



**KATLIN SARA ORLOVSKI**

**CONSTRUÇÃO DE HÁBITOS ALIMENTARES E SUA IMPORTÂNCIA NA  
FASE DE DESENVOLVIMENTO INFANTIL:**

**uma revisão integrativa de literatura**

**GUARAPUAVA**

**2022**

**KATLIN SARA ORLOVSKI**

**CONSTRUÇÃO DE HÁBITOS ALIMENTARES E SUA IMPORTÂNCIA NA  
FASE DE DESENVOLVIMENTO INFANTIL:**

**uma revisão integrativa de literatura**

**Trabalho de Conclusão de Curso de nutrição apresentada  
ao Centro Universitário Campo Real, como requisito para  
obtenção do título de Bacharel em nutrição.**

**Orientador(a): Emilaine Ferreira dos Santos**

**GUARAPUAVA**

**2022**

# Construção de hábitos alimentares e sua importância na fase de desenvolvimento infantil: uma revisão integrativa de literatura

## *Building eating habits and their importance in the child development phase: an integrative literature review*

Katlin Sara Orlovski<sup>1</sup>

Emilaine Ferreira dos Santos<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Acadêmica do Curso de Nutrição do Centro Universitário Campo Real

<sup>2</sup>Docente do Curso de Nutrição do Centro Universitário Campo Real

**Autor para correspondência:**

Profa. Msc. Emilaine Ferreira dos Santos

[prof\\_emilainesantos@camporeal.edu.br](mailto:prof_emilainesantos@camporeal.edu.br)

### Resumo

**Objetivo:** Revisar na literatura artigos científicos, analisando fatores que retratam o desenvolvimento do comportamento alimentar infantil, em especial o reflexo gerado do núcleo familiar nas crianças. **Método:** Trata-se de um estudo de revisão de literatura integrativa, realizado com artigos obtidos através de pesquisas nas bases de dados Scielo e PubMed dos últimos 4 anos, sendo identificados 679 artigos destes foram excluídos 640 pelo título e 33 artigos pela leitura do abstract, sendo utilizados para a leitura e análise do texto completo 6 artigos. **Resultados:** O núcleo familiar é responsável pela formação do comportamento alimentar da criança através da aprendizagem social, sendo os pais e/ou responsáveis os primeiros educadores nutricionais. Há Fatores que influenciam as experiências alimentares da criança, desde o momento do nascimento até a fase adulta, a alimentação dos pais e/ou responsáveis é um deles, se os pais possuem o hábito de consumir alimentos industrializados frequentemente, as crianças também irão consumir na mesma medida, da mesma maneira que, se os pais tem costume de ingerir alimentos naturais, frutas e verduras, tal fator também é absorvido nas crianças, já que o núcleo familiar molda as características alimentares destas. Apresentando dessa forma tanto estímulos adequados, quanto inadequados na aquisição das preferências alimentares da criança e no autocontrole da ingestão alimentar. **Conclusão:** Os estudos mostraram que os hábitos alimentares dos pais podem influenciar seus filhos. É necessário mais estudo para avaliar o efeito dos hábitos alimentares dos núcleos familiares e o reflexo que possui em crianças de 5 anos ou menos.

**Palavras-chave:** Nutrição infantil; Hábitos alimentares; Consumo alimentar; Saúde infantil.

## **Abstract**

**Objective:** To review scientific articles in the literature, analyzing factors that portray the development of children's eating behavior, especially the reflection generated by the family nucleus in children. **Method:** This is an integrative literature review study, carried out with articles obtained through searches in the Scielo and PubMed databases of the last 4 years being used for the reading and analysis of the full text 6 articles. **Results:** The family nucleus is responsible for the formation of the child's eating behavior through social learning, with parents and/or guardians being the first nutritional educators. There are Factors that influence the child's eating experiences, from birth to adulthood, the diet of parents and/or guardians is one of them, if parents have the habit of consuming processed foods frequently, children will also consume them at home. To the same extent, in the same way that, if the parents have the habit of ingesting natural foods, fruits and vegetables, this factor is also absorbed in the children, since the family nucleus shapes their eating characteristics. Thus, presenting both adequate and inadequate stimuli in the acquisition of the child's food preferences and in the self-control of food intake. **Conclusion:** Studies have shown that parents' eating habits can influence their children. More studies are needed to assess the effect of eating habits in households and the effect they have on children aged 5 years and under.

**Keywords:** Child nutrition; Eating habits; Food consumption; Children's health.

## **INTRODUÇÃO**

Os alimentos ultraprocessados são produtos industriais que demandam pouca ou nenhuma preparação antes do consumo. Sua ingestão vem crescendo em diversos países e uma das possíveis justificativas é o baixo consumo da comida caseira. (MARTINS, CA et al 2022). O processo de transformação nutricional é definido pela modificação do consumo alimentar, sendo alto consumo de alimentos energéticos e ultraprocessados (LÓPEZ-CONTRERAS IN, et al 2020). Esse processo evidencia a transição epidemiológica, a qual retrata uma redução das doenças infecciosas e um aumento de doenças crônicas não transmissíveis como a diabetes, hipertensão e a obesidade (VERDUCI E, et al 2021) em sua grande prevalência ocasionada pelos hábitos alimentares inadequados.

Considerando isso, a infância é um período crucial para o desenvolvimento de comportamentos associados à alimentação e criação de bons hábitos alimentares. Uma alimentação saudável e balanceada estimula o crescimento e desenvolvimento adequado para a criança (HALICKA E, et al 2021). Na infância ocorre a introdução alimentar e a construção do paladar sendo um período que contribuirá para definições nos hábitos alimentares em outras fases da vida, como na vida adulta (HODDER RK, et al 2020). E é na infância que o ser humano manifesta

suas habilidades, concentração, capacidades, desenvolvimento físico e mental, e é nos alimentos saudáveis que se encontram nutrientes para que o organismo desempenhe este papel de maneira eficiente (LÓPEZ-CONTRERAS IN, et al 2020). Também nesse ciclo da vida, a família tem extrema responsabilidade não só na qualidade do alimento ofertado, mas na estruturação do comportamento alimentar da criança, podendo-se dizer que os pais são os primeiros educadores nutricionais (HALICKA E, et al 2021).

Portanto, a alimentação dos pais se torna espelho na vida das crianças. Pais que consomem muitos alimentos industrializados e ultraprocessados tendem a influenciar no consumo destes alimentos para seus filhos, fator que pode desencadear diversas doenças futuras. (ELIASON J, et al 2020). Com isso, o objetivo deste trabalho é avaliar o consumo de alimentos saudáveis ou não dos núcleos familiares e o grau de influência que estes refletem nas crianças, bem como o consumo de alimentos industrializados e ultraprocessados nessa população.

## **METODOLOGIA**

O presente estudo trata-se de uma revisão de literatura integrativa, do qual foi realizada através de artigos obtidos por pesquisas nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (Scielo) e National Library of Medicine (Pubmed).

Para a execução deste trabalho foram definidas quatro etapas de execução, sendo: 1 - definição da pergunta norteadora "Hábitos alimentares dos pais podem influenciar na construção de hábitos alimentares de seus filhos?"; 2 - Definição da estratégia de busca e das bases de dados participantes; 3 - Seleção dos artigos encontrados nas bases de dados, seleção se iniciou pelo título, resumo e por fim na íntegra e 4 - escrita da revisão integrativa.

Na etapa 2, a estratégia de busca contou com o auxílio dos seguintes descritores: nutrição infantil; hábitos alimentares; consumo alimentar e saúde infantil, nos idiomas português e inglês, keywords: Child nutrition; Eating habits; Food consumption; Children's health. Sendo utilizado o operador booleano AND entre as palavras para incorporar a estratégia de busca.

Os critérios de inclusão para seleção dos artigos foram: estar disponível na íntegra, idioma português ou inglês possuir o público infantil como amostra do estudo e ter sua data de publicação nos últimos 4 anos.

## **RESULTADOS**

Inicialmente foram localizados pelas palavras chaves supracitadas 679 artigos, o período de publicação ficou compreendido entre 2018 e 2022. Os artigos foram analisados e descartados primeiramente por título, resumo e lidos na íntegra para aplicação dos critérios de inclusão. Resultando-se em uma amostra final de 6 artigos que contemplam o objetivo da pesquisa (Figura 1).

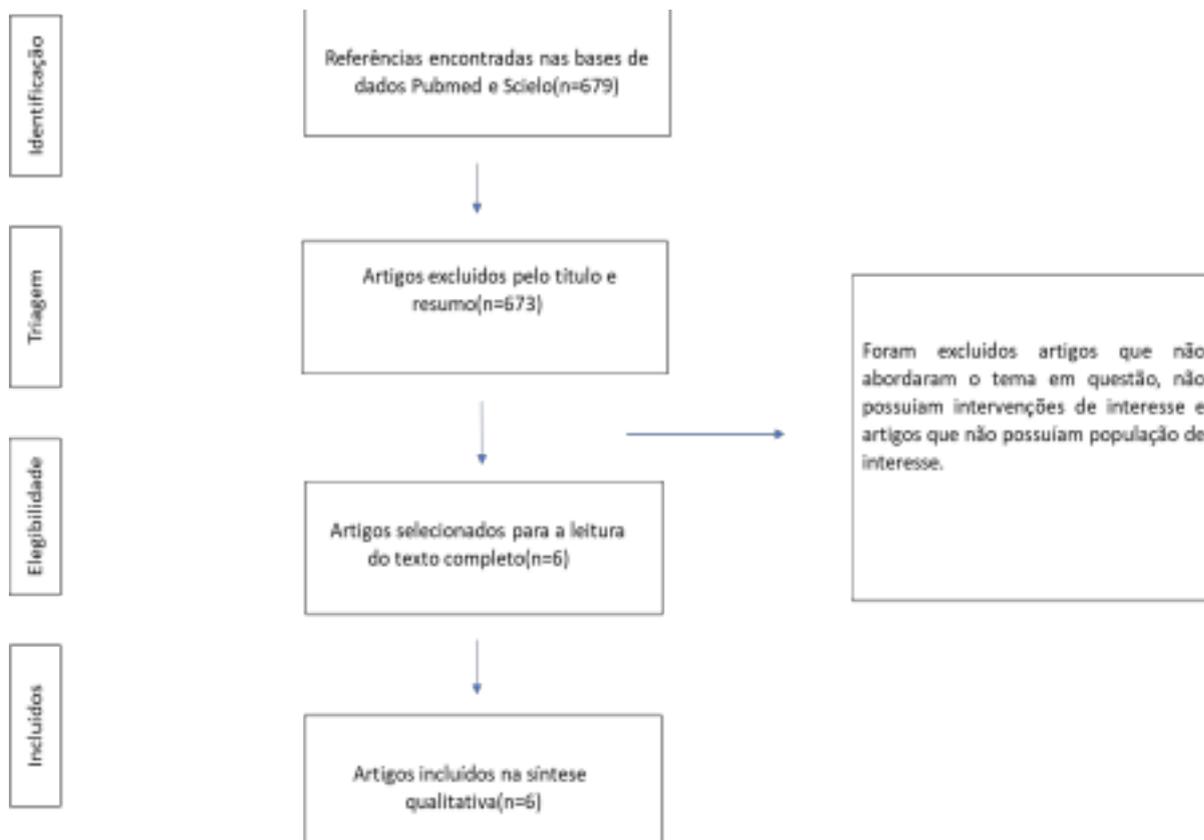


Figura 1. Fluxograma dos estudos selecionados para a revisão.

Verduci et al (2021) relata que pais ou responsáveis conseguem moldar as preferências alimentares das crianças desde os primeiros meses, sendo reforçadas com exposição ao alimento, podendo ter efeitos persistentes até 6 anos depois. Metcalfe et al (2021) e López-Contreras et al (2020) destacam a importância da intervenção educacional das famílias e/ou responsáveis por uma alimentação saudável. Essa intervenção pode ser realizada através de cursos e palestras que otimizem o consumo de frutas e verduras e como prepará-los, resultando em dados satisfatórios sobre a aceitação e maior consumo de frutas e verduras pelos pais e/ou responsáveis e seus filhos. Já Hodder et al (2019), descreve que apesar das intervenções dos pais ou responsáveis, a intervenção educacional para aumentar o consumo de frutas e verduras entre crianças menores que 5 anos não tem relevância, não conseguindo bons resultados.

Eliason et al (2020) aborda em sua pesquisa de comparação sobre a percepção dos pais sobre a dieta de seus filhos, analisando o consumo de frutas, vegetais e açúcares. Os resultados encontrados demonstram que a maioria dos pais relatam que seus filhos possuem um estilo de vida com uma dieta saudável. Além de destacar que crianças mais jovens de 3 a 8 anos consomem mais frutas e vegetais e menos açúcares. O estudo ainda conclui que estas crianças possuem um grande consumo de frutas e vegetais considerando a percepção dos pais, entretanto que este consumo não atinge a quantidade ideal, sendo considerado inadequada para as necessidades nutricionais.

Halicka et al (2021) constata que as preferências alimentares das crianças da Polônia e a influência dos pais sobre estas têm consequências nas escolhas alimentares não saudáveis. Tal fato serve de alerta para os pais que têm o papel de moldar o comportamento alimentar de seus filhos, concluindo a importância de preparar as crianças para boas escolhas desde cedo, incentivando com práticas educativas e sustentáveis. No quadro 1 é possível observar os principais resultados dos artigos incluídos neste estudo.

**Quadro 1.** Artigos levantados nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO) e National Library of Medicine (Pubmed), sobre o tema referido

Título do artigo	Autores	Ano de publicação	Objetivo do estudo	Conclusão
Padrões de Consumo das Crianças e Percepção dos Pais de uma Dieta Saudável.	Eliaison J, Acciai F, DeWeese RS, Vega-López S, Ohri-Vachaspati P	2020.	Verificar a percepção dos pais sobre a dieta de seus filhos, analisando o consumo de frutas, vegetais e açúcares.	Apesar das crianças possuírem um consumo de frutas e vegetais a quantidade não atinge as necessidades.
Escolhas Alimentares dos Pais e Envolvimento na Conscientização das Crianças sobre comportamentos Sustentáveis na Polônia Urbana.	Halicka E, Kaczorowska J, Rejman K, Szczybyło A.	2021.	Verifica se as preferências alimentares das crianças da Polônia e a influência dos pais sobre estas têm consequências nas escolhas alimentares não saudáveis.	Os pais tem papel de moldar o comportamento alimentar de seus filhos, concluindo a importância de preparar as crianças para boas escolhas desde cedo.
Interventions for increasing fruit and vegetable consumption in children aged five years and under.	Hodder RK, O'Brien KM, Stacey FG, Tzelepis F, Wyse RJ, Bartlem KM, Sutherland R, James EL, Barnes C, Wolfenden L	2019.	Analisa se as intervenções educacionais dos pais ou responsáveis podem aumentar o consumo de frutas e verduras entre crianças menores que 5 anos.	O estudo não mostrou bons resultados, onde pais ou responsáveis não apresentam relevância para aumentar o consumo de frutas e verduras em seus filhos.
Hábitos alimentares e resposta metabólica melhoram em crianças obesas cujas mães receberam intervenção para promover alimentação saudável: ensaio clínico randomizado.	López-Contreras IN, Vilchis-Gil J, Klünder-Klünder M, Villalpando-Carrión S, Flores-Huerta S.	2020.	Analisa a importância da intervenção educacional das famílias e/ou responsáveis por uma alimentação saudável.	O estudo apresenta dados satisfatórios sobre a aceitação e maior consumo de frutas e verduras pelos pais e/ou responsáveis e seus filhos.
Role of Dietary Factors, Food Habits, and Lifestyle in Childhood Obesity Development: A Position Paper From the European Society for Paediatric Gastroenterology, Hepatology and Nutrition Committee on Nutrition.	Verduci E, Bronsky J, Embleton N, Gerasimidis K, Indrio F, Köglmeier J, de Koning B, Lapillonne A, Moltu SJ, Norsa L, Domellöf M.	2021.	Verifica se pais ou responsáveis conseguem moldar as preferências alimentares das crianças desde os primeiros meses, sendo reforçadas com exposição ao alimento.	O estudo conclui que há efeitos satisfatórios moldando as preferências alimentares das crianças desde os primeiros meses até 6 anos depois.
A intervenção de educação culinária e nutricional baseada na comunidade promove o consumo de frutas e vegetais.	Metcalfe JJ, Prescott MP, Schumacher M, Kownacki C, McCaffrey J.	2022.	Analisa a alimentação saudável das crianças por meio de intervenções educativas nas famílias.	O estudo traz resultados positivos em relação a alimentação saudável em núcleos familiares que recebem intervenções educativas.

FONTE: A autora (2022).

## DISCUSSÃO

Ocorreram mudanças nos padrões de alimentação de todo o mundo especialmente em razão da substituição de alimentos in natura ou minimamente processados por alimentos processados e ultraprocessados. Visto que os alimentos ultraprocessados, são produtos com um

elevado valor energético e de baixo valor nutricional, e estes quando são inseridos na infância, provocam a diminuição da proteção imunológica de tal forma que impedem a digestão e a absorção de nutrientes corretamente, atrapalhando o crescimento e o desenvolvimento da criança. LOPES et al (2020).

O papel dos pais tem significância na alimentação de seus filhos, visto que, a partir dos seis meses de idade começa a introdução alimentar das crianças e a partir do primeiro ano de vida, a alimentação das crianças já evoluiu, como na consistência dos alimentos apresentando padrões equivalentes ao dos pais e ou responsáveis, desta forma os hábitos alimentares podem moldar as preferências e refletirem na saúde dessas crianças como na prevenção de futuras doenças crônicas. SOARES et al (2022).

O consumo excessivo de alimentos ultraprocessados está interligado a danos na saúde, empobrecendo a qualidade nutricional das dietas, além de serem caracterizados como alimentos com alto índice calórico, causando impactos negativos na composição corporal, no metabolismo e na saúde intestinal das crianças, além de acarretarem problemas de saúde na fase adulta. O acesso à informação para pais e responsáveis mostra uma mudança significativa nas escolhas alimentares destes e conseqüentemente de seus filhos. PEREIRA et al (2022).

## **CONCLUSÃO**

Observa-se a necessidade de ações educacionais informativas para pais e responsáveis sobre a alimentação saudável e os hábitos alimentares do núcleo familiar, atingindo esse público com informações e possíveis mudanças no âmbito familiar visto que a infância é um período crucial para o desenvolvimento das crianças. Fazendo-se importante o papel do nutricionista no atendimento da saúde pública alertando a população sobre seus hábitos e possíveis conseqüências refletidas em seus filhos. Contudo, tais resultados devem ter mais estudos aprofundados e interpretados com cautela para tal conclusão, pois faltam pesquisas de qualidade para avaliar o efeito de diligências para aumentar o consumo de frutas e verduras em crianças de 5 anos ou menos.

## REFERÊNCIAS

### ARTIGOS:

- 1- Eliason J, Acciai F, DeWeese RS, Vega-López S, Ohri-Vachaspati P. Padrões de Consumo das Crianças e Percepção dos Pais de uma Dieta Saudável. *Nutrientes*. 3 de agosto de 2020;12(8):2322. doi: 10.3390/nu12082322. PMID: 32756397; PMCID: PMC7468907.
- 2- Halicka E, Kaczorowska J, Rejman K, Szczybyło A. Escolhas Alimentares dos Pais e Envolvimento na Conscientização das Crianças sobre Comportamentos Sustentáveis na Polônia Urbana. *Int J Environ Res Saúde Pública*. 20 de março de 2021;18(6):3225. doi: 10.3390/ijerph18063225. PMID: 33804692; PMCID: PMC8003873.
- 3- Hodder RK, O'Brien KM, Stacey FG, Tzelepis F, Wyse RJ, Bartlem KM, Sutherland R, James EL, Barnes C, Wolfenden L. Interventions for increasing fruit and vegetable consumption in children aged five years and under. *Cochrane Database Syst Rev*. 2019 Nov 7;2019(11):CD008552. doi: 10.1002/14651858.CD008552.pub6. Update in: *Cochrane Database Syst Rev*. 2020 May 25;5:CD008552. PMID: 31697869; PMCID: PMC6837849.
- 4- López-Contreras IN, Vilchis-Gil J, Klünder-Klünder M, Villalpando-Carrión S, Flores Huerta S. Hábitos alimentares e resposta metabólica melhoram em crianças obesas cujas mães receberam intervenção para promover alimentação saudável: ensaio clínico randomizado. *BMC Saúde Pública*. 14 de agosto de 2020;20(1):1240. doi: 10.1186/s12889-020-09339-4. PMID: 32795294; PMCID: PMC7427732
- 5- Verduci E, Bronsky J, Embleton N, Gerasimidis K, Indrio F, Köglmeier J, de Koning B, Lapillonne A, Moltu SJ, Norsal L, Domellöf M; ESPGHAN Committee on Nutrition. Role of Dietary Factors, Food Habits, and Lifestyle in Childhood Obesity Development: A Position Paper From the European Society for Paediatric Gastroenterology, Hepatology and Nutrition Committee on Nutrition. *J Pediatr Gastroenterol Nutr*. 2021 May 1;72(5):769-783. doi: 10.1097/MPG.0000000000003075. PMID: 33720094.

6- Metcalfe JJ, Prescott MP, Schumacher M, Kownacki C, McCaffrey J. A intervenção de educação culinária e nutricional baseada na comunidade promove o consumo de frutas e vegetais. *Saúde Pública Nutr.* 2022 fev;25(2):437-449. doi: 10.1017/S1368980021003797. Epub 2021 6 de setembro. PMID: 34482851; PMCID: PMC8883782.

#### **WEBSITES:**

7- Lopes, Wanessa Casteluber et al. CONSUMPTION OF ULTRA-PROCESSED FOODS BY CHILDREN UNDER 24 MONTHS OF AGE AND ASSOCIATED FACTORS. *Revista Paulista de Pediatria [online]*. 2020, v. 38 [Acessado 13 Setembro 2022] , e2018277. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1984-0462/2020/38/2018277>>. Epub 14 Fev 2020. ISSN 1984-

0462. <https://doi.org/10.1590/1984-0462/2020/38/2018277>.

8- Pereira, Anna Müller et al. Ultra-processed food consumption by children from a Pelotas Birth Cohort. *Revista de Saúde Pública [online]*. 2022, v. 56 [Accessed 14 September 2022] , 79. Available from: <<https://doi.org/10.11606/s1518-8787.2022056003822>>.

Epub 09 Sept 2022. ISSN 1518-8787. <https://doi.org/10.11606/s1518-8787.2022056003822>.

9- Soares, Marcela Martins et al. Maternal and child characteristics correlated with frequency of consuming ultra-processed food by children aged 6 to 24 months old. *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil [online]*. 2022, v. 22, n. 2 [Accessed 14 September 2022] , pp. 365-373. Available from: <<https://doi.org/10.1590/1806-9304202200020010>>. Epub 05 Aug 2022. ISSN 1806-9304.

<https://doi.org/10.1590/1806-9304202200020010>.

## ANEXO MODELO REVISTA

**Título do artigo no idioma principal: subtítulo** (fonte calibri, tamanho 12, negrito e espaçamento simples)

*Title of the article in the main language: subtitle* (fonte calibri, tamanho 12, itálico e espaçamento simples)

**\*\*Dados do(s) autor(es) devem ser omitidos para avaliação e devem ser preenchidos no formulário no portal da revista durante o processo de submissão\*\***

### **Resumo**

O propósito destas diretrizes é o de descrever como você deve preparar seu artigo para a Revista da Associação Brasileira de Nutrição (RASBRAN). Estas diretrizes estão divididas nos seguintes tópicos: Introdução; Ética e legalidade; Estrutura do artigo e layout da página e Considerações sobre direitos autorais. Você deverá segui-las a fim de que possamos considerar seu artigo para publicação. Leia este documento cuidadosamente. Caso o seu manuscrito não esteja de acordo com as diretrizes, ele não poderá ser avaliado. Não hesite em nos contatar ([rasbran@asbran.org.br](mailto:rasbran@asbran.org.br)) caso as diretrizes apresentadas aqui não estejam suficientemente claras. Esperamos em breve receber sua proposta!

**Palavras-chave:** Diretrizes. Submissão. Artigo.

### ***Abstract***

*The purpose of these guidelines is to describe how you should prepare your paper for submission to the RASBRAN – Journal of Brazilian Nutrition Association. These guidelines are divided as follows: Introduction section; Ethics and legitimacy; Paper structure and page layout and Copyright considerations. You must follow them in order to have your paper considered for publication. Please read them carefully. If your paper is not submitted according to the guidelines it will not be considered for publication. Please do not hesitate to contact us ([rasbran@asbran.org.br](mailto:rasbran@asbran.org.br)) if any of the*

*guidelines presented here is not sufficiently clear. We look forward to reading your paper proposal!*

**Keywords:** *Guidelines. Submission. Paper.*

## **1 INTRODUÇÃO**

Agradecemos pelo seu interesse em publicar na RASBRAN. Este documento tem como objetivo auxiliá-lo na preparação do artigo que irá nos submeter. É importante que você siga as orientações aqui contidas para que possamos considerar o seu artigo para publicação.

A RASBRAN somente aceita submissões on-line. Você deverá inicialmente se cadastrar no sistema (<http://www.rasbran.com.br>). Concluído o cadastro você poderá, utilizando seu *login* e senha, submeter trabalhos, bem como para acompanhar o processo editorial em curso.

Cada artigo será lido por no mínimo dois pareceristas. O(s) nome(s) do(s) autor(es) será(ão) omitido(s) quando enviado(s) aos pareceristas, para permitir o anonimato dos trabalhos em julgamento. Você será prontamente notificado por e-mail da decisão dos pareceristas. Como mencionado anteriormente, você também poderá acompanhar o andamento do seu artigo acessando o portal de revista.

Os artigos devem ser originais, relatos de caso, resenhas, revisões sistemáticas e integrativas não sendo aceita submissão simultânea a outras publicações.

Os tópicos seguintes irão tratar de ética e legalidade, estrutura do artigo e layout da página, considerações sobre direitos autorais e, finalmente, de instruções sobre como enviar a proposta.

## **2 ÉTICA E LEGALIDADE**

A RASBRAN solicita o registro de ensaios clínicos para sua publicação. Ensaios clínicos feitos no Brasil

devem ser registrados Sistema CEP/CONEP - na Comissão Nacional de Ética em Pesquisa (<http://conselho.saude.gov.br/comissoes-cns/conep/>).

Ensaio clínico realizado em outros países podem ser registrados em diversas instituições, como o website <http://www.clinicaltrials.gov/> e outras.

Artigos envolvendo ensaios clínicos e demais estudos com seres humanos devem ser enviados acompanhados do número do registro e da Comissão de Ética Institucional onde foi aprovado. Não serão aceitos estudos realizados ilegalmente.

Pesquisas com animais deverão seguir as diretrizes do Conselho Nacional de Controle de Experimentação Animal – CONSEA. A legislação pode ser encontrada no website do Ministério da Ciência, Tecnologia, Inovações e Comunicações <http://www.mctic.gov.br/mctic/opencms/institucional/concea/>. A adesão a esses princípios deve constar no artigo, por meio do número de registro e identificação da comissão de ética institucional onde foi aprovado.

Autores estrangeiros de artigos envolvendo pesquisas em humanos ou animais devem consultar a legislação de seu país e citar no artigo a adequação às normas e princípios éticos aplicáveis, bem como a fonte desses. Recomenda-se adequação à Declaração de Helsinque (<https://www.wma.net/what-we-do/education/medical-ethics-manual/>) e/ou às regras previstas pelo OLAW – EUA (*Office of Laboratory Animal Welfare* - <https://olaw.nih.gov/>).

As revisões sistemáticas deverão utilizar e estar adequadas os critérios do PRISMA (Principais Itens para Relatar Revisões sistemáticas e Meta-análises).

O periódico RASBRAN segue o padrão estabelecido pelo ICMJE (*International Committee of Medical Journal Editors*). Para mais informações úteis à boa preparação de um artigo, leia o documento “*Requirements for manuscripts submitted to biomedical journals*”, na íntegra no website [www.icmje.org](http://www.icmje.org). As principais diretrizes do documento original estão contidas neste manual.

### **3 ESTRUTURA E FORMATAÇÃO DO ARTIGO**

Esta seção apresenta orientações quanto à estrutura e formatação do seu artigo. Quanto à formatação, este modelo já se encontra formatado de acordo com as diretrizes da RASBRAN. Para tornar mais fácil o processo, seguem algumas dicas.

Uma forma fácil de utilizar este modelo sem perder a formatação é utilizar a opção de Colar especial do editor de texto. Copie o trecho do texto que deseja colar neste modelo, selecione onde pretende colar e clique no menu **Editar ou Página Inicial**, escolha a opção **Colar especial** e em seguida em **Texto não formatado**.

### **3.1 Título do artigo**

O título do artigo deve vir primeiramente no idioma original do artigo, em seguida, em inglês. Os artigos escritos em outro idioma o segundo título deverá ser em português. Use caixa-alta (letra maiúscula) apenas para a primeira letra do título do artigo, exceto para palavras onde o uso de caixa-alta e caixa-baixa (letras maiúsculas e minúsculas) se faz gramaticalmente necessário (por exemplo, nome de pessoas, cidades, etc.).

### **3.2 Nome(s) do(s) autor(es)**

O(s) nome(s) do(s) autor(es), bem como os seus dados (ORCID iD, Instituição/Filiação, Resumo da biografia), deve(m) ser cadastrado(s) durante o processo de submissão do artigo no portal da revista. Se o artigo possuir mais de um autor, clicar em INCLUIR AUTOR e preencher os campos. No momento da submissão todos os autores deverão ser incluídos, pois não poderá ser adicionado posteriormente.

O(s) nome(s) do(s) autor(es) deve(m) ser omitido(s) no corpo de texto. Para garantir que seu artigo seja revisado às cegas, bem como a propriedade dos documentos deverá ser removida. (Confira o

passo a passo nas Diretrizes para autores). Para garantir que seu artigo seja revisado às cegas, não inclua em sua redação seu nome, instituição ou qualquer outra menção que possa identificá-lo como autor.

### **3.3 Resumo**

O resumo deve ser estruturado em objetivo, método, resultados e conclusão, escrito sem parágrafo ou títulos, com no mínimo 150 e no máximo 250 palavras. Assim como o título do artigo, o resumo deve ser apresentado primeiramente no idioma original do artigo, em seguida, em inglês e para aqueles em outro idioma, em português.

### **3.4 Palavras-chave**

As palavras-chave, que definem o tema do estudo, devem vir após o resumo, incluindo no mínimo 3 e no máximo 6 termos de indexação, no idioma original do artigo. Consultar os descritores em Ciências da Saúde nos endereços eletrônicos: <http://decs.bvs.br> ou [www.nlm.nih.gov/mesh](http://www.nlm.nih.gov/mesh).

As palavras-chave e *keywords* deverão ser colocadas abaixo do resumo e *abstract*, respectivamente.

### **3.5 Artigo**

Os artigos devem ser divididos em Introdução, Método, Resultados, Discussão e Conclusão. O artigo não deverá ultrapassar 25 páginas. Deve ser iniciado na mesma página do resumo/*abstract* e das palavras-chave (*keywords*).

### 3.6 Seções

O artigo não deve ter mais de três níveis de seções.

#### 3.6.1 Figura e quadros

A indicação do título das figuras e quadros deverá ser na parte inferior precedida da palavra designativa juntamente com número de ordem de ocorrência no texto. Devem ser apresentadas na mesma fonte do texto, com espaço simples entre linhas e somente letra maiúscula nas iniciais do título, salvo nomes próprios. Recomenda-se que sejam colocados perto do parágrafo a que se referem. Não são mencionadas as fontes de figuras e quadros quando elaboradas pelo próprio autor do artigo. Indicar a fonte quando retirada de outro documento. A seguir, são apresentados exemplos de figura e quadro.

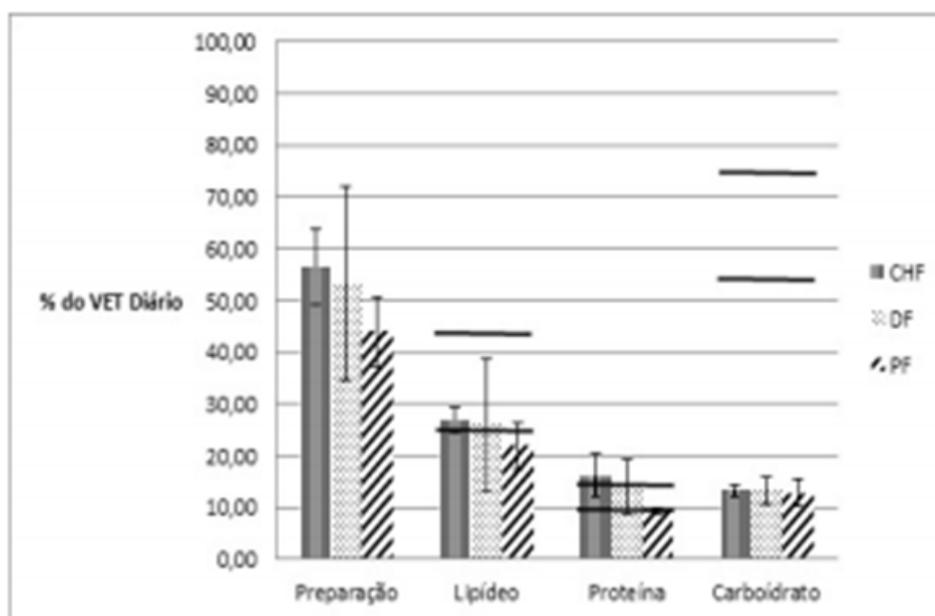


Figura 1 - Média e desvio padrão do percentual das preparações contendo açúcar.

Legenda: (CHF—charquefrito; DF— dourada frita; PF—pirarucu frito) em relação ao Valor Energético Total (VET) diário, em uma dieta de 2000 kcal. Faixa preta indica valores diários de referência para

macronutrientes com base em uma dieta de 2000 kcal

Fonte: LeHalle ALC, Colaço RMN, Sato STA, Souza JNS, Lima CLS<sup>2</sup>

| Título da coluna |
|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|
| Texto no quadro  | texto            | texto            | texto            | texto            |
| Texto no quadro  | texto            | texto            | texto            | texto            |
| Texto no quadro  | texto            | texto            | texto            | texto            |
| Texto no quadro  | texto            | texto            | texto            | texto            |
| Texto no quadro  | texto            | texto            | texto            | texto            |
| Texto no quadro  | texto            | texto            | texto            | texto            |

Quadro 1 - Exemplo de quadro.

Legenda do quadro 1

### 3.6.2 Tabelas

Será usada tabela quando for necessário apresentar dados não discursivos e estes são essencialmente numéricos.

A indicação do título da tabela deverá ser na parte superior precedida da palavra designativa juntamente com número de ordem de ocorrência no texto. Devem ser apresentadas na mesma fonte do texto, com espaço 1,5 entre linhas e somente letra maiúscula nas iniciais do título, salvo

nomes próprios. Recomenda-se que sejam colocados perto do parágrafo a que se referem. Não são mencionadas as fontes de tabelas, quando elaborada pelo próprio autor do artigo. Indicar a fonte quando retirada de outro documento. A seguir, são apresentados exemplos de tabelas.

Tabela 1 - Exemplo de tabela.

| Título da coluna |
|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|
| Texto na tabela  | 01               | 03               | 05               | 07               |
| Texto na tabela  | 02               | 04               | 06               | 08               |
| <b>TOTAL</b>     | <b>03</b>        | <b>07</b>        | <b>11</b>        | <b>15</b>        |

Legenda da tabela 1

#### 4 CONSIDERAÇÕES SOBRE DIREITOS AUTORAIS

Para evitar violação das leis de direitos autorais, não utilize longas e muitas citações de uma mesma fonte, ou figuras publicadas previamente sem um documento de autorização de uso dos direitos autorais. Isto também se refere a imagens produzidas por você autor, mas que já tenham sido publicadas em outro veículo, caso o seu direito autoral tenha sido transferido à editora. Autores que não fornecerem a autorização de uso de direitos autorais terão seus artigos devolvidos. Trataremos rigorosamente violações de direitos autorais.

## REFERÊNCIAS

As referências devem seguir o estilo Vancouver. Os periódicos devem ser abreviados segundo o “Catálogo NLM” (<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/nlmcatalog/journals>). As referências deverão ser numeradas consecutivamente segundo a ordem de citação no texto. Seguem exemplos de como as referências devem ser listadas:

### Artigos

1. Baladia E, Basulto J. Sistema de clasificación de los estudios en función de la evidencia científica. Dietética y nutrición aplicada basadas en la evidencia (DNABE): una herramienta para el dietista-nutricionista del futuro. Rev Esp Nutr Hum Diet. 2008;12(1):11-9.
2. Machado WM, Capelar SM. Avaliação da eficácia e do grau de adesão ao uso prolongado de fibra dietética no tratamento da constipação intestinal funcional. Rev. Nutr. [Internet]. 2010 [acesso em 2020 Fev 14];23(2). Disponível em [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1415-5273201000200006&lng=isso&nrm=isso&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-5273201000200006&lng=isso&nrm=isso&tlng=pt)

### Referenciando livros e teses

3. Gil A. Tratado de Nutrición. 2a ed. Madrid: Editorial Médica Panamericana; 2010.
4. Silva CLM. Características do suporte nutricional como preditores de sobrevida em pacientes graves [tese]. Rio de Janeiro: Universidade do Estado do Rio de Janeiro; 2008.

### Referenciando websites

5. Instituto Nacional do Câncer. Estimativa da Incidência de câncer em 2008 no Brasil e nas cinco regiões (Estimates of cancer incidence in Brazil and the five regions) [Internet]. Rio de Janeiro: INCA; c1996-2007 [acesso em 2017 Dec 10]. Disponível em: [http://www.inca.gov.br/conteudo\\_view.asp?id=1793/](http://www.inca.gov.br/conteudo_view.asp?id=1793/).
6. Ministério da Saúde (BR), Secretaria de Atenção à Saúde, Política Nacional de

Humanização da Atenção e Gestão do SUS. Acolhimento e classificação de risco nos serviços de urgência [Internet]. Brasília: Ministério da Saúde; 2009. [acesso em 2020 Jul 10]. Disponível em:  
[https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/acolhimento\\_classificacao\\_risco\\_servico\\_urgencia.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/acolhimento_classificacao_risco_servico_urgencia.pdf)

Deve-se utilizar o padrão convencionado pela Biblioteca Nacional de Medicina dos EUA. Para outros tipos de citação, consulte <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/bv.fcgi?rid=citmed>.