro com variação de 0,5 cm. As medidas de estatura dos adolescentes serão tomadas 2 vezes. Admitir-se-á uma variação máxima entre as duas de 0,5 cm.

1. Certifique-se que o local tenha o chão plano.
2. O examinando deve estar descalço, com o mínimo possível de roupas e sem adornos na cabeça;
3. Pede-se para o entrevistado ficar de costas para o estadiômetro e, então, levante a haste.
4. Posicione o examinando de maneira correta: ereto, imóvel, com os braços estendidos ao longo do corpo e com a cabeça mantida no plano de Frankfört[1];

[1] PLANO DE FRANKFÖRT: As técnicas de medida da estatura pedem que a cabeça do examinando permaneça no Plano de Frankfört. Nesta posição o ponto mais inferior da borda orbital esquerda fica no mesmo nível horizontal o entalhe mais profundo da orelha esquerda. Assim, a linha de visão (ao olhar diretamente para frente) é aproximadamente horizontal.

5. A nuca, ombros, nádegas e calcanhares, estes últimos unidos, devem permanecer encostados à parede tendo a fita métrica na direção da coluna vertebral; os joelhos devem se tocar, mas não devem ficar sobrepostos;
6. Uma das mãos do antropometrista deve ser colocada sobre o queixo do examinando, a fim de manter a sua cabeça no plano de Frankfört;
7. Pede-se ao examinando que inspire profundamente e mantenha a posição;
8. Neste momento, a haste do estadiômetro deverá ser deslizada até encontrar a cabeça do examinando com pressão suficiente para comprimir o cabelo;
9. Proceder à leitura da medida e registrar no espaço adequado do formulário.
10. Registre o valor da estatura em centímetros, com variação em milímetros (Ex.: 167,2 cm) no local indicado no formulário, sem arredondamentos.
11. Caso a medida fique entre 2 valores muito próximos, aproximar do 0,1cm mais elevado (ex: caso a medida fique entre 151,5 e 151,6 tendendo a 151,6, registrar esse ultimo valor).
12. Caso a diferença entre as duas medidas seja maior que 0,5 cm, as duas medidas deverão ser repetidas.
13. Caso o participante se recuse a retirar sapato, adorno na cabeça ou qualquer outro vestuário ou objeto que prejudique a aferição e não aceite ser aferido em outro momento, faça as duas medidas de estatura e anote essa observação no formulário, em OBs.

4.2) Procedimentos para a Tomada do Peso e do Percentual de gordura (como proposto por Pereira, 1995)

1. Solicite ao estudante que retire sapatos e o máximo de peças extras de vestuário (casacos, aventais, cinto, pochete, etc.), além de chaves do bolso, celular, carteira e qualquer outro item que possa interferir no peso.
2. Para ligar a balança pressione o botão **SET**.
3. Selecione um número, de 1 a 4, para armazenar as informações do adolescente. Pressione o botão **SET** para confirmar.
4. Pressione os botões das setas para cima ou para baixo, para registrar o ano de nascimento do adolescente e pressione o botão **SET** para confirmar. Faça o mesmo para registrar o mês e o dia do nascimento, pressionando o botão **SET** para confirmar as informações em seguida.
5. Utilize as setas para indicar o gênero. Para feminino, o símbolo da mulher com vestido e para masculino, o símbolo do homem.
6. Indique a estatura em centímetros. Observe a estatura coletada anteriormente, com a variação em milímetros. Caso a variação em milímetros fique entre 1 e 9, faça o arredondamento. Quando estiver de 1 a 4, arredonde para baixo. E quando estiver de 5 a 9, arredonde para cima. Ex: caso a estatura seja 155,3 cm, utilize 155 cm. Caso seja 155,6 cm, utilize 156 cm. Pressione o botão **SET** para confirmar.
7. Se aparecer no visor a mensagem **"Cleared?"**, pressione os botões das setas para cima ou para baixo até mostrar no visor a opção **YES**. Pressione o botão

SET para confirmar. Desta forma, todas as informações já registradas serão apagadas e os novos dados serão memorizados.

8. O visor aparecerá desligado. Pressione a tecla com o número escolhido para armazenar as informações do adolescente no início para a programação das informações do adolescente (1, 2, 3 ou 4).
9. A balança emitirá um sinal sonoro e o visor irá apresentar os dados programados. Em seguida emitirá outro sinal sonoro e no visor aparecerá **0,0 kg.**
10. Solicite ao estudante subir na balança, ficar com o corpo ereto, com os pés posicionados corretamente e com o peso distribuído igualmente nos dois pés. Puxe os eletrodos e peça ao estudante para segurá-los com os braços esticados ao longo do corpo, procurando ficar imóvel. A posição do braço deve formar um ângulo de 90° com o eletrodo.
11. O estudante deve permanecer sobre a balança, segurando os eletrodos até que um sinal sonoro seja emitido. Após o sinal solicite ao estudante que desça da balança, soltando os eletrodos devagar e com cuidado.
12. A primeira medida que aparecerá no visor é o peso. A segunda medida é o percentual de gordura corporal total. Serão mostrados, ainda, o percentual de gordura dos braços, pernas e tronco do estudante. Contudo, registraremos apenas o peso e o percentual de gordura corporal total. Fique atento para visualizar o percentual de gordura corporal total e anote imediatamente no local indicado no formulário. O peso irá aparecer no visor novamente ao final de todas as medidas. Registre os valores exatos observados.
13. **Nunca fale o peso ou o percentual de gordura corporal do estudante, pois alguns não gostam que outras pessoas conheçam essas informações.**

5. INQUÉRITO RECORDATÓRIO DE 24 HORAS

A fim de descrever adequadamente o consumo alimentar do indivíduo é necessário explorar alguns pontos, tais como (Frank e Ribeiro, 1998):

- Modo de preparo - ex: frito, assado, cozido...
- A preparação – ex: lasanha
- Nome comercial do alimento: coca-cola, biscoito passatempo
- A quantidade em medidas caseira e a sua posterior padronização
- Horário das refeições
- Local das refeições

IMPORTANTE!

Não se esqueça de anexar a **FICHA PARA COLETA DE DADOS SOBRE A MERENDA ESCOLAR** ao envelope "Recordatório de 24 h da merenda e ficha dos não participantes".

1. Comece a entrevista explicando o questionário: "Agora vou perguntar sobre tudo que você comeu **ontem**. Qual foi o primeiro alimento que você consumiu ontem? Sempre inicie o questionário a partir da hora que o adolescente levantou até a hora que foi dormir no dia de ontem. Deixe o entrevistado falar tudo o que consumiu sem interrompê-lo. Vá anotando tudo e deixando espaço para completar horários e algum outro alimento consumido entre os anteriormente mencionados.

2. Se o entrevistado tiver muita dificuldade em lembrar os alimentos e bebidas consumidos em uma determinada refeição, ou durante o dia, procure realizar algumas perguntas do tipo "Quando você saiu da escola você comeu algum alimento ou bebeu alguma bebida? OU "Assim que você acordou você comeu algum alimento ou bebeu alguma bebida? OU "Antes de dormir você comeu algum alimento ou bebeu alguma bebida? Outras **informações sobre a rotina** do entrevistado também podem ajudá-lo a memorizar sobre os alimentos consumidos: Exemplos: se faz algum cursinho depois da escola, se sim, se comeu ou bebeu no cursinho; se vai à Igreja, se sim, se comeu ou bebeu na Igreja; se faz aulas de esportes na comunidade, se sim, se comeu ou bebeu no início, durante ou depois do exercício, etc.

3. Detalhe tudo o que foi dito pelo entrevistado. Por exemplo, se ele relatar que comeu pão no café da manhã, o entrevistador deve perguntar se ele tomou leite junto com o pão, o tipo de leite e de pão, e a quantidade, além de outros alimentos que possam ser consumidos nesta refeição (ex: fruta, açúcar, manteiga, queijo, etc). Tenha em mãos o álbum fotográfico com o tamanho dos utensílios utilizados para servir os alimentos com o objetivo do entrevistador indicar as porções em medidas caseiras ingeridas. Anote a quantidade referida.

4. Se o entrevistado relatar que consumiu no desjejum/almoço/lanche/jantar **a merenda da escola**, pergunte se toda a porção servida foi ingerida, ou se teve resto. Neste caso, pergunte: "**Você comeu tudo que estava no prato, quase tudo, metade ou quase nada?"**

5. Faça uma revisão de todas as anotações para identificar se há alguma informação incompleta. Caso sim as resgate antes de liberar o entrevistado. Para os horários com consumo, indague: **"Tomou alguma coisa com essa refeição?".** Pergunte também sobre alimentos que possam ser consumidos ocasionalmente (ex.: comeu alguma coisa no recreio da escola, quando chegou em casa, depois do jantar, durante o período que esteve assistindo TV, antes de dormir?).

6. Anotações com mais de três horas de intervalo sem consumo, rever. se não consumiu nada, como balas, bolachas, bebidas, etc.

5.1) Exemplo de Inquérito Recordatório 24 horas

Anote tudo o que comeu ou bebeu no dia anterior, juntamente com o horário e o local onde foram consumidos. Anote as marcas comerciais, medidas caseiras, os utensílios (tipo de colher, copo, prato, etc.).		
Local/Horário	Produtos	Quantidades
Casa/6h30	Leite Achocolatado Nescau Açúcar	1 copo de requeijão 1 colher (sopa) rasa 1 colher (sopa) rasa
Escola/ 13h00	Almoço da escola	1 prato completo Bebeu o que?
Casa 14h30	Leite integral Açúcar	1 copo de requeijão 1 colher (sobremesa) rasa
+ de 3 horas de intervalo – Rever se não houve consumo.		
Casa/ 19h00	Arroz Feijão Lingüiça calabresa	2 escumadeiras grandes rasas ½ concha 2 gomos Bebeu o que?
Casa/21h00	Leite integral Achocolatado Nescau Açúcar	1 copo de requeijão 1 colher (sobremesa) rasa 1 colher (sobremesa) rasa

5.2 Exemplo de alimentos

ALIMENTO	TIPO/ACOMPANHAMENTO
Leite	• Com açúcar (quantidade) • Com café / achocolatado (em pó)/ suplemento (ex: sustagen)/ frutas/ farinhas (ex:Neston ou Farinha láctea) • Achocolatado pronto
Pão	• Tipo (Pão de forma, Pão Francês ou Pão doce) • Com manteiga/margarina/ requeijão/ geléia/ patê/ queijo/ presunto
Queijo	• Amarelo (Mussarela/Prato) • Branco (Minas/Ricota)
Biscoito	• Recheado ou wafer • Sem recheio doce • Sem recheio salgado • Salgadinho
Café/Chá	• Com açúcar (quantidade) • Chá/ mate pronto
Suco/ Refresco	• Tipo: Suco Pronto (de caixinha)/ de garrafa/ em pó/ natural • Com açúcar (quantidade)
Molhos (para saladas, sanduíches ou massas)	• Com queijo / maionese/ requeijão
Carnes	• Forma de preparação: Assada/ Ensopada/ Frita

7. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Lohman, T.G.; Roche, A. F. & Martorell, R., Anthropometric Standardization Reference Manual. 1988.

Pereira RA. Pesquisa: "Nutrição e Saúde no Rio de janeiro". Manual para tomada de medidas antropométricas. 1995. mimeo.

Colette Montgomery, John J. Reilly, Diane M. Jackson, Louise A. Kelly, Christine Slater, James Y. Paton and Stan Grant Validation of energy intake by 24-hour multiple pass recall: comparison with total energy expenditure in children aged 5–7 years, British Journal of Nutrition , Volume 93 , Issue 05 , May 2005 , pp 671-676.

Johnson R.K., Drescoll P & Goran MI (1996). Comparison of multiple-pass 24 hour recall estimates of eneugy intake with total energy expenditure determined by the doubly labeled water method in young children. J. Am Diet Assoc. 96, 1140 – 1144.

APÊNDICE VV – Ficha para coleta de dados sobre merenda escolar

- FICHA PARA COLETA DE DADOS SOBRE A MERENDA ESCOLAR -

Entrevistador:_____

Escola: _____

Data da merenda: ____/____/_____

Dia da semana: ☐Seg ☐Ter ☐Qua ☐Qui ☐Sex

ATENÇÃO: ANOTAR TODOS OS ALIMENTOS E BEBIDAS SERVIDOS NAS REFEIÇÕES.

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	CARDÁPIO	MODO DE PREPARO	QUANTIDADE PORÇÃO
_____			
Turno da manhã: ____:____ h **Turno da tarde:** ____:____ h **Turno da noite:** ____:____ h			
_____			
Turno da manhã: ____:____ h **Turno da tarde:** ____:____ h **Turno da noite:** ____:____ h			

APÊNDICE XX – Comandos, em SAS, utilizados para as análises longitudinais

Modelo	**Comando utilizado para análise longitudinal**
Variação do IMC	

Modelo nulo (para cálculo do coeficiente de correlação intra-classe)	`proc sort data=abc;`
	`by id descending tempo;`
	`Proc mixed data=abc order=data;`
	`class id tempo ;`
	`model imcx=tempo /solution;`
	`random id;`
	`run;`

Modelo com ajuste para o IMC na linha de base	`data meta;`
	`set abc;`
	`if escola=1 or escola=11 then strato=1;`
	`if escola=2 or escola=12 then strato=2;`
	`if escola=3 or escola=13 then strato=3;`
	`if escola=4 or escola=14 then strato=4;`
	`if escola=5 or escola=15 then strato=5;`
	`if escola=6 or escola=16 then strato=6;`
	`if escola=7 or escola=17 then strato=7;`
	`if escola=8 or escola=18 then strato=8;`
	`if escola=9 or escola=19 then strato=9;`
	`if escola=10 or escola=20 then strato=10;`
	`run;`
	`Proc mixed data=meta order=data method=ml;`
	`Class INTOUCONT strato;`
	`Model logimc= IDADE2 INTOUCONT TEMPO`
	`INTOUCONT*TEMPO`
	`/ solution chisq outpredm=predp;`
	`random intercept/ subject= escola solution;`
	`Random strato;`
	`Lsmeans INTOUCONT;`
	`Run;`

Modelo com ajuste para o IMC na linha de base	`data meta;`
	`set abc;`
	`if escola=1 or escola=11 then strato=1;`
	`if escola=2 or escola=12 then strato=2;`
	`if escola=3 or escola=13 then strato=3;`
	`if escola=4 or escola=14 then strato=4;`
	`if escola=5 or escola=15 then strato=5;`
	`if escola=6 or escola=16 then strato=6;`
	`if escola=7 or escola=17 then strato=7;`
	`if escola=8 or escola=18 then strato=8;`
	`if escola=9 or escola=19 then strato=9;`
	`if escola=10 or escola=20 then strato=10;`
	`run;`
	`Proc mixed data=meta order=data method=ml;`
	`Class INTOUCONT strato;`
	`Model logimc= IDADE2 INTOUCONT TEMPO`
	`INTOUCONT*TEMPO IMCLB FREQFRUTC_1 FREQFEIJC_1`
	`/ solution chisq outpredm=predp;`
	`random intercept/ subject= escola solution;`
	`Random strato;`
	`Lsmeans INTOUCONT;`
	`Run;`

Variação do consumo alimentar (ex.: frutas)

```
 data frutascomint;
set d;
if escola=1 or escola=11 then strato=1;
if escola=2 or escola=12 then strato=2;
if escola=3 or escola=13 then strato=3;
if escola=4 or escola=14 then strato=4;
if escola=5 or escola=15 then strato=5;
if escola=6 or escola=16 then strato=6;
if escola=7 or escola=17 then strato=7;
if escola=8 or escola=18 then strato=8;
if escola=9 or escola=19 then strato=9;
if escola=10 or escola=20 then strato=10;
run;
data desc; set frutascomint;
proc sort data=desc;
by descending relalimec_3cat;
proc glimmix order=data;
   class strato relalimec_3cat sexo;
   model frutasx = IDADE2 TEMPO relalimec_3cat tempo*relalimec_3cat/ solution;
   random intercept / subject=escola;
   Random strato;
   output out= outp pred=p resid=r;
   run;
```

APÊNDICE WW – Aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa

UNIVERSIDADE DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO
Instituto de Medicina Social
Rua São Francisco Xavier, 524 / 7º andar / Bloco D - Maracanã
CEP: 20550.900 - Rio de Janeiro - BRASIL
TEL: 55-021-2587-7303 / 2284-8249
FAX: 55-021-2264-1142

DECLARAÇÃO

Declaramos que o protocolo do projeto de pesquisa "Redução do consumo de bebidas carbonatadas e aumento de atividade física na prevenção do ganho de peso excessivo em adolescentes escolares da Região Metropolitana do Rio de Janeiro" (CAAE - 0002.0.259.000-09), coordenado por Rosely Sichieri, foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Instituto de Medicina Social da UERJ, em reunião realizada no dia 17/03/2009.

Rio de Janeiro, 18 de março de 2009

MARIA HELENA COSTA-COUTO
Coordenadora do Comitê de Ética em Pesquisa
Instituto de Medicina Social

APÊNDICE YY – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

Projeto **PAPPAS** - UERJ/UFRJ

CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Prezados pais ou responsáveis:

Seu filho está sendo convidado a participar de uma pesquisa com o objetivo de promover alimentação saudável. A pesquisa está sendo realizada pelo Instituto de Medicina Social da Universidade do Estado do Rio de Janeiro.
O estudo será realizado através de questionários com perguntas sobre alimentação, saúde, condições de moradia, renda, idade, entre outras, e de exames de medida de peso, altura e avaliação da gordura corporal, para avaliar o estado nutricional de seu filho.
Gostaríamos de sua autorização para que seu filho (a) participe do projeto. Para tanto estamos lhe enviando esse documento de consentimento livre e esclarecido.
A escola onde seu filho (a) estuda está sendo visitada por entrevistadores identificados, que irão aplicar o questionário junto às crianças. Nesse dia, o peso, a altura e a quantidade de gordura corporal serão avaliados. Você será informado se essas medidas estão adequadas para a idade e sexo do seu filho (a). A avaliação nutricional e o questionário serão aplicados em três momentos (início, meio e fim do ano de 2010).
Garantimos que todos os procedimentos a serem realizados, ou seja, medida de peso, altura e gordura corporal não oferecem riscos para a saúde de seu filho (a).
Esclarecemos ainda, que não existe remuneração ou recompensa de qualquer espécie decorrente da participação do seu filho (a) no estudo. A participação dele (a) é completamente voluntária. Você pode decidir não participar desse estudo ou desistir a qualquer momento.
As informações coletadas serão mantidas em sigilo e serão divulgados somente os resultados das escolas, não sendo possível a identificação das pessoas que participaram do estudo.

Cordialmente,

Profª Drª Rosely Sichieri.
Coordenadora do Projeto.

Com quem você deve entrar em contato em caso de dúvida:

Se você tem dúvidas sobre o estudo ou algum dano relacionado à pesquisa você pode entrar em contato com Rosely Sichieri no Instituto de Medicina Social, Rua S. Francisco Xavier, 524, sala 7002, bloco E, telefone: 2234-0235, ramal 155, ou por e-mail: sichieri@ims.uerj.br.
Suas dúvidas podem, também, ser enviadas ao Comitê de Revisão de Ética do Instituto de Medicina Social da UERJ, Rua São Francisco Xavier, 524 - sala 7.003-D - Maracanã - Rio de Janeiro – RJ; CEP 20550-900; Tel.: (x-21) 2334-0235 ramais 108 ou 130. Fax: (x-21) 2334-2152; Endereço eletrônico: asilvia@ims.uerj.br.

Data: ____/_____/_____

Rosely Sichieri

1

ANEXO A – Carta de recomendação da subsecretaria adjunta de planejamento pedagógico de Duque de Caxias

PREFEITURA
Duque Caxias

ESTADO DO RIO DE JANEIRO
PREFEITURA MUNICIPAL DE DUQUE DE CAXIAS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SUBSECRETARIA ADJUNTA DE PLANEJAMENTO PEDAGÓGICO

Duque de Caxias, 15 de dezembro de 2009.

Prezado(a) Diretor(a),

Encaminhamos à V.Sª a pesquisadora Diana Barbosa Cunha, do curso de Nutrição da Universidade do Estado do Rio de Janeiro, para realização do projeto "Intervenção Caxias", que tem como objetivo desestimular o consumo de bebidas adoçadas e de biscoitos em geral, promovendo a prevenção do ganho excessivo de peso e da obesidade.

O público alvo do projeto serão os alunos da 4ª série (5° ano) das escolas municipais de Duque de Caxias.

Solicitamos, da pesquisadora acima citada, a devolutiva da pesquisa ao término do trabalho, devidamente protocolada, para ser entregue à Subsecretaria Adjunta de Planejamento pedagógico

Certo de contar com sua colaboração, desde já agradecemos.

Atenciosamente,

Myrian Medeiros da Silva

MYRIAN MEDEIROS DA SILVA
SUBSECRETÁRIA ADJUNTA DE PLANEJAMENTO PEDAGÓGICO

Myrian Medeiros da Silva
Subsecretária Adjunta
Planej. Pedagógico
Mat. 7764-5

ÀS ESCOLAS MUNICIPAIS DE DUQUE DE CAXIAS

ANEXO B – Fotos de utensílios utilizada como apoio ao Recordatório de 24 horas

copos
tulipa
descartável 500ml
descartável 700ml
descartável 200ml
requeijão
americano 150ml
descartável cafezinho
descartável 330ml

prato raso
prato fundo
prato de sobremesa
pires de chá
pires de cafezinho

garrafa 2 litros
garrafa 1,5 litros
garrafa 1 litro
garrafa 600ml
garrafa 350ml
lata 350ml
garrafa 600ml
long neck 355ml