

Inquéritos Alimentares

Doutorandas: Acsa de Castro e Anna Passos
Adaptação: Raquel Machado Schincaglia



Como avaliar
o consumo
alimentar?



Métodos de Avaliação Consumo alimentar

1

Folha de balanço de alimentos

2

Inventário

3

Pesquisa de Orçamento Familiar(POF)

4

História alimentar

5

Recordatórios (24h)

6

Questionário de Frequência Alimentar (QFA)

7

Registro ou diário alimentar

Recordatório Alimentar de 24 horas (R24-H)

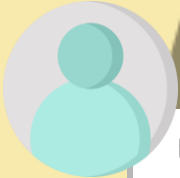
Doutorandas: Acsa de Castro e Anna Passos
Adaptação: Raquel Machado Schincaglia

Recordatório de 24 horas (R24h)

O recordatório de 24 horas é o método mais utilizado para a obtenção de relato de consumo de alimentos

O relato que acontecerá na entrevista/na coleta das informações, refere-se ao período das 24 horas anteriores ou ao dia anterior à entrevista

O entrevistador (capacitado) coletará o maior número possível de informação e detalhes para definir e quantificar consumo alimentar do entrevistado

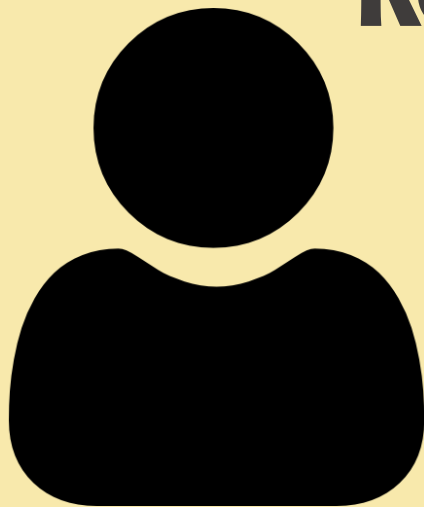


O 24HR é conduzido em uma maneira de entrevista em profundidade e normalmente requer 20 a 30 minutos para completar um único dia

se considera que este é o período em que os indivíduos são capazes de lembrar a sua ingestão alimentar com o detalhamento desejado neste tipo de investigação



Recordatório de 24 horas (R24h)



Para atingir este objetivo, vários R24h não consecutivos do mesmo indivíduo são necessários para capturar a variabilidade diária

1 único R24h não é suficiente para descrever a ingestão normal de alimentos de um indivíduo e nutrientes



3 recordatórios 2 dias da semana e em 1 dia de fim de semana



Recordatório de 24 horas (R24h)

Vantagens



- **Avalia a ingestão de indivíduo e de grande população (desde que a população da amostra seja representativa e os dias da semana sejam adequadamente representado)**
- **Captura informações sobre padrões alimentares, métodos de preparação, local de consumo, horário, e outras**
- **O modo de administração não afeta a escolha alimentar / padrão alimentar**

Recordatório de 24 horas (R24h)

Vantagens



- **baixo custo**
- **tempo de aplicação**
- **alta aceitação**
- **o formato aberto usado é apropriado para todos padrões alimentares**
- **recupera a alimentação nas últimas 24 horas → menos carga sobre a memória → melhor precisão nas resposta**
- **não depende das habilidades de letramento e numeramento do entrevistado**

Recordatório de 24 horas (R24h)

Limitações



- **É necessário varios dias de R24hs para representar adequadamente a ingestão habitual de indivíduos e levar em consideração as diferenças de sazonalidade**
- **Depende da memória e cooperação do entrevistado**
- **Requer entrevistadores bem treinados com conhecimento de práticas culturais, hábitos alimentares, receitas locais e métodos de preparação/coocção**

Recordatório de 24 horas (R24h)

Limitações



- **Em algumas circunstâncias pode ser caro levando em consideração o fato de que é necessário um treinamento extensivo para os entrevistadores e o tempo gasto na entrada de dados e na correspondência dos alimentos com a composição deles**
- **Viés podem estar presentes, pois os entrevistados podem ser seletivos com os alimentos que escolhem para relatar durante o recall**
- **Baseia-se na capacidade de descrever a comida e estimar o tamanho da porção (auto-relato)**
- **Dificuldades nas estimativas das quantidades consumidas**

Recordatório de 24 horas (R24h)



aplicação de técnicas de entrevista que visam a melhorar a lembrança do consumo alimentar no dia anterior

manutenção de ambiente apropriado para estimular a cooperação e motivar o entrevistado

Utilizar bom método para solicitar as informações do dia anterior

Preenchimento do R24h - Método de Múltiplos Passos



Utensílios de medidas caseiras

accastro.nutri@gmail.com - anna.nutriufg@gmail.com



Medidas caseiras

accacastro.nutri@gmail.com - anna.nutriufg@gmail.com

3 CARnM

3

Quantidade de medidas caseiras

CAR

**Utensílio/
Porção**

n

**nivelado, raso,
cheio**

M

Tamanho

DON'T FORGET

CAn copo americano nivelado

CAr copo americano raso

CAch copo americano cheio

CADn copo americano duplo nivelado

CADr copo americano duplo raso

CADch copo americano duplo cheio

CCn colher de café nivelada

CCr colher de café raso

CCch colher de café cheia

CCHn colher de chá nivelada

CCHr colher de chá raso

CCHch colher de chá cheia

CSOn colher de sobremesa nivelada

CSOr colher de sobremesa raso

CSOch colher de sobremesa cheia

CSn colher de sopa nivelada

CSr colher de sopa raso

CSch colher de sopa cheia

P, M, G

CARn colher de arroz nivelada

CARr colher de arroz raso

CARch colher de arroz cheia

P, M, G

COn concha nivelada

COr concha raso

COch concha cheia

P, M, G

Medidas caseiras

DON'T FORGET

En escumadeira nivelada

Er escumadeira rasa

Ech escumadeira cheia

XCn xícara de café nivelada

XCr xícara de café rasa

XCch xícara de café cheia

XCHn xícara de chá nivelada

XCHr xícara de chá rasa

XCHch xícara de chá cheia

P, M, G

CUMn cumbuca nivelada

CUMr cumbuca rasa

CUMch cumbuca cheia

CANn caneca nivelada

CANr caneca rasa

CANch caneca cheia

DON'T FORGET

F fatia

F (fina), M, G

FO folha

P pedaço

U unidade

PO porção

Pe pegador

Pf ponta de faca

P, M, G

P, M, G

1 colher de sobremesa cheia **1 CSOch**

1 fatia fina de melancia **1 FF**

1 colher se sopa nivelada e grande de purê de batata **1 CSnG**

1 colher se sopa nivelada e pequena de purê de batata **1 CSnP**

1 colher de servir de arroz média e cheia de arroz **1 CARchM**

5 pedaços médios de abacaxi **5PM**

Manual fotográfico

accacastro.nutri@gmail.com - anna.nutriufg@gmail.com



Código	Nome do alimento/receita	Gramatura em cada foto/porção (g)					
		1	2	3	4	5	6
P137	Abacaxi	63	109	180	200	273	397
P138	Chuchu	108	196	284	372		
P139	Camarão médio, sem casca	59	86	120	187	273	366
P140	Vaca atolada	89	136	182	288	329	527
P141	Tutu de feijão	21	40	63	89	128	193
P142	Moqueca baiana	76	143	210	277	344	411
P143	Baião de dois	37	68	115	163	252	380
P144	Pipoca	12	23	41	59	77	95
P145	Feijoada	70	236	402	568	734	900
P146	Torresmo	33	48	62	83	106	126
P147	Queijos	23	45	90	135	180	



P144 - 3



P144 - 4

Réplica de alimentos

accacastro.nutri@gmail.com - anna.nutriufg@gmail.com



Conduzindo a conversa

Tenha consciência:

isso não é um procedimento comum para a grande maioria das pessoas

Conduzir a entrevista de **maneira cordial, porém impessoal.**

O foco é exclusivamente coletar os dados de consumo alimentar

Logo no começo, explique que questões envolvendo alimentação são muito pessoais e, portanto, diferentes para cada um

Muita atenção com expressões/falas que possam demonstrar censura, surpresa, aprovação ou desaprovação em relação às respostas dadas



Atenção aos detalhes



Se o indivíduo hesitar, gaguejar, contar histórias, dar risadas, começar a se explicar...

O tópico em questão pode envolver algo que ele sente dificuldade em relatar

Por isso, como (futuros) profissionais devemos adotar postura de escuta ativa, imparcial e respeitosa

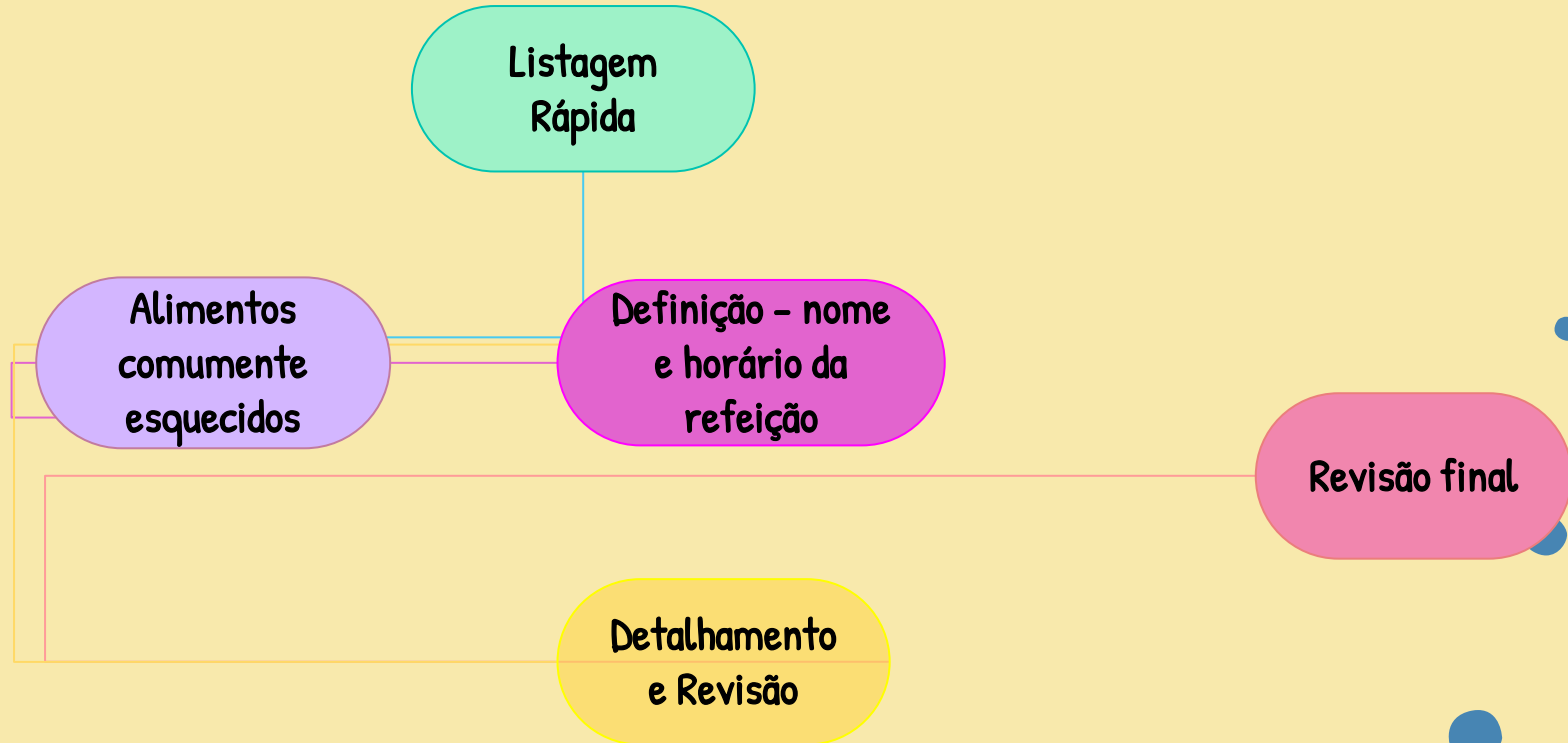


**Important
e**

Reforçar que o objetivo da entrevista não é julgar o que ele come e suas preferências alimentares. Na verdade, os dados serão coletados em total sigilo e que ele pode e deve se sentir confortável

Método de múltiplos passos

A coleta de um R_{24h} mais preciso e fidedigno envolve uma sequência de cinco passos (ordem inalterada)



Iniciando a coleta do R24H

Entrevistador: Lembre – se de mostrar o álbum fotográfico e os utensílios

Perguntar: O Sr. (a)/ você pode, por favor, me dizer tudo o que comeu e bebeu ontem (inclusive água, balas, chicletes, cafezinhos entre outros), durante todo o dia, desde o hora que acordou até a hora de dormir?

Ao final da listagem rápida, perguntar: Há algo mais que o Sr.(a) se lembre?

Ao final do detalhamento, perguntar: Qual ou quais os temperos ou condimentos que são utilizados pelo senhor (a) no preparo ou consumo dos alimentos? Incluindo sal, ervas frescas ou secas, temperos industrializados ou preparados à base de sal e alho, outros.

Ao final da revisão, perguntar: "Há algo mais que o Sr.(a) se lembre e que não tenha sido relatado? Balinhas, chicletes, cafezinhos, água, ...?"

R-24h

Nome/código do
entrevistador

Atenção ao nome do indivíduo e contato correto

Horário	Nome da Refeição	Alimentos, bebidas/preparações	Tipo/modo de preparo	Quantidades
Notas	Informação ou particularidade importante			



R-24h

BLOCO F – CONSUMO ALIMENTAR

Adaptado de: MS – Ministério da Saúde; SVS – Secretaria de Vigilância em Saúde; SAS – Secretaria de Atenção à Saúde; INCA – Instituto Nacional de Câncer; CPV – Coordenação de Prevenção e Vigilância. **Inquérito domiciliar sobre comportamentos de risco e morbidade referida de doenças e agravos não transmissíveis.** Rio de Janeiro: INCA, 2004. 186 p.

38	Qual é a sua ingestão hídrica diária? _____ mL	IH __
39	Quanto de óleo é consumido mensalmente em sua casa? _____ mL Per capita:	IO __
40	Qual o tipo de óleo usado em sua casa? (0) Soja (1) Milho (2) Girassol (3) Canola (4) Coco (5) Azeite (6) Banha de Porco (7) outros	TO __
41	Quanto de açúcar é consumido mensalmente em sua casa? _____ gramas Per capita:	IA __
42	Quanto de sal é consumido mensalmente em sua casa? _____ gramas Per capita:	IS __
43	Você utiliza tempero pronto? (0) Não (1) Sim (9) Sem informação Quantidade/dia:	TP __

1º - Preenchimento da listagem rápida

Horário	Nome da Refeição	Alimentos, bebidas/preparações
		Café Leite Pão Margarina
		Arroz Feijão Carne
		Pipoca
Notas	Informação ou particularidade importante	



Importante

- ★ Explicar que nesse momento, o indivíduo deve relatar apenas todos os alimentos e bebidas
- ★ Nessa etapa o indivíduo deve falar sem ser interrompido pelo entrevistador

2º Listagem de alimentos comumente esquecidos

Horário	Nome da Refeição	Alimentos, bebidas/preparações	Tipo/modo
		Café c/ açúcar Leite Pão Margarina	<div style="background-color: #f8d7da; padding: 10px; border-radius: 10px;"> <p style="font-size: 1.2em; font-weight: bold; color: white; text-align: center;">Importante</p> <p>★ Perguntar: “há algo mais que você se lembre?”</p> <p>★ Lembrar de deixar algumas linhas entre um alimento e outro para facilitar “encaixar” na ordem que o indivíduo recordar</p> </div>
		Arroz Feijão Carne Alface	
		Pipoca	
Notas	Informação ou particularidade importante		

3º Definição do horário e nome da refeição

Horário	Nome da Refeição	Alimentos, bebidas/preparações	Tipos/modos
9:00	Café da manhã	Café c/ açúcar Leite Pão Margarina	Atenção  Não se deve perguntar: "isso foi no café da manhã?"  Forma correta: "qual nome você dá pra essa refeição?" Essa estratégia vale para tudo, o foco é <u>nunca</u> induzir as respostas
12:00	Almoço	Arroz Feijão Carne Alface	
15:00	Lanche	Pipoca	
Notas	Informação ou particularidade importante		

accastro.nutri@gmail.com - anna.nutriufg@gmail.com

4º Início do ciclo de detalhamento e revisão

Horário	Nome da Refeição	Alimentos, bebidas/preparações	Tipo/modo de preparo	Quantd.
9:00	Café da manhã	Café c/ açúcar Leite Pão Margarina	Coado Integral Francês Sem sal	½ CA ½ CA 1 und M 1 pf P
12:00	Almoço	Arroz Feijão Carne Alface	Branco Carioca Frango (peito grelhado) Crua com sal	1 CAR M ch 1 CO M n 1 und M 2 PE ch
15:00	Lanche	Pinoca amanteigada	Micro-ondas	1 und
Notas	Informação ou particularidade importante			

4º Início do ciclo de detalhamento e revisão

As informações extras coletadas variam de acordo com o alimento

Cru, cozido, assado, refogado
Sabor, natural ou industrializado

Exemplo: "Passou manteiga no pão?"
"Esse café tinha açúcar?"

Objetivo: obter informações que normalmente os indivíduos não relatariam espontaneamente.
Desta forma, ela é usada quando a resposta dada não é significativa ou completa

"Você adicionou algo ao pão?"
"Você colocou algo no café?"



Possibilidades de formas de alimentos e de preparo

Cru – sem qualquer preparo no fogo, mas pode ser processado (picado ou fatiado);

Cozido – alimento que foi cozido em água e apenas adicionado de condimentos (tipo sal, cebola e temperos);

Refogado – alimento que foi cozido e adicionado de óleo e condimentos diversos;

Assado no forno – alimento que foi assado e adicionado de gordura e condimentos diversos;

Assado tipo churrasco – alimento que foi assado e adicionado de condimentos diversos;

Frito – alimento preparado com quantidade maior de óleo do que o refogado, mas não suficiente para imergir o produto e adicionado de condimentos diversos (Ex: bife);

Frito imersão – o alimento é frito em óleo suficiente para imergi-lo (Ex: pastel, coxinha, bolinhos, etc);

Grelhado – alimento preparado sem adição de óleo e sem adição de água (Ex: bife de peito de frango grelhado, vegetais grelhados)

Ar
Fe
Se
ou
“F
ca
pe
Fr
mu
C
C
Coqu
desci
o mã



Inquérito de Saúde no Município de São Paulo

ISA CAPITAL

USP e SMS-SP

Manual para treinamento e padronização
do preenchimento de Inquérito
Recordatório de 24h.

Profª. Assoc Regina Mara Fisberg

Profª. Drª. Dirce Maria Lobo Marchioni

Mestranda Juliana Araújo Teixeira

Departamento de Nutrição – FSP/USP

4º Início do ciclo de detalhamento e revisão



Evite aceitar um “não sei” prontamente. Tente entender o motivo desta resposta

Ela pode ser dada porque o sujeito não entendeu a pergunta, ou porque ele se sente constrangido em respondê-la

Ou então, o indivíduo pode realmente não saber a resposta da pergunta



Ao tentar obter uma informação e o indivíduo desviar o foco: desatenção, ou haver questões emocionais envolvidas

Pergunte: “Você poderia ser um pouco mais específico?” ou “Você poderia explicar isso um pouco mais?” ou “Fale mais a respeito disso, por favor”



Ficar em silêncio quando você deseja que o indivíduo perceba que você sabe que ele começou a falar, mas que há mais a ser dito ainda

Como agir quando o paciente / voluntário...

accacastro.nutri@gmail.com - anna.nutriufg@gmail.com

Lasanha

Pizza

Sanduíche (Bob's, Mcdonald's, Subway)

Risoto

Bolo mentira 😄

Milkshake



Receitas 😊

- 🍩 Tentar extrair o máximo das informações referentes ao preparo
- 🍩 Consultar cardápio de restaurantes
- 🍩 Sites de estabelecimentos gastronômicos
- 🍩 Fazer proporções
- 🍩 **E o mais importante:** padronizá-las e garantir que todos os entrevistadores usarão as mesmas informações



5º Revisão final do recordatório

Horário	Nome da Refeição	Alimentos, bebidas/preparações	Tipo/modo de preparo	Quantd.
9:00	Café da manhã	Café c/ açúcar Leite Pão Margarina	Coador Integral Francês Sem sal	½ CA ½ CA 1 und M 1 pf P
12:00	Almoço	Arroz Feijão Carne Alface	Branco Carioca Frango (peito grelhado) Crua com sal	1 CAR M ch 1 CO M N 1 und M 2 PE ch
15:00	Lanche	Pinoca amanteigada	Micro-ondas	1 und
Notas		Informação ou particularidade importante		

5º Revisão final do recordatório

Repassar a lista inteira de alimentos, com todos os detalhes e quantidades
Pode ser exaustivo por isso deve-se concentrar em fazer **perguntas estratégicas**

Revisar os alimentos que foram mais difíceis de serem relatados, tanto do ponto de vista cognitivo quanto emocional
Por fim, o entrevistador deve verificar se alguma informação relevante não foi coletada

E depois?

Demonstre ao voluntário que ele acabou de participar de algo importante.

Agradeça a contribuição, se disponha para esclarecer possíveis dúvidas e reforce o quanto as informações coletadas são valiosas para o estudo



Tabulação



- ◆ Gasta-se muito tempo (deve ser feita com muita atenção)
- ◆ Conversão de medidas caseiras para gramas
- ◆ Escolha do software para a tabulação

- ◆ Tabelas de composição cadastradas no software (nacional? internacional?)
- ◆ Quais tabelas são cadastradas? (TACO, IBGE, Philippi...)
- ◆ Alimentos cadastrados corretamente? (ex.: Leite tem cálcio? Nutriente fonte)



***atenção a dados “diferentes” *erros de digitação *conferência de tudo**

Registro Alimentar

Aula elaborada por Ms. Acsa de Castro e Ms. Anna Passos

PPGNUT
Programa de Pós-Graduação em
Nutrição e Saúde

FANUT
FACULDADE DE NUTRIÇÃO

UFG
UNIVERSIDADE
FEDERAL DE GOIÁS

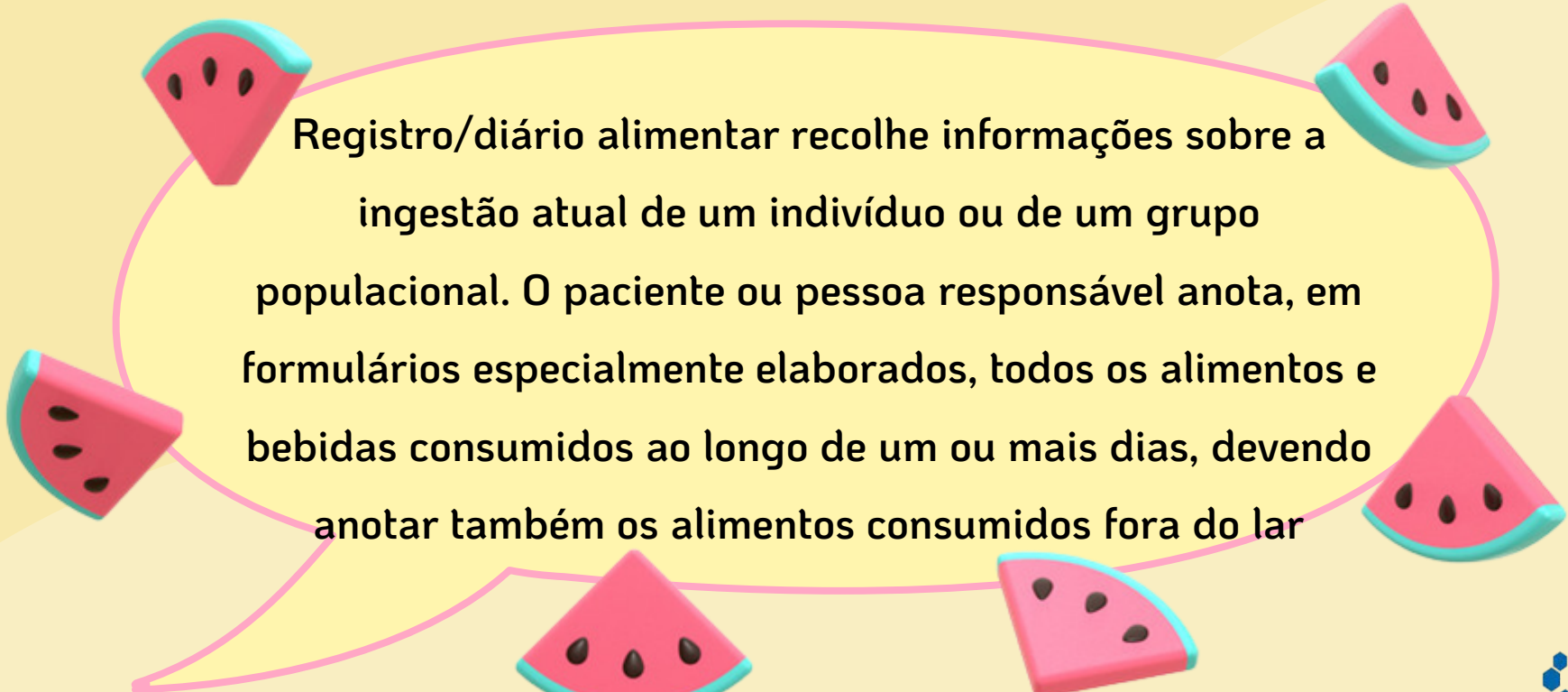
Registros alimentares - Conceito

Métodos prospectivos 👉 registram informações recentes e estão associados à dieta atual

Os métodos utilizados dentro desta categoria são o R24 horas, o *registro alimentar*, a pesagem direta e o orçamento familiar



Registros alimentares - Conceito



Registro/diário alimentar recolhe informações sobre a ingestão atual de um indivíduo ou de um grupo populacional. O paciente ou pessoa responsável anota, em formulários especialmente elaborados, todos os alimentos e bebidas consumidos ao longo de um ou mais dias, devendo anotar também os alimentos consumidos fora do lar

Registros alimentares - Conceito



O registro pode ser aplicado durante três, cinco ou sete dias: períodos maiores que sete dias podem comprometer a aderência e a fidedignidade das informações coletadas

Registros alimentares - Conceito

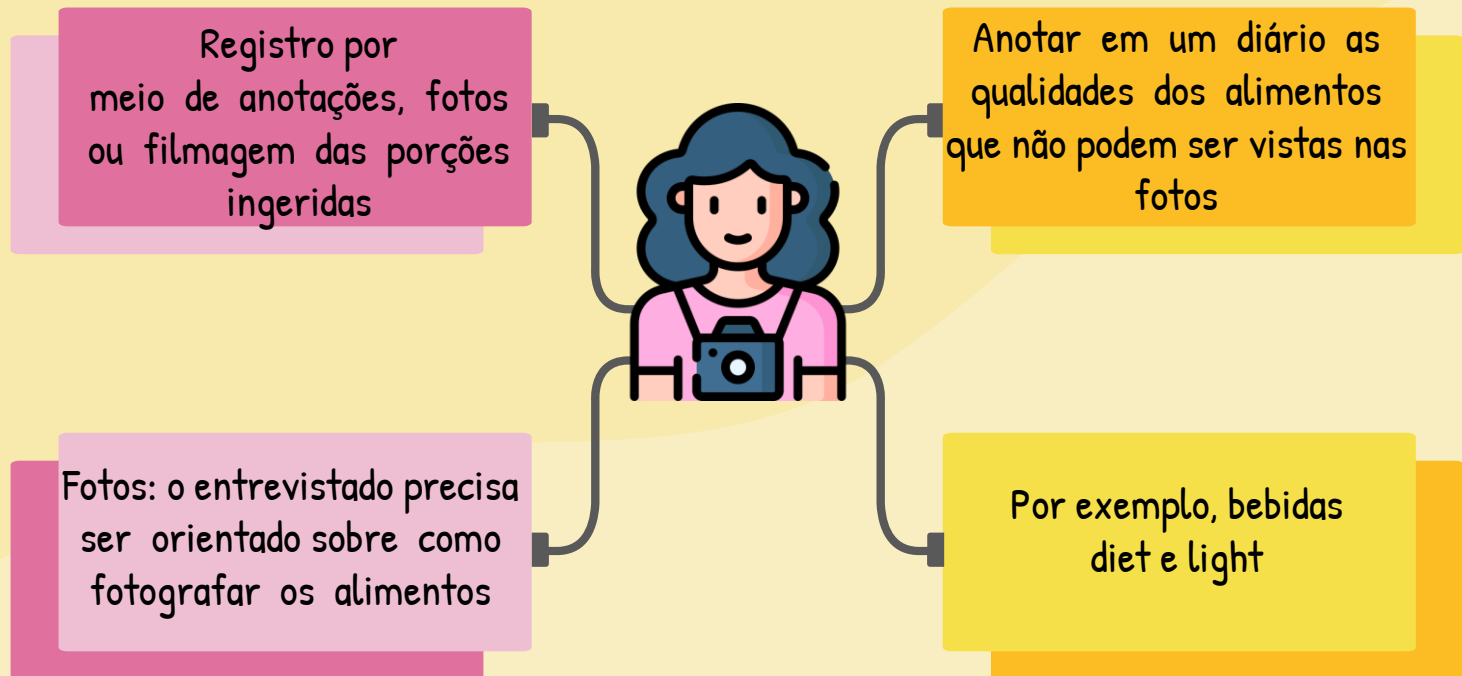
Registro alimentar por peso dos alimentos

Todos os alimentos
(inclusive sobras)

Balança:
avaliação do consumo mais precisa

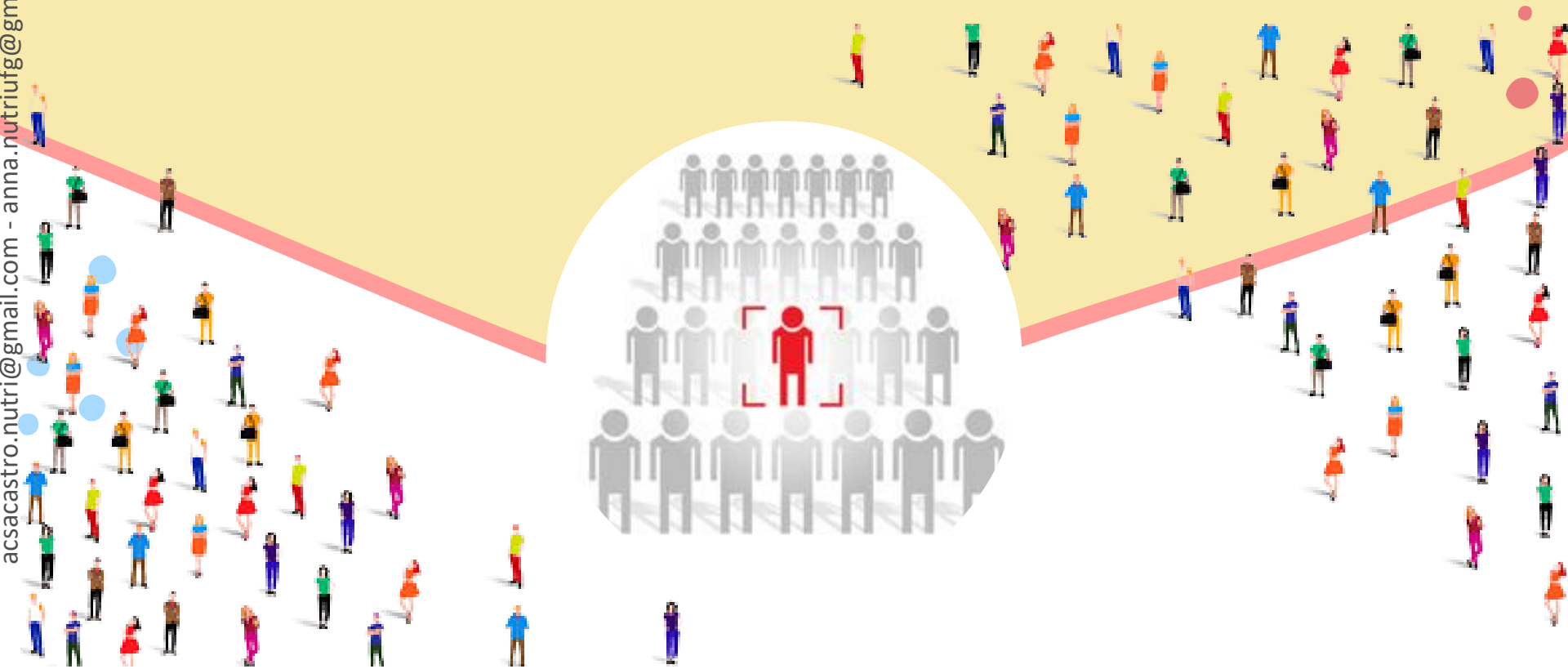
Custo elevado pela aquisição da balança, bem como sua calibração;
Possível tendência em modificar os hábitos alimentares simples;
Apesar de ser mais preciso que o **registro alimentar estimado**, a aplicação desta variação requer investimento, treinamento e colaboração do cliente, o que torna mais rara sua utilização na prática

Registros alimentares - Conceito



População-alvo

acsacastro.nutri@gmail.com - anna.nutriufg@gmail.com



Quem coleta as informações?



01

**Auto
Preenchimento**



02

**Outras
Pessoas**



03

**Auxílio da
Tecnologia**



04

**Boa opção para
PcD**



Vantagens do Registro Alimentar

Viés de memória (alimentos são anotados no momento do consumo)

Maior precisão quantitativa dos alimentos

Em caso de orientação eficaz: menor erro no detalhamento



Treinamento!

Desvantagens do Registro Alimentar



PODE INTERFERIR NO PADRÃO ALIMENTAR

REQUER TEMPO

EXIGE QUE O INDIVÍDUO SAIBA LER E ESCREVER QUANDO FOR AUTOPREENCHIDO

EXIGE ALTO NÍVEL DE MOTIVAÇÃO E COLABORAÇÃO

Quantos dias de consumo alimentar são coletados com Registro alimentar?

01



-

**adequada para a
avaliação de
agregados e não de
indivíduos**

03



-

05



-

07



-

+?



-

**Mais dias
podem
comprometer?**

**Para “garantir” a aderência e a
fidedignidade dos dados**



(Fisberg; Marchioni; Colucci, 2009)

Quantos dias de consumo alimentar são coletados com Registro alimentar?

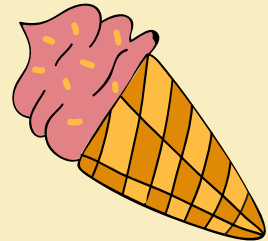
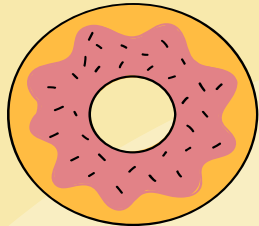
A aplicação do registro alimentar, independentemente dos dias selecionados, deve ser em dias alternados ?

7 dias consecutivos para reduzir o viés da dieta em relação ao dia da semana (consumo de menos frequência)

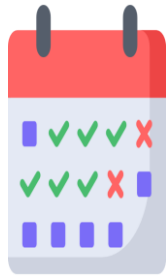
Indivíduos que obedecem podem diferir sistematicamente daqueles que não o fazem

Nº de dias a serem monitorados, idealmente longo o suficiente para fornecer informações confiáveis (≥ 3 dias e $<$)

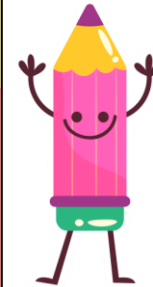
Períodos de registro de mais de 4 dias consecutivos faz com que as ingestões relatadas diminuam devido à fadiga do respondente



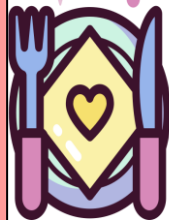
Quantos dias de ingestão alimentar são coletados com Registro alimentar?



Atenção na escolha da quantidade de dias e na ênfase com os indivíduos na importância de preencher o registro no momento da refeição

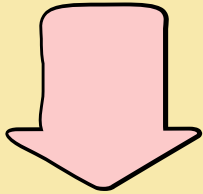


entrevistados desenvolvem a “prática” de preencher o registro retrospectivamente, em vez de simultaneamente

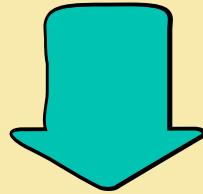


a validade das informações coletadas pode diminuir nos últimos dias de um período de registro de 7 dias, em contraste com os primeiros dias

Quantos dias de consumo alimentar são coletados com Registro alimentar?



alimentos e as quantidades consumidas em dias consecutivos de relato podem estar relacionados (sobras e comer mais um dia e menos no dia seguinte)



coletar registros não consecutivos de um único dia em a fim de aumentar a representatividade da dieta do indivíduo



é desejável controlar os dias de trabalho e de fim de semana, a fim de obter uma melhor imagem da dieta geral

*** em alguns casos é necessário coletar registros alimentares em diferentes estações do ano, tendo em vista a sazonalidade e a preparação dos alimentos que variam com a estação**

Pontos positivos e negativos dos dias de registro → a escolha de quantos dias são necessários precisa ser muito bem pensado de acordo com objetivo seja do estudo, pensando em pesquisa, ou pensando no objetivo do plano alimentar

Como funciona a aplicação do registro/diário?

Maneira 1

Registrar o alimento/preparação e o tamanho da porção consumida de forma escrita no momento da refeição



Maneira 2

os alimentos devem ser pesados e registrados antes de ser consumidos e, da mesma maneira, as sobras devem ser pesadas e registradas

Como funciona a aplicação do registro/diário?

O indivíduo registrará de forma detalhada cada alimento e/ou preparação



Data, horário e local



Ingestão com casca, pele, ou bagaço



Nome, tipo, Ingredientes, marca, forma de cocção



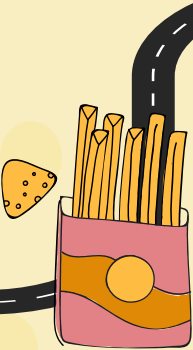
regular/original, diet ou light



Adição de sal, açúcar, óleo e molhos



tamanho da porção (com medida caseira/fotografia)



Como funciona a aplicação do registro/diário?

O indivíduo registrará de forma detalhada cada alimento e/ou preparação



Peso dos alimentos consumidos



Horário de início e término das refeições



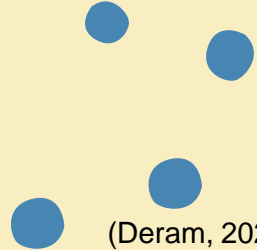
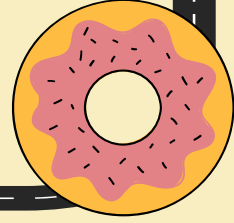
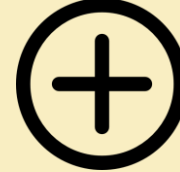
Escala de fome/saciedade



Lugar/Com quem

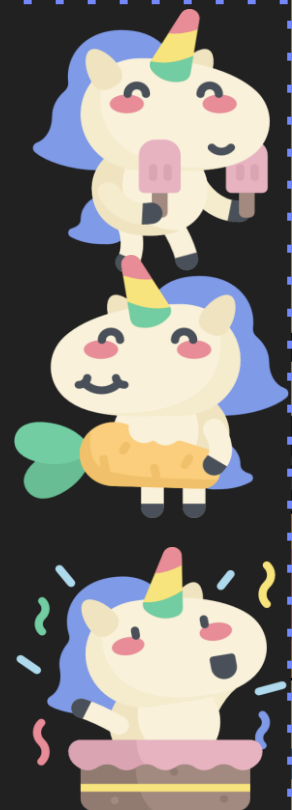
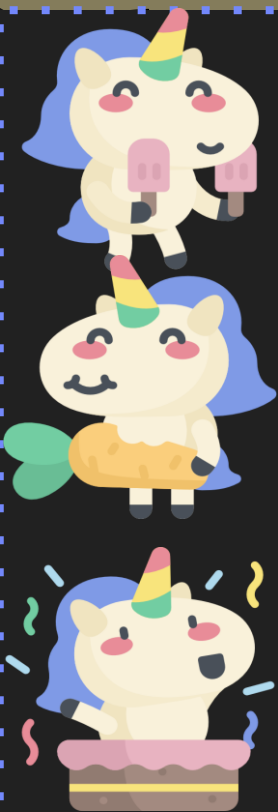


Pensamentos/emoções



(Deram, 2020)

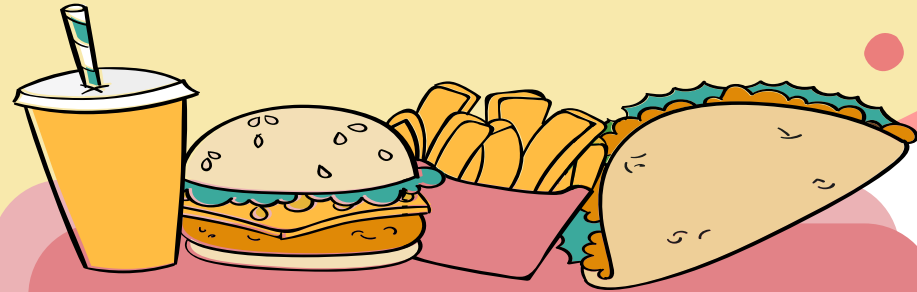
O REGISTRO DO TAMANHO DA PORÇÃO DO ALIMENTO NO MESMO MOMENTO DO CONSUMO É CARACTERÍSTICA IMPORTANTE DOS MÉTODOS, POIS O VIÉS DA MEMÓRIA É MINIMIZADO



Como funciona a aplicação do registro/diário?

Os registros alimentares podem ser usados para estimar a dieta atual de indivíduos e grupos populacionais, bem como para identificar grupos em risco de inadequação.

Para obter dados precisos, no entanto, os entrevistados devem ser treinados antes de participar da pesquisa. Portanto, um alto nível de motivação é necessário e uma carga relativamente grande é passada para os entrevistados



Apesar de poderem ser usados formulários abertos totalmente gratuitos, é muito útil aplicar um formato estruturado, com perguntas adicionais para cada ocasião sobre, a fim de registrar todos os detalhes das refeições

Como funciona a aplicação do registro/diário?

Treinamento de entrevistados

O entrevistado deve receber um treinamento específico para ser capaz de descrever de forma adequada todos os alimentos e as quantidades utilizadas, incluindo o nome / marca do alimento consumido, receitas de pratos, forma de preparo ou cozimento, e também a porção tamanhos

É interessante um contato posterior com o entrevistado após o 1º dia de registro para verificar as informações registradas e esclarecer eventuais dúvidas. Ao final do período registrado, novamente um entrevistador treinado deve revisar o RD com o respondente, para esclarecer dúvidas e sondar o possível consumo de alimentos esquecidos

Orientações para preenchimento do registro e conferência

Orientações para preenchimento do registro

Descrição dos alimentos (explicar que precisa de todos os detalhes e/ou ingredientes possíveis)

A quantidade de alimentos consumidos deve ser registrada com a maior precisão possível

Tipo, marca

Cocção (qual), cru

Casca, pele

Medida caseira

Balança de cozinha

Porções, Fotografia



Banana maçã



Banana prata



P144 - 1



P144 - 2



P144 - 3



P144 - 4

+ Detalhes (R24h)

Transformação para gramas

(Fisberg; Marchioni; Colucci, 2009); (Ortega; Pérez-Rodrigo; López-Sobaler, 2015)

Orientações para preenchimento do registro e conferência

Conferência na devolutiva dos registros

Não induzir nenhuma resposta na hora da conferência



Usar modelos/ manual fotográfico de alimentos que representem pratos ou alimentos de diferentes tamanhos (o entrevistado aponta qual é o modelo mais próximo do consumido)

Fontes de erro



Modificar voluntariamente sua dieta (tendência de declarar alimentos e tamanhos de porções mais próximos daqueles considerados socialmente desejáveis)



Motivação, memória (esquecimento de anotar alguns alimentos), percepções (tipo e quantidade), falta de informação, e características pessoais



Uma verificação não profunda, erros na conversão e tabulação, erros no banco de dados de alimentos em relação à composição nutricional dos alimentos



Questionário de Frequência Alimentar

Doutorandas: Acsa de Castro e Anna Passos
Adaptação: Raquel Machado Schincaglia

QFA

- **Avalia a frequência do consumo de alimentos**
- **Alimentos pré-determinados**
 - **50-100 alimentos**
 - **5-10 opções de resposta**
- **Criação e validação para novos QFA**
 - **Novos grupos**
 - **Nutrientes específicos**
- **Período de tempo específico (1 ano)**

QFA

- **Retrospectivo**
- **Entrevista x autoaplicável**
- **Presencial ou à distância (versão física)**
- **Versão física ou digital**
- **Dieta habitual ou o padrão alimentar**

- **Qualitativo/ Quantitativo/ Semi-quantitativo**

Alimento	FREQUÊNCIA DE CONSUMO						
	Nunca	<1/mês	1-3 /mês	1/semana	2-4/semama	1/ dia	2/dia
Pão	X						
Rosca		X					
Bolo						X	
Biscoito			X				
Bolacha					X		
Peta						X	
Brioche							X

QFA

- **Qualitativo/ Quantitativo/ Semi-quantitativo**

Alimento	FREQUÊNCIA DE CONSUMO						
	Nunca	<1/mês	1-3 /mês	1/semana	2-4/semama	1/ dia	2/dia
Pão (1 unid)						X	
Rosca (1 unid)		X					
Bolo (1 FM)						X	
Leite (1 CAD)	X						

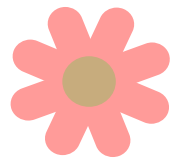
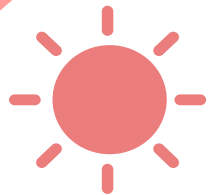
Vantagens

- Eficiente
- Curto tempo
- Baixo custo
- Poucos recursos materiais
- Ingestão não alterada
- Específico para grupos
- Menor variação intrapessoal
- Utilizável em grandes grupos ou estudos
- Sazonalidade

Desvantagens

- Viés de memória
- Treinamento
- Analfabetos/ idosos/ cças
- Dificuldade pelo número de alimentos
- Quantificação pouco exata
- Desenho do instrumento requer esforço e tempo
- Validado

Muito Obrigada!



GOALS

