



**UNIVERSIDADE FEDERAL DA FRONTEIRA SUL – UFFS**  
**CAMPUS CERRO LARGO**  
**CURSO DE AGRONOMIA**

**GABRIELA CARVALHO CULAO**

**PERCEPÇÃO ACERCA DO CONSUMO DE PRODUTOS**  
**HORTIFRUTÍCOLAS PELOS ACADÊMICOS DA UFFS -**  
**CAMPUS CERRO LARGO**

**CERRO LARGO – RS**

**2016**

**GABRIELA CARVALHO CULAO**

**PERCEPÇÃO ACERCA DO CONSUMO DE PRODUTOS  
HORTIFRUTÍCOLAS PELOS ACADÊMICOS DA UFFS -  
*CAMPUS CERRO LARGO/RS***

Trabalho de conclusão de curso de  
graduação como requisito para  
obtenção de grau de Bacharel em  
Agronomia da Universidade Federal  
da Fronteira Sul.

Prof. Dr. Débora Leitzke Betemps

CERRO LARGO – RS

2016

**DGI/DGCI - Divisão de Gestão de Conhecimento e Inovação**

Culao, Gabriela Carvalho  
PERCEPÇÃO ACERCA DO CONSUMO DE PRODUTOS  
HORTIFRUTÍCOLAS PELOS ACADÊMICOS DA UFFS - CAMPUS CERRO  
LARGO/ Gabriela Carvalho Culao. -- 2016.  
31 f.

Orientador: Débora Leitzke Betemps.  
Trabalho de conclusão de curso (graduação) -  
Universidade Federal da Fronteira Sul, Curso de  
Agronomia , Cerro Largo, RS, 2016.

1. Consumo. 2. Hábitos Alimentares. 3. Universitários  
. I. Betemps, Débora Leitzke, orient. II. Universidade  
Federal da Fronteira Sul. III. Título.

GABRIELA CARVALHO CULAO

PERCEPÇÃO ACERCA DO CONSUMO DE PRODUTOS  
HORTIFRUTÍCOLAS PELOS ACADÊMICOS DA UFFS - CAMPUS CERRO  
LARGO

Trabalho de conclusão de curso de graduação apresentado como requisito para obtenção de grau de Bacharel em Agronomia com ênfase em Agroecologia da Universidade Federal Fronteira Sul.

Orientadora: Prof. Dr. Débora LeitzkeBetemps

Este trabalho de conclusão de curso foi defendido e aprovado pela banca em: 28 / 11 / 2016

BANCA EXAMINADORA

*Débora L. Betemps*

Prof. Dr. Débora LeitzkeBetemps

*Fernanda Sanes*

Prof. Dr. Fernanda Sanes

*Patrícia Dallastra*

Nutricionista Patrícia Dallastra

## RESUMO

A Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS) - *Campus Cerro Largo/RS* está inserida em um município de forte produção agrícola, com atuação principalmente na produção de grãos e leite, sendo os alunos desta instituição, filhos de produtores rurais e muitos deles provenientes de cidades vizinhas que deixam o convívio familiar para cursar o ensino superior, criando assim novos hábitos alimentares, diferentes dos que estavam acostumados no meio familiar. A proposta do presente projeto objetivou realizar um estudo com estudantes da UFFS- *Campus Cerro Largo* com vistas a investigação de como é a percepção do consumo de produtos hortifrutícolas pelos acadêmicos da referida instituição. De acordo com a Pesquisa Nacional de Saúde – PNS, o consumo recomendado de frutas, legumes e verduras, são considerados marcadores de padrão saudável e não saudável e muito utilizado em impulsionadores de campanhas e formulações de políticas públicas. Para atingir o objetivo foi realizado a aplicação de um questionário semi-estruturado com questões quanti-qualitativas, onde participaram deste estudo alunos regularmente matriculados no referido campus nos períodos 2016/02, maiores de 18 anos, de ambos os sexos e que voluntariamente manifestaram interesse em participar do estudo após os esclarecimentos. As abordagens ocorreram somente dentro do âmbito físico da universidade e a sua execução realizou-se após os trâmites no Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos (CEP/UFFS). A recomendação da OMS é de pelo menos, 400 g de frutas e legumes diariamente, o equivalente a cinco porções, o qual mostrou-se em apenas 2% (frutas) e 3% (hortaliças) dos participantes. Em média uma vez a cada semana deslocam-se ao comércio para comprar principalmente banana, maçã, laranja, alface, repolho e tomate, gerando um gastando em média de R\$ 12,12 reais. Portanto apesar de mostrarem-se preocupados com a saúde, e ter interesse na busca por mais conhecimentos sobre a ingestão de frutas e hortaliças é necessário motivá-los a consumir mais porções diariamente, devido ao consumo dos acadêmicos da UFFS – *Campus Cerro Largo/RS*, em relação às frutas e hortaliças, está abaixo da recomendação da OMS.

Palavras-chave: Ingestão de frutas e verduras. Acadêmicos. Comportamento Alimentar.

## ABSTRACT

The Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS) - *Campus* Cerro Largo/RS is inserted in a municipality with a strong agricultural production, operating mainly in the production of grains and milk, being students of this institution, sons of farmers and many of them come from neighboring towns who leave the family get-together to attend higher education, thus creating new eating habits, other than those that were used in the kind of familiar. The proposal of this project aimed to conduct a study with students from UFFS- *Campus* Cerro Largo with a view to investigating how the perception of the consumption of horticultural products by the scholars of that institution. According to the Pesquisa Nacional de Saúde – PNS, the recommended consumption of fruits and vegetables, are considered markers of healthy and unhealthy pattern and used in boosters of campaigns and public policy formulations. To achieve the goal was accomplished the implementation of a semi-structured questionnaire with quantitative and qualitative issues, participated in this study where students regularly enrolled in the campus during 2016/02, over 18 years, of both sexes and that voluntarily expressed interest in participating in the study after the clarification. The approaches took place only within the framework of the University and their execution took place after the procedure in the Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos (CEP/UFFS). The who recommendation is at least 400 g of fruit and vegetables daily, the equivalent of five servings, which showed up in only 2% and 3% (fruit) (vegetables). On average once a week logo travel trade to buy mainly banana, Apple, Orange, lettuce, cabbage and tomato, generating a spending on average of R\$ 12.12 reals. So although show health-conscious, and have interest in the quest for more knowledge about the intake of fruits and vegetables is necessary to motivate them to consume more servings daily, due to consumption of the scholars of UFFS- *Campus* Cerro Largo/RS in relation to fruits and vegetables, is below the who recommendation.

Keywords: dietary intake of fruits and vegetables. Academics. Feeding Behavior.

## LISTA DE TABELAS

Tabela 1 – Distribuição dos participantes de acordo com o número de porções da ingestão diária de frutas. Cerro Largo, 2016.....	17
Tabela 2 – Distribuição dos participantes de acordo com o número de porções da ingestão diária de hortaliças. Cerro Largo, 2016.....	18
Tabela 3 – Valores referentes à frequência de consumo de frutas e hortaliças/verduras durante a semana pelos acadêmicos da UFFS. Cerro Largo, 2016.....	19
Tabela 4- Relação das principais frutas consumidas por parte dos acadêmicos da UFFS- <i>Campus</i> Cerro Largo, 2016.....	20
Tabela 5- Relação das principais hortaliças consumidas por parte dos acadêmicos da UFFS- <i>Campus</i> Cerro Largo, 2016.....	21
Tabela 6- Procedência dos alimentos consumidos pelos acadêmicos da UFFS- <i>Campus</i> Cerro Largo, 2016.....	22
Tabela 7- Principais motivos relatados pelos estudantes que leva a ingestão de frutas e hortaliças. Cerro Largo, 2016.....	23
Tabela 8- Principais respostas citadas pelos acadêmicos ao ingerir frutas e hortaliças. Cerro Largo, 2016.....	24

## SUMÁRIO

1.INTRODUÇÃO .....	9
2.REVISÃO BIBLIOGRÁFICA .....	11
3.METODOLOGIA.....	15
4.RESULTADOS E DISCUSSÕES .....	16
5.CONSIDERAÇÕES FINAIS .....	25
6.REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	26
ANEXO I – Questionário .....	29

## 1. INTRODUÇÃO

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) são responsáveis por cerca de 60% do total de mortes relatadas no mundo e 46% da carga total de doenças que atinge a população mundial (OPAS, 2003; MUNIZ et al., 2013).

As DCNT atingem fortemente camadas pobres da população e grupos vulneráveis. Em 2007, a taxa de mortalidade por DCNT no Brasil foi de 540 óbitos por 100 mil habitantes (SCHMIDT, 2011). Apesar de elevada, observou-se redução de 20% nessa taxa na última década, principalmente em relação às doenças do aparelho circulatório e respiratórias crônicas. Entretanto, as taxas de mortalidade por diabetes e câncer aumentaram nesse mesmo período. A redução das DCNT pode ser em parte, atribuída à expansão da Atenção Básica, melhoria da assistência e redução do tabagismo nas últimas duas décadas, que passou de 34,8% (1989) para 15,1% (2010) (BRASIL, 2011).

Os principais fatores de risco para a saúde encontrados no Brasil podem ser atribuídos aos seguintes aspectos: os níveis de atividade física no lazer na população adulta são baixos (15%) e apenas 18,2% consomem cinco porções de frutas e hortaliças em cinco ou mais dias por semana. 34% consomem alimentos com elevado teor de gordura e 28% consomem refrigerantes, cinco ou mais dias por semana, o que contribui para o aumento da prevalência de excesso de peso e obesidade, que atingem 48% e 14% dos adultos, respectivamente (BRASIL, 2011).

Segundo Ramalho et al. (2012), o consumo de frutas e hortaliças é uma prioridade mundial para a melhoria da saúde da população, devido o efeito protetor para doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) e na manutenção do peso corporal.

Trabalhos realizados por Silva (2016) reforçam que a população brasileira não consome o que realmente deveria, pois se encontra com um consumo abaixo da recomendação da OMS, que é de pelo menos, 400 g de frutas e legumes diariamente, o equivalente a cinco porções. Vários estudos observados mostram que apenas uma pequena parte da população mundial não faz parte desta situação.

Com relação aos jovens a situação não difere, trabalhos publicados relatam a existência de alterações nos hábitos alimentares de estudantes quando ingressam em curso de ensino superior (RAMALHO et al., 2012). Alguns fatores são significativamente responsáveis por isso, principalmente porque passam por uma série de novas adaptações com a mudança de rotina, tendo que se habituar ao contexto universitário.

O estilo de vida, ao sofrer diversas influências, como as exercidas pelo convívio familiar, amigos, mídia e pressão social, frequentemente não proporcionam meios para o suprimento adequado das necessidades nutricionais, as quais estão aumentadas devido ao rápido crescimento e desenvolvimento ocorridos nesse período (NEUMARK-SZTAINER et al., 1999). Portanto trazendo sérias implicações no comportamento alimentar no decorrer da vida adulta.

Segundo o Ramalho et al. (2012), o consumo de frutas e hortaliças por estudantes universitários tem sido investigado no Brasil e em outros países. Os autores evidenciaram que somente uma minoria de acadêmicos alcançou a recomendação de consumir frutas e hortaliças em cinco ou mais dias da semana evidenciando a importância de trabalhos e pesquisas de levantamento neste assunto.

A Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS) - *Campus* Cerro Largo está inserido em um município de forte produção agrícola e seus alunos são filhos de produtores rurais e muitos deles migram de cidades vizinhas para cursar a vida acadêmica, criando assim novos hábitos alimentares, diferentes aos que estavam acostumados no meio familiar.

Diante a relevância do tema proposto e a constante preocupação com os hábitos alimentares dos jovens, o objetivo deste projeto foi analisar a percepção acerca do consumo de produtos hortifrutícolas pelos acadêmicos da UFFS - *Campus* Cerro Largo, RS.

## 2. REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

A segurança alimentar ganha destaque nos últimos anos devido a grande preocupação com a importância de uma alimentação bem equilibrada, com alto valor nutritivo para a manutenção da saúde. A alimentação cumpre um papel extremamente importante na promoção e manutenção da saúde (TEIXEIRA, 2013), portanto são necessárias estratégias visando o aumento da qualidade da alimentação da população.

Trabalhos que relatam à temática “consumo de frutas e verduras” são de extrema importância e ainda com informações pouco abordadas. A Pesquisa Nacional de Saúde - PNS investigou os hábitos de consumo alimentar através de indicadores marcadores de padrões saudáveis e não saudáveis. São considerados marcadores de padrão saudável de alimentação o consumo recomendado de frutas, legumes e verduras e o consumo regular de feijão (IBGE, 2013).

Segundo Melo (2009), frutas e hortaliças são alimentos importantes para uma dieta saudável, pois são fontes de microrganismos, fibras e de outros componentes com propriedades funcionais. As frutas e hortaliças têm baixa densidade energética, o que favorece a manutenção saudável do peso corporal.

O consumo recomendado de frutas e hortaliças foi investigado através da frequência semanal de consumo de verduras e legumes nas refeições e de frutas ou de sucos de frutas. A Organização Mundial da Saúde - OMS (World Health Organization - WHO) recomenda a ingestão diária de pelo menos 400 gramas, equivalente ao consumo de cinco porções diárias desses alimentos. No Brasil, o percentual de pessoas de 18 anos ou mais de idade que consumiam cinco porções diárias de frutas e hortaliças foi de 37,3%. Este percentual variou de 28,2%, na Região Nordeste, a 42,8% na Sudeste e 43,9% na Centro-Oeste. As mulheres (39,4%), em média, consumiam mais estes alimentos que os homens (34,8%). De uma forma geral, o consumo de frutas e hortaliças mostrava aumento com a idade e com o grau de escolaridade (IBGE,2013).

O Brasil é um país altamente produtivo quando se fala em frutas e hortaliças, porém o consumo por parte da população brasileira é baixo.

Segundo Silveira et al., (2011) a região Sul tem o maior consumo de frutas e hortaliças por pessoa em casa. Em 2008, foram em média 38,6 kg/pessoa nesta região, enquanto que a média do Brasil esteve em 27 kg/pessoa naquele ano. Nos últimos anos tornou-se uma prioridade de saúde pública em muitos países, estimular a população em aumentar o consumo de frutas e vegetais, para proteger o risco de obesidade, diabetes, doenças cardiovasculares e câncer (SILVA et al., 2016), já que várias estimativas mostram que muitas mortes podem ser evitada.

Em informações da vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico (VIGITEL, 2015), mostrou a baixa prevalência de consumo regular de frutas e hortaliças na população brasileira, onde ocorreram as maiores disparidades entre as capitais dos estados das regiões Norte e Nordeste em constante com as capitais de estados das regiões Sul e Sudeste.

Segundo Silva e Silva (2015) devido o consumo de frutas, legumes e verduras ser insuficiente, faz com que o risco de doenças encontra-se entre os dez principais fatores que causam milhões de mortes no mundo.

Conforme os dados da (OMS, 2003) o que acaba sendo mais preocupante ainda é que deverá aumentar ainda mais a carga global de doenças, podendo chegar a 57% até 2020.

Os estudantes se enquadram em uma categoria com características peculiares e preocupantes com relação aos seus hábitos alimentares. Os hábitos alimentares dos universitários são fortemente influenciados por fatores como o ingresso na universidade, pois para alguns a vida universitária implica em deixar a casa dos pais e passar a viver em moradias estudantis, devido à localização da instituição; a falta de tempo para realizar refeições completas por causa das atividades acadêmicas que influenciam na escolha dos alimentos, na substituição de refeições completas por lanches práticos e rápidos, com alto valor calórico; e o estabelecimento de novos comportamentos e relações sociais (MATTOS & MARTINS, 2000).

Investigações apresentam há existência de alterações nos hábitos alimentares de estudantes quando ingressam em curso de ensino superior, Ramalho et al. (2012) afirmam que alguns fatores são significativamente responsáveis por isso, principalmente porque passam por uma série de novas

adaptações com a mudança de rotina, tendo que se habituar ao contexto universitário.

Toral et al. (2006) avaliaram o comportamento alimentar e o estado nutricional de adolescentes de escolas de ensino técnico de São Paulo, quanto a seu consumo habitual de frutas e verduras. Os autores mostram que os participantes deste estudo não reconhecem suas práticas alimentares inadequadas, o que representa um obstáculo aos programas de educação nutricional, tendo em vista que esses indivíduos não estarão motivados a realizar alterações dietéticas. Tal constatação dos autores, associada ao baixo consumo de frutas e verduras, observadas na amostra estudada, possibilita a classificação dos adolescentes como um grupo de risco, que exige atenção especial para a promoção de hábitos alimentares saudáveis e garantia de qualidade de vida futura.

Com relação a alunos pertencentes ao ensino médio, autores como Muniz et al. (2013) observaram a prevalência no consumo de frutas, legumes e verduras entre os adolescentes da rede pública de ensino do município de Caruaru-PE e concluíram que está aquém das recomendações atuais. Estes dados corroboram com pesquisas realizadas com alunos de ensino médio em escolas privadas na região de Ijuí-RS no qual os autores ainda enfatizam a preocupante situação, pois se sabe que é nesta fase do ciclo da vida que se estabelecem e consolidam hábitos alimentares adequados (QUEIROZ et al., 2015).

Tanto o consumo excessivo quanto a ingestão insuficiente de alimentos podem causar danos para a saúde e podem levar os adolescentes a desenvolverem uma série de doenças na idade adulta. A preocupação com uma boa alimentação na adolescência é fundamental para garantir uma boa saúde da população (ZANCUL, 2008).

Os índices de doenças crônicas continuam aumentando, tornando-se assim cada vez mais preocupante, principalmente porque estão surgindo mais cedo. TORAL et al (2009), reforça que este quadro está relacionado à manifestação cada vez mais precoce de doenças crônicas entre os adolescentes, como a obesidade e o diabetes, o que envolve um grande impacto em saúde pública.

Uma melhor compreensão desses fatores pode melhorar os nossos esforços de intervenção para aumentar o consumo de frutas e vegetais (LESLIE, 2003). Estimulando o desenvolvimento de estratégias para o controle do problema nessa fase da vida. Conscientizando os adolescentes que esses valores só tendem a aumentar e que deve partir deles mesmo a iniciativa de mudar esse quadro em que se encontra.

Ainda segundo Silva e Silva (2015) apesar dessas evidências de que devemos consumir mais frutas, legumes e verduras ainda são insuficientes o aumento da compra, tanto em países desenvolvidos quanto em países em desenvolvimento, como o Brasil.

O comportamento alimentar de um indivíduo engloba tanto seus hábitos alimentares como também todas as práticas relacionadas à alimentação e ao gasto energético tais como seleção, aquisição, conservação e preparo da alimentação, local da refeição, conhecimento sobre nutrição e prática de exercícios físicos (RICCI E EVANGELISTA, 2014).

A descrição das práticas alimentares adotadas atualmente na adolescência tem correspondido a dietas ricas em gorduras, açúcares e sódio, com pequena participação de frutas e hortaliças (TORAL et al. 2009).

Ferreira et. al. (2014) Ressalta que o estudante, ao ser inserido em uma universidade, sofre influência de diversos fatores, como as novas relações sócias, o estresse do cotidiano universitário, a instabilidade psicossocial, modismos na dieta, omissão de refeições, consumo de *fast-foods*, álcool e cigarro, apresentando dificuldade em prover sua própria alimentação sem a orientação dos pais.

Ainda segundo Ricci e Evangelista (2014), os universitários, se deixam levar na escolha dos alimentos principalmente por ser de fácil preparo. Observa-se esse comportamento em 25,99% das respostas das universitárias e 16,55% dos universitários.

Portanto, preferem uma alimentação rápida e monótona, fazendo com que frequentem diariamente lanchonetes ou restaurantes, devido à comodidade, praticidade, curto período de tempo que possuem para a realização de sua própria comida ou a distância entre suas residências e a universidade.

Com essa mudança tornam-se responsáveis pela própria alimentação, mas essa situação acaba sendo uma das principais colaboradoras para o alto consumo de alimentos não saudáveis e, portanto baixando o relato de compra e consumo de frutas e hortaliças em várias pesquisas com universitários.

Torna-se assim necessário reavaliar as intervenções nutricionais normalmente realizadas com adolescentes. (TORAL, 2009), devido às inúmeras pesquisas relatar que é nessa fase, quando entram no ensino superior, o principal fator para está mudança da alimentação.

A horticultura é a disciplina científica que estuda as técnicas de produção econômica de plantas e abrange, dentre outras, as áreas da Fruticultura (frutas) e Olericultura (hortaliças) nos quais possuem excelente destaque na produção, por serem cadeias produtivas extremamente importantes para o consumo no que diz respeito à alimentação saudável. Estudos desta percepção de consumo e hábitos alimentares realizados por estudantes do curso da Agronomia são de grande relevância, pois poderão se relacionar com outras áreas de estudo e reforçar a valorização destes produtos, se porventura os resultados mostrar que o consumo está abaixo do recomendado por parte dos acadêmicos da UFFS - *Campus* Cerro Largo (RS).

Estimular o consumo desses alimentos é de fundamental importância para a saúde e para futuramente não sofrer com problemas de DCNT, sabendo que estes iram surgir mais tarde, no decorrer de suas vidas e conseqüentemente podem levar até mesmo a morte.

### **3. METODOLOGIA**

As atividades do presente trabalho desenvolveram-se dentro do espaço físico da Universidade Federal da Fronteira Sul- *Campus* Cerro Largo-RS, localizado na região noroeste do estado do Rio Grande do Sul – Brasil.

A UFFS - *Campus* Cerro Largo consta, no primeiro semestre do ano de 2016, com um número de 1.269 alunos regularmente matriculados e ativos nos diferentes cursos que este *Campus* oferece (Agronomia, Ciência Biológicas, Administração, Engenharia Ambiental, Química, Física e Letras Português e Espanhol), (comunicação pessoal- Secretaria Acadêmica de Cursos).

Participaram deste estudo alunos de todos os cursos, regularmente matriculados nos períodos 2016-02, maiores de 18 anos, de ambos os sexos e que voluntariamente manifestaram interesse em participar do estudo após os esclarecimentos.

O instrumento de avaliação utilizado como levantamento de dados foi a aplicação de um questionário semi-estruturado com questões quanti-qualitativas, utilizando metodologia adaptada de Feitosa et al. (2010) (Anexo 01).

O trabalho submeteu-se à avaliação do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade Federal da Fronteira Sul. Posteriormente a pesquisa realizou-se em dois locais da instituição, sendo eles: em sala de aula, em períodos agendados com os professores e no saguão do *Campus* Universitário, perfazendo os três turnos de funcionamento da Universidade.

Os dados foram organizados e tabulados em planilhas, onde realizou-se a análise dos dados utilizando testes de distribuição de frequência e médias, além de uma análise descritiva das questões pertinentes.

#### **4. RESULTADOS E DISCUSSÕES**

A pesquisa englobou 405 estudantes, destes 132 do curso de Agronomia, 35 de Administração, 48 da Engenharia Ambiental, 49 de Química, 22 de Física, 97 de Ciências Biológicas e de Letras Português e Espanhol 22 alunos.

A diferença no número de estudantes sucedeu-se devido à facilidade de encontrar os alunos em diversos períodos no saguão do *Campus*, o tamanho das turmas dos diferentes cursos e a facilidade no agendamento para a realização do questionário.

Os dados coletados através do fornecimento das informações e opiniões sobre o consumo e compra de frutas e verduras mostrou a importância de mais formas de incentivo para aumentar os valores dos resultados obtidos com a realização do trabalho, devido apresentar um baixo consumo destes alimentos por parte dos estudantes.

Referente ao gênero feminino dos acadêmicos, o trabalho apresentou o percentual de 60% dos participantes da pesquisa (240 estudantes), do gênero masculino (164 estudantes), sendo que um dos participantes não assinalou está questão do questionário.

O trabalho apresentou acadêmicos com idades entre 18 a 52 anos, onde foi observada, através dos cálculos, uma média de 21,81 anos, os quais encontram-se distribuídos do segundo ao decimo semestre, com média de 5,02 semestres.

A maioria dos acadêmicos da Universidade não reside em Cerro Largo, são em muitos casos de municípios vizinhos, onde mostrou que 163 alunos relataram que moram com os pais ou familiares e cerca de 240 estudantes afirmaram não morar.

Os referentes à ingestão de porções de frutas ao dia podem ser observados na Tabela 1, onde é possível perceber que a maioria dos entrevistados, consome uma porção diária perfazendo 52% dos estudantes, apenas 1% consomem a recomendação da OMS, que é de pelo menos, 400 g de frutas e legumes diariamente, o equivalente a cinco porções. Apresentando, portanto uma média de porções ingeridas ao dia de 1,41.

Tabela 1 – Distribuição dos participantes de acordo com o número de porções da ingestão diária de frutas. Cerro Largo, 2016.

<b>Porções ao dia</b>	<b>Número de participantes</b>	<b>Porcentagem (%)</b>
Nenhuma porção	50	12
1 porção	212	52
2 porções	96	24
3 porções	34	8
4 porções	5	1
5 porções ou mais	6	2
Total	403	99

Fonte: o autor

Dados semelhantes foram observados em relação ao número de porções de hortaliças ingeridas ao dia. De acordo com o exposto na Tabela 2 em apenas 3% dos entrevistados tem-se o consumo recomendado de cinco

porções diariamente ou mais, enquanto 44% consome apenas uma porção diariamente.

Tabela 2 – Distribuição dos participantes de acordo com o número de porções da ingestão diária de hortaliças. Cerro Largo, 2016.

<b>Porções ao dia</b>	<b>Número de participantes</b>	<b>Porcentagem (%)</b>
Nenhuma porção	28	7
1 porção	180	44
2 porções	143	35
3 porções	31	8
4 porções	7	2
5 porções ou mais	11	3
Total	400	99

Fonte: o autor.

Relacionando os dados obtidos no trabalho com os resultados de outros autores, o baixo consumo de frutas e hortaliças é semelhante ao encontrado neste estudo. É o que apresenta Toral (2009), onde apenas 12,4% e 10,3% consumiam frutas e verduras, respectivamente, conforme o recomendado pela Pirâmide Alimentar, apresentando um baixo consumo e classificando os adolescentes como grupo de risco, exigindo, portanto uma atenção especial para a promoção de hábitos alimentares saudáveis e garantia de qualidade de vida.

As questões referentes às frequências de consumo de frutas e hortaliças durante a semana obtiveram percentuais mais altos, onde pouco mais da metade dos entrevistados, 55% relataram que consomem duas a três vezes frutas durante a semana. (Tabela 3). Em relação ao consumo de hortaliças, o valor encontrado foi de 46% em todos os dias da semana (Tabela 03), mesmo com esse percentual, à frequência de consumo desses alimentos é considerado abaixo do recomendado pela OMS.

Tabela 3 – Valores referentes à frequência de consumo de frutas e hortaliças/verduras durante a semana pelos acadêmicos da UFFS. Cerro Largo, 2016.

<b>Frequências de consumo</b>	<b>Número de participantes</b>	<b>Porcentagem (%)</b>
Frutas		
Nenhum dia	9	2
Todos os dias	75	19
2 a 3 vezes	223	55
4 a 5 vezes	96	24
Total	403	100
Hortaliças/Verduras		
Nenhum dia	8	2
Todos os dias	188	46
2 a 3 vezes	82	20
4 a 5 vezes	121	30
Total	399	98

Fonte: o autor.

Uma ampla diversidade de respostas foi observada nas perguntas abertas que compuseram o questionário, com relação às preferências de consumo de frutas e hortaliças e sobre os parâmetros físicos observados ao ingerir esses alimentos. Dentre as frutas citadas pelos acadêmicos, mostrou-se 30 variedades, onde os mais consumidos pelos acadêmicos foram, banana, maçã e laranja, e as menos consumidas é a Fruta do Conde, Coco e a Graviola (Tabela 4).

Dependendo de cada região, as frutas podem ser conhecidas por diferentes nomes populares, alguns participantes relataram o consumo de araticum (*Annona montana*), fruta-do-conde (*Annona squamosa*) e graviola (*Annona muricata*), nomes usados na região de estudo.

Tabela 4- Relação das principais frutas consumidas por parte dos acadêmicos da UFFS- *Campus* Cerro Largo, 2016.

<b>Frutas</b>	<b>Número de participantes</b>
Abacate	17
Abacaxi	67
Acerola	3
Ameixa	24
Amora	2
Araticum	2
Banana	261
Bergamota	90
Caqui	7
Coco	1
Fruta-do-Condé	1
Goiaba	3
Graviola	1
Jabuticaba	6
Kiwi	17
Laranja	240
Lima	5
Limão	3
Maça	249
Mamão	60
Manga	21
Maracujá	4
Melancia	86
Melão	27
Morango	114
Pera	8
Pêssego	33
Pitanga	2
Uva	30

Fonte: o autor.

Em relação às principais hortaliças preferidas pelos acadêmicos, 36 do total de participantes não responderam este questionamento, pois não

consomem hortaliças. As variedades mais observadas no questionário são a Alface, o repolho e o tomate, enquanto as menos preferidas foi o almeirão, berinjela e a vagem (Tabela 5).

Tabela 5- Relação das principais hortaliças consumidas por parte dos acadêmicos da UFFS- *Campus Cerro Largo*, 2016.

<b>Hortaliças</b>	<b>Número de participantes</b>
Acelga	6
Alface	313
Almeirão	1
Agrião	18
Berinjela	1
Beterraba	47
Brócolis	59
Cebola	18
Cenoura	95
Chuchu	6
Couve	24
Couve-chinesa	6
Couve-flor	47
Espinafre	2
Pepino	39
Pimentão	9
Rabanete	6
Radite	3
Repolho	209
Rúcula	88
Tomate	109
Vagem	1

Fonte: o autor.

As frutas e hortaliças preferidas pelos acadêmicos que responderam o questionário corroboram com as questões relatadas por Perosa (2009), quanto

à oferta durante todo o ano, preços acessíveis, praticidade para o consumo individual e facilidade de acesso, são razões que podem ser apontadas para esse consumo.

Cebolinha, salsa e alecrim são plantas condimentares, também chamadas de “especiarias” ou “temperos” (PEREIRA & SANTOS, 2013), mas ocorreram casos de acadêmicos citarem nos questionários esses alimentos como hortaliças preferidas para o consumo. Mostrando, portanto pouco conhecimento na diferenciação dessas plantas por parte dos acadêmicos.

Conforme Mattos e Martins (2000) o consumo de frutas referido pela população entrevistada, foram laranja e banana, em relação às hortaliças, alface e tomate, e entre os legumes e verduras mostraram-se o chuchu, a cenoura e a couve. Conclui-se que o estudo apresentou em parte os mesmo alimentos mais consumidos citados pelos acadêmicos da UFFS – *Campus Cerro Largo/RS*, sendo, portanto (laranja, banana, alface, tomate e cenoura).

Com relação à procedência dos alimentos que os acadêmicos da UFFS consomem, estes são principalmente advindos do comércio local, seguido pela busca em casa (pais ou responsáveis) e 39 alunos responderam que esses alimentos são ingeridos conforme a disponibilidade ou oferta do Restaurante Universitário. (Tabela 6).

Tabela 6- Procedência dos alimentos consumidos pelos acadêmicos da UFFS- *Campus Cerro Largo*, 2016.

<b>Procedências</b>	<b>Número de participantes</b>
Compra	258
Busca em casa	200
Disponíveis no RU	39
Outros	3
Total	500

Fonte: o autor.

No caso da compra, foi indagado em relação ao número de vezes por semana que se deslocam a um comércio para fazer a compra em relação a estes gêneros alimentícios e foi observado uma média de 1,10 vezes, logo

infere-se que cerca de uma vez por semana os acadêmicos ou pais/familiares vão ao comércio para comprar frutas e hortaliças.

Com relação ao gasto médio por semana, a média foi de R\$ 12,12 reais por semana. Esse valor referenciou-se, devido muitos acadêmicos relatar na entrega do questionário, que são os pais ou familiares que compraram esses alimentos e, portanto não saberiam exatamente o gasto por semana, informando um valor fictício ou zero.

Na Tabela 7 são expostos quais os motivos leva-os ingerir frutas e hortaliças. A principal resposta obtida nos questionários avaliados é em relação à preocupação com a saúde, com 228 respostas e 247 afirmam que consomem por hábito, por serem saborosas ou não pensam neste assunto.

Tabela 7- Principais motivos relatados pelos estudantes que leva a ingestão de frutas e hortaliças. Cerro Largo, 2016.

<b>Motivo</b>	<b>Número de participantes</b>
Saúde	228
Saborosas	149
Habito	98
Não penso, apenas consumo	31
Total	506

Fonte: o autor

Uma alimentação saudável, rica em frutas e hortaliças, pode trazer benefícios à saúde, sendo, portanto um dos fatores que mais influencia na escolha e compra desses alimentos (TEIXEIRA2013), motivo pelo qual foi o responsável por ser o principal citado por parte dos estudantes que responderam o questionário.

No caso do hábito de consumo, quando perguntado se este foi adquirido com os pais e familiares, cerca de 90% dos participantes responderam que sim. Sobre a ingestão de frutas e verduras, se gostariam de ingerir mais ou não, 87% dos acadêmicos responderam que sim, gostariam de consumir mais frutas e hortaliças.

Dentre os parâmetros físicos, o principal observado ao comer frutas e hortaliças por parte dos entrevistados é a aparência (276 dos participantes), seguido pelo atributo cor (183 participantes), e o odor com 117 respostas. Neste questionamento foram citadas diversas respostas, as quais estão sendo representadas na Tabela 8.

Tabela 8- Principais respostas citadas pelos acadêmicos ao ingerir frutas e hortaliças. Cerro Largo, 2016.

<b>Parâmetros</b>	<b>Número de participantes</b>
Aparência	276
Cor	183
Odor	117
Sabor	20
Maduras	14
Textura	9
Consistência	8
Higiene	6
Fresca	5
Machucadas	5
Sem manchas	5
Sadias	4
Nenhum	2
Total	654

Fonte: o autor.

Os participantes relataram que preferem comprar frutas e hortaliças oriundas de sistema orgânico, fato relatado no questionário por 56% dos acadêmicos, 14 pessoas não souberam responder.

As pessoas consomem certos alimentos, mas não sabem quais são os benefícios que podem trazer ou não para a saúde. Com relação à busca por informações sobre os benefícios que cada um desses alimentos pode proporcionar a saúde, observa-se que há poucos acadêmicos preocupados, pois apenas 54% afirmaram fazer isso, entorno de 218. E em relação à busca

por mais conhecimento sobre a ingestão de frutas e verduras, 78% participantes (317 estudantes) afirmam que há interesse.

Portanto devido o baixo consumo de frutas e hortaliças/verduras por parte dos acadêmicos da UFFS torna-se necessário incentivar o aumento da ingestão desses alimentos. Conforme Toral (2009) motivá-los exigirá grande dedicação, os quais deverão focalizar em programas de educação nutricional no fornecimento de informações básicas sobre hábitos alimentares adequados, aumentando o conhecimento sobre seus benefícios e destacando sua relevância para a saúde.

## **5. CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Analisando o consumo e a compra dos acadêmicos da UFFS – *Campus Cerro Largo/RS*, em relação às frutas e hortaliças, obteve-se a percepção de um baixo consumo destes alimentos hortifrutícolas. No qual a ingestão conforme a recomendação da OMS de pelo menos, 400 g de frutas e legumes diariamente, equivalentes a cinco porções, mostrou-se em apenas 2% (frutas) e 3% (hortaliças) dos participantes.

Parte dos acadêmicos ingerem esses alimentos a partir da compra, onde em média uma vez ao longo da semana deslocam-se ou os familiares ao comércio para comprar principalmente banana, maçã, laranja, alface, repolho e tomate, gerando um gastando em média de R\$ 12,12 reais.

Portanto apesar dos acadêmicos mostrarem-se preocupados com a saúde, e ter interesse na busca por mais conhecimentos sobre a ingestão de frutas e hortaliças é necessário motivá-los a consumir mais porções diariamente.

## 6. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Análise de Situação de Saúde. **Plano de ações estratégicas para o enfrentamento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) no Brasil 2011-2022** / Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Análise de Situação de Saúde. – Brasília: Ministério da Saúde, 2011. 160 p.: il. – (Série B. Textos Básicos de Saúde), Disponível em: <[http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/plano\\_acoes\\_enfrent\\_dcnt\\_2011.pdf](http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/plano_acoes_enfrent_dcnt_2011.pdf)>. Acesso em: 25/04/2016

FEITOSA et al., 2010. HÁBITOS ALIMENTARES DE ESTUDANTES DE UMA UNIVERSIDADE PÚBLICA NO NORDESTE, BRASIL. **Alim. Nutr**, Araraquara, v. 21, n. 2, p. 225-230, abr./jun. 2010. Disponível em: <[http://disciplinas.stoa.usp.br/pluginfile.php/52539/mod\\_resource/content/1/H%C3%A1bitos%20alimentares%20de%20universit%C3%A1rios.pdf](http://disciplinas.stoa.usp.br/pluginfile.php/52539/mod_resource/content/1/H%C3%A1bitos%20alimentares%20de%20universit%C3%A1rios.pdf)>. Acesso em: 22/05/2016

FERREIRA, K. M.; OLIVEIRA, D. S. D.; REGGIOLLI, M. R. QUALIDADE DOS ALIMENTOS CONSUMIDOS POR UNIVERSITÁRIOS DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR DE MOGI GUAÇU/SP. **Interciência & Sociedade** – Vol. 3, N. 2, 2014. Disponível em: <[http://fmpfm.edu.br/intercienciaesociedade/colecao/online/v3\\_n2/9\\_qualidade.pdf](http://fmpfm.edu.br/intercienciaesociedade/colecao/online/v3_n2/9_qualidade.pdf)> Acesso em: 26/04/2016

IBGE- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - **Pesquisa nacional de saúde: 2013: percepção do estado de saúde, estilos de vida e doenças crônicas**: Brasil, grandes regiões e unidades da federação. Disponível em: <<http://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv91110.pdf>>. Acesso em: 26/04/2016

LESLIE A. LYTLE, PHD, RD et al. Predicting Adolescents' Intake of Fruits and Vegetables. **Journal of Nutrition Education and Behavior**. Volume 35, Number 4, 2003. Disponível em: <[https://www.researchgate.net/publication/10662272\\_Predicting\\_Adolescents'\\_Intake\\_of\\_Fruits\\_and\\_Vegetables](https://www.researchgate.net/publication/10662272_Predicting_Adolescents'_Intake_of_Fruits_and_Vegetables)>. Acesso em: 15/04/2016

MATTOS, L. L.; MARTINS, I. S. Consumo de fibras alimentares em população adulta. **Rev. Saúde Pública**, São Paulo, v. 34, p. 50-55, 2000. Disponível em: <<http://www.revistas.usp.br/rsp/article/viewFile/24980/26808>>. Acesso em: 26/04/2016.

MELO, L.H., **Importância das frutas e hortaliças na promoção da saúde**. [S.l.:s.n.], 2009. Disponível em: <<http://www.artigonal.com/print/1551323>>. Acesso em: 04/04/2016.

MUNIZ, Ludmila Correa et al. Prevalência e fatores associados ao consumo de frutas, legumes e verduras entre adolescentes de escolas públicas de Caruaru, PE. **Ciênc. saúde coletiva**. 2013, vol.18, n.2, pp. 393-404; Disponível em: <<http://www.scielo.org/pdf/csc/v18n2/11.pdf>>. Acesso em: 25/04/2016

NEUMARK-SZTAINER. D, Story M, Perry C, Casey MA. Factors influencing food choices of adolescents: findings from focus-groups discussions with adolescents. **J Am Diet Assoc.** 1999; 99(8): 929-34, 7. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rn/v19n3/30138.pdf>>. Acesso em: 26/04/2016

OMS. Cuidados inovadores para condições crônicas: componentes estruturais de ação: relatório mundial / **Organização Mundial da Saúde** – Brasília, 2003. Disponível em: <[http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/42500/2/WHO\\_NMC\\_CCH\\_02.01\\_por.pdf](http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/42500/2/WHO_NMC_CCH_02.01_por.pdf)>. Acesso em: 12/04/2016

OPAS, Organização Pan-Americana da Saúde. **Doenças crônico degenerativas e obesidade:** Estratégia mundial sobre alimentação saudável, atividade física e saúde. Brasília: OPAS; 2003. Disponível em: <<http://www.scielosp.org/pdf/csc/v18n2/11.pdf>>. Acesso em: 25/04/2016

PEREIRA, R. D. C. A.; SANTOS, O. G. D. **Plantas Condimentares: Cultivo e Utilização.** Embrapa. Agroindústria Tropical Fortaleza, CE 2013. Disponível em: <<http://ainfo.cnptia.embrapa.br/digital/bitstream/item/98577/1/DOC13004.pdf>>. Acesso em: 31/10/2016

QUEIROZ, et al., 2015. **CONSUMO ALIMENTAR E PERCEPÇÃO DE IMAGEM CORPORAL ENTRE ADOLESCENTES DE ESCOLA PRIVADA.** Relatório técnico-científico. XXIII Seminário de Iniciação Científica, UNIJU, Ijuí, 2015. Disponível em: <<https://www.revistas.unijui.edu.br/index.php/salaoconhecimento/article/viewFile/5414/4590>>. Acesso em: 26/04/2016

RAMALHO A. A. et al. Consumo regular de frutas e hortaliças por estudantes universitários em Rio Branco, Acre, Brasil: prevalência e fatores associados. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, 28(7):1405-1413, jul, 2012. Disponível em: <<http://www.scielosp.org/pdf/csp/v28n7/18.pdf>>. Acesso em: 19/04/2016

RICCI, C. D.; EVANGELISTA, C. COMPORTAMENTO ALIMENTAR DE ESTUDANTES DE MEDICINA DE UMA FACULDADE PRIVADA DO INTERIOR DE SÃO PAULO. **CONIC-SEMEST**, 14º Congresso Nacional de Iniciação Científica. 2014. Disponível em: <<http://conic-semesp.org.br/anais/files/2014/trabalho-1000017301.pdf>> Acesso em: 26/04/2016

SCHMIDT, M. I.; DUNCAN, B. B.; SILVA, G. A.; MENEZES, A. M.; MONTEIRO, C. A.; BARRETO, S. M.; CHOR, D.; MENEZES, P. R. Health in 145 Brazil 4. Chronic non-communicable diseases in Brazil: burden and current challenges. *The Lancet*, 2011, n. 377. Disponível em: <[http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/plano\\_acoes\\_enfrent\\_dcnt\\_2011.pdf](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/plano_acoes_enfrent_dcnt_2011.pdf)>. Acesso em: 25/04/2016

SILVA, D. A. S.; SILVA, R. J. D. S. Associação entre prática de atividade física com consumo de frutas, verduras e legumes em adolescentes do Nordeste do

Brasil. **Revista Paulista de Pediatria**, Elsevier, 2015. Disponível em: <[http://www.scielo.br/pdf/rpp/v33n2/pt\\_0103-0582-rpp-33-02-00167.pdf](http://www.scielo.br/pdf/rpp/v33n2/pt_0103-0582-rpp-33-02-00167.pdf)>. Acesso em: 15/04/2016

SILVA, F. M. de A. et al. Consumption of fruits and vegetables associated with other risk behaviors among adolescents in Northeast Brazil. **Revista Paulista de Pediatria**, Elsevier, 2016. Disponível em: <<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2359348215000937>>. Acesso em: 15/04/2016.

SILVEIRA, J., et al. **Quem é o consumidor brasileiro de frutas e hortaliças?**. Hortifruti Brasil, São Paulo, 2011. Disponível em: <[http://www.cepea.esalq.usp.br/hfbrasil/edicoes/103/mat\\_capa.pdf](http://www.cepea.esalq.usp.br/hfbrasil/edicoes/103/mat_capa.pdf)>. Acesso em: 05/04/2016.

TEIXEIRA, B. D. A. **Caracterização dos fatores de escolha e compra de Frutas e Hortaliças pela população adulta do Distrito Federal**. UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA. DEPARTAMENTO DE NUTRIÇÃO. PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO HUMANA. BRASÍLIA, 2013. Disponível em: <[http://repositorio.unb.br/bitstream/10482/14659/1/2013\\_BarbaraDeAlencarTeixeira.pdf](http://repositorio.unb.br/bitstream/10482/14659/1/2013_BarbaraDeAlencarTeixeira.pdf)>. Acesso em: 26/04/2016

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. **Cad. Saúde Pública**. vol.25 N.11, Rio de Janeiro, Nov. 2009. Disponível em: <<http://www.scielo.org/pdf/csp/v25n11/09.pdf>>. Acesso em: 25/04/2016

TORAL, N.; SLATER, B.; CINTRA, I. D. P.; FISBER, M. Comportamento alimentar de adolescentes em relação ao consumo de frutas e verduras **Rev. Nutr., Campinas**, 19(3):331-340, maio/jun., 2006. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rn/v19n3/30138.pdf>>. Acesso em: 26/04/2016

VIGITEL. Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico. **Ministério da Saúde**, Brasília, DF, 2015. Disponível em: <[http://www.ans.gov.br/images/stories/Materiais\\_para\\_pesquisa/Materiais\\_por\\_assunto/2015\\_vigitel.pdf](http://www.ans.gov.br/images/stories/Materiais_para_pesquisa/Materiais_por_assunto/2015_vigitel.pdf)>. Acesso em: 12/04/2016

ZANCUL, M. D. S. **Orientação nutricional e alimentar dentro da escola: Formação de conceitos e mudanças de comportamento**. UNESP – UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA. FACULDADE DE CIÊNCIAS FARMACÊUTICAS, Araraquara, 2008. Disponível em: <[http://www2.fcfar.unesp.br/Home/Pos-graduacao/AlimentoseNutricao/mariana\\_zancul-completo.pdf](http://www2.fcfar.unesp.br/Home/Pos-graduacao/AlimentoseNutricao/mariana_zancul-completo.pdf)>. Acesso em: 26/04/2016

## ANEXO I – Questionário

**Questionário destinado aos estudantes da Universidade Federal da Fronteira Sul – Campus Cerro Largo- RS sobre a percepção do consumo de frutas e verduras.**

- 1) Idade: \_\_\_\_\_ 2) Sexo: ( ) F ( ) M 3) Curso matriculado: \_\_\_\_\_
- 4) Tempo de Vida Acadêmica: \_\_\_\_\_ 5) Reside com os Familiares: ( ) Sim ( ) Não
- 6) Quantas porções de frutas ingere ao dia (nº)? \_\_\_\_\_
- 7) Qual a frequência de consumo de frutas durante a semana:  
 ( ) todos os dias ( ) duas a três vezes ( ) quatro a cinco vezes
- 8) Quantas porções de hortaliças ingere ao dia (nº)? \_\_\_\_\_
- 9) Qual a frequência de consumo de hortaliças durante a semana:  
 ( ) todos os dias ( ) duas a três vezes ( ) quatro a cinco vezes
- 10) Quais seriam as frutas mais preferidas de consumo (citar): \_\_\_\_\_
- 11) Quais as hortaliças mais preferidas (citar):  
 \_\_\_\_\_
- 12) Qual a procedência das frutas e verduras que consomes: ( ) compra ( ) busca em casa, ( ) outros (qual) \_\_\_\_\_
- 13) Quantas vezes por semana te deslocas a um comércio para comprar frutas (nº)? \_\_\_\_\_
- 14) Qual gasto médio (em R\$) por semana com a compra de frutas e hortaliças (nº)? \_\_\_\_\_
- 15) Qual o motivo que te leva a ingerir frutas e hortaliças:  
 ( ) por quê faz bem à saúde ( ) porquê são saborosas ( ) é um hábito ( ) não penso, apenas consumo
- 16) Comer estes alimentos é um hábito adquirido com os pais ou familiares? \_\_\_\_\_
- 17) Gostaria de comer frutas e verduras mais vezes: ( ) sim ( ) não
- 18) Quais os parâmetros físicos (cor, odor, aparência) que mais observas ao comer frutas e hortaliças? \_\_\_\_\_
- 19) Na compra, há preferência por produtos oriundos de sistema orgânico:  
 ( ) sim ( ) não
- 20) Procuras informações sobre os benefícios que cada alimento ( no caso frutas e hortaliças) proporcionam à saúde: ( ) sim ( ) não

21) Tem interesse em buscar mais conhecimento sobre este assunto –  
Ingestão de frutas e verduras: ( ) sim ( ) não

### TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Prezado(a) Senhor(a):

Gostaríamos de convidá-lo (a) a participar da pesquisa “**Percepção acerca do consumo de produtos hortifrutícolas pelos acadêmicos da UFFS - Campus Cerro Largo.**”.

O objetivo da pesquisa é analisar a percepção acerca do consumo de produtos hortifrutícolas pelos acadêmicos da UFFS - *Campus Cerro Largo*, RS.

A sua participação é muito importante e consistirá em responder as perguntas realizadas sob a forma de um questionário. Gostaríamos de esclarecer que sua participação é totalmente voluntária, podendo: recusar-se a participar, ou mesmo desistir a qualquer momento sem que isto acarrete qualquer ônus ou prejuízo à sua pessoa.

Informamos ainda que as informações serão utilizadas somente para os fins desta pesquisa e serão tratadas com o mais absoluto sigilo e confidencialidade, de modo a preservar a sua identidade. Os dados da pesquisa serão usados estritamente pelos pesquisadores, para contribuir com esta pesquisa.

Destacamos que sua participação não acarretará nenhum prejuízo ou dano pelo fato de colaborar, assim como não terá nenhum ganho ou benefício direto. Informamos que o(a) senhor(a) não pagará nem será remunerado por sua participação.

Os riscos da aplicação deste questionário são possíveis constrangimentos que poderão surgir ao senhor (a) no momento de respondê-lo sendo o seu preenchimento suspenso automaticamente. Além disto os agentes que realizarão a aplicação dos questionários foram treinados e orientados para tratar apenas do tema exposto no questionário.

Caso você tenha dúvidas sobre o comportamento dos pesquisadores ou sobre as mudanças ocorridas na pesquisa que não constam no TCLE, e caso se considera prejudicado (a) em sua dignidade e autonomia, você poderá entrar em contato com a pesquisadora Débora Leitzke Betemps pelo telefone

(55) 3359-3950, ou consultar o Comitê de Ética em Pesquisa da UFFS, no endereço Rua General Osório, 413D Cep 89802-210, Caixa Postal 181, Bairro Jardim Itália/Chapecó/SC ou no telefone (49) 2049-3114.

Dessa forma, se você concorda em participar da pesquisa como consta nas explicações e orientações acima, solicitamos sua assinatura de autorização neste termo, que será também assinado pelo pesquisador responsável em duas vias, sendo que uma ficará com você e outra com a pesquisadora.

Cerro Largo, RS, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2016.

Nome do (a) participante \_\_\_\_\_

Assinatura do (a) participante \_\_\_\_\_

Nome do (a) pesquisador (a) \_\_\_\_\_

Assinatura do (a) pesquisador (a) \_\_\_\_\_

UFFS - Bloco A, Rua Jacob Reinaldo Haupenthal, 1580 – Cerro Largo/RS,  
CEP: 97.900-000