



DOI: 10.33947/1980-6469-V16N1-4333

## COMPORTAMENTO E CULTURA ALIMENTAR: PREPARO DOS PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO E SAÚDE DIANTE DOS DESAFIOS DA ADESÃO DOS ADOLESCENTES À ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

*FOOD BEHAVIOR AND CULTURE: PREPARATION OF EDUCATION AND HEALTH PROFESSIONALS AGAINST THE CHALLENGES OF THE HEALTH FOOD ADHERENCE BY ADOLESCENTS*

Dalva Alves Silva<sup>1</sup>, Maria Sylvia de Souza Vitalle<sup>2</sup>

**Submetido em:** 19/04/2020

**Avaliado em:** 05/06/2020

**Aprovado em:** 09/02/2021

### RESUMO

Este artigo tem como propósito apresentar algumas considerações a respeito da cultura alimentar globalizada e seus reflexos no comportamento alimentar de adolescentes, tais como os observados no âmbito da família, dos amigos e do estilo de vida que adotam ou experimentam, bem como apresentar algumas considerações a respeito do preparo de profissionais de educação e saúde, em abordagens interdisciplinar e transdisciplinar, diante dos desafios da adesão dos adolescentes a uma alimentação saudável, considerando a alimentação uma necessidade básica e fundamental para o ser humano viver, crescer e desenvolver-se.

**PALAVRAS-CHAVE:** : Adolescente. Comportamento alimentar. Estilo de vida. Professores. Profissional de saúde. Inter e transdisciplinar.

### ABSTRACT

*The purpose of this article is to present some considerations about the globalized food culture and its reflections on the eating behavior of adolescents, such as those observed in the context of family, friends and lifestyle that they adopt or experience, as well as to present considerations about the preparation of education and health professionals, in interdisciplinary and transdisciplinary approaches, against the challenges of health eating adherence by adolescents, considering food as a basic and fundamental need for human beings to live, grow and develop.*

**KEYWORDS:** Adolescent. Feeding behavior. Lifestyle. Teachers. Health professional. Inter and transdisciplinary.

<sup>1</sup> Pedagoga, psicopedagoga. É mestre em ciências aplicadas à pediatria e doutora em ciências (educação e saúde na infância e na adolescência), ambos pela Unifesp. Atua como pesquisadora e colaboradora no Setor de Medicina do Adolescente da Unifesp. Correio eletrônico: dalvaunifesp@gmail.com

<sup>2</sup> Professor Permanente do Programa de Pós-graduação Educação e Saúde na Infância e Adolescência, Universidade Federal de São Paulo; Prof. Adjunto Dr e Chefe do Setor de Medicina do Adolescente, Escola Paulista de Medicina, Universidade Federal de São Paulo. Correio eletrônico: sylviavitalle@gmail.com

## INTRODUÇÃO

O tema da cultura e sua relação com os hábitos alimentares não tem sido recorrente no âmbito das pesquisas científicas a respeito de alimentação na adolescência. Contudo, trabalhos sobre alimentação e nutrição têm abordado questões culturais influenciando os padrões comportamentais de grupos e indivíduos, especialmente crianças e adolescentes (SANTOS, ROSSEL, ALVES et al. 2012; VITALLE, 2015; SANTOS, FIGUEIREDO, VITALLE, 2019). Os padrões de comportamentos, as crenças, os conhecimentos, os hábitos e costumes de um povo se constituem como sua cultura, distinguindo-os de outros grupos sociais (HOUAISS)”.

No que diz respeito à cultura alimentar observa-se a grande diversidade que mostra como cada povo se distingue, quanto ao que coloca à mesa, de acordo com seus costumes e tradição. Chama-nos a atenção quando se trata de sociedades urbanas, cada vez mais consumidoras de produtos industrializados, padronizados, produzidos e distribuídos em nível global, dentro de uma cultura alimentar cada vez mais globalizada, que vai abrangendo não só a indústria de alimentos, mas também a agropecuária, assim como a distribuição de alimentos em larga escala em grandes redes de supermercados, lanchonetes e restaurantes, influenciando o comportamento de consumo e de alimentação das pessoas (GARCIA, 2003; PROENÇA, 2010; SANTOS et al. 2012; UZUNIAN, SAKUMA, AZEVEDO et al. 2013; VITALLE, 2015).

Do ponto de vista da globalização e cultura alimentar, Garcia (2003) discute seu impacto nas mudanças alimentares urbanas sobre a comensalidade atual. Por comensalidade entende-se a partilha de alimentos, o comer e o beber juntos ao redor de uma mesma mesa (HOUAISS). Comensalidade diz respeito à função social das refeições e envolve não somente o que se come, mas também como se come (MOREIRA, 2010); portanto, faz parte do ato de comer toda uma ritualização que inclui a escolha dos alimentos, seu preparo, assim como o manejo e disposição dos objetos à mesa, que fazem do ato de comer juntos uma celebração à vida, à amizade, ao afeto de uns para com os outros, com todo o prazer possível de ser compartilhado. O filme dinamarquês, A Festa de Babette, do diretor Gabriel Axel, mostra isto muito bem.

Para Garcia (2003), a comensalidade contemporânea se caracteriza pela escassez de tempo para o preparo e consumo e alimentos. Esta autora destaca a influência

de três principais fatores na mudança de comportamento alimentar, especialmente de indivíduos que vivem nas grandes cidades. Estes fatores referem-se à: 1) desterritorialização dos alimentos e serviços, cada vez mais produzidos e distribuídos em escala mundial; 2) mudanças alimentares influenciadas por aspectos objetivos e subjetivos de acordo com o modo de vida urbano, que atingem especialmente as populações mais prósperas economicamente; e 3) adoção de uma dieta afluente. Isto é, uma dieta caracterizada pelo aumento do consumo de alimentos com alto teor de gorduras, carboidratos, açúcar e sal e com diminuição no consumo de carboidratos complexos, tais como grãos, frutas, legumes.

Dentro de condições como: gerenciamento do tempo, recursos financeiros, locais disponíveis para se alimentar, prioridade das compras e locais de compras, percebe-se cada vez mais uma influência crescente em culturas urbanas para a tendência mundial de substituição de alimentos naturais, preparados no âmbito familiar, por alimentos industrializados, ricos em calorias, saborosos, mas estandardizados, como, por exemplo, hambúrgueres e refrigerantes, frituras, lanches, bolachas, entre outros. Essas mudanças vão se tornando hábitos alimentares e influenciam não só os processos nutricionais importantes para os adolescentes, como também a aceitação do próprio corpo, que passa por uma fase importante de transformação (VITALLE, 2015; SANTOS, FIGUEIREDO, VITALLE, 2019).

Deliberadamente ou não, a família exerce grande influência na formação de hábitos alimentares (BLAINE, KACHURAK, DAVISON et al., 2017; HEBESTREIT, INTEMANN, SIANI et al. 2017; SCHNETTLER, MIRANDA-ZAPATA, LOBOS et al., 2018), uma vez que os pais são os primeiros educadores nutricionais dos filhos (VELLOZO, SILVA e PASSOS, 2018). No entanto, na adolescência, a identificação com os pares vai influenciar de maneira importante o comportamento alimentar dos adolescentes (OLIVEIRA e HUTZ, 2010), além de vários outros fatores, desde os que se referem ao hábito de cozinhar, tabus alimentares, até fatores ligados ao meio-ambiente, conforme já estudado em populações de jovens universitários (KABIR, MIAH, ISLAM, 2018). Nesse sentido, o grupo etário, assim como a mídia, exercerá grande influência sobre eles na escolha e consumo de alimentos. O que pode colocá-los dentro de um perfil inapropriado de dieta, por não buscarem uma orientação alimentar adequada.

De acordo com Vitalle (2015, p.119):



O consumo inadequado, tanto na qualidade quanto na quantidade alimentar, ausência de horários de alimentação, aliado à pressão do grupo e da mídia por uma imagem corporal idealizada, poderá levar o adolescente a fazer dietas impróprias (dietas da moda), além de consumir alimentos fora de casa, dando preferência ao consumo de lanches, que de modo geral não atendem às necessidades de crescimento e desenvolvimento.

A indústria e o comércio “apresentam alternativas adaptadas às condições de vida urbana e delineiam novas modalidades nos modos de comer e no consumo alimentar (GARCIA, 2003, p. 484)”. Em tempos de cultura alimentar globalizada, variáveis como: diferenças de renda, moradia rural ou urbana e estilo de vida, marcam valores e atitudes comportamentais na questão da escolha dos alimentos e modos de alimentação (VELLOZO, SILVA e PASSOS, 2018). A indústria e o comércio, auxiliados pela mídia e pelo próprio discurso científico referenciando a publicidade alimentar, observam esses comportamentos e investem em publicidades que atingem famílias e indivíduos. Moreira (2010) alerta para o fato de que os jovens além de alvos da publicidade são seus principais atores, assim como, constituintes de mão de obra de redes de fast foods, com outros modos de ritualização, cada vez mais rápidos e informais, deixando de lado a beleza dos gestos à mesa durante as refeições.

Moreira (2010) mostra-nos que esse novo padrão alimentar também atinge os comensais que vivem em áreas rurais. Segundo esta autora, os agricultores trocam alimentos da terra, comercializando-os em troca de alimentos industrializados, o que contribui para uma outra “identidade alimentar regional que mescla alimentos da terra com alimentos característicos do fast food (MOREIRA, 2010, P. 25)”. Se o acesso a estes alimentos torna-se mais fácil a grupos sociais com rendas mais elevadas, quer sejam de regiões rurais ou urbanas, grupos economicamente menos favorecidos, embora não tenham acesso a muitos desses alimentos, simbolicamente, tornam-se afetados pelo desejo de aderir a esse novo padrão de consumo de alimentação e, portanto, também estão por ele modificados (GARCIA, 2003).

## TRADIÇÃO E ESTILOS CONTEMPORÂNEOS DE ALIMENTAÇÃO

Observa-se, no entanto, que no sentido das tradições culturais, alguns povos mantêm padrões alimentares sob a influência religiosa, social e, dependendo do ponto de vista cultural, dentro de preconceitos ou tabus. É importante considerar que algumas regiões resistem às mudanças da contemporaneidade, permitindo, assim, que em um país continental como é o Brasil seja possível encontrar as mais diversas expressões das tradições de cada povo, com sabores e saberes, em meio a uma extensa diversidade cultural. Dessa maneira, aos profissionais de equipes de educação e saúde que se dedicam a orientar o comportamento alimentar de crianças e adolescentes, torna-se fundamental conhecer os fatores culturais do contexto de onde essas crianças e adolescentes vêm ou estão inseridos (OLIVEIRA e FERNANDES, 2012), de modo que haja uma integração das orientações alimentares aos seus padrões culturais de origem.

De um modo geral, a sociedade contemporânea urbana tem dado preferência para o almoço no estilo de fast food, tanto em casa como fora de casa, ficando a comensalidade mais restrita ao “jantar com calma”, mais ao estilo slow food (PROENÇA, 2010; MOREIRA, 2010), movimento que nasceu na Itália, em 1986, pelas mãos do escritor italiano especializado em culinária, Carlo Petrini. Ao contrário da “comida rápida”, o movimento slow (devagar) prima por alimentos frescos, receitas transmitidas de geração a geração, agricultura sustentável, refeições tranquilas com a família (HONORÉ, 2005), dentre outros tantos modos de lidar com a produção de alimentos, seu consumo e o preparo da alimentação.

Dentro de uma visão de valores transculturais, Proença (2010) apresenta a globalização como “um dos processos de aprofundamento da integração econômica, social, cultural e política que vêm impulsionando o mundo, considerando principalmente as facilidades de transporte e difusão de informações, produtos e interações entre as pessoas (PROENÇA, 2010, p.43)”. Contudo, alerta para um fenômeno que considera crescente, referindo-se ao distanciamento humano em relação à produção e distribuição dos alimentos. Segundo a autora, em contrapartida a esse distanciamento, alguns movimentos sociais, como o “Restaurantes Zero Quilômetro” que privilegia a mínima distância possível de trânsito dos alimentos, por exemplo, têm procurado resgatar o contato humano no preparo e





ingestão de alimentos tradicionais. Assim, falar com os adolescentes a respeito destes e outros movimentos, contribui para despertar a atenção deles quanto a um olhar mais crítico e criativo para os cuidados com seus hábitos alimentares e estilo de vida.

Temas referentes à autoimagem e estilo de vida também devem ser colocados em questão. Proença (2010) observou que em diferentes culturas, adolescentes apresentam comportamentos referentes à alimentação que merecem cuidados, como os ligados mais à estética corporal que à saúde do corpo, sendo que as adolescentes estão mais preocupadas com a redução de calorias dos alimentos e os adolescentes privilegiam o alto consumo de suplementos nutricionais. De modo que transtornos alimentares como: anorexia, bulimia, vigorexia têm sido frequentes nessa população. Para as pesquisadoras Vellozo e Passos (2018) a Escola tem um importante papel na educação promotora de saúde, uma vez que comportamentos alimentares inapropriados, observados em crianças e adolescentes têm sido constantemente alvo de atenção e motivo de preocupação para a saúde pública, especialmente em razão de prováveis reflexos negativos para na vida adulta desses jovens.

Toral, Slater, Cintra e Fisberg (2006) estudaram o comportamento alimentar de 234 adolescentes estudantes do ensino técnico de São Paulo, em relação ao consumo de frutas e verduras, tomando como base o modelo Transteórico. Estes autores explicam que este modelo considera cinco estágios de mudanças comportamentais em relação à saúde: 1) pré-contemplativo (mudança de comportamento ainda não considerada pelo indivíduo; 2) contemplativo (mudança de comportamento começa a ser considerada); 3) decisão (decide pela mudança, mas nada ainda acontece); 4) ação (alteração recente de comportamento); e, 5) manutenção (indicador que o indivíduo conseguiu manter por mais de seis meses o novo comportamento adquirido). Nos resultados encontraram 'alta prevalência de indivíduos em estágio de pré-contemplação', ou seja, não dispostos a mudar de comportamento em contrapartida à prevalência de, aproximadamente, apenas um terço de indivíduos em estágio de manutenção, isto é, que incorporaram as mudanças.

De acordo com Toral et al. (2006), embora os adolescentes tenham conhecimentos a respeito do que é a alimentação equilibrada, eles acreditam que não estão se alimentando inadequadamente e, conseqüentemente, não entendem a necessidade de colocar em prática novos

hábitos alimentares. Dessa forma, fazer com que os adolescentes transformem conhecimentos a respeito de bons hábitos alimentares em atitudes que realmente reflitam a adoção desses comportamentos torna-se um desafio para os profissionais que os atendem. O que nos leva a pensar na seguinte questão: se os adolescentes têm conhecimentos a respeito da alimentação adequada, por que esses conhecimentos não se traduzem em ação?

### **PROFISSIONAIS E OS ADOLESCENTES: CONVERSAR, PERGUNTAR, ESCUTAR, ESCUTAR, ESCUTAR, ESTUCAR E ESCUTAR...**

Algumas hipóteses podem ser pensadas em relação a questão "Por que conhecimentos não se traduzem em ações que se mantêm?". Obter sucesso com orientações e intervenções é uma meta que os profissionais de educação e saúde (e não só eles) buscam alcançar.

Patrick Paul (2013a, p.478), em seus estudos sobre saúde e transdisciplinaridade e educação terapêutica do paciente, observou que em seu país, a França, não era diferente, e a adesão às orientações ou tratamento dados a indivíduos diabéticos, por exemplo, não aconteciam como o esperado. Segundo este autor, isso acontece porque a pessoa pode entender intelectualmente o discurso do profissional, mas não o aplica porque outros aspectos estão envolvidos na sua decisão de aplicar as orientações que recebeu. Por exemplo, no caso de uma restrição alimentar – tão presente, atualmente, na vida de muitos indivíduos com diabetes, alergias ou intolerância à alguns alimentos – o social tem um peso importante, tanto porque o indivíduo pode se sentir estigmatizado em relação ao grupo, ao adotar um comportamento alimentar diferente, como pode não o adotar por não desejar ser diferente dos demais indivíduos de seu grupo social. E isto diz muito do comportamento do adolescente!

Para Paul (2013a; 2013b) este tipo de comportamento acontece porque raramente é solicitada a contribuição ativa do indivíduo em relação à responsabilidade e autonomia consigo mesmo. Este pesquisador propõe tanto ao profissional que atua sozinho, como aos profissionais que atuam em equipe (educação, saúde...), que algumas questões sejam levadas em conta em uma (auto/hétero) atitude de reflexão. Considera importante, enquanto profissionais, que nos questionemos a respeito de que indivíduo tratamos... o que esperamos deles em conformidade com nossas próprias expectativas profissionais e pessoais... conse-



guimos estabelecer “um contrato com ele”, que considere as suas necessidades e não apenas as nossas exigências e conhecimentos? ... como acontece a comunicação entre nós, os profissionais, principalmente se nos encontramos juntos no atendimento de uma pessoa ou juntos na formação de uma pessoa?

Paul (2013a; 2013b) considera que é fundamental ouvir o que os indivíduos e suas famílias podem e têm a dizer a respeito de si mesmos, de suas problemáticas e de suas condições de vida. Para que isso aconteça, é preciso envolvimento profissional; isto é, é preciso considerar os sistemas de crenças que constroem as pessoas; tanto os sistemas de crenças dos profissionais (pessoa que atende) como os dos indivíduos/adolescentes/famílias que recebem os atendimentos. Muitas vezes os indivíduos têm o conhecimento, ou o recebem, mas não conseguem colocá-lo em prática em razão de suas crenças, convívio social e outras condições, inclusive emocionais, ambientais e econômicas. E sabemos, com os adolescentes não é diferente!

Toral, Conti e Slater (2009) buscaram conhecer a ótica dos adolescentes a respeito da alimentação saudável e encontraram que embora os adolescentes demonstrem conhecimento a respeito da alimentação saudável, questões relativas às próprias características de alguns alimentos e aspectos individuais e sociais se constituem como barreiras à adoção de uma alimentação saudável, bem como a carência de uma prática pedagógica mais abrangente em termos de valores e subjetividade. Nas palavras destes pesquisadores (2009, p. 2386):

A prática pedagógica em saúde mantém-se baseada na ideia de que a apreensão do saber instituído sempre leva à aquisição de novos comportamentos e práticas, desconsiderando a história de vida do indivíduo, suas crenças, seus valores e sua subjetividade.

O valor nutricional da alimentação não se encontra tão somente em suas características orgânicas, mas, sobretudo, acontece por meio da relação, pois dependemos uns dos outros para sobreviver. Os saberes culturais e os valores simbólicos têm grande peso em nossas decisões. Nossa capacidade nutricional – a mais básica das nossas necessidades – depende da nossa relação com o outro, do afeto envolvido nessa relação e da nossa capacidade de adaptação – adaptação ao meio ambiente e nutricional, à

variação dos alimentos disponíveis e da nossa capacidade de resiliência frente às dificuldades encontradas nesse processo adaptativo (FREITAS, 2014). Muitas vezes, como familiares e profissionais, e envolvidos no corre-corre de nossa vida diária, não nos damos conta que a alimentação reúne, nutre e nos faz crescer enquanto seres biológicos, históricos, culturais psicossociais em desenvolvimento e enquanto seres humanos em processo de humanização!

Nossa experiência no trato com os profissionais e com os adolescentes têm nos mostrado o quão importante são os vínculos que são estabelecidos, de maneira que as orientações façam sentido para o(a) adolescente, ao ponto de perceber que, o que o profissional está lhe propondo como orientação tem um sentido a ser considerado – a sua saúde, a sua formação. Esses vínculos podem ser possíveis pela via emocional/afetiva e de confiança na relação articulada pela argumentação lógica profissional, que no mais das vezes pode ser racional e explicativa, e pela via acolhedora, desafiadora. Conseguir este nível de comunicação com eles é, sem dúvida, um grande passo para todos. Para isso, precisamos nos dispor a aprender!!!

### UM PROCESSO CONTÍNUO DE APRENDIZAGEM

Nas orientações encontradas em Paul (2013a; 2013b) aprendemos que é preciso que nós, profissionais, tenhamos conhecimento de nossos objetivos; portanto, a reflexão sobre nossas próprias atitudes e ações são muito importantes. Mas, para isso, de acordo com este autor, é preciso considerar uma formação que vá além dos conhecimentos acadêmico-científicos que recebemos. É preciso aprender a escutar, a fazer perguntas, a solicitar que o outro se abra a dar respostas e a apresentar sua demanda, seus objetivos, suas dificuldades, expectativas e preocupações e temores. Inclusive! Isto, segundo Paul, é favorecido em um processo formação, em abordagem inter e transdisciplinar, pois permite ao profissional aprender a olhar-se e a olhar para o outro como um todo e não apenas para um ou outro aspecto “do seu problema, da sua dificuldade ou da sua doença”.

O trabalho desenvolvido por Paul (2013a; 2013b) mostra-nos que é importante levar em conta que a maioria dos profissionais vem de formação disciplinar e, em alguns casos, vem de formação altamente especializada, que resulta em atuação mais focada numa determinada área e/ou disciplina mais pontual, portanto, e menos abrangente em termos de trabalho conjunto. Porém, para esse autor, a



formação disciplinar não é contestada nem rejeitada. Pelo contrário, a meta é, a partir de problemas concretos, pela via da aplicação e da articulação inter e da transdisciplinar, chegar a uma formação/atuação no âmbito do que ele chama de Antropoformação – um neologismo criado para expressar a “formação do homem” ou o “homem em formação” – e que não tem como objetivo único aumentar conhecimentos, mas considerar o humano em toda sua complexidade e contexto; considerar suas buscas e experiências de vida.

A natureza dos adolescentes é a de quem busca caminhos, questiona posições, questiona valores, observa atentamente a correspondência entre o que se diz e o que se faz. A adolescência tem esta característica! (SILVA e SOUZA, 2019, p.566)

Investir em autoconhecimento e no conhecimento do outro, torna-se fundamental

O relacionamento interpessoal e interprofissional se fortalece quando os profissionais se reúnem e têm oportunidades de compartilhar dúvidas, manifestar opiniões e cooperar uns com os outros (SILVA, 2017, p. 83).

Nesse caminho antropto/trans/formativo nos deparamos com estudos e práticas em educação e saúde que se propõem a oferecer uma pedagogia direcionada ao contato com expressões no sentido do ser, a exemplo do Laboratório de Humanidades<sup>3</sup>, que por meio da literatura nacional e estrangeira proporciona aos seus participantes a oportunidade de trocas e reflexões a respeito do existir e do sentido de ser e da vida. A experiência de “Meditar no Labirinto” e as aulas de complexidade, inter e transdisciplinaridade, promovidas pelo Setor de Neuro-Humanidades<sup>4</sup>, que integra conhecimentos acadêmico-científicos com os não acadêmicos; bem como o Programa Mente Aberta<sup>5</sup>, que oferece cursos de formação em práticas de meditação Mindfulness (Atenção Plena). Apenas para citar alguns projetos e programas que vêm acontecendo há alguns

anos no âmbito da universidade e oferecidos aos profissionais, alunos e público em geral (UNIFESP).

Concordamos com Paul (2013a e 2013b) ao dizer que ser humano não é disciplinar. Ele é, antes de tudo, uma unidade múltipla, ao mesmo tempo biológica, psicológica, social, cultural e espiritual.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Neste trabalho procuramos apresentar considerações a respeito da cultura alimentar globalizada e sua influência nas mudanças no comportamento alimentar dos adolescentes. Ao contrário do que muitos deles possam pensar, essas mudanças não são naturais, mas sim, acontecem, deliberadamente, dentro de um dado tempo histórico-cultural, dentro de uma abertura cognitiva que lhes permita se disporem a aprender. Procuramos apresentar, também, algumas considerações a respeito dos desafios de se conseguir que os adolescentes mudem positivamente seus hábitos alimentares e a importância de os profissionais investirem em formação. E colocamos “à mesa” alguns estudos e programas que tratam da formação e atualização profissional dentro de uma perspectiva mais “humanizadora”, inter e transdisciplinar de formação, que visa à compreensão do ser humano em toda sua complexidade.

## REFERÊNCIAS:

- AXEL, G. (Diretor). **A Festa de Babette**. Filme. Dinamarca, 1987.
- BLAINE, R.E.; KACHURAK, A.; DAVISON, K.K.; KLABUNDE, R.; FISHER, J.O. Food parenting and child snacking: a systematic review. **International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**. v.14, p.146-169. Nov. 2017.
- FREITAS, S. de. **Ritmos Vitais e Resiliência**. Palestra proferida no Centro de Educação Transdisciplinar (CE-TRANS), em 10/05/2014, São Paulo/SP.
- GARCIA, R. W. D. Reflexos da globalização na cultura ali-

<sup>3</sup> Prof. Dr. Dante Marcello Claramonte Gallian – Centro de História e Filosofia das Ciências da Saúde/Unifesp: <https://cehfi.unifesp.br/>

<sup>4</sup> Prof. Dr. Afonso Carlos Neves – Departamento de Neurologia/Unifesp: <http://neuro-humanidades.blogspot.com/> e <http://meditar-labirinto.blogspot.com/2020/>

<sup>5</sup> Prof. Dr. Marcelo Marcos Piva Demarzo – Departamento de Saúde Coletiva/Unifesp : <https://mindfulnessbrasil.com/o-que-e-mente-aberta/>





mentar: considerações sobre as mudanças na alimentação urbana. **Revista Nutricional**, Campinas, v. 16, n. 4, p. 483-492, out/dez., 2003.

HEBESTREIT, A.; INTEMANN, T.; SIANI, A.; De HENAUW, S.; EIBEN, G.; KOURIDES, Y.A.; KOVACS, E.; MORENO, L.A.; VEIDEBAUM, T.; KROGH, T.; KROGH, V.; PALA, V.; BOGL, L.H.; HUNSBERGER, M.; BORNHORST, C.; PI-GEOT, I. Dietary Patterns of European Children and Their Parents in Association with Family Food Environment: Results from the I. Family Study. **NUTRIENTS**. Basel, Switzerland. v. 9, p. 126-143. Fev. 2017.

HONORE, C. **Devagar – Como um movimento está desafiando o culto da velocidade**. Rio de Janeiro, 2005.

HOUAISS, A. **Dicionário** de Língua Portuguesa.

KABIR, A.; MIAH, S.; ISLAM, A. Factors influencing eating behavior and dietary intake among resident students in a public university in Bangladesh: A qualitative study. **PIOS One**. France v. 13, n. 6 e 0198801. Jun. 2018.

MOREIRA, S. A. Alimentação e comensalidade: aspectos históricos e antropológicos. **Revista Cienc. Cult.**, São Paulo, v. 62, n. 4, p. 23-26, out. 2010.

OLIVEIRA, L. L.; HUTZ O. S. Transtornos Alimentares: o papel dos aspectos culturais no mundo contemporâneo. **Revista Psicologia em Estudo**, Maringá, v. 15, n. 3, p. 575-582, jul./set. 2010.

OLIVEIRA, S. C.; FERNANDES, A. F. C. Comportamento Alimentar Entre Adolescentes Grávidas: Contribuições Para Educação Em Saúde. **Congresso Virtual Brasileiro de Educação, Gestão e Promoção da Saúde – Convibra – 2012**.

PAUL, P. Palestra proferida na UNIFESP em 04/11/2010. **Rev. Neurocienc**, v. 21, n. 3, p. 474-483, 2013.

PAUL, P. **Saúde e Transdisciplinaridade**. São Paulo: Edusp, 2013b.

PROENÇA, R. P. C. Alimentação e Globalização: algumas reflexões. **Revista Cienc. Cult.** São Paulo, v. 62 n. 4, p. 43-47, out. 2010.

SANTOS, A. C.; RESSEL L. B.; ALVES CN; WILHELM L. A.; STUMM K. E.; SILVA S. C. A Influência da Cultura no comportamento alimentar dos adolescentes: uma revisão integrativa das produções em saúde. **Revista Adolescente Saúde**, Rio de Janeiro, v. 9, n. 4, p.37-43, out/dez. 2012.

SANTOS, J.T.G; FIGUEIREDO, A.C.G.A; VITALLE, M.S.S. Adolescência e comportamento alimentar. In: VITALLE, M.S.S.; SILVA, F.C.; PEREIRA, A.M.L.; WEILER, R.M.W.; NISKIER, S.R.; SCHOEN, T.S. **Medicina do Adolescente – Fundamentos e Prática**. ATHENEU: Rio de Janeiro. pp. 83-87, 2019.

SCHNETTLER, B.; MIRANDA-ZAPATA, E.; LOBOS, G.; SARACOSTTI, M.; DENEGRI, M.; LAPO, M.; HUECHE, C. The Mediating Role of Family and Food-Related Life Satisfaction in the Relationships between Family Support, Parent Work-Life Balance and Adolescent Life Satisfaction in Dual-Earner Families. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v.15, p. 2549-2567, Nov. 2018.

SILVA, D.A. **Equipes de Medicina do Adolescente: constituição, funcionamento, valores e prática inter e transdisciplinar**. (Tese de Doutorado) Programa de Pós-Graduação Educação e Saúde na Infância e Adolescência, Universidade Federal de São Paulo; 2017.

SILVA, D. A.; SOUZA, J. B. Estilo de Vida. In: VITALLE, M.S.S.; SILVA, F.C.; PEREIRA, A.M.L.; WEILER, R.M.W.; NISKIER, S.R.; SCHOEN, T.S. **Medicina do Adolescente – Fundamentos e Prática**. ATHENEU: Rio de Janeiro. pp. 563-567, 2019.

TORAL, N.; SLATER, B.; CINTRA, I. P.; FISBERG, M. Comportamento alimentar de adolescentes em relação ao consumo de frutas e verduras. **Rev. Nutr.**, Campinas, v. 19, n. 3, p. 331-340, maio/jun., 2006.

TORAL, N.; CONTI, M. A.; SLATER, B. A alimentação saudável na ótica dos adolescentes: percepções e barreiras à sua implementação e características esperadas em materiais educativos. **Caderno Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 25, n. 11, p. 2386-2394, nov. 2009.

UZUNIAN, L. G.; SAKUMA, T. H.; AZEVEDO, A.C.G.; DUTRA, L.; VIDAL, R.; VITALLE, M.S.S. Fatores de risco e



proteção ao comportamento alimentar do adolescente: um olhar sobre vulnerabilidades e resiliência. **Revista Internacional de Humanidades Médicas** v. 2, n. 2, p. 79-92, mar. 2013 – Madrid, España. ISSN: 2254-5859. Disponível em: <http://lascienciashumanas.com/revistas/coleccion/>

VELLOZO, E. P.; PASSOS, M. A. Z. **Guia de Orientação para Educadores, Pais e Escolares: Do cuidado à Prevenção, da Infância à Adolescência**. Rio de Janeiro: Atheneu, 2018.

VELLOZO, E. P.; SILVA, R.; PASSOS, M.A.Z. A participação dos pais e dos educadores na formação do comportamento alimentar. In: VELLOZO, E.P., PASSOS, M.A.Z. **Guia de Orientação para Educadores, Pais e Escolares: Do cuidado à Prevenção, da Infância à Adolescência**. Rio de Janeiro: Atheneu, 2018. pp. 5-7.

VITALE, M.S.S. Comportamento alimentar do adolescente e orientação nutricional. In: LOURENÇO B, QUEIROZ LB, SILVA, L.E.V, LEAL, M.M. **Medicina de Adolescentes, da Coleção Pediatria do Instituto da Criança HC FMUSP**. Editores: SCHVARTSMAN BGS, MALUF JR PT. Barueri: Manole, 2015 pp. 117-124.