

FABIANA DE JESUS SAMPAIO

*Faculdade de Tecnologia e Ciência, FTC,
Salvador, BA, Brasil.*

CLÁUDIA TREUMANN ROCHA

*Faculdade de Engenharia de Sorocaba, FACENS,
Sorocaba, SP, Brasil.*

RENATO RIBEIRO NOGUEIRA FERRAZ

*Universidade Nove de Julho, UNINOVE, São
Paulo, SP, Brasil.*

ANTÔNIO PIRES BARBOSA

*Universidade Nove de Julho, UNINOVE, São
Paulo, SP, Brasil.*

FRANCISCO SANDRO MENEZES RODRIGUES

*Universidade Federal de São Paulo, UNIFESP,
São Paulo, SP, Brasil.*

*Recebido em março de 2018.
Aprovado em maio de 2018.*

**PERFIL SOCIO-ECONOMICO E ANÁLISE DE HÁBITOS DE
ALIMENTAÇÃO ENTRE POLICIAIS MILITARES DE SALVADOR -
BA**

RESUMO

A Polícia Militar da Bahia, desde a sua criação, tem por competência o policiamento ostensivo fardado com vistas à preservação da ordem pública. São escassos na literatura científica nacional, trabalhos sobre o perfil nutricional de militares e avaliação das condições de saúde. O estudo tem como objetivo avaliar o consumo de frutas, legumes e verduras entre os policiais e bombeiros militares do Centro de Operações das Polícias e Bombeiros. Trata-se de um estudo transversal de abordagem qualitativa abrangendo 47 policiais e bombeiros militares, com idade de 20 a 59 anos. Para avaliar o consumo das frutas, verduras e legumes foi utilizado um questionário de frequência alimentar qualitativo. Foi observado que a baixa ingestão dos alimentos ocorreu em diferente frequência de consumo, entres os grupos alimentares pesquisados. No presente estudo os resultados foram perceptíveis o baixo consumo das frutas, verduras/legumes entre os policiais e bombeiros militares. Espera-se que esse estudo tenha contribuído não só para a unidade militar onde a pesquisa foi realizada, mas para todos os profissionais de segurança pública para a conscientização de uma alimentação saudável.

Palavras-Chave: hábitos alimentares. segurança pública. gestão em saúde.

**SOCIO-ECONOMIC PROFILE AND ANALYSIS OF FOOD HABITS
BETWEEN MILITARY POLICIES OF SALVADOR - BA, BRAZIL**

ABSTRACT

Since its creation, the Military Police of Bahia has been responsible for ostensive uniformed policing with a view to preserving public order. There are few national scientific literature, studies on the nutritional profile of military personnel, and evaluation of health conditions. The study aims to evaluate the consumption of fruits and vegetables among the police and firefighters of the Police and Fire Department Operations Center. This is a cross-sectional qualitative study covering 47 police and military firefighters, aged 20 to 59 years. A qualitative food frequency questionnaire was used to evaluate the consumption of fruits and vegetables. It was observed that the low food intake occurred in different frequency of consumption, among the food groups surveyed. The results showed low consumption of fruits, vegetables / vegetables in policemen and firefighters in Bahia. The study should help not only to the military units where the research was conducted, but to all public safety professionals to raise awareness of healthy eating, and improve Administrators of Public Safety units on supplies of people on duty.

Keywords: eating habit. public safety. management in health.

INTRODUÇÃO

A fruta, segundo o Velho Testamento foi o primeiro alimento servido ao homem e seu consumo dispensa qualquer tipo de processo de cocção, não perdendo seus valores nutricionais. Segundo Ornelas (1) são excelentes fontes de vitaminas, minerais, fibras, compostos bioativos e os glicídios são de fácil digestão. Já Philippi (2) traz uma definição mais técnica do que seja fruta, uma parte polposa que rodeia a semente da planta que possui aroma característico, sendo rica em suco e de sabor adocicado.

As verduras e legumes também conhecidas como hortaliças são alimentos vegetais geralmente cultivados em hortas. Embora se tenha essa definição, que facilita a classificação comercial, ambas possuem características botânicas e nutricionais bem distintas. As verduras são partes comestíveis das folhas, flores, brotos e hastes que nascem acima do solo, já os legumes são consumidos somente os frutos e sementes (3).

Nos últimos anos, muito se veicula nos meios de comunicação a importância do consumo das frutas, verduras e legumes (FVL) como componentes importantes de uma dieta saudável bem como a recomendação de uma ingestão diária e em quantidade suficiente para a prevenção de doenças. No entanto, o consumo de FVL no Brasil corresponde um terço das recomendações, o que é insuficiente para o que recomenda a Organização Mundial de Saúde (OMS) (4) que é de 400g, o equivalente a cinco porções diárias. O que chega ser espantoso, já que o Brasil é um país com uma vasta abrangência territorial e com uma grande diversidade de frutas e hortaliças além de outros alimentos presentes e característicos de todas as regiões brasileiras (5).

As FVL são importantes na composição de uma dieta saudável, pois são fontes de micronutrientes, fibras e de outros componentes com propriedades funcionais, bem como possuem baixa densidade energética (6). A OMS ao elaborar a Estratégia Global sobre Alimentação Saudável, Atividade Física e Saúde, recomenda o aumento do consumo de frutas e hortaliças dentre as recomendações para prevenção de doenças crônicas. Já no cenário nacional, o Ministério da Saúde do Brasil através do Guia Alimentar para a População Brasileira, recomenda o consumo diário de no mínimo três porções de frutas e três porções de hortaliças enfatizando a importância de se variar o consumo desses alimentos nas refeições ao longo da semana (6).

Levando em conta que o consumo de FVL é insuficiente entre os brasileiros, e que seu consumo de forma diária em uma dieta equilibrada seja um dos pontos importantes para a manutenção da saúde, grupos como policiais militares que lidam diariamente com situações diárias de risco e estão predispostos a doenças crônicas, se faz importante avaliar se o consumo de FVL entre os policiais militares se mostra suficiente para possível prevenção do surgimento de doenças ligadas às condições de trabalho.

OBJETIVO

Analisar a frequência do consumo de frutas, legumes e verduras entre os policiais e bombeiros militares e descrever os fatores socioeconômicos que influenciam o consumo.

MÉTODO

Tipo de Estudo e Amostra

Trata-se de um estudo transversal de abordagem qualitativa onde o tamanho da amostra para o estudo é de setenta participantes.

Definição da População

Foram incluídos nesse estudo Policiais e Bombeiros Militares lotados no Centro de Operações das Polícias e Bombeiros, entre faixa etária de 20 e 60 anos, de ambos os sexos, que desempenham funções na Instituição ocupando os postos e graduações da escala hierárquica Praças (Soldado, Cabo, Sargento, Subtenente) e Oficiais (Tenentes, Capitão, Major, Tenente Coronel e Coronel).

Coletas de Dados

A coleta de dados ocorreu no Centro de Operações das Polícias e Bombeiros localizado no prédio da CENTEL - Central Única de Telecomunicações, localizado no Centro Administrativo da Bahia, antigo 5ª batalhão da polícia militar, sendo realizada no final do mês de março de 2014. Os participantes foram previamente orientados sobre o questionário e os motivos de sua aplicação e quanto ao procedimento de preenchimento. O instrumento de coleta de dados foi um Questionário de Frequência Alimentar (QFA) que tem por objetivo avaliar a frequência do consumo, e junto a este, um Questionário Socioeconômico para descrever fatores socioeconômicos e comportamentais que venha a interferir no consumo dos alimentos reguladores.

O Questionário de Frequência Alimentar utilizado foi construído tendo como base o QFA validado por Ribeiro et al (7). Onde o pesquisador considera o QFA um instrumento de pesquisa amplamente utilizado em estudos epidemiológicos e o mais prático e informativo método de avaliação em estudos que investigam o consumo dietético. O questionário é de caráter qualitativo e avaliou apenas os alimentos reguladores, onde contempla trinta e um alimentos, onde onze são frutas e nove são sucos das frutas e, ambos considerando o seu consumo in natura. Ao que diz respeito a verduras e legumes foram contemplados onze alimentos, independente do seu consumo cozido ou in natura. A escolha dos alimentos foi feita com base nos alimentos comercializado ao longo do ano, não climatizados, de fácil aquisição e predominantes durante o mês em que a coleta de dados foi realizada.

As categorias de frequência de consumo do QFA incluíam: a) 1 vez dia; b) 3 ou mais vezes/dia; c) 5 a 6 vezes semana; d) 2 a 4 vezes semana; e) 1 vez semana; e f) Quinzenalmente. Os alimentos listados foram apresentados em medidas caseiras, facilitando ao participante visualizar a quantidade dos alimentos consumidos, e para colocar em medidas caseiras foi utilizado como ferramenta o livro Tabela para Avaliação de Consumo Alimentar em Medidas Caseiras da autora Pinheiro et al ano de publicação 2008 (8).

O Questionário Socioeconômico é estruturado com questões elaboradas de forma a conter pontos referentes às variáveis de influência no consumo dos alimentos a serem descritas, sendo, socioeconômicas (sexo, idade, estado civil, patente, escolaridade e renda mensal) e comportamentais (tabagismo e consumo de bebida alcoólica) que visam apenas obter respostas qualitativas.

Para a tabulação dos dados, análise estatística descritiva e geração de tabelas e gráficos foi utilizado o Programa Microsoft Excel 2010.

Aspectos Éticos da Pesquisa

Devido A pesquisa envolver seres humanos, conforme o preconizado na Resolução CNS 196/96, o mesmo foi registrado no Conselho Nacional de Ética em Pesquisa (CONEP), sobre CAAE 22026313.8.0000.5032 e aprovado pelo Comitê de Ética do Instituto Mantenedor de Ensino Superior da Bahia (CEP/IMES). O estudo foi autorizado pela Superintendência de Telecomunicações - STELECOM. Anteriormente à coleta de dados, foi entregue a cada participante um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, para aqueles que concordaram em participar, onde uma cópia do termo ficava em mãos do participante.

RESULTADOS

Características da Amostra

Participaram do estudo 47 Polícias Militares (PMs), sendo 26 do sexo masculino (55%) e 21 do sexo feminino (45%). Fatores como escala de trabalho (trabalha 12 horas e folga no dia seguinte) e da recusa de alguns PMs em participarem da pesquisa, implicou na captação de um número da amostra calculada para 70 participantes. Na Tabela 1, estão descritas as características socioeconômicas segundo o sexo. Observa-se que 27 (57%) participantes ocupam em sua maioria a escala hierárquica de Soldado onde 15 mulheres (71%) ocupam este posto.

Em relação ao estado civil, 23 (49%) declaram-se solteiros, onde 15 (71%) eram mulheres, 22 participantes (47%) declararam-se casados ou união estável, onde 17 eram homens para este estado civil (65%). Os 24 (51%) participantes estavam entre 30 e 39 anos, sendo 13 (62%) mulheres a maioria nessa faixa etária, e entre 40 e 49 anos de idade tem-se 18 (38%) participantes. Observou-se que 22 (84%) dos homens participantes estavam em uma faixa etária de 30 a 49 anos.

Com relação escolaridade, 17 (36%) tinham o ensino médio completo e 15 (32%) ensino superior incompleto, no entanto o total de 15 homens (58%) e 15 mulheres (71%) apresentavam ensino médio completo e/ou ensino superior completo, apenas 2 participantes relataram ter mestrado sendo um homem e uma mulher. A renda mensal no total dos PMs, 18 relataram (38%) ter rendimento mensal de quatro salários mínimos e 16 (34%) ter rendimento mensal de três salários mínimos.

Nas duas questões comportamentais inclusas no questionário, 47 (100%) dos participantes relatam não serem fumantes em ambos os sexos. Já para o consumo de bebida alcoólica 33 (70%) dos participantes relatam consumir bebida alcoólica, sendo que entre os dados esse consumo ocorre de forma eventual, onde com relação ao sexo 18 (86%) mulheres são as que mais consomem bebida alcoólica.

Tabela 1 - Distribuição numérica e percentual da característica socioeconômica segundo ao sexo dos policiais e bombeiros militares. Salvador, Ba, 2014.

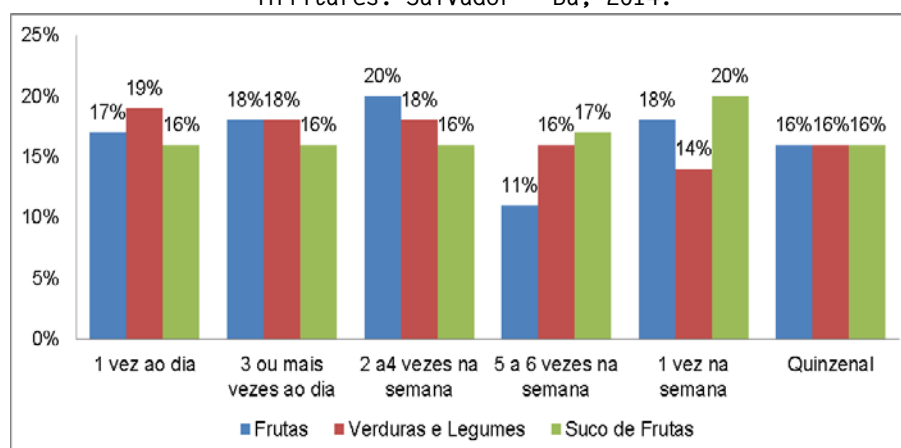
	Todos (n=47)		Homens (n=26)		Mulheres (n=21)	
	n	%	n	%	n	%
Hierarquia Militar						
Soldado	27	57	12	46	15	71
Cabo	2	4	1	4	1	5
Sargento	12	26	8	31	4	19
Subtenente	3	6	2	8	1	5
Capitão	2	4	2	8	0	0
Major	1	2	1	4	0	0
Estado Civil						
Solteiro	23	49	8	31	15	71
Casado ou União Estável	22	47	17	65	5	24
Divorciado/Viúvo	2	4	1	4	1	5
Faixa Etária						
20 - 29 anos	2	4	1	4	1	5
30 - 39 anos	24	51	11	42	13	62
40 - 49 anos	18	38	11	42	7	33
50 - 59 anos	3	6	3	12	0	0
Escolaridade						
Ensino Médio	17	36	9	35	8	38
Ensino Superior Completo	13	28	6	23	7	33
Ensino Superior Incompleto	15	32	10	38	5	24
Mestrado	2	4	1	4	1	5
Renda Mensal						
< 3 Salários mínimos	3	6	0	0	3	14
3 Salários mínimos	16	34	9	35	7	33
4 Salários mínimos	18	38	8	31	10	48

	Todos (n=47)		Homens (n=26)		Mulheres (n=21)	
	n	%	n	%	n	%
5 Salários mínimos	4	9	3	12	1	5
>5 Salários mínimos	5	11	5	19	0	0
Fuma?	N	%	n	%	N	%
Sim	0	0	0	0	0	0
Não	47	100	26	100	21	100
Consumo de bebida alcoólica?						
Sim	33	70	15	58	18	86
Não	14	30	11	42	3	14

Análise Qualitativa da Frequência Alimentar

Na Figura 1, foi observado que entres os grupos alimentares pesquisados para a frequência quinzenal (16% para ambos os grupos alimentares) não houve diferença percentual. A baixa ingestão dos alimentos ocorre em diferentes frequências de consumo. As frutas apresentaram um menor consumo em 5 a 6 vezes na semana (11%), e as verduras e legumes 1 vez na semana (14%). Observou-se que o consumo de 3 ou mais vezes ao dia, não houve variação percentual entre as frutas (18%) e verduras (18%). Ao consumo de suco de frutas não se observou alterações entre as frequências, exceto por uma variação de dezessete por cento na frequência de 5 a 6 vezes na semana e de vinte por cento (20%) na frequência de uma vez na semana que se apresentaram maiores em relação as demais.

Figura 1 - Frequência de consumo de frutas, verduras e legumes entre os Policiais e Bombeiros Militares. Salvador - Ba, 2014.



Fonte: Dados do pesquisador.

Os alimentos mais consumidos entre os PMs independente da frequência de consumo proposto pelo QFA, na categoria de frutas foi a banana (83%), mamão (83%) e maçã (78,7%), entre as verduras e legumes o tomate (95,7%), batata (95,7%), cenoura (93,6%), alface (91,4%), abobora (91,4%) e chuchu (80,8%), e os suco de frutas o de goiaba (85,1%), acerola (80,8%) laranja (78,7%) e umbu (78,7%), foram os alimentos mais consumidos entre os PMs.

Descrições de Fatores Socioeconômicos no Consumo de Frutas Verduras e Legumes

Na tabela 2 encontra-se a associação entre o consumo regular e os fatores socioeconômicos. A frequência de 5 a 6 vezes na semana no presente estudo foi escolhida para a descrição dos fatores socioeconômicos e a associação do consumo de FVL devido a pesquisa se ater a uma frequência que apresentou um menor percentual.

Com relação ao estado civil, 19 (52%) dos participantes eram casados, onde 14 (70%) são homens, e se observou que nessa relação 11 (68%) mulheres eram solteiras,

não foi incluída nessa associação divorciado/viúvo, porque não houve dados na pesquisa para a frequência de 5 a 6 vezes na semana.

Na frequência de 5 a 6 vezes na semana, 16 (44%) dos PMs nas faixas etárias de 30 a 39, apresentou um baixo consumo, onde 9 (56%) mulheres eram maioria para essa faixa etária. Dos 15 (42%) dos participantes apresentou ensino superior incompleto, onde os 13 (85%) homens apresentaram ensino médio completo e ensino superior incompleto. Em relação às mulheres, 6 (38%) apresentaram ensino superior completo as mulheres. Para aqueles que têm um consumo regular a renda mensal no total dos PMs 11 (31%) declararam ter um rendimento mensal de três salários mínimos e 10 (28%) ter rendimento mensal de quatro salários mínimos.

Por questões comportamentais para o consumo regular, 47 dos participantes (100%) relata não serem fumantes para ambos os sexos. Já para o consumo de bebida alcoólica, 23 participantes (63%) relatam não haver o consumo, mas entre os sexos as mulheres são as que mais consomem bebida alcoólica sendo 12 (75%) dessa variável.

Tabela 2 - Consumo de 5 a 6 vezes na semana de frutas, verduras e legumes, segundo o sexo e características socioeconômicas dos Policiais e Bombeiros Militares. Salvador - Ba, 2014.

Variável	5 a 6 vezes na semana					
	Todos (n=36)		Homem (n=20)		Mulher (n=16)	
	n	%	n	%	N	%
Estado Civil						
Solteiro	17	47	6	30	11	68
Casado ou União Estável	19	52	14	70	5	31
Faixa Etária						
20 - 29 anos	2	5	2	10	1	6
30 - 39 anos	16	44	7	35	9	56
40 - 49 anos	14	38	8	40	6	37
50 - 59 anos	3	8	3	15	0	0
Escolaridade						
Ensino Médio	12	33	7	35	5	31
Ensino Superior Completo	11	30	3	15	6	38
Ensino Superior Incompleto	15	42	10	50	5	31
Renda Mensal						
< 3 Salários mínimos	2	5	0	0	2	13
3 Salários mínimos	11	31	6	30	5	31
4 Salários mínimos	10	28	3	15	7	43
5 Salários mínimos	6	17	4	20	2	12
>5 Salários mínimos	5	14	5	25	0	0
Fuma?						
Sim	36	100	20	100	16	100
Não	0	0	0	0	0	0
Consumo de bebida alcoólica?						
Sim	13	36	11	55	12	75
Não	23	63	9	45	4	25

DISCUSSÃO

O Brasil é um país tropical, com uma disponibilidade e grande variedade de frutas e hortaliças, no entanto pesquisas que traçam um perfil de consumo desses alimentos relatam um baixo consumo entre a população. No tocante da população do referido estudo, é escasso na literatura científica que trace o perfil de consumo alimentar entre militares. Silva et al (9), realizaram em 2012, uma pesquisa de Inquérito Alimentar De Remadores Militares Competitivos do Rio de Janeiro, onde observaram que 45,4% dos remadores militares consomem legumes e verduras pelo menos uma vez por semana, enquanto que 54,6% consomem somente três vezes por mês, quinzenalmente ou raramente. Em relação às frutas, 51,6% dos entrevistados consomem pelo menos uma vez na semana, e 48,4% consomem apenas três vezes ao mês, quinzenalmente ou raramente. Somente 13,2% dos militares que participaram do inquérito alimentar consumiam frutas de forma adequada de

quatro a cinco vezes ao dia. Os pesquisadores constataram um baixo consumo de frutas, verduras e legumes para o que se é recomendado pelos órgãos nacional e mundial de saúde. Correia (10) em seu estudo com policiais militares da cidade de Cascavel observou que as verduras e legumes obtiveram um percentual 50% de consumo diário, no entanto esse dado não obteve relevância estatística, considerado um baixo consumo desses alimentos na população de estudo da pesquisadora. Já Maria (11) em sua pesquisa com militares da Força Aérea Brasileira da cidade de São Paulo observou que apenas 2,3% consomem de forma adequada FVL, onde sua pesquisa aponta esses alimentos como fonte de fibras, ou seja, a população do seu estudo tem uma alta porcentagem para baixo consumo de FVL além de um baixo consumo de fibras, no qual esses alimentos proporcionam.

Em pesquisas de consumo alimentar são escassas as abordagens ao consumo de suco de frutas. Quando abordados em pesquisas, os sucos são analisados como um todo, como exemplo, a POF de 2008-2009 (12), que ao analisar a prevalência de consumo alimentar por sexo, verificou o consumo de sucos/refrescos/sucos em pó reconstituído, onde o consumo ao todo é de 39, 8%, em relação ao sexo, entre as mulheres o consumo de suco é maior que os homens, não analisando esse consumo por tipo de apresentação do suco. Nas categorias de bebidas não alcoólicas os néctares são os que mais apresentam um teor de frutas, de 25% a 45%. E entre os brasileiros é a bebida mais consumida que as demais categorias, mas ao se comparar a um suco natural, são notórias que quanto menor a quantidade de polpa de frutas presente em uma bebida, menor será o seu valor nutricional. O que implica na diminuição dos nutrientes não só nos néctares mais em outros tipos de bebidas à base de frutas, são as técnicas indústrias empregadas no processamento destas frutas que leva as perdas significativas das vitaminas e fibras (13-16). Na presente pesquisa foi levado em consideração ao suco de fruta onde se tem a preparação apenas do sumo da fruta adoçados ou não, como sento também uma porção de fruta diária. No entanto apresentou baixo consumo entre os participantes em relação a outros grupos alimentares do questionário.

As a maioria das FVL presentes no questionário apresentaram alto consumo entre os participantes, isso talvez seja pelo fato de serem alimentos de fácil acesso, valor de compra acessível e de aceitação e gosto pessoal, principalmente que são alimentos encontrados facilmente ao longo do ano, com exceção da acerola e do umbu que são frutas sazonais. Na POF de 2008 - 2009 (12) traz-se dados que as frutas preferidas entre os brasileiros são: a banana com (7,01 kg/pessoa ao ano); e as principais hortaliças consumidas foram a batata (5,60 kg/pessoa ao ano) e o tomate (4,92 kg/pessoa ao ano) (16). Ressaltando que a batata foi colocada propositalmente no QFA, pois culturalmente a mesma é considerada com uma hortaliça, no entanto o Guia Alimentar da População (17) traz na Diretrizes 2, que a batata é do grupo dos tubérculos e raízes sendo, portanto, considerado um carboidrato complexo.

O baixo consumo de FVL entre os policias militares, deve ser visto com atenção, pois esse profissional que está diariamente exposto a diversas situações de injustiça social, violência urbana onde lidam com o risco de matar ou morrer, e ao burnout, um estresse crônico, que os levam a desgaste físico, mental e emocional, sendo esses sinais e sintomas que os PMs estão vulneráveis (18). O estresse apresentado de forma prolongada pode levar a um desequilíbrio da homeostase do organismo, ou seja, o estresse oxidativo, que é um desequilíbrio das moléculas oxidantes e antioxidante. Esse mesmo desequilíbrio favorece o aparecimento de sintomas como nervosismo, irritabilidade, perda ou excesso de apetite e o surgimento doenças crônicas não transmissíveis (18,19). Em vista disso o consumo dos alimentos reguladores de forma frequente e em porções adequadas é importante para o fornecimento das vitaminas, minerais e de compostos bioativos ou fitoquímicos (bioflavonoides, carotenoides, flavonoides dentre outros) que atuam como antioxidantes naturais para a inibição e redução das lesões causadas pelos radicais livres ao organismo, e quando esse consumo é de forma adequada e frequente previne e auxilia na redução das ações dos radicais livres (20,21).

Fatores socioeconômicos, demográficos e comportamentais têm sido considerados potenciais determinantes para o consumo alimentar. No Brasil são vários os dados que traçam a relação de ingestão de frutas, verduras e legumes a esses fatores (22,23). A relação de consumo de FVL e estado civil não são frequente entre os estudos de consumo alimentar, percebe-se que homens casados têm um melhor consumo dos alimentos reguladores, isso é provável devido as mulheres serem as responsáveis pela compra e preparação dos alimentos nas residências de casais (24,25). Não foi questionado os participantes quem é responsável pela alimentação dos participantes casados, principalmente dos homens casados em união estável que apresentou dados expressivos para o consumo de FVL.

Os PMs que se encontram em uma faixa etária menor que 60 anos, têm um menor consumo dos alimentos reguladores. Jorge et al (26) em sua pesquisa de consumo de frutas e hortaliças em mulheres residentes na região metropolitana de São Paulo constataram que as mulheres entre 30 e 50 anos têm o dobro de chance de baixo consumo. Na pesquisa do VIGITEL de 2012 (17) constatou que o consumo regular de frutas e hortaliças aumentou uniformemente com a idade, para ambos os sexos assim se teve um aumento uniforme de frutas e hortaliça, ou seja, quanto menor a faixa etária, menor é o consumo. Jaime e Monteiro (27) discutem que as diferenças no consumo de FVL em relação à faixa etária daqueles com menor que 60 anos estão ligados aos novos padrões “modernos” ao se alimentar, onde hoje se tem um maior consumo de açúcares simples, gordura satura e alimentos processados.

O que se observa nos dados da pesquisa, que os participantes deste estudo independente do sexo têm mais de doze anos de estudo, porém um baixo percentual do consumo de frutas e verduras. No entanto, alguns estudos constataam que a associação entre o consumo de FLV e a escolaridade é positiva (28). Silva et al (29) em seu estudo na população de Brasília observou que o número de anos de estudo está diretamente associada à o consumo de frutas e hortaliças, sendo para cada ano de estudo a prevalência de ingestão adequada é de 36%.

Com vista nestes rendimentos a população de estudo ocupa a classe econômica Classe C ou Classe Média quando os rendimentos mensais são de 3 a 10 salários mínimos, segundos os Cálculos realizados pela Fundação Getúlio Vargas que caracteriza a classe econômica brasileira, aponta também que desde 2008 a Classe Média apresenta um maior poder de consumo (16). No entanto pesquisas de consumo de FVL constataam que pouco é gasto na compra desses alimentos. Claro et al (30) relatam que as despesas com alimentação tendem a diminuir com o aumento da renda. O mesmo pesquisador em 2010 (31) ao associar renda e os preços de alimentos, demonstrou que não há uma aquisição absoluta de frutas e hortaliças, mas sua participação se torna relativa no total de alimentos adquiridos.

É animador perceber que profissionais que tem como missão zelar pela segurança sejam de exemplo para o tabagismo, já que cem por cento dos participantes do presente estudo afirmam não serem fumantes, também é observado entre os participantes o baixo consumo de bebida alcoólica, no entanto as mulheres foram as que mais relatam consumo alcoólico entre os participantes. A relação de consumo de FVL e tabagismo e consumo alcoólico não são muito presentes em estudos que tracem um consumo dos alimentos reguladores e as variáveis comportamentais. Neutzling et al (23) ao associar o consumo de FVL em adultos perceberam que os não fumantes e ex-fumantes têm o consumo de forma regular é significativamente maior desses alimentos. Ferreira et al (32) discutem que o policial militar tem necessidades insatisfeitas, em função do seu poder aquisitivo, além de suas funções no atendimento de ocorrências do alto grau de periculosidade podendo estar associadas ao estresse da atividade exercida, induzindo ao alcoolismo e ao tabagismo, como mecanismo de fuga.

CONCLUSÃO

No presente estudo, o baixo consumo das frutas, verduras/legumes entre os policiais e bombeiros militares é perceptível, mesmo que ocorram em frequências de consumo diferentes. Ao que diz respeito aos sucos de frutas os resultados não foram tão expressivos, já que não houve grandes variações entre as frequências. Ações de orientação nutricional relatando a importância do consumo adequado dos alimentos reguladores se fazem importantes.

Trabalhos realizados com uma amostra maior de participantes e a comparação dos dados desta pesquisa com aqueles observados em outros Batalhões da PM poderiam contribuir para verificar se o resultado aqui obtido poderá se repetir quando analisado em maior escala. A inclusão de algumas perguntas ao questionário socioeconômico poderia melhor relacionar fatores que levam ao baixo consumo de FVL, pontos esses que se mostram limitadores do estudo.

A despeito do estudo se propor a estabelecer uma correlação entre os hábitos alimentares de policiais militares e bombeiros, categorias profissionais submetidas a forte componente de estresse, algumas limitações devem ser evidenciadas. Primeiramente, importa reportar a amostra relativamente pequena pesquisada. Além disso, existem algumas outras categorias profissionais no setor de segurança pública que, pelas características de atuação e interação com comunidades de alto grau de vulnerabilidade social, poderiam ser prospectadas e comparadas. Tal proposta decorre do modelo de atuação existente no Brasil em que ocorre um compartilhamento de funções de policiamento e segurança patrimonial, trabalho exercido por policiais militares e bombeiros e de adscrição e controle da violência urbana, função específica da polícia civil. Outra questão limitadora se refere ao ambiente no qual foram aplicados os questionários da pesquisa, um centro administrativo e de controle de operações, no qual o contato direto com as comunidades e populações é pouco frequente. Uma oportunidade a ser considerada em futuras prospecções é a de extensão do estudo às unidades operacionais da Polícia Militar, Corpo de Bombeiros e Polícia Civil.

REFERÊNCIAS

- (1). Ornellas LH. Técnica dietética: seleção e preparo de alimentos. Atheneu; 2001. 330 p.
- (2). Philippi ST. Nutrição e técnica dietética. Editora Manole; 494 p.
- (3). Domene SMÁ. Técnica dietética: teoria e aplicações. Grupo Gen - Guanabara Koogan; 2011. 261 p.
- (4). Organization WH. Diet, nutrition, and the prevention of chronic diseases: report of a joint WHO/FAO expert consultation. Vol. 916. World Health Organization; 2003.
- (5). Brasil, Ministério da Saúde, Secretaria de Políticas de Saúde, Coordenação-Geral da Política de Alimentação e Nutrição. Alimentos regionais brasileiros. Brasília: Ministério da Saúde; 2002.
- (6). Figueiredo ICR, Jaime PC, Monteiro CA. Fatores associados ao consumo de frutas, legumes e verduras em adultos da cidade de São Paulo. Rev Saúde Pública. 2008;42:777-785.
- (7). Ribeiro AC, Oliveira KES de, Rodrigues M de LCF, Costa THM da, Schmitz B de AS. Validação de um questionário de frequência de consumo alimentar para população adulta. 2006.
- (8). Pinheiro ABV, Gomes MCDS, Lacerda EMDA, Benzecry EH, Costa VMD. Tabela para avaliação de consumo alimentar em medidas caseiras. Atheneu; 2008. 131 p.

- (9). da Silva DRGM, Cardoso FT, de Souza GG, da Silva EB. Inquérito alimentar de remadores militares competitivos. *Corpus Sci.* 2013;8(3):87-97.
- (10).Correia ACS. Avaliação do Inquérito Alimentar de Militares da Cidade De Cascavel No Paraná [Conclusão de Curso de Graduação]. [Cascavel]: Faculdade Assis Gurgacz; 2008.
- (11).Maria SHC. Estado nutricional e fatores associados em militares da Força Aérea Brasileira na cidade de São Paulo [PhD Thesis]. Universidade de São Paulo; 2011.
- (12).Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Pesquisa de orçamentos familiares 2008-2009: análise do consumo alimentar pessoal no Brasil. Rio de Janeiro: IBGE; 2010.
- (13).Sucupira NR, Xerez ACP, de Sousa PHM. Perdas vitamínicas durante o tratamento térmico de alimentos. *J Health Sci.* 2015;14(2).
- (14).Correia LFM, Faraoni AS, Pinheiro-Sant'Ana HM. Efeitos do processamento industrial de alimentos sobre a estabilidade de vitaminas. *Aliment E Nutr Araraquara.* 2008;19(1):83-95.
- (15).Associação Brasileira das Indústrias de Refrigerantes e de Bebidas não Alcoólicas. Néctares e sucos prontos [Internet]. ABIR. [citado 18 de fevereiro de 2018]. Disponível em: <https://abir.org.br/o-setor/dados/nectares/>
- (16).Silveira J, Galeskas H, Tapetti R, Lourencini I. Quem é o consumidor brasileiro de frutas e hortaliças? A ampliação da classe média pode impulsionar o consumo de frutas e hortaliças no Brasil. julho de 2011; ano 10(103):8-23.
- (17).Brasil, Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde, Departamento de Vigilância de Doenças e Agravos não Transmissíveis e Promoção de Saúde. *Vigite! Brasil 2012: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico.* Brasília: Ministerio da Saúde; 2013 p. 136.
- (18).Costa M, Accioly Júnior H, Oliveira J, Maia E. Estresse: diagnóstico dos policiais militares em uma cidade brasileira. *Rev Panam Salud Pública.* 2007;21:217-222.
- (19).Silva JF da C. Estresse ocupacional e suas principais causas e consequências [Internet] [Monografia]. [Rio de Janeiro]: Universidade Cândido Mendes - Instituto a Vez do Mestre; 2010. Disponível em: http://www.avm.edu.br/docpdf/monografias_publicadas/k213171.pdf
- (20).Bianchi M de LP, Antunes LMG. Radicais livres e os principais antioxidantes da dieta. *Rev Nutr.* 1999;12(2):123-30.
- (21).Zimmermann AM, Kirsten VR. Alimentos com função antioxidante em doenças crônicas: uma abordagem clínica. *Discip Sci Saúde.* 2008;8(1):51-68.
- (22).Tinoco SGG. Fatores associados ao consumo adequado de frutas, legumes e verduras na população adulta do Distrito Federal. 2011;
- (23).Neutzling MB, Rombaldi AJ, Azevedo MR, Hallal PC. Fatores associados ao consumo de frutas, legumes e verduras em adultos de uma cidade no Sul do Brasil. *Cad Saúde Pública.* 2009;25(11):2365-2374.
- (24).Mondini L, Moraes SA de, Freitas ICM de, Gimeno SGA. Consumo de frutas e hortaliças por adultos em Ribeirão Preto, SP. *Rev Saúde Pública.* 2010;44:686-694.

- (25).Campos VC, Bastos JL, Gauche H, Boing AF, Assis MAA de. Fatores associados ao consumo adequado de frutas, legumes e verduras em adultos de Florianópolis. Rev Bras Epidemiol. 2010;13(2):352-362.
- (26).Jorge MIE, Martins IS, Araújo EAC de. Diferenciais socioeconômicos e comportamentais no consumo de hortaliças e frutas em mulheres residentes em município da região metropolitana de São Paulo. Rev Nutr. 2008; 21(6):695-703.
- (27).Jaime PC, Monteiro CA. Fruit and vegetable intake by Brazilian adults, 2003. Cad Saúde Pública. 2005;21:S19-S24.
- (28).Marinho MCS, Hamann EM, Lima AC da CF. Práticas e mudanças no comportamento alimentar na população de Brasília, Distrito Federal, Brasil Behavioral changes in food intake practices in the population of Brasília, Federal District, Brazil. Rev Bras Saúde Materno Infant. 2007;7(3):251-261.
- (29).Silva Ferreira DK da, Bonfim C, Silva Augusto LG da. Fatores associados ao estilo de vida de policiais militares. Ciênc Saúde Coletiva. 2011;16(8).
- (30).Claro RM, Carmo HCE do, Machado FMS, Monteiro CA. Renda, preço dos alimentos e participação de frutas e hortaliças na dieta. Rev Saúde Pública. 2007;41:557-564.
- (31).Claro RM, Monteiro CA. Renda familiar, preço de alimentos e aquisição domiciliar de frutas e hortaliças no Brasil. Rev Saúde Pública. 2010;44(6):1014-1020.
- (32).Ferreira F de L, Alencar A, Galvão M, Costa GO, Araújo MML de, Maciel. Alcoolismo na polícia militar do Estado do Amazonas.