



ANTHROPOMETRIC PROFILE AND DIETARY PATTERN OF SCHOOLCHILDREN IN THE MUNICIPALITY OF JOÃO PESSOA

THEODAN STEPHENSON CARDOSO LEITE^{1,2}, FERNANDA ANTÔNIA DE ALBUQUERQUE MELO^{1,2}, ALCIDEMAR LISBOA DE CARVALHO JÚNIOR^{1,2}, GILMAR ARAÚJO DE SOUZA^{1,2}, GABRIEL RODRIGUES NETO^{1,2,3}

¹ Professor de Educação Física da Rede Municipal de João Pessoa, Paraíba, Brasil

² Divisão de Educação Física, Saúde e Esporte Escolar (DEFISE), João Pessoa, Paraíba, Brasil

³ Coordenação de Educação Física, Faculdade Socorro Soares (FASS), Conceição, Paraíba, Brasil

E-mail: gabrielrodrigues_1988@hotmail.com

Abstract

Introduction: Sports practice in the school environment is a determining factor for the comprehensive development of children and adolescents. However, there are gaps in comparing the anthropometric profile and dietary patterns between genders and school models (full-time and regular) of public school students. **Aim:** To evaluate the anthropometric profile and dietary patterns of students participating in school Olympics in the municipality of João Pessoa, Paraíba. **Methods:** This research is characterized as descriptive, cross-sectional, and qualitative. The sample consisted of 308 (age range 11 to 15 years) students from the municipality of João Pessoa, Paraíba. Weight, height, waist circumference, six skinfolds, and dietary patterns regarding the number of meals per day were assessed. Data were analyzed using SPSS software. **Results:** In the comparative analysis between the genders of anthropometric profile and dietary pattern using the Mann-Whitney U test, significant differences were observed in body mass ($p<0.001$), waist circumference ($p<0.001$), and sum of 5 skinfolds ($p<0.001$). In the comparative analysis between the schools (full-day vs. regular) of anthropometric profile and dietary pattern using the Mann-Whitney U test, significant differences were observed in body mass ($p=0.041$) and dietary pattern ($p=0.040$). **Conclusion:** Full-day schools have a better dietary pattern than regular schools, with females having a higher sum of skinfolds.

Keywords: Anthropometric profile; eating habits; school games; adolescents; nutrition; school public health.

PERFIL ANTROPOMÉTRICO Y PATRÓN DIETÉTICO DE LOS ESCOLARES DEL MUNICIPIO DE JOÃO PESSOA

Resumen

Introducción: La práctica deportiva en el entorno escolar es un factor determinante para el desarrollo integral de niños y adolescentes. Sin embargo, existen lagunas en la comparación del perfil antropométrico y los patrones alimentarios entre géneros y modelos escolares (de tiempo completo y regular) de estudiantes de escuelas públicas. **Objetivo:** Evaluar el perfil

antropométrico y los patrones alimentarios de los estudiantes participantes en las olimpiadas escolares en el municipio de João Pessoa, Paraíba. **Métodos:** Esta investigación se caracteriza por ser descriptiva, transversal y cualitativa. La muestra estuvo compuesta por 308 estudiantes (rango de edad de 11 a 15 años) del municipio de João Pessoa, Paraíba. Se evaluaron el peso, la altura, la circunferencia de la cintura, seis pliegues cutáneos y los patrones alimentarios con respecto al número de comidas por día. Los datos se analizaron utilizando el software SPSS. **Resultados:** En el análisis comparativo entre géneros del perfil antropométrico y el patrón dietético mediante la prueba U de Mann-Whitney, se observaron diferencias significativas en la masa corporal ($p<0,001$), la circunferencia de la cintura ($p<0,001$) y la suma de 5 pliegues cutáneos ($p<0,001$). En el análisis comparativo entre escuelas (de jornada completa vs. regular) del perfil antropométrico y el patrón dietético mediante la prueba U de Mann-Whitney, se observaron diferencias significativas en la masa corporal ($p=0,041$) y el patrón dietético ($p=0,040$). **Conclusión:** Las escuelas de jornada completa presentan un mejor patrón dietético que las escuelas regulares, siendo las mujeres las que presentan una mayor suma de pliegues cutáneos.

Palabras clave: Perfil antropométrico; hábitos alimentarios; juegos escolares; adolescentes; nutrición; salud pública escolar.

PROFIL ANTHROPOMETRIQUE ET HABITUDES ALIMENTAIRES DES ECOLIERS DE LA MUNICIPALITE DE JOÃO PESSOA

Abstrait

Introduction: La pratique sportive en milieu scolaire est un facteur déterminant pour le développement global des enfants et des adolescents. Cependant, il existe des lacunes dans la comparaison du profil anthropométrique et des habitudes alimentaires entre les sexes et les modèles scolaires (à temps plein et régulier) des élèves des écoles publiques. **Objectif:** Évaluer le profil anthropométrique et les habitudes alimentaires des élèves participant aux Olympiades scolaires dans la municipalité de João Pessoa, Paraíba. **Méthodes:** Cette recherche est caractérisée comme descriptive, transversale et qualitative. L'échantillon était composé de 308 élèves (âgés de 11 à 15 ans) de la municipalité de João Pessoa, Paraíba. Le poids, la taille, le tour de taille, six plis cutanés et les habitudes alimentaires concernant le nombre de repas par jour ont été évalués. Les données ont été analysées à l'aide du logiciel SPSS. **Résultats:** L'analyse comparative du profil anthropométrique et des habitudes alimentaires selon le sexe, réalisée à l'aide du test U de Mann-Whitney, a révélé des différences significatives en termes de masse corporelle ($p<0,001$), de tour de taille ($p<0,001$) et de somme des 5 plis cutanés ($p < 0,001$). L'analyse comparative du profil anthropométrique et des habitudes alimentaires selon le sexe, réalisée à l'aide du test U de Mann-Whitney, a révélé des différences significatives en termes de masse corporelle ($p=0,041$) et de somme des 5 plis cutanés ($p=0,040$). **Conclusion:** Les écoles à temps plein présentent un meilleur profil alimentaire que les écoles ordinaires, les filles présentant une somme des plis cutanés plus élevée.

Mots-clés: Profil anthropométrique; habitudes alimentaires; jeux scolaires; adolescents nutrition; santé publique scolaire.

PERFIL ANTROPOMÉTRICO E PADRÃO ALIMENTAR DE ESCOLARES DO MUNICÍPIO DE JOÃO PESSOA

Resumo

Introdução: A prática esportiva no ambiente escolar é um fator determinante para o desenvolvimento integral de crianças e adolescentes. Contudo, há lacunas quanto a comparação do perfil antropométrico e padrão alimentar entre os sexos e modelo de escola (integral e regular) dos estudantes da rede pública. **Objetivo:** Avaliar do perfil antropométrico e padrão alimentar de estudantes participantes das olimpíadas escolares do município de João Pessoa/PB. **Métodos:** Essa pesquisa se caracteriza como sendo descritiva, transversal, qualitativa. A amostra foi composta por 308 (faixa etária 11 a 15 anos) estudantes de município de João Pessoa, Paraíba. Foram avaliados: peso, estatura, circunferência da cintura, seis dobras cutâneas e foi perguntado sobre o padrão alimentar quanto o número de refeições dia. Os dados foram analisados com auxílio do software SPSS. **Resultados:** Na análise comparativa entre os sexos do perfil antropométrico e padrão alimentar por meio do teste de U de Mann-Whitney, observou-se que houve diferença significativa na massa corporal ($p<0,001$), circunferência da cintura ($p<0,001$) e Somatório de 5 dobras cutâneas ($p<0,001$). Na análise comparativa entre as escolas (integral vs. regular) do perfil antropométrico e padrão alimentar por meio do teste de *U de Mann-Whitney*, observou-se que houve diferença significativa na massa corporal ($p=0,041$) e no padrão alimentar ($p=0,040$). **Conclusão:** A escola integral apresenta um padrão alimentar melhor que a escola regular, sendo que as mulheres apresentam um somatório maior de dobra cutâneas.

Palavras-chave: Perfil antropométrico; hábitos alimentares; jogos escolares; adolescentes; nutrição; saúde pública escolar.

Introdução

Os jogos escolares do município de João Pessoa representam uma iniciativa de grande relevância no panorama educativo local, contribuindo significativamente para o desenvolvimento físico, emocional e social dos alunos. De acordo com Ferraz (2016), competições desportivas organizadas no âmbito municipal têm como principal objetivo promover hábitos de vida saudáveis, estimular o convívio entre estudantes de diferentes escolas e fortalecer valores essenciais como a cooperação, a perseverança e o respeito mútuo.

No contexto educativo, os jogos escolares funcionam como uma extensão do processo de ensino-aprendizagem, proporcionando experiências que favorecem a formação integral dos jovens. Através da prática desportiva, os alunos desenvolvem competências fundamentais que se refletem tanto no desempenho escolar como nas relações interpessoais (Neto et al., 2017).

A avaliação do perfil antropométrico de atletas é uma ferramenta fundamental no contexto esportivo, pois permite identificar características físicas relevantes para o desempenho em diferentes modalidades, além de orientar intervenções em treinamento e saúde (Oliveira et al., 2024). No caso de adolescentes, especialmente os matriculados na rede pública de ensino, essa análise torna-se ainda mais significativa devido às peculiaridades do crescimento e desenvolvimento durante a puberdade, e às possíveis

influências de fatores socioeconômicos sobre a composição corporal e o desempenho físico (Malina; Bouchard; Bar-Or, 2004).

Entretanto, diversos estudos apontam que estudantes atletas frequentemente apresentam padrões alimentares inadequados, caracterizados por baixo consumo de frutas, hortaliças e alimentos in natura, associados a um elevado consumo de produtos ultraprocessados e refeições rápidas (Costa et al., 2020). A rotina intensa e o ambiente de trabalho ou estudo frequentemente dificultam a adoção de hábitos alimentares saudáveis. Entre os principais fatores que contribuem para escolhas alimentares inadequadas estão a falta de tempo, o acesso limitado a alimentos saudáveis e a ausência de orientação nutricional adequada. Além disso, o ambiente acadêmico pode exercer influência significativa sobre o comportamento alimentar, favorecendo o consumo de refeições rápidas e industrializadas (Silva; Sousa; Pereira, 2021).

A identificação de deficiências ou excessos na dieta pode subsidiar estratégias voltadas à promoção da saúde, à melhoria do desempenho esportivo e à formação de hábitos alimentares saudáveis a longo prazo (Monteiro; Canella; Conde, 2019). Diante disso, torna-se essencial investigar o perfil antropométrico e padrão alimentar dessa população, de modo a compreender os fatores que interferem nas escolhas alimentares e promover intervenções eficazes. Portanto, o objetivo desse estudo foi avaliar do perfil antropométrico e padrão alimentar de estudantes participantes das olimpíadas escolares do município de João Pessoa/PB.

Métodos

Participantes

Trezentos e oito estudantes de ambos os sexos (193 meninos e 115 meninas, $13,4 \pm 1,13$ anos, $53,9 \pm 13,4$ kg/m², $1,62 \pm 0,09$ metros) do município de João Pessoa/PB, participaram do estudo descritivo, transversal e quantitativo. Os critérios de inclusão utilizados foram: a) alunos inscritos nas escolas e/ou nos jogos escolares do município de João Pessoa; b) ambos os性os; c) ter faixa etária de 11 a 15 anos. Os dados foram coletados após aprovação pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Secretaria de Saúde do Estado da Paraíba, sob número 7.693.806 e CAAE 89827125.0.0000.5186, respeitando todas as resoluções vigentes.

Procedimentos

Para que toda comunidade estudantil ficasse sabendo do estudo, a Secretaria de Educação do Município de João Pessoa concedeu um comunicado para todos os

diretores/gestores de toda rede de ensino. Destarte, primeiramente, foi assinado o termo de consentimento livre e esclarecido, na sequência os estudantes foram para uma sala reservada e foram avaliados o perfil antropométrico e uma pergunta sobre a quantidade de refeição dia. Para caracterização da amostra foram coletadas informações relacionadas a idade, sexo, massa corporal e estatura. A classificação do índice de massa corporal (baixo peso, peso normal, sobrepeso, obesidade grau I, obesidade grau II e obesidade grau III) foi realizada com base no resultado da relação da massa corporal pela estatura ao quadrado, respeitando a padronização do Colégio Americano de Medicina do Esporte (ACSM, 2011).

Avaliação do perfil antropométrico e padrão alimentar

O perfil antropométrico foi avaliado por meio da massa corporal e estatura, para posterior cálculo do índice de massa corporal (IMC). Além disso foi utilizado fita antropométrica para avaliação do perímetro (cintura), bem como foram avaliadas cinco dobras cutâneas (tríceps, peitoral, supra ilíaca, abdominal e coxa) para posteriormente a soma de todas elas. Todos esses parâmetros foram avaliados seguindo as recomendações do Colégio Americano de Medicina do Esporte (ACSM, 2011).

Quanto ao padrão alimentar, foi perguntado apenas aos alunos quantas refeições eles realizavam diariamente.

Análise dos dados

A análise de normalidade foi realizada por meio do teste Kolmogorov-Smirnov. Desta forma, após verificação do pressuposto de normalização as comparações foram realizadas pelo U de Mann-Whitney. Os dados descritivos foram apresentados por meio de mediana e variância interquartil e frequência relativa. O nível de significância foi mantido em 5%. Os dados foram digitados e analisados em programa SPSS (Statistical Package for the Social Science), versão 22.0.

Resultados

Os 308 atletas apresentaram classificação do IMC em 38% de baixo peso, 49,4% normal, 9,7% sobrepeso, 1,9% obesidade I e 1,0% obesidade II. Na análise comparativa entre os sexos do perfil antropométrico e padrão alimentar por meio do teste de *U de Mann-Whitney*, observou-se que houve diferença significativa na massa corporal ($p<0,001$), circunferência da cintura ($p<0,001$) e Somatório de 5 dobras cutâneas ($p<0,001$), conforme apresentado na Tabela 1.

Tabela 1 – Análise comparativa do perfil antropométrico e padrão alimentar entre os sexos

	Meninos (n = 193)	Meninas (n = 115)
MC	54,8(203,2)*	48,8(129,6)
IMC	19,5(16,2)	19,6(14,9)
CC	69,0(111,4)*	66,0(96,1)
Σ 5DC	116,0(2461,0)	142,0(1619,8)*
Padrão Alimentar	5,0(1,1)	4,0(1,3)

MC = Massa corporal; IMC = Índice de massa corporal; CC = Circunferência da Cintura; Σ 5DC = Somatório de 5 dobras cutâneas; Dados apresentados pela mediana e variância.

Na análise comparativa entre as escolas (integral vs. regular) do perfil antropométrico e padrão alimentar por meio do teste de *U de Mann-Whitney*, observou-se que houve diferença significativa na massa corporal ($p=0,041$) e no padrão alimentar ($p=0,040$), conforme apresentado na Tabela 2.

Tabela 2 – Análise comparativa do perfil antropométrico e padrão alimentar entre as escolas (integral vs. regular)

	Integral (n = 85)	Regular (n = 223)
MC	50,8(109,1)	52,9(206,4) *
IMC	19,4(8,4)	19,6(18,3)
CC	68,0(52,5)	68,0(131,7)
Σ 5DC	128,0(1431,4)	125,5(2500,6)
Padrão Alimentar	5,0(1,1)*	4,0(1,2)

MC = Massa corporal; IMC = Índice de massa corporal; CC = Circunferência da Cintura; Σ 5DC = Somatório de 5 dobras cutâneas; Dados apresentados pela mediana e variância.

Discussão

O presente estudo analisou de forma quantitativa o perfil antropométrico e padrão alimentar de estudantes participantes das olimpíadas escolares do município de João Pessoa/PB. As principais descobertas, foram: 1) os meninos apresentam uma massa corporal e uma circunferência da cintura maior que as meninas, no entanto, as meninas apresentam um somatório de dobras cutâneas maior; 2) a escola regular apresenta uma massa corporal maior, porém os estudantes da escola integral referenda ter um maior número de refeições.

Esses achados são importantes, pois reforça uma constatação frequente em estudos com adolescentes e jovens, uma vez que as meninas geralmente apresentam maior adiposidade subcutânea, enquanto os meninos tendem a apresentar maior massa magra, motivada por maturação e níveis de atividade física distintos (Malina; Bouchard; Bar-Or, 2004). Em contexto escolar ou esportivo, essa diferença biológica acarreta implicações tanto para o rendimento quanto para a saúde, dado que maior adiposidade pode predispor a riscos cardiometabólicos, mesmo em populações ativas. Estudo recente aponta que indicadores como circunferência da cintura ou razão cintura-altura são úteis para detectar risco em adolescentes (Borges et al., 2022). Portanto, os achados de diferença por sexo dialogam com

esse panorama e reforçam a necessidade de analisar separadamente meninas e meninos, tanto nas intervenções quanto na interpretação de dados antropométricos.

No que diz respeito à comparação entre modalidades de ensino (integral vs. regular) e a constatação de que a escola integral apresenta melhor padrão alimentar e menor massa corporal sugere que o ambiente escolar estendido pode exercer um papel protetor sobre hábitos alimentares e composição corporal. Isso está em consonância com pesquisas que indicam que contextos escolares com maior estrutura, tempo de permanência e oferta de alimentação podem favorecer escolhas alimentares mais saudáveis (Monteiro; Canella; Conde, 2019). A escola integral, ao propor maior tempo e possivelmente maior supervisão ou acesso à refeição, pode reduzir o consumo de alimentos ultraprocessados e diminuir a janela de escolhas alimentares inadequadas. Isso dá suporte à conclusão de que o tipo de turno/escola influencia não apenas a carga horária dos estudantes, mas também a qualidade da alimentação e indicadores antropométricos.

Além disso, o fato de mulheres apresentarem somatório maior de dobras cutâneas corrobora que, mesmo em ambiente escolar com melhores condições, as diferenças sexuais persistem. Este achado reforça a necessidade de programas de promoção da saúde adaptados ao gênero, já que meninas podem demandar atenção maior quanto à composição corporal, à imagem corporal e aos riscos de acúmulo de gordura subcutânea. A literatura mostra que, em atletas adolescentes, mulheres têm maior prevalência de consumo de doces e menor de frutas/verduras, o que pode impactar a adiposidade corporal (Noll et al., 2020).

Assim, ao interpretar os resultados, é importante considerar que o melhor padrão alimentar da escola integral pode não atuar de modo igual para os dois性os e que medidas adicionais de monitoramento e intervenção podem ser necessárias para as meninas. Vale observar que o padrão alimentar melhor nas escolas integrais pode refletir não só o ambiente escolar, mas também características seletivas dos estudantes que frequentam esse tipo de escola (ex.: famílias com maior consciência alimentar, alunos com perfil diferente) ou políticas alimentares associadas. Corroborando nossos achados, em um estudo com atletas adolescentes de escola voltada ao esporte, encontrou-se prevalência de obesidade muito baixa (~1 %) e valores de circunferência da cintura em percentis baixos para padrões norte-americanos, o que sugere que a prática regular de esporte e ambiente escolar especializado podem reduzir os indicadores de adiposidade (Massarani et al., 2019).

Embora sejam cenários diferente (escolas integral vs. regular e não necessariamente todas esportivas), a analogia mostra que ambiente mais política escolar mais prática podem se combinar para melhores perfis antropométricos e alimentares. Entretanto, é importante ponderar que melhor padrão alimentar e diferenças de massa corporal não implicam automaticamente em melhores resultados de saúde ou desempenho. A composição corporal

ideal depende de contexto de maturação, prática de atividade física, gênero e características genéticas. Conforme Malina et al. (2004) destacam, o processo de crescimento e maturação influencia a composição corporal independentemente da alimentação. Isso significa que é necessário considerar, idealmente, a maturação biológica dos participantes em todas as investigações, fator limitante dessa investigação. Assim, a ausência dessa mensuração pode limitar a interpretação dos achados, uma vez que meninas em fases mais adiantadas de maturação tendem a acumular maior adiposidade.

Outro aspecto relevante é que o padrão alimentar foi avaliado, mas seria interessante conhecer mais profundamente como esse padrão alimentar se manifesta (frequência de alimentos, consumo de ultraprocessados, etc.). Em estudo de revisão com estudantes universitários, foram identificados fatores associados aos hábitos alimentares como nível de conhecimento nutricional, ambiente, disponibilidade de alimentos e tempo para preparação (Silva; Sousa; Pereira, 2021). Tais fatores podem também estar presentes em ambiente escolar, e assim contribuir para os achados. Mecanismos de ação podem incluir: maior tempo na escola integral reduz tempo livre para ingestão de lanches ultraprocessados; maior oferta de refeições supervisionadas; menor exposição a ambientes externos com venda de alimentos. Portanto, esse achado de melhor padrão alimentar em escolas integrais pode refletir esses mecanismos combinados.

Para além dos mecanismos alimentares, convém considerar o papel da prática de atividade física e esporte nas diferenças observadas de composição corporal. Estudos com atletas adolescentes mostram que os que praticam esportes têm melhores perfis antropométricos, mas também comportamentos alimentares menos favoráveis em certos casos, como omissão de café da manhã, alto consumo de doces ou uso de estratégias de controle de peso (Noll et al., 2020). Logo, se houver diferença de prática esportiva entre escolas ou gêneros, isso poderia explicar parte das diferenças de massa corporal ou adiposidade. Assim, recomenda-se que essas limitações do estudo sejam realizadas em futuras pesquisas.

Por fim, os achados do seu estudo têm implicações práticas: políticas escolares que promovem a permanência em turno integral, alimentação supervisionada, ambiente favorável ao consumo de frutas/verduras e redução da oferta de ultraprocessados podem contribuir para melhores padrões alimentares e composição corporal mais saudável.

Conclusão

A escola integral apresenta um padrão alimentar melhor que a escola regular, sendo que as mulheres apresentam um somatório maior de dobra cutâneas. Portanto, o ambiente

escolar e as características individuais (como gênero) interagem para determinar saúde e composição corporal, e as políticas alimentares devem contemplar essa complexidade. Sugere-se que futuras mensurem a maturação biológica, prática esportiva, consumo detalhado de alimentos e ambiente alimentar escolar.

Agradecimentos

A Prefeitura Municipal de João Pessoa (Paraíba) pelo incentivo e disponibilidade de todos os recursos necessários para realização da presente pesquisa.

Declaração de conflito de interesses

Não há nenhum conflito de interesses no presente estudo.

Referências

- American College of Sports Medicine. (2011). *Manual do ACSM para avaliação da aptidão física relacionada à saúde* (3^a ed.). Guanabara Koogan.
- Borges, L. L., et al. (2022). Proposition of cutoff points for anthropometric indicators to identify high blood pressure in adolescents. *Frontiers in Nutrition*. <https://doi.org/10.3389/fnut.2022.874047>
- Costa, A. L., et al. (2020). Padrões alimentares de estudantes universitários atletas e não atletas. *Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*, 14*(82), 401–409.
- Ferraz, L. S. (2016). Promoção da saúde através de ações multidisciplinares: uma experiência do programa viver melhor na escola (Trabalho de Conclusão de Curso, Universidade Federal do Rio Grande do Sul).
- Malina, R. M., Bouchard, C., & Bar-Or, O. (2004). *Growth, maturation, and physical activity* (2nd ed.). Human Kinetics.
- Massarani, F. A., et al. (2019). Assessment of trends of nutritional status, central obesity and growth profile using anthropometric measurements in adolescent athletes from a sport-oriented public school. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 59(11), 1885–1891.
- Monteiro, C. A., Canella, D. S., & Conde, W. L. (2019). Alimentos ultraprocessados: definição e impacto na saúde. *Cadernos de Saúde Pública*, 35(11), e00074919. <https://doi.org/10.1590/0102-311x00074919>

Nascimento, M., et al. (2016). Effect of a nutritional intervention in athlete's body composition, eating behaviour and nutritional knowledge: A comparison between adults and adolescents. *Nutrients*, 8, 535. <https://doi.org/10.3390/nu8090535>

Neto, J. C. S., et al. (2017). *Esporte na escola: contribuição para a formação integral dos escolares*. In Anais do 4º Congresso Nacional de Educação – CONEDU (pp. 1–8). Realize Editora.

Noll, M., et al. (2020). The health-related determinants of eating pattern of high school athletes in Goiás, Brazil. *Archives of Public Health*, 78(9). <https://doi.org/10.1186/s13690-019-0893-2>

Oliveira, R. A., et al. (2024). Análise do perfil antropométrico, estilo de vida e consumo alimentar de atletas adolescentes de um clube esportivo. *Cuadernos de Educación*, 23(3), 45–58.
<https://ojs.cuadernoseducacion.com/ojs/index.php/ced/article/view/5961>

Silva, M. R., Sousa, A. P., & Pereira, L. F. (2021). Fatores associados aos hábitos alimentares de estudantes universitários brasileiros: uma revisão integrativa. *Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*, 15(95), 134–142.