

CENTRO UNIVERSITÁRIO BRASILEIRO
NÚCLEO DE SAÚDE
CURSO DE NUTRIÇÃO

ALESSANDRA VALÉRIA RODRIGUES DA SILVA

**FAST FOOD E SUA ASSOCIAÇÃO A DOENÇAS
CRÔNICAS NÃO TRANSMISSÍVEIS**

RECIFE/2021

ALESSANDRA VALÉRIA RODRIGUES DA SILVA

FAST FOOD E SUA ASSICOCIAÇÃO A DOENÇAS CRÔNICAS NÃO TRANSMISSÍVEIS

Artigo apresentado ao Centro Universitário Brasileiro-UNIBRA, como requisito parcial, para obtenção do título de Bacharel em de Nutrição do sob a orientação da professora Profª Ma.. Viviane do Nascimento Lima.

RECIFE/2021

S586f

Silva, Alessandra Valeria Rodrigues da

Fast food e sua associação a doenças crônicas não transmissíveis. / Alessandra Valeria Rodrigues da Silva. - Recife: O Autor, 2021.

19 p.

Orientador: Viviane do Nascimento Lima.

Trabalho De Conclusão de Curso (Graduação) - Centro Universitário Brasileiro – UNIBRA. Bacharelado em Nutrição, 2021.

1.Fast food. 2.Comida rápida. 3.Doenças crônicas não transmissíveis. I. Centro Universitário Brasileiro - UNIBRA. II. Título.

CDU: 612.39

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO.....	7
2.	REFERENCIAL TEÓRICO	8
3.	DELINEAMENTO METODOLÓGICO.....	12
4.	RESULTADOS E DISCUSSÃO	13
5.	CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	17
	REFERÊNCIA.....	18

RESUMO

O consumo de *fast food* nos últimos anos tem sido crescente em todo o mundo, contribuindo assim para o acometimento de doenças crônicas não transmissíveis como doenças cardiovasculares, hipertensão, diabetes, obesidade, dislipidemia e até mesmo o câncer, pois alimentos como este tem um alto teor de gordura, colesterol, triglicerídeos, açúcares, onde estão presentes a maioria em todos os alimentos. Recorre-se a esse tipo de alimentação indivíduos que possuem uma rotina constante, onde em decorrência da sua falta de tempo não conseguem confeccionar seu próprio alimento nutritivo e saudável, substituindo assim por refeições práticas como hambúrgues, cachorro-quente, coxinha, batata-frita, sucos industrializados, refrigerantes, e outros alimentos que tem por característica ser processado ou ultra processado, alimento esse que tem-se por recomendação ser reduzido e até mesmo evitado pela população, visando a saúde e bem estar de todos. Diante do exposto o presente trabalho tem como objetivo estudar as relações entre o consumo de *fast food*, e a resultante dessa alimentação para a saúde do ser humano, bem como suas consequências e o acometimento de doenças, visando assim o conhecimento e a busca pela atenção e alimentação mais saudável.

Palavra-chave: fast food; comida rápida; doenças crônicas não transmissíveis.

ABSTRACT

Fast food consumption in recent years has been growing throughout the world, thus contributing to the onset of chronic diseases non-communicables such as cardiovascular disease, hypertension, diabetes, obesity, dyslipidemia and even cancer, as foods as this one has a high content of fat, cholesterol, triglycerides, sugars, where they are present in the majority of all foods. This type of diet is used by individuals who have a constant routine, where as a result of your lack of time can make their own nutritious and healthy food, thus substituting practical meals such as hamburgers, dog-hot, coxinha, french fries, processed juices, soft drinks, and other foods that have the characteristic of being processed or ultra processed, which is recommended to be reduced and even avoided by the population, aiming at the health and well-being of all. Given the above, this work aims to study the relationships between fast food consumption, and the resulting food for the health of human beings, as well as their consequences and the onset of diseases, thus aiming at the knowledge and the search for healthier care and eating.

Keyword: transferable. fast food; fast food; chronic diseases not transferable.

1. INTRODUÇÃO

Conhecida como a sociedade pós-moderna, a geração presente é caracterizada como a geração acelerada, e isso se reflete diretamente em sua alimentação. Visando a facilidade na compra, produção e entrega, o *fast food* tornou o maior recurso para o trabalhador tanto local quanto global, onde os mesmos preferem comer alimentos rápidos como hambúrguer, cachorro-quente, batata frita, refrigerante, doces, sucos e etc. Onde a maioria são alimentos processados e ultra processados. (BEZERRA e SICHIERI 2010).

Recorre-se a compra de refeições em *fast food*, pessoas que possuem uma rotina amplamente corrida, onde os impedem de produzir por si mesmo uma refeição saudável, ou comprar alimentos como frutas, verduras e entre outros para fazer parte de sua dieta. A negligência da ingestão de alimentos que ajudam beneficemente o indivíduo, pela troca por alimentos com baixo teor nutritivo e alto índice calórico causam distúrbios nutricionais e conseqüentemente sérios riscos a saúde. (DIAZ e GLAVES 2020).

Levando em consideração o uso de substâncias que tornam o alimento visualmente mais atrativo e saboroso, as indústrias alimentícias buscam investir nesse tipo de planejamento alimentar, desconsiderando a importância do alto poder nutritivo dos alimentos para a nutrição adequada, a criação e distribuição dos alimentos processados tem sido cada vez mais acessíveis a toda a população (BIELEMANN, *et.al* 2015).

A prevalência do crescimento de pessoas com distúrbios metabólicos adquiridos através de uma alimentação inadequada, esta correlacionada também ao trabalho em turnos de plantões, onde passam cerca de 12 horas de trabalho excessivo e intenso, deixando assim o indivíduo cansado e optando por uma alimentação mais acessível e rápida de adquirir como o *fast food*. (FRÖHLICH, *et.al* 2019)

Buscando uma facilidade maior pelo fato dos alimentos ultra processados conterem uma quantidade elevada de carboidrato simples e lipídeos onde conseqüentemente acabam dando uma saciedade, e sensação de nutrição

completa, esse consumo podem aumentar o colesterol, triglicerídeos, levando o indivíduo a adquirir doenças como hipertensão, diabetes mellitus, obesidade e dislipidemia. (FRÖHLICH, *et.al* 2019)

2. REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 Sobre o *fast food*

No ano de 2010, uma pesquisa realizada no Brasil relatou que a prevalência do uso de *fast food* diariamente foi de 35,1%, por pessoas com idades entre 20 e 40 anos, e sendo mais consumidos pelo sexo masculino do que pelo sexo feminino. Um dos fatores de grande relevância para o consumo de *fast food* no mundo é o nível socioeconômico, associado a escolaridade e a moradia em área urbana, onde a renda *per capita* é notavelmente maior comparada as pessoas de baixa renda e que moram em regiões rurais (BEZERRA e SICHIERI 2010).

Nos países em desenvolvimento, como o Brasil, foi observado que no decorrer do tempo, tem crescido o número de pessoas que consomem *fast food*, onde utilizam grande parte de sua renda para comprar os mesmos, visando a facilidade de compra e consumo, dispensando qualquer tempo de processamento ou preparo, pelo fato desses alimentos serem vendidos em locais públicos e de fácil acesso. (SANLIER, *et.al* 2015).

Historicamente falando, o surgimento do *fast food* no Brasil e no mundo, tornou-se um dos fatores de grande prevalência ao acometimento de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT's) e obesidade, isso se deu pelo consumo excessivo e aumentado de produtos industrializados e processados, um estudo feito visando avaliar a disponibilização dos alimentos ultra processados no Brasil, constatou o crescimento de 9% nos últimos 15 anos, levando em consideração que relacionado aos gastos alimentícios, 28% dos mesmos são destinados a compra de *fast food* (BIELEMANN, *et.al* 2015).

Estudos comprovam que o consumo de *fast food* vem aumentando durante os anos, avançando cerca de 2,5 milhões de pessoas que fazem a ingestão desse tipo de refeição, porém existem um descaso em relação ao ambiente que faz esse tipo de distribuição, geralmente são locais abertos, com uma maior susceptibilidade a contaminação por bactérias patogênicas nos alimentos, devido a escassez de higiene e segurança alimentar (SANLIER *et.al*, 2018).

A comercialização de *fast food*, tornou-se nos últimos anos um meio de escape devido a crise que tem afetado vários países, inclusive o Brasil. Uma área de trabalho autônoma adotada por pessoas desempregadas, com baixa escolaridade ou com dificuldades financeiras que residem em áreas urbanas, tendo em vista que, essa localidade possui uma quantidade de pessoas consumidoras de *fast food* bastante considerável (SANLIER, *et.al* 2015).

O aumento do consumo de *fast food* por jovens e adultos de meia idade esta diretamente relacionada a proporção da distância para conseguir esse alimento, tendo em vista que os mesmos tem mais facilidade de encontrar um quiosque ou restaurante de comida rápida ate mesmo na rua de sua casa ou a poucos quilômetros de distancia, optando assim pelo consumo desses alimentos ao consumo de comidas saudáveis (BOONE-HEINONEN, *et.al* 2011).

2.2 A influência do *fast food* no desenvolvimento de DCNT's

Classificados como alimentos de rápido preparo e consumo, algumas refeições de *fast food* é composta por alimentos processados e ultra processado. Através de um estudo sobre esse tipo de ingestão pelas pessoas frequentemente, concluiu-se que o consumo do *fast food* é um grande fator de decorrência ao acometimento de doenças crônicas não transmissíveis como cardiovasculares, diabetes mellitus, hipertensão e outras (DIAZ e GLADES, 2020).

O individuo esta susceptível a adquirir essas doenças devido a grande quantidade de sódio, açúcares e outras substâncias que são adicionadas a preparação de certos alimentos, o que os tornam mais atraentes visualmente, saborosamente e até mesmo financeiramente, pois geralmente, os locais de comercialização de *fast food* visando o seu crescimento financeiro, passam a fazer promoções para as refeições compradas, buscando atrair cada vez mais os consumidores (DIAZ e GLADES, 2020).

Estudos feitos relacionado a possibilidade do indivíduo que consome *fast food* ter um vicio excessivo para este tipo de alimentação comprovou que pela grande presença do teor de gordura e do sal nos alimentos, uma vez que eles provocam uma palatabilidade maior quando ingeridos, além da cafeína e açúcar presente nos refrigerantes que são acompanhados nas refeições, levando assim ao desejo

extremo de consumi-los na maioria das refeições diárias. (GARBER e LUSTIG, 2011).

Foi comprovadamente afirmado através de estudos feitos em locais de baixa renda que o consumo de *fast food* é maior nesses locais, pelo fato de serem encontrados como mais facilidade e com um custo acessível para todos, esse tipo de alimentação é feita com maior frequência por adultos obesos do que por adultos com o peso normal (GARBER e LUSTIG, 2011).

As indústrias de preparação desses produtos descartam qualquer preocupação em relação a saúde do indivíduo que os consomem, por isso cabe a cada pessoa avaliar bem a refeição que vai comprar ou consumir, pois visivelmente são bastantes consideráveis para a ingestão, porém ao comer pode trazer algumas consequências ao organismo e saúde de modo geral, como câncer, diabetes mellitus, colesterol alto (DIAZ e GLADES, 2020).

As dietas baseadas na ingestão excessiva de *fast food* que são compostas por uma alta concentração de calorias, gorduras, açúcares, sódio, gordura, e uma quantidade mínima do teor de fibra, não possuem os nutrientes necessários para que o organismo se alimente saudavelmente e promova um bom equilíbrio energético, sendo assim estão diretamente associadas ao desenvolvimento da obesidade devido ao desequilíbrio nutricional e falta de nutrição adequada (DIAZ e GLADES, 2020).

2.3 Consumo alimentar e composição corporal dos indivíduos

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS) cerca de 2 bilhões de adultos são afetados por sobrepeso e obesidade, sendo essa prevalência quase triplicada nos últimos 40 anos, mais de 1,9 bilhão de pessoas acima de 18 anos em 2016, estavam com sobrepeso, sendo 650 milhões desses, pessoas com obesidade, riscos esses que tendem a aumentar com os anos devido a má ingestão calórica diária dos indivíduos.

Os dados da Vigilância de Fatores de Riscos e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico de 2021 (VIGITEL), relatou que nos últimos 13 anos a obesidade em adultos no Brasil aumentou cerca de 72%, saindo de 11,8 em

2006, para 20,3 em 2018. 54% da população brasileira tem excesso de peso, ou seja, foi observado um aumento de 30% comparado aos resultados de 42,6% no ano de 2006 (BRASIL, 2020)

Quando ocorre a estratificação por sexo tem-se o resultado do aumento de 21,7% em homem, e nas mulheres um aumento maior que chega a taxa de 40%, o incentivo além da promoção e mudanças socioculturais resulta numa relevância constante na dificuldade de controle e prevenção contra o sobre peso e a obesidade. (BRASIL, 2020)

O guia alimentar da população brasileira incentiva aos indivíduos a optarem pela ingestão de alimentos *in natura*, minimamente processados ou integrais, pelo fato do consumo de alimentos processados e ultra processados estarem diretamente relacionado a DCNT como obesidade e hipertensão, sendo assim, deve-se ser consumido em pequenas quantidades os alimentos processados, e os ultra processados serem evitados (BRASIL, 2014).

A Constituição Federal do Brasil, no artigo 6, relata que todas as pessoas tem acesso a uma alimentação de qualidade e quantidade necessária, atendendo assim a todas as necessidades calóricas diárias e nutritivas, porém a realidade é totalmente diferente, os processos complexos e dinâmicos nas mudanças de padrões alimentares e estilo de vida estão correlacionados diretamente ao estado nutricional de toda a população (CF,1988)

3. DELINEAMENTO METODOLÓGICO

O presente trabalho foi elaborado através de uma revisão bibliográfica utilizando base de pesquisas como Revistas, Scielo e Pubmed, com artigos tanto do Brasil quanto do exterior para maior compreensão e entendimento do trabalho, o trabalho foi feito no período de Agosto de 2021 até Outubro de 2021, foi utilizado como critério de inclusão a avaliação bibliográfica dos últimos 15 anos relacionado ao consumo de *fast food* entre homens e mulheres de 20 a 60 anos, realizando pesquisas com os descritores: *fast food*, doenças crônicas não transmissíveis, comida rápida.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Após a análise minuciosa dos artigos encontrados para esta revisão que abordam temática “ consumo alimentar de *fast food* e sua associação a doenças crônicas não transmissíveis, os estudos encontrados variam entre os anos de 2011 e 2020, realizados em ambos os sexos, tanto no Brasil quanto no exterior, onde foi possível confirmar a relevância do *fast food* no desenvolvimento de DCNT, onde os mesmos foram revisados e os principais resultados estão agrupados na tabela 1 abaixo, seguindo autor, ano de publicação, título, objetivo do estudo e conclusão.

Tabela 1: Distribuição de resultados referente à temática “consumo de *fast food* associado a DCNT.”

Autor/ano	Título	Objetivo	Resultados
GARBER A. K. e LUSTIG R. H 2011	O fast food vicia?	Avaliar o consumo excessivo de <i>fast food</i> e se é viciante.	Devido a presenta do alto teor de gordura a e açúcares presentes no <i>fast food</i> , o seu consumo excessivo é considerado viciante.
FRÖHLICH, C. <i>et.al</i> 2019	Obesidade abdominal e padrões alimentares em mulheres trabalhadoras de turnos	Avaliar se o trabalho das mulheres em turnos esta associada a obesidade abdominal	Mulheres que trabalham em turnos optam por alimentos de fácil acesso sendo ele o fast food, e conseqüentemente tem uma tendência maior a adquirir obesidade abdominal.
DIAZ, M. C.; GLADES, A. 2020	Relação entre o consumo de alimentos processados e ultra processados e o risco de câncer	Avaliar se o consumo de alimentos ultra processados causa câncer	Por meio da grande quantidade de calorias e nutrientes como gorduras, o seu consumo diário pode causar doenças cardiovasculares e conseqüentemente câncer
SANLIER, N. <i>et al.</i> 2018	Um estudo sobre o comportamento de consumo dos jovens consumidores de alimentos de rua	Avaliar se o consumo de alimentos de rua tem aumentado nos últimos anos	Nos últimos 20 anos o crescimento do consume de alimentos de rua tem aumentado excessivamente, chegando a 2,5 milhões de pessoas por dia.
FERNANDES <i>et. al.</i> 2016	Excesso de peso e consumo alimentar de adultos	Avaliar a relação entre o excesso de peso e o consumo alimentar em	O resultado do estudo relatou que existe uma associação com o

adultos atendidos em uma clínica escola consumo alimentar e o excesso de peso, sendo ele um fator relevante para a saúde.

Fonte: tabela elaborada pelos próprios autores (2021)

Garber & Lustig (2011), relataram que devido a presente alta quantidade de gorduras e açúcares, bem como substâncias que aumentam a palatabilidade do consumidor, os alimentos em *fast food* quando são ingeridos constantemente causam vícios ao indivíduo, levando-o a consumir diariamente e estando assim susceptível a adquirir DCNT.

Estudos feitos por Moodie *et. al.* (2013), relataram que referente a nutrição humana, ocorreu-se uma diminuição da taxa de desnutrição no mundo, bem como o aumento do excesso de peso e obesidade, o que se refere a uma alimentação inadequada e viciante, sendo um dos principais fatores em decorrência a esse aumento a produção de alimentos ultra-processados.

Diante disto, é notório que uma alimentação rica em alimentos industrializados bem como *fast food* tem uma grande relevância na saúde humana, além do aumento a possibilidade dos mesmos ao ingerir esses tipos de alimentos adquirir vício em seu consumo, e isso conseqüentemente ocasionar o indivíduo a ter compulsões alimentares.

Segundo Fröhlich *et. al.* (2019), Mulheres que fazem trabalho de turnos pela sua carga horária alta, optam por consumir alimentos de fácil acesso como o *fast food*, conseqüentemente tem uma maior tendência a adquirir obesidade abdominal, correndo o risco de desenvolver doenças cardiovasculares.

Dados extraídos da Vigilância de Fatores de Riscos e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico de 2021 (VIGITEL), relataram que em 2021 foi possível observar que a maior prevalência de obesidades em mulheres no Brasil encontra-se em Recife, chegando a 26,5%.

Torna-se evidente que as mulheres que trabalham em turnos de longa jornada de trabalho, como também mulheres que possuem uma carga horária de atividades corridas durante o dia, tendem a adquirir obesidade e acúmulo de gorduras abdominais.

Diaz & Glades (2020), concluiu que o consumo de alimentos processados e ultra processado quando feito excessivamente devido a grande quantidade de

calorias e gordura está diretamente relacionado ao risco de doenças cardiovasculares e conseqüentemente ao câncer.

Resultados encontrados pela Pesquisa de Orçamento Financeiro (POF), constatou que cerca de 50% da população brasileira tem excesso de peso e esse número se dá em decorrência a baixa ingestão de alimentos ricos em fibras como leguminosas, frutas, hortaliças e o alto consumo de alimentos industrializados ricos em açúcar, sal e gorduras saturadas.

Conclui-se através dos estudos acima que o consumo excessivo de alimentos ultra processados e processados que são pobres em nutrientes saudáveis e ricos em gorduras, açúcares e sal, estão diretamente relacionados ao excesso de peso, e este tipo de alimentação pode causar doenças cardiovasculares e até mesmo o câncer.

O estudo de Sanlier *et. al.* (2018), revelou que o consumo de alimentos como o *fast food* nos últimos anos teve um crescimento excessivo, chegando a marca de 2,5 milhões de pessoas por dia, que optam por se alimentar de forma inadequada alimentos que são prejudiciais à saúde.

Um estudo realizado por Fulkerson (2018), relatou que as indústrias de *fast food* com seus vastos fundos e publicidade, levou aos pais a terem mais dificuldades em incentivar uma alimentação saudável, bem como a busca da melhora da saúde em todos os aspectos, buscando o consumo deste tipo de alimento devido à falta de tempo, facilidade e conveniência.

Portanto fica evidente que a cada dia mais por uma série de fatores, os indivíduos buscam uma alimentação mais fácil através da comida rápida como *fast food* e alimentos industrializados, descartando a possibilidade de atribuir alimentos saudáveis e ricos em nutrientes para sua alimentação.

Os resultados encontrados no estudo realizado por Fernandes *et. al.* (2016), apontaram que existe uma associação relevante entre o consumo alimentar e o excesso de peso, pois pessoas que têm compulsões alimentares costumam ingerir mais que as suas necessidades calóricas diárias, levando-o assim ao sobrepeso e obesidade, bem como outras DCNTs.

Um estudo realizado por Pinheiro (2018), no Brasil destacou mudanças no percentual de obesidade e sobrepeso, sendo eles 26,9% e 27,7% de sobrepeso para homens e mulheres respectivamente e 10,2% e 14,7% de obesidade para homens e mulheres tendo assim seu crescimento contínuo a cada ano.

Portanto é evidente que o consumo alimentar excessivo bem como sua associação a alimentos de alto teor calórico tem como decorrência o desenvolvimento de sobrepeso e obesidade, como também, doenças crônicas não transmissíveis.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Portanto conclui-se que o consumo de *fast food* tem sido crescente nos últimos anos, sendo ele um fator que influencia negativamente na saúde dos indivíduos estando susceptíveis a adquirir doenças cardiovasculares, hipertensão, como também obesidade e diabetes, entretanto é de extrema importância saber que a busca por uma alimentação saudável e adequada, como também um acompanhamento nutricional em todos os períodos de vida é essencial para uma vida longa e nutritiva.

REFERÊNCIA

BEZERRA, I. N.; SICHIERI, R. Características e gastos com alimentação fora do domicílio no Brasil, **Revista de saúde pública**, vol.44 n.2 São Paulo Abr. 2010, Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89102010000200001&lang=pt

BIELEMANN, R. M. *et.al.* Consumo de alimentos ultraprocessados e seu impacto na dieta de jovens adultos, **Revista de saúde pública**, vol.49 São Paulo Mai. 2015, Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89102015000100221&lang=pt.

BRASIL. Constituição (1988). Constituição da República Federativa do Brasil. Brasília, DF: Senado Federal: Centro Gráfico, 1988.

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Análise em Saúde e Vigilância de Doenças não Transmissíveis. Vigitel Brasil 2020: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico: estimativas sobre frequência e distribuição sociodemográfica de fatores de risco e proteção para doenças crônicas nas capitais dos 26 estados brasileiros e no Distrito Federal em 2020 [recurso eletrônico] / Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde, Departamento de Análise em Saúde e Vigilância de Doenças não Transmissíveis. – Brasília: Ministério da Saúde, 2021. Disponível em: <http://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/>

BOONE-HEINONEN, J. *et.al* Restaurantes de fast food e lojas de alimentos: associações longitudinais com dieta em adultos jovens e de meia-idade, **Arch Intern. Med**, Jun. 2011, Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21747011/>

CASTRO FERREIRA FERNANDES, A. C., *et. al.* Excesso de peso e consumo alimentar **Revista de enfermagem UFPE** Vol.10 N.3 Abr. 2016, disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/11076>

DIAZ, M. C.; GLADES, A. Relação entre o consumo de alimentos processados e ultra processados e o risco de câncer: uma revisão sistemática, **Revista chilena de nutrição**, vol.47 n.5 Conjunto de Santiago. Mai. 2020, Disponível em: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182020000500808&lang=ptv

FRÖHLICH, C. *et.al.* Obesidade abdominal e padrões alimentares em mulheres trabalhadoras de turnos, **Ciência e saúde coletiva**, vol.24 n.9 Rio de Janeiro Set. 2019, Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/CNqMdXjyqJy46rkZ5rbdgnk/?lang=pt>

FULKERSON J. A. Fast food in the diet: Implications and solutions for families. *Physiol Behav.* 2018 Sep 1; 193 Pag:252-256.. 2018 Apr 6. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.physbeh.2018.04.005>

GARBER, A. K, LUSTIG, R. H. o fast food vicia? **Biblioteca nacional de medicina** Vol.4 P.46 Mar. 2011, Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21999689/>

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Pesquisa de Orçamento Familiar (POF) 2008-2009: Antropometria e estado nutricional de crianças,

adolescentes e adultos no Brasil. Rio de Janeiro: IBGE: 2010

Ministério da Saúde: Guia Alimentar para População Brasileira promovendo a alimentação saudável. Normas e manuais técnicos: Brasília, 2014. 5) BRASIL.

MOODIE R, et al. LANCET NCD ACTION GROUP. Profits and pandemics: prevention of harmful effects of tobacco, alcohol, and ultra-processed food and drink industries. Lancet, Feb 23;381(9867):670-9, 2013, Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23410611/>

PINHEIRO, A. R. de O; FREITAS, S. F. T; CORSO, A. C. T. Uma abordagem epidemiológica da obesidade. Revista de Nutrição [online]. 2004, v.17, n. 4, p. 523-533. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1415-52732004000400012>

SANLIER, N. *et al.* Um estudo sobre o comportamento de consumo dos jovens consumidores de alimentos de rua, **Ciência e saúde coletiva**, vol.23 n.5 Rio de Janeiro Mai. 2018, Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232018000501647&lang=pt