



Elaboração e validação do questionário sobre determinação de hábitos alimentares de adolescentes e jovens adultos em relação ao consumo de sal e alimentos salgados

Palavras-Chave: Sódio; Questionário de consumo; Validação

Autores/as:

Caio Luiz de Souza Cordes (aluno) [UNICAMP]

Dra. Alline Artigiani Lima Tribst (orientadora) [NEPA-UNICAMP]

Dra. Larissa Galastri Baraldi (coautora) [NEPA-UNICAMP]

INTRODUÇÃO:

Muitos alimentos processados apresentam alta concentração de sal e uma combinação de sal, gordura e realçadores de sabor com o objetivo de serem hiperpalatáveis (Monteiro et al., 2013) e, por isso, desencadear mecanismos orgânicos de recompensa e prazer (Fazzino et al., 2019; Rosa, 2018). Assim, a elevada palatabilidade destes alimentos pode levar a um consumo exacerbado, motivados por razões hedônicas e não por fome (Fazzino et al., 2019) o que, a longo prazo, pode resultar em complicações de saúde. Nesse sentido, a Organização Mundial de Saúde (OMS, 2020) tem estabelecido uma relação direta entre o consumo de alguns alimentos processados e a incidência de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT).

Pesquisas prévias mostram que o hábito do consumo destes alimentos é muito prevalente na adolescência e início da vida adulta (Messias et al., 2016), evidenciando a importância de avaliar quais são as características de consumo de sal e de alimentos salgados por pessoas desta faixa etária. Tal avaliação permitirá determinar se há diferentes padrões de consumo e, em caso positivo, o quanto estes diferentes padrões podem levar à ingestão excessiva de sódio e gorduras, considerando a ingestão diária recomendada destes nutrientes. Portanto, o objetivo do presente estudo foi adaptar e validar, ao público jovem (14-24 anos), um questionário online de consumo de alimentos salgados desenvolvido previamente para ser aplicado em adultos.

METODOLOGIA:

A sequência das etapas realizadas durante a execução do presente estudo está expressa na Figura 1.

O questionário desenvolvido por Gomes (2019) foi adaptado para ser aplicado em adolescentes e jovens adultos. Inicialmente, foi dividido nas seguintes seções: (i) Informações pessoais; (ii) Doenças diagnosticadas para o indivíduo ou alguém de sua família (pais, irmãos e

avós); (iii) Frequência de locais/tipos de alimentação nos últimos 30 dias; (iv) Percepção do consumo de sal e conhecimento do limite; (v) Hábitos alimentares; (vi) Frequência estimada do consumo de alimentos salgados indicadores; e (vii) Avaliação da qualidade da alimentação e quadro geral de saúde.

A validação de conteúdo do questionário foi feita com 8 especialistas que trabalham com estudos de consumidores. Eles deram sugestões de alterações para melhoria do questionário e avaliaram as questões em termos de representatividade, abrangência e opções de respostas, utilizando uma escala de 4 pontos (Rubio et al., 2003). A partir disso, calculou-se o índice de validade de conteúdo de cada seção (CVI) e do questionário geral (CVI-t).

Para a validação de face, foi realizado um teste piloto com 20 pessoas do público-alvo (Gabe e Jaime, 2019). Após cada seção, os participantes informaram se tiveram dificuldades para entender o que estava sendo perguntado e, ao final do questionário, responderam a uma entrevista cujas respostas embasaram as adaptações finais do questionário para torná-lo mais compreensivo para os respondentes.

Para a determinação da confiabilidade, 30 novos participantes do público-alvo responderam o questionário duas vezes (teste-reteste) em um intervalo de 10 dias. Estas respostas foram utilizadas para determinar a consistência interna através do cálculo do alfa de Cronbach (Streiner et al., 2010), e a repetibilidade através do teste de concordância de Kappa geral (variáveis categóricas nominais) ou Kappa com ponderação quadrática (variáveis categóricas ordinais), com 5% de significância (Kopcakova et al., 2020).

Por fim, realizou-se um teste piloto do instrumento validado, com 345 participantes do público alvo. Os dados coletados foram utilizados para dividir os participantes em tercias a partir de suas respostas sobre a frequência de consumo mensal dos alimentos salgados indicadores presentes no questionário (salgadinho de pacote; biscoito salgado; queijos mussarela; macarrão instantâneo; mortadela; presunto; salame; peito de peru; salsicha; bacon; linguiça; hambúrguer congelado; empanados de frango congelados tipo “Nuggets”; sopa em pó/copo). Após categorização dos participantes, utilizou-se o teste de chi-quadrado com nível de significância de 5% para averiguar se houveram diferenças significativas nas respostas das demais questões do questionário entre os três grupos de participantes.

RESULTADOS E DISCUSSÃO:

Na validação de conteúdo foram obtidos valores médios de CVI de 0,9250, 0,9375 e 0,9375 para representatividade, abrangência e opções de resposta, respectivamente, fazendo com que o CVI-t obtivesse um valor de 0,933, demonstrando a validade de seu conteúdo, visto que para novas medidas um valor recomendado de CVI é $\geq 0,8$ (Rubio et al., 2003). Os ajustes

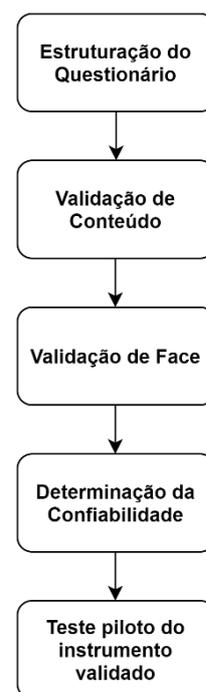


Figura 1 - Sequência das etapas realizadas

decorrentes das sugestões dos especialistas não alteraram substancialmente o conteúdo do questionário, mas permitiram que ele se tornasse mais claro e completo (Rubio et al., 2003), ampliando o potencial do instrumento para avaliar quais são os hábitos de consumo de alimentos processados salgados por adolescentes e jovens adultos e o estabelecimento de correlações com a percepção de intensidade de sabor salgado e características gerais da qualidade da alimentação dos mesmos e seu estado de saúde.

A partir das respostas obtidas durante a validação de face, observou-se que: (i) os participantes não tiveram dificuldades em responder o questionário e não se sentiram incomodados em respondê-lo, sendo que apenas 1 dos 20 participantes declarou que não responderia o questionário novamente; (ii) a lista de produtos questionados estava adequada e alterações não seriam necessárias considerando o baixo número de participantes que sugeriram as inclusões individuais; (iii) o tempo requerido para o público-alvo completar o questionário (~ 8 minutos) foi considerado adequado pelos participantes. As alterações decorrentes desta etapa foram: (i) explicitar, no enunciado da pergunta sobre a frequência de alimentação em diferentes locais/tipos de alimentação, que deveria ser considerada a alimentação referente aos últimos 30 dias e as respostas deveriam considerar a alimentação no local, para retirada ou delivery; (ii) a opção de resposta “nunca” foi substituída por “nunca/quase nunca” nas questões que demandavam frequência de consumo ou hábitos alimentares.

O valor de alfa de Cronbach do presente questionário foi de 0,8284, demonstrando uma boa consistência entre os itens, uma vez que valores acima de 0,7 são considerados satisfatórios (Streiner et al., 2010). Já com relação ao teste de Kappa, são considerados valores acima de 0,61 um indicativo de concordância substancial (Landis e Koch, 1997), portanto, os itens com Kappa < 0,61 (24,4%) foram avaliados individualmente para determinar se seriam mantidos ou retirados do questionário. Dessa forma, foram retirados: (i) a questão que tratava sobre a ocorrência do diagnóstico de algumas doenças para o participante e seus familiares; (ii) os itens “comida congelada” e “kibe congelado” da questão sobre a frequência de consumo dos alimentos salgados indicadores; (iii) o item “restaurante por quilo” da questão sobre a frequência de alimentação dos participantes em determinados locais.

Por fim, o questionário validado (Figura 2) submetido ao último teste piloto (n = 345) com separação dos consumidores em tercis em função da frequência de consumo dos alimentos indicadores mostrou uma correlação positiva entre o consumo elevado de alimentos salgados com: (i) pouca preocupação com a manutenção da própria saúde; (ii) maior frequência de uso de temperos prontos; (iii) menor constância de hábitos saudáveis (como leitura de rótulos de alimentos e controle de gorduras ingeridas); (iv) alta frequência de alimentação com/em comida congelada, *fast food* e padaria. Esses resultados demonstram uma possível correlação positiva entre o elevado consumo de alimentos salgados processados hiperpalatáveis com uma maior probabilidade de desencadeamento de doenças crônicas não transmissíveis.

Seções	Questão	Itens	Opções de respostas
i	1. Por favor, marque abaixo para quais doenças você está em tratamento ATUALMENTE (pode marcar mais que uma):	-	Pressão alta; Câncer; Doenças renais; Triglicerídeos alto; Diabetes; Colesterol alto; Obesidade; Doenças cardíacas; Não estou tratando doenças; Outros.
ii	1. Considerando sua rotina de alimentação no último mês (comendo no local, para retirada ou delivery), com que frequência você se alimentou com/em (para melhor visualizar as opções, leia com o celular na horizontal):	Refeições preparadas na própria casa; Comida pronta/semipronta ou congelada; Restaurante universitário; Padaria; Restaurante à la carte; Fast food (restaurantes que servem lanches, cachorros-quentes, salgadinhos, tortas, hambúrgueres)	Nunca/quase nunca; 1x ao mês; A cada 15 dias; Semanalmente; Diariamente.
	2. Caso exista outro local que você se alimente com frequência, por favor descreva abaixo qual é este local e a frequência.*	-	"Resposta livre"
iii	1. De forma geral, quando você come comida preparada por outras pessoas você costuma achar que a comida tem:	-	Pouco sal; Sal na concentração ideal; Muito sal.
	2. Na sua opinião, quanto sal você acha que consome diariamente?	-	Pouco sal; Sal na concentração ideal; Muito sal.
	3. Qual o limite máximo de sal estabelecido pelos órgãos de saúde como seguro para consumo diário?	-	2g; 5g; 8g; 10g; Não existe limite; Existe limite, mas não sei dizer quanto.
	4. Para cada pergunta abaixo, aponte a frequência com que você: (para melhor visualizar as opções, leia com o celular na horizontal)	Adiciona sal no prato de comida pronto?; Usa tempero pronto (tabletes ou pós) para preparar comida?; Controla a quantidade de sal ingerida?; Controla a quantidade de gordura ingerida?; Controla a quantidade de açúcar ingerida?; Controla o total de calorias ingeridas?; Lê informações nutricionais e ingredientes de produtos embalados.	Nunca/quase nunca; 1x ao mês; A cada 15 dias; Semanalmente; Diariamente.
iv	1. Indique a frequência de consumo desses alimentos: (para melhor visualizar as opções, leia com o celular na horizontal)	Salgadinho de pacote; Biscoito salgado; Queijos muçarela; Macarrão instantâneo; Mortadela; Presunto; Salame; Peito de Peru; Salsicha; Bacon; Linguça; Hambúrguer congelado; Empanados de frango congelados tipo "Nuggets"; Sopa em pó / copo.	Menos que 1x por mês; 1x por mês; 2x por mês; 1x por semana; +1x por semana.
v	1. Em geral, seus familiares, médicos e/ou nutricionistas consideram sua alimentação como saudável?	-	Sempre; Frequentemente/As vezes; Raramente; Nunca; Não sei dizer.
	2. Em geral, como você avalia a sua alimentação?	-	Muito saudável; Saudável; Regular; Pouco saudável; Muito pouco saudável.
	3. Em geral, como você avalia sua saúde?	-	Muito boa; Boa; Regular; Ruim; Muito ruim.
vi	1. Sexo:*	-	Masculino; Feminino.
	2. Idade (anos):	-	"Resposta livre"
	3. Escolaridade:	-	Não alfabetizado; Fundamental incompleto; Fundamental completo; Médio incompleto; Médio completo; Graduação incompleta; Graduação completa; Pós-graduação incompleta; Pós-graduação completa.
	4. Com quem mora (se necessário, marcar mais de uma opção):	-	Pais; Filhos; Companheiro(a); Irmãos; Amigos; Sozinho; Outros.
	5. Renda familiar:	-	Até R\$3.100,00; Entre R\$3.100,00 e R\$9.300,00; Maior que R\$9.300,00
	6. Endereço de e-mail:*	-	"Resposta livre"

*Não obrigatória

Figura 2 - Estrutura do questionário final

CONCLUSÕES:

O questionário adaptado sobre a percepção e consumo de alimentos salgados para ser aplicado de forma online e voltado ao público jovem (14 – 24 anos) foi validado com relação à clareza, adequação, suficiência tanto das perguntas quanto das opções de resposta, consistência interna e repetibilidade, em diferentes etapas que envolveram tanto especialistas quanto pessoas do público-alvo. Assim, o documento final está apto para aplicação. O teste piloto final trouxe apontamentos importantes em termos de consumo de alimentos salgados hiperpalatáveis e suas possíveis implicações à saúde em longo prazo através do desencadeamento de DCNT. No entanto, a aplicação do questionário em uma população maior e representativa é importante para verificar de forma mais concreta estes apontamentos.

BIBLIOGRAFIA

Fazzino, et al. (2019). **Obesity**. 27: 1761-1768.

Gabe e Jaime (2019). **Public Health Nutrition**. 22(5): 785-796.

Gomes, A. T. S. (2019). **Tese: Ambiente Alimentar de Varejo e Conhecimento, Práticas Alimentares e Consumo de Sódio**, Universidade de São Paulo, São Paulo.

Kopcakova J., et al. (2020). **International Journal of Environmental Research and Public Health**. 17(20): 7551.

Messias, et al. (2016). **Revista Adolescência e Saúde**. 13(4): 7-14.

Monteiro, et al. (2013). **Obesity Reviews**. 14(2): 21-28.

OMS (2020). **Obesity and Overweight**. Disponível em: <<https://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>>. Acesso em: 02 fev. 2021.

Rosa (2018). **Tese: Gosto Umami: Uma Alternativa Para a Redução de Sódio no Preparo das Refeições**, Universidade de São Paulo, São Paulo.

Rubio, D. M., et al. (2003). **Social Work Research**. 27(2): 94-104.

Streiner D. L., et al. (2010). **Health measurement scales: A practical guide to their development and use**. Oxford: Oxford University Press.