

# LEVANTAMENTO DOS CONHECIMENTOS EN NUTRIÇÃO E DAS PRATICAS ALIMENTARES POR PESSOAS RESPONSÁVEIS PELA ALIMENTAÇÃO DE GRUPOS FAMILIARES

*Avany Corrêa Santos<sup>1</sup> e Jocelem Mastrodi Salgado<sup>1</sup>*

Escola Superior de Agricultura "Luiz de Queiroz",  
Universidade de São Paulo, Piracicaba, Estado de São Paulo, Brasil

## RESUMO

O presente trabalho foi realizado na cidade de Rio das Pedras, estado de São Paulo em uma amostragem que compreendeu 115 donas de casa ou pessoa responsável pela alimentação de grupos familiares. Teve por objetivo, verificar o conhecimento que a dona de casa tem sobre nutrição, relacionando-o com as variáveis socioeconômicas tais como: grau de instrução e idade da dona de casa, ocupação do chefe da família, renda e o número de pessoas na casa.

O consumo alimentar relativo às 24 horas anteriores ao dia do inquérito alimentar, foi avaliado segundo os pontos dados a itens alimentares, resultando numa escala de adequação. Essa escala teve 3 níveis: bom, regular e ruim. Cerca de 13% da amostra se situou no nível ruim, 81,7% no nível regular e 5,3% no nível bom. Quando esta escala de adequação foi comparado com certos itens relativos ao conhecimento de nutrição por parte da dona de casa,

---

Manuscrito modificado recebido: 9-4-81.

1 Professores Assistentes Doutores do Departamento de Tecnologia Rural, Area de Nutrição Humana, Escola Superior de Agricultura "Luiz de Queiroz", Caixa Postal 9, Piracicaba, C.E.P. 13.400, Estado de São Paulo, Brasil.

como, o que seria o significado de uma refeição balanceada, verificou-se que 87.8% da amostra não soube como defini-la. Quanto ao conhecimento sobre substituição de alimentos, cerca de 47.8% indicaram 3 ou mais substituições corretas. Segundo as respostas obtidas relativas às razões de incluir grupos de alimentos básicos nas refeições da família, praticamente 100% da amostra não soube especificar razões válidas nutricionalmente.

Dos fatores socioeconômicos estudados, o número de pessoas na casa foi o mais significativamente relacionado com a adequação da dieta. O nível de educação formal da dona de casa foi o menos consistentemente relacionado. A renda familiar e a ocupação do chefe tiveram uma associação regular.

### INTRODUÇÃO

A Comissão de Hábitos Alimentares do "National Research Council" (1943) (1) observou, haver uma defasagem muito grande entre o que sabemos sobre nutrição e aquilo que praticamos. Pesquisas sobre o conhecimento de alimentos e de nutrição, atitudes e práticas de donas de casa têm sido conduzidas em pequena escala nos Estados Unidos (2-4). Os autores informaram haver associações entre as notas obtidas pelas mães no teste de atitude e conhecimento de nutrição, qualidade nutricional da alimentação das crianças e alguns fatores socioeconômicos. Das variáveis socioeconômicas estudadas, a educação da mãe sempre foi mais significativamente relacionada com os componentes dietéticos do que com a renda.

Em certas partes do Brasil, as interpretações dos levantamentos de consumo alimentar têm sido feitas de preferência em termos de nutrientes avaliados de acordo com as recomendações práticas para os mesmos (5-7).

É importante verificar o que a dona de casa ou a pessoa responsável pela alimentação de grupos familiares sabe sobre nutrição e suas práticas alimentares, por ser ela quem decide o quê e quanto comprar; cabendo-lhe ainda a tarefa da preparação dos alimentos para a família.

Essa informação pode ser útil para aqueles preocupados com o estado nutricional da população e interessados no desenvolvimento de programas educacionais que atendam aos interesses e necessidades das famílias, especialmente aquelas de menor poder aquisitivo.

O presente trabalho teve por objetivo, verificar o conhecimento que a dona de casa tem sobre nutrição, relacionando-o com

as práticas alimentares e as variáveis socioeconômicas tais como: grau de instrução e idade da dona de casa, ocupação do chefe da família, renda e tamanho familiar.

## MATÉRIAS E METODOS

### 1. *Amostragem*

O estudo foi conduzido em Rio das Pedras, sede do município de mesmo nome, no estado de São Paulo. O município conta com um total de 6,000 habitantes, dos quais 2,000 residem no meio urbano. Na cidade, existem várias instituições sociais e recreativas, 5 igrejas de variados credos, 2 escolas de nível primário e 3 de nível secundário. Economicamente, o município de Rio das Pedras depende somente da produção de cana de açúcar. Selecionou-se esta comunidade por ser de fácil acesso e estar sofrendo a influência de Piracicaba.

A população em estudo foi constituída pelas famílias residentes dentro do perímetro urbano. Como ponto de partida para o cálculo da amostra, foi feita uma lista das propriedades constantes da relação dos imóveis na sede do município, cadastrados pela Prefeitura Municipal. Estratificou-se o rol de proprietários de acordo com o valor venal do imóvel, em três categorias: a) valor menor de Cr\$ 10,000.00; b) valor de Cr\$ 10,000.00 a 20,000.00; c) valor maior de Cr\$ 20,000.00.

A amostra representativa da população foi de 100/o para cada categoria feita por sorteio ao acaso, resultando em um total de 115 famílias.

As entrevistas junto às famílias sorteadas foram feitas, preenchendo-se um formulário relativo aos dados socioeconômicos, práticas de alimentação e conhecimento de nutrição. Uma dona de casa, foi, para esse estudo, definida como a pessoa responsável pelas decisões tomadas em relação à alimentação da família. Os dados socioeconômicos considerados foram:

- grau de instrução da dona de casa
- nível ocupacional do chefe da família, cuja ocupação principal foi analisada pelo emprêgo de hierarquia de prestígio das ocupações, pela Escala de Hutchinson (8).
- renda familiar — representada pelo salário ganho pelo chefe de família somando-se a esse, os demais ganhos de filhos e de fontes diversas de renda.

- idade da dona de casa
- tamanho da família — representada pelo casal, mais o número de filhos vivendo sob o mesmo teto.

## 2. Métodos

### *Conhecimentos em nutrição*

Para a verificação do conhecimento em nutrição a metodologia empregada foi a mesma preconizada por Young (2, 3). Três questões foram formuladas, relativas ao conhecimento de nutrição:

- a. “O que significa uma refeição balanceada?” A resposta foi categorizada da seguinte forma: a) Quando tinha uma definição adequada ou que tivesse significado nutricional; b) representasse uma combinação de alimentos ou de nutrientes que compusesse uma dieta balanceada; ou c) desconhecimento do termo ou respostas incorretas.
- b. Substituições de alimentos. Avaliado de acordo com a indicação pela dona de casa, de alimentos com o mesmo valor nutritivo para substituir aqueles que foram indicados e que eram representativos dos 7 grupos básicos de alimentos. Para a substituição correta de 3 ou mais alimentos a dona de casa foi considerada como tendo um conhecimento bom de substituições de alimentos; para 1 ou 2 substituições, um conhecimento regular e para nenhuma substituição, nenhum conhecimento.
- c. Razões para incluir os 7 grupos alimentares básicos na alimentação da família: a) carne, peixes, ovos, frango; b) leite, queijo; c) pão, farinha, outros cereais; d) hortaliças verdes e amarelas; e) outras frutas e hortaliças e batata; f) frutas cítricas, tomate e repolho; g) manteiga ou margarina. Uma determinação geral do nível de conhecimento nutricional da dona de casa seria baseada no número de grupos alimentares para os quais ela desse uma razão correta nutricionalmente considerada em termos da função ou do nutriente pelo qual o grupo é conhecido.

### *Práticas Alimentares*

Considerou-se como prática alimentar os dados referentes ao consumo de alimentos pela família e indicados pela dona de casa, relativos às 24 horas anteriores ao dia da entrevista; constituiu-se num método recordatório no qual não se procurou saber as quantidades consumidas, desde que no presente trabalho o objetivo foi verificar se a dieta era adequada "qualitativamente".

Para avaliar a adequação do consumo alimentar foi utilizado um sistema de pontos baseado nos métodos descritos em (9-11) o qual consiste em conferir pontos para cada ítem alimentar. De acordo com o número total de pontos recebidos, foi desenvolvido uma escala de adequação do consumo com três categorias: ruim, regular e bom.

### *3. Análise dos Dados*

Os dados coletados foram tabulados para a contagem de frequência e porcentagem. Para a análise estatística foi usado o coeficiente de correlação de Spearman ( $R_s$ ) (2). A significância de " $R_s$ " testada pelo teste "t", e a hipótese nula foi rejeitada quando os resultados foram significativos ao nível de 1 a 50/o.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados da distribuição das donas de casa segundo o grau de instrução e idade revelaram que em todos os grupos de idade, cerca de 101 donas de casa tiveram no máximo o primário completo, sómente uma, teve instrução superior porém não estava exercendo sua profissão. O consumo alimentar durante as 24 horas interpretadas de acordo com o número de pontos alcançados através de contagem numérica, tomando-se como base o número de porções mencionadas para cada alimento incluído nas refeições de um dia mostrou que a maior porcentagem das famílias ou seja 81.70/o situou-se na categoria regular da escala de adequação, o que significou que esse grupo estava consumindo uma alimentação considerada básica e aceitável do ponto de vista nutricional.

Em relação ao conhecimento de nutrição com a pergunta sobre o significado de uma refeição balanceada: nenhuma dona de casa foi capaz de dar uma definição adequada ou de significado nutricional; e 101 responderam incorretamente. A Tabela 1 indica

a distribuição das 115 donas de casa segundo a escala de adequação e o conhecimento sobre o significado de uma refeição balanceada.

TABELA 1

**RELAÇÃO ENTRE CONHECIMENTO SOBRE REFEIÇÃO  
BALANCEADA E A ADEQUAÇÃO DO CONSUMO ALIMENTAR.  
RIO DAS PEDRAS, ESTADO DE SÃO PAULO**

O que significa uma refeição balanceada	Escala de adequação							
	Ruim		Regular		Bom		Total	
	No.	%	No.	%	No.	%	No.	%
Significado nutricional ou definição adequada	0	0	0	0	0	0	0	0
Combinação de alimentos ou de nutrientes	2	1.8	12	10.3	0	0	14	12.2
Falsas concepções, respos- tas errôneas	13	11.3	82	71.3	6	5.3	101	87.8
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>13.1</b>	<b>94</b>	<b>81.6</b>	<b>6</b>	<b>5.3</b>	<b>115</b>	<b>100.0</b>

Pelos resultados acima pode-se observar que 11.30% classificado como ruim na escala de adequação, 71.30% como regular e 5.30% como bom, não souberam definir o significado de uma refeição balanceada, o que correspondeu a mais de 3/4 da amostra. Quando essas donas de casa foram questionadas sobre o conhecimento de substituições de alimentos, 55 ou seja 47.80% indicaram 3 ou mais substituições corretas; 49 ou seja 42.70% indicaram 1 ou 2 substituições corretas e 11 donas de casa correspondentes a 9.50% não souberam indicar nenhuma substituição correta, conforme a Tabela 2.

Das 94 donas de casa, cujo consumo alimentar foi classificado como regular na escala de adequação pode-se observar que a metade soube fazer 3 ou mais substituições corretas e, apenas 10 demonstraram não ter conhecimento algum sobre substituições de alimentos (Tabela 2).

TABELA 2

RELAÇÃO ENTRE CONHECIMENTO DE SUBSTITUIÇÕES DE  
ALIMENTOS E ADEQUAÇÃO DO CONSUMO ALIMENTAR.  
RIO DAS PEDRAS ESTADO DE SÃO PAULO

Substituições de alimentos	Escala de adequação							
	Ruim		Regular		Bom		Total	
	No.	%	No.	%	No.	%	No.	%
3 ou mais substituições corretas	4	3.4	47	41.0	4	3.4	55	47.8
1 ou 2 substituições corretas	10	8.8	37	32.2	2	1.7	49	42.7
Nenhuma substituição correta	1	0.8	10	8.7	0	0	11	9.5
Total	15	13.0	94	81.9	6	5.1	115	100.0

Uma verificação geral do nível de conhecimento de nutrição foi feita ainda, segundo as razões nutricionalmente corretas, dadas pela dona de casa para a inclusão de alimentos básicos nas refeições da família. Os resultados indicaram que, 91% das donas de casa não souberam especificar a/s razão (s) para incluir os alimentos básicos nas refeições diárias da família; 6.2% responderam regularmente e apenas 2.6 satisfatoriamente. Os resultados da correlação entre o significado de uma refeição balanceada e a idade da dona de casa revelaram que em todas as faixas etárias nenhuma dona de casa soube dar uma definição correta sobre o que significava uma refeição balanceada. À medida que a idade das donas de casa aumentou, maior foi a quantidade de concepções falsas sobre o que seria uma boa refeição.

Quando o conhecimento de substituição de alimentos foi comparado com a idade da dona de casa verificou-se que, as mais idosas foram as que souberam fazer maior número de substituições. Porém o teste de correlação de Spearman indicou haver uma fraca associação ( $R_s = 0.55$ , significativa ao nível de 1%) entre essas duas variáveis.

Em estudo relatado anteriormente (2) observou-se um resultado oposto: as donas de casa mais jovens sabiam mais que as de

30-40 anos, que por sua vez responderam satisfatoriamente melhor do que aquelas que tinham 40 ou mais anos de idade.

A idade também pareceu não influenciar nas práticas alimentares, isto é, na adequação do consumo alimentar. A maior porcentagem, em todas as faixas etárias, teve uma classificação regular; na escala de adequação do consumo sendo que as donas de casa acima de 40 anos "aparentemente" souberam como alimentar melhor a família, indício esse de que as práticas alimentares são derivadas mais de hábitos adquiridos, do que propriamente do conhecimento teórico a respeito das mesmas.

Outro fator frequentemente sugerido como estando relacionado às práticas alimentares é o nível educacional da mãe. Os resultados da relação entre o grau de instrução da dona de casa e a distribuição na escala de adequação do consumo alimentar, revelou que tanto as que completaram como as que não completaram o primário ou seja 66.30/o classificaram-se na categoria regular, na escala de adequação do consumo alimentar. Estatisticamente a relação não foi significativa, indicando a independência dessas variáveis.

Os resultados desse trabalho estão de acordo com aqueles obtidos por Wihelmy (12) que verificou não haver relação aparente entre os nutrientes da alimentação da família e a educação formal tanto do pai como da mãe. Já Lollis (13) obteve resultados inversos num estudo sobre hábitos alimentares de adolescentes. Outro fator importante a ser considerado na seleção e compra de alimentos para a família é o fator econômico.

No presente trabalho quando se comparou a renda com a adequação do consumo, verificou-se não existir uma correlação positiva entre o aumento monetário e um consumo melhorado de alimentos. ( $R_s = 0.63$  ao nível de 10/o).

Lollis (13) também verificou que não houve relação entre renda (significativamente correlacionada com a ocupação do pai) e a adequação dietética do consumo alimentar.

A falta de relação entre a qualidade da dieta e a renda foi também observada por Wihelmy (12). Esses autores sugerem que as rendas familiares, em seus respectivos estudos realizados nos EE. UU., são geralmente de nível suficientemente elevadas de modo que não constituem um fator significativamente limitante nos hábitos alimentares da família.

Covan (14) estudou a relação: "status" socioeconômico baseado na ocupação do pai e hábitos alimentares de adolescentes. A ocupação do pai teve uma relação decisivamente positiva em

relação à adequação nutricional da dieta.

Quando o tamanho da família foi relacionado com as práticas alimentares verificou-se a dependência dessas duas variáveis, ou seja quanto menor foi o número de pessoas na casa, melhor foi a classificação na escala de adequação do consumo conforme mostra a Tabela 3.

TABELA 3

RELAÇÃO ENTRE O NUMERO DE PESSOAS NA CASA E ADEQUAÇÃO ALIMENTAR. RIO DAS PEDRAS, ESTADO DE SÃO PAULO

Pessoas na casa	Adequação do consumo					
	Ruim		Regular		Bom	
	No.	o/o	No.	o/o	No.	o/o
1. Duas pessoas	2	1.8	2	1.8	0	
2. Casal + 1 filho/a	2	1.8	12	10.4	0	
3. Casal + 2 filhos	4	3.5	16	13.9	2	1.8
4. Casal + 3 filhos	1	0.9	26	22.6	2	1.8
5. Casal + 4 filhos	1	0.9	13	11.3	2	1.8
6. Casal + 5 filhos	1	0.9	15	13.2	0	
7. Casal + 6 filhos	2	1.8	6	5.2	0	
8. Casal + 7 filhos	2	1.8			0	
9. Casal + 8 filhos	0		0		0	
10. Casal c/+ de 8 filhos	0		2	1.8	1	0.9
<b>Total</b>	<b>15</b>		<b>94</b>		<b>6</b>	

Estatisticamente os resultados verificados indicaram haver uma elevada correlação ( $R_s = 0.95$ ) entre o número de pessoas na casa e adequação da dieta e uma correlação média entre renda familiar ( $R_s = 0.63$ ); ocupação do chefe da casa ( $R_s = 0.61$ ) e adequação do consumo alimentar ao nível de 10/o.

### CONCLUSÕES

Dos resultados obtidos no presente trabalho foram sugeridas as seguintes conclusões:

- O consumo alimentar durante as 24 horas mostram que a

maior porcentagem das famílias ou seja 81.70/o situou-se na categoria regular da escala de adequação indicando que o grupo está consumindo uma alimentação básica e aceitável do ponto de vista nutricional.

As donas de casa têm poucos conhecimentos do significado de uma refeição balanceada; porém quanto à possibilidade de fazer substituições de alimentos cerca de 55 delas souberam fazer corretamente.

Praticamente é nulo, em termos teóricos, o conhecimento nutricional sobre a necessidade e importância de servir certos alimentos básicos. 115 donas de casa não souberam explicar as razões para incluí-los na alimentação da família. Devido a que no Brasil a nutrição não faz parte de educação formal a nível de escolas primárias, foi proposto um programa de educação nutricional para donas de casa em Centros Comunitários.

Quando a idade da dona de casa foi comparada com o conhecimento sobre o significado de uma refeição balanceada, substituições de alimentos e adequação do consumo alimentar não houve associação significativa.

Os fatores grau de instrução da dona de casa, renda familiar, ocupação do chefe da família e número de pessoas na casa foram comparados com a adequação do consumo alimentar. Desses, o fator mais fortemente relacionado com a prática alimentar foi o número de pessoas na casa, quanto menor o número de pessoas na casa melhor a classificação na escala de adequação do consumo. A educação formal da dona de casa, foi o fato mais insignificamente associado.

## SUMMARY

### NUTRITION KNOWLEDGE AND FOOD PRACTICES OF HOUSEHOLDS: A SURVEY STUDY

A comprehensive survey was carried out to assess the nutrition knowledge and food practices of 115 selected households in the city of Rio das Pedras located in the state of São Paulo.

Socioeconomic factors as education and age of the mother, occupation of the father, income and family size were considered as the independent variables.

Food practice was considered as the food consumed during the 24

hours before the day of the interview. It was interpreted in accordance to an adequacy scale with 3 levels: good, regular and bad. About 53% of the sample was in the first level.

The adequacy scale was compared with the theoretical nutrition knowledge of the housewife, such as the meaning of a balanced meal which 87.8% of the sample did not know how to define, but 47.8% of the sample knew how to substitute correctly 3 or more foods.

Knowledge about the reasons for including the basic foods in the family meals was the weakest.

Among the socioeconomic factors under study the family size appeared to be the one most consistently related to adequate performance in family feeding. The effect of income level, father's occupation and formal education of the mother were considerably less consistent and of smaller magnitude.

#### BIBLIOGRAFIA

1. National Academy of Sciences, National Research Council. Report of the Committee on Food Habits, 1941-1943. **The Problem of Changing Food Habits**. Washington, D. C., NAC, Bull. 108, 177 p.
2. Young, C. M. *et al.* What the homemaker knows about nutrition. 2. Level of nutritional knowledge. **J. Am. Dietet. Assoc.**, **32**: 218-222, 1956.
3. Young, C. M. *et al.* What the homemaker knows about nutrition. 3. Relation of knowledge to practice. **J. Am. Dietet. Assoc.**, **32**: 321-325, 1956.
4. Young, C. M. *et al.* What the homemaker knows about nutrition. 4. Her food problems, shopping habits and sources of information. **J. Am. Dietet. Assoc.**, **32**: 429-434, 1956.
5. Baldo, H., E. Silva & R. N. Mazzilli. Inquérito alimentar em uma zona rural do Estado de São Paulo (Fazenda São Francisco). **Arq. Fac. Hig. São Paulo**, **20**(1): 43-56, 1966.
6. Fundação Getúlio Vargas. **Food Consumption in Brazil. Family Budget Surveys in the Early 60's**. Published for the U. S. Department of Agriculture, Economic Research Service, by the Israel Program for Scientific Translations, 1970.
7. Martins, I. S., M. L. F. Cavalcanti & R. N. Mazzilli. IBGE: Relação entre consumo alimentar e renda familiar na Cidade de Iguape, São Paulo (Brasil). **Revista de Saúde Pública**, **11**(1): 27-38, 1977.
8. Hutchinson, B. **Mobilidade e Trabalho: Um Estudo na Cidade de São Paulo**. Rio de Janeiro, Instituto Nacional de Estudos Pedagógicos, 1960.

9. Thomas, R. V. *et al.* Rapid method for qualitative appraisal of food intakes of groups. *J. Am. Dietet. Assoc.*, **30**: 865-971, 1954,
10. Hinton, M. A. *et al.* Eating behaviour and dietary intake of girls 12 to 14 years old. *J. Am. Dietet. Assoc.*, **43**: 223-227, 1963.
11. Silva, S. **Food Practices of Families in a Brazilian City**. Tese de Ph. D. Ames, Iowa, USA, Iowa State University, 1970.
12. Wilhelmy, O. *et al.* Nutrient status survey, Groton township, New York. III. Nutrient usage as related to certain social and economic factors. *J. Am. Dietet. Assoc.*, **26**: 868-873, 1950.
13. Lollis, E.S. **Some Factors Influencing the Dietary Habits of Adolescent Girls**. Tese de Mestrado. Norman, Oklahoma, University of Oklahoma, 1960.
14. Covan, B. *et al.* Study of adolescent food habits in rural, suburban, and urban communities. *Progressive Education*, **31**: 244-246, 1954.