



Educação Alimentar e Nutricional com Estudantes do Ensino Médio em uma Escola Pública Paraense: Relato de Experiência

Food and Nutrition Education With High School Students in a Public School in Pará, Brazil: An Experience Report

Adrian Silvano Santana da Silva

Universidade do Estado do Pará (UEPA). <https://lattes.cnpq.br/2118688615635408>

Ana Luiza Brito dos Santos

Universidade do Estado do Pará (UEPA). <http://lattes.cnpq.br/8201113896595307>

Kamilly Gabrielly Bezerra dos Santos

Universidade do Estado do Pará (UEPA). <http://lattes.cnpq.br/4528808536022775>

Larissa Marques de Moraes

Universidade do Estado do Pará (UEPA). <http://lattes.cnpq.br/5710178842975611>

Maria Angela da Cunha Lopes

Universidade do Estado do Pará (UEPA). <http://lattes.cnpq.br/6523519136319293>

Wilma Rosa Silva de Miranda

Universidade do Estado do Pará (UEPA). <http://lattes.cnpq.br/6683745982653392>

José Roberto Zaffalon Júnior

Universidade do Estado do Pará (UEPA), Laboratório de Exercício Físico e Estilo de Vida (LEFEV). <http://lattes.cnpq.br/8638150719714736>

Resumo: Este trabalho teve como objetivo descrever a experiência de uma intervenção educativa sobre alimentação e saúde realizada por acadêmicos de Enfermagem em uma escola pública de Ensino Médio do município de Altamira, Pará. Trata-se de um relato de experiência, de caráter descritivo, fundamentado na metodologia da problematização e orientado pelas etapas do Arco de Magueréz. Inicialmente, foi realizada uma visita à escola para observar os hábitos alimentares dos estudantes e os alimentos disponíveis no ambiente escolar. A partir das situações identificadas e da fundamentação teórica, foram elaborados um banner interativo e uma cartilha digital, abordando a classificação dos alimentos, a leitura de rótulos, os riscos do consumo excessivo de produtos ultraprocessados e os benefícios de uma alimentação equilibrada. A intervenção ocorreu no pátio da escola, durante o intervalo das aulas, e contou com a participação espontânea de aproximadamente 35 estudantes. A atividade incluiu uma dinâmica de classificação de alimentos e momentos de diálogo e esclarecimento de dúvidas. Observou-se interesse dos participantes, especialmente em relação à diferenciação entre alimentos processados e ultraprocessados e à interpretação das informações nutricionais. A experiência demonstrou que estratégias educativas participativas e relacionadas à realidade dos estudantes podem favorecer a reflexão crítica sobre as escolhas alimentares. Contudo, a ausência de avaliação antes e depois da intervenção não permite afirmar a ocorrência de mudanças efetivas nos hábitos alimentares.

Palavras-chave: educação alimentar e nutricional; adolescentes; saúde escolar. Enfermagem; alimentos ultraprocessados.

Abstract: This study aimed to describe the experience of an educational intervention on food and health conducted by undergraduate Nursing students at a public high school in the municipality of Altamira, Pará, Brazil. This is a descriptive experience report based on problem-based methodology and guided by the stages of the Maguerez Arch. Initially, a visit was made to the school to observe students' eating habits and the foods available in the school environment. Based on the situations identified and the theoretical framework, an interactive banner and a digital booklet were developed, addressing food classification, nutrition label reading, the risks associated with excessive consumption of ultra-processed foods, and the benefits of a balanced diet. The intervention took place in the school courtyard during the class break and involved the voluntary participation of approximately 35 students. The activity included a food classification exercise, dialogue, and clarification of questions. The participants showed interest, particularly in distinguishing processed from ultra-processed foods and interpreting nutritional information. The experience demonstrated that participatory educational strategies connected to students' realities may encourage critical reflection on food choices. However, due to the absence of pre- and post-intervention assessments, it is not possible to conclude that the activity resulted in effective changes in eating habits.

Keywords: food and nutrition education; adolescents; school health; nursing; ultra-processed foods.

INTRODUÇÃO

A alimentação constitui um importante determinante da saúde, influenciando o crescimento, o desenvolvimento e o funcionamento físico e cognitivo dos indivíduos. Na adolescência, período caracterizado por intensas transformações biológicas, psicológicas e sociais, os hábitos alimentares assumem especial relevância, pois os padrões estabelecidos nessa fase podem se manter ao longo da vida (Santos *et al.*, 2023; Silva; Souza, 2022). Além disso, as elevadas demandas nutricionais relacionadas ao crescimento e à maturação tornam os adolescentes mais vulneráveis às influências familiares, sociais, econômicas e ambientais sobre suas escolhas alimentares (Machado, 2022).

O padrão alimentar de adolescentes brasileiros tem sido marcado pelo consumo frequente de alimentos ultraprocessados e pela baixa ingestão de frutas, legumes e verduras (Macedo *et al.*, 2021; Louzada *et al.*, 2023). Esse cenário está relacionado à transição nutricional, caracterizada pela substituição progressiva de alimentos in natura ou minimamente processados por produtos industrializados com elevadas quantidades de açúcares, gorduras, sódio e aditivos alimentares (Louzada *et al.*, 2023).

Produtos como refrigerantes, salgadinhos de pacote, biscoitos recheados e macarrão instantâneo tornam-se atrativos para os adolescentes devido à praticidade, ao sabor, ao preço e às estratégias de publicidade direcionadas a esse público (Henriques *et al.*, 2025; Scaciota *et al.*, 2026). Nesse contexto, o ambiente escolar pode tanto favorecer escolhas mais saudáveis quanto contribuir para a manutenção de hábitos inadequados, especialmente quando existe ampla oferta de produtos ultraprocessados na cantina, nas proximidades da escola ou entre os alimentos trazidos de casa (Nascimento; Silva, 2020).

O consumo excessivo desses alimentos está associado ao aumento da ingestão energética e ao desenvolvimento de alterações metabólicas e cardiovasculares. Também pode repercutir na disposição, na concentração, no bem-estar emocional e no desempenho das atividades escolares (Hall *et al.*, 2019; Lourenci *et al.*, 2025; Pereira *et al.*, 2024). Dessa forma, ações de educação alimentar e nutricional podem contribuir para que os adolescentes compreendam melhor a composição dos alimentos e desenvolvam maior autonomia para realizar suas escolhas.

A escola constitui um espaço estratégico para o desenvolvimento dessas ações. Nesse ambiente, o enfermeiro, especialmente por meio da Atenção Primária à Saúde e do Programa Saúde na Escola, pode atuar como educador e facilitador do cuidado integral à saúde dos adolescentes (Rodrigues *et al.*, 2023). Estratégias educativas participativas, que considerem a realidade dos estudantes e utilizem linguagem acessível, podem favorecer a reflexão sobre os hábitos alimentares e suas repercussões na saúde.

Diante disso, este relato tem como objetivo descrever a experiência de uma intervenção educativa realizada por acadêmicos de Enfermagem em uma escola pública de Ensino Médio do município de Altamira, Pará, voltada à conscientização dos estudantes sobre os hábitos alimentares e suas possíveis repercussões na saúde, na atenção, na disposição e no cotidiano escolar.

METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência, de caráter descritivo, fundamentado na metodologia da problematização e orientado pelas etapas do Arco de Magueréz (Bordenave; Pereira, 2014). A atividade foi desenvolvida no componente curricular Atividades Integradas em Saúde, do curso de Bacharelado em Enfermagem da Universidade do Estado do Pará, sob supervisão docente.

A ação ocorreu em uma escola pública de Ensino Médio localizada no município de Altamira, estado do Pará. A intervenção foi realizada no pátio da instituição, durante o intervalo das aulas, no dia 1º de junho de 2026, e contou com a participação espontânea de aproximadamente 35 estudantes.

O desenvolvimento da atividade seguiu as cinco etapas do Arco de Magueréz:

Observação da Realidade

Inicialmente, foi realizada uma visita à escola para conhecer sua rotina e observar os hábitos alimentares dos estudantes durante o intervalo. Foram considerados os alimentos comercializados na cantina e no entorno da instituição, a presença de vendedores ambulantes, os lanches trazidos de casa e as interações dos estudantes durante o momento das refeições. As principais observações foram registradas em diário de campo.

Identificação dos Pontos-chave

A partir da observação, foram identificados como principais aspectos relacionados às escolhas alimentares dos estudantes: a disponibilidade de produtos ultraprocessados na cantina e nas proximidades da escola; a pouca oferta de opções saudáveis e acessíveis; o reduzido consumo aparente de frutas e verduras; a influência dos colegas e do ambiente social; e a presença de relatos informais de cansaço, sonolência e dificuldade de concentração.

Teorização

A fundamentação teórica foi construída por meio da consulta a artigos científicos, livros e documentos relacionados à alimentação na adolescência. Foram estudados temas como a classificação dos alimentos, os efeitos do consumo excessivo de produtos ultraprocessados, a influência do ambiente escolar, a leitura de rótulos, a relação entre alimentação, saúde e rendimento escolar e os aspectos sociais envolvidos nas escolhas alimentares.

Hipóteses de Solução

Com base nos problemas observados e na literatura consultada, foram elaboradas duas tecnologias educativas: um banner interativo e uma cartilha digital sobre alimentação saudável. Os materiais abordaram a classificação dos alimentos, a leitura de rótulos, os riscos relacionados ao consumo excessivo de produtos ultraprocessados, os benefícios de uma alimentação equilibrada e sugestões de lanches acessíveis.

A cartilha foi disponibilizada em formato digital, por meio de um código QR inserido no banner e impresso em pequenos folhetos distribuídos aos estudantes.

Aplicação à Realidade

A intervenção envolveu a exposição do banner, a distribuição dos códigos QR e a realização de uma dinâmica de classificação dos alimentos. Os acadêmicos também conversaram com os estudantes, esclareceram dúvidas e estimularam a reflexão sobre os fatores que influenciavam suas escolhas alimentares.

RELATO DA EXPERIÊNCIA

Observação da Realidade e Aproximação com a Escola

Em março de 2026, foi realizada uma visita à escola parceira com a finalidade de conhecer a rotina dos estudantes e identificar situações relacionadas à alimentação no ambiente escolar. Durante o intervalo, observou-se que, entre os alimentos consumidos pelos estudantes, predominavam salgadinhos de pacote, refrigerantes, biscoitos recheados, salgados fritos e macarrão instantâneo. Esses

produtos eram adquiridos principalmente na cantina ou com vendedores localizados nas proximidades da escola.

Poucos estudantes foram observados consumindo alimentos trazidos de casa e, entre esses lanches, também estavam presentes produtos como biscoitos e sanduíches preparados com embutidos. O consumo de frutas foi pouco frequente, enquanto verduras e outros alimentos in natura praticamente não foram observados durante a visita.

Essa realidade se aproxima do cenário nacional identificado pela Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar, que acompanha, entre outros indicadores, o consumo de alimentos ultraprocessados, a ingestão de alimentos marcadores de uma alimentação saudável, a utilização da alimentação escolar e a compra de produtos em cantinas e no entorno das escolas (IBGE, 2021). Dessa forma, o comportamento observado não deve ser compreendido apenas como uma escolha individual, mas como resultado da interação entre preferências pessoais, disponibilidade, preço, praticidade e influência do ambiente social.

A cantina oferecia algumas alternativas, como sucos e sanduíches, porém os salgados fritos e os refrigerantes aparentavam maior procura. A presença de vendedores ambulantes no entorno também ampliava o acesso dos estudantes a produtos ultraprocessados. Estudos demonstram que a maior disponibilidade desses alimentos dentro e nas proximidades das escolas pode favorecer seu consumo, enquanto a presença de opções in natura ou minimamente processadas contribui para escolhas mais adequadas (Leite *et al.*, 2021; Henriques *et al.*, 2025; Pimentel *et al.*, 2026).

Esses achados reforçam o conceito de ambiente alimentar escolar, que envolve os espaços, as condições e as relações nas quais os alimentos são ofertados, adquiridos e consumidos. Portanto, somente transmitir informações aos adolescentes pode não ser suficiente para modificar suas práticas alimentares quando o próprio ambiente facilita o acesso a produtos de baixo valor nutricional.

Durante conversas informais, alguns estudantes mencionaram cansaço, sonolência e dificuldade para manter a concentração nas aulas. Embora uma alimentação inadequada possa estar relacionada à disposição e ao bem-estar, não foi possível atribuir esses relatos ao consumo alimentar, pois não foram realizadas avaliações clínicas, nutricionais ou comportamentais. As falas serviram apenas como elementos para a problematização da realidade e para a definição do tema da intervenção.

A observação inicial demonstrou, assim, que as escolhas alimentares dos estudantes estavam relacionadas não apenas ao conhecimento sobre alimentação, mas também a fatores econômicos, familiares, culturais e ambientais. Esse entendimento foi importante para evitar uma abordagem centrada na responsabilização individual dos adolescentes e orientar uma intervenção baseada no diálogo e na reflexão.

Elaboração dos Materiais Educativos

A partir das situações observadas e da revisão da literatura, foram elaborados um banner interativo e uma cartilha digital sobre alimentação saudável. Buscou-se utilizar linguagem direta, ilustrações coloridas e exemplos próximos da realidade dos adolescentes.

Os materiais abordaram a classificação dos alimentos em in natura, minimamente processados, processados e ultraprocessados; os riscos relacionados ao consumo excessivo de açúcares, gorduras e sódio; a interpretação da lista de ingredientes e das informações nutricionais; os benefícios de uma alimentação equilibrada; e sugestões de lanches acessíveis e de fácil preparação.

A utilização da classificação dos alimentos de acordo com seu grau de processamento foi fundamentada no Guia Alimentar para a População Brasileira, que recomenda que os alimentos in natura ou minimamente processados constituam a base da alimentação e que os produtos ultraprocessados sejam evitados ou tenham seu consumo reduzido (Brasil, 2014). Essa classificação mostrou-se adequada para a atividade por permitir que os estudantes analisassem os alimentos para além da quantidade isolada de calorias, açúcares ou gorduras.

O banner, confeccionado nas dimensões de 0,80 m por 1,20 m, foi organizado em dois espaços destinados à classificação dos alimentos. Foram utilizadas imagens de maçã, castanhas, batata-doce, melancia, banana, ovo cozido e iogurte natural, além de refrigerante, batata frita, biscoito recheado, hambúrguer, macarrão instantâneo, pizza congelada, pastel, suco em pó e cereais matinais industrializados.

A divisão entre “alimentos saudáveis” e “alimentos não saudáveis” foi adotada para facilitar a compreensão inicial e a realização da dinâmica. Entretanto, durante as explicações, procurou-se esclarecer que essa classificação não deveria ser interpretada de forma absoluta. A qualidade da alimentação depende do grau de processamento, da composição, da quantidade, da frequência de consumo e da combinação dos alimentos ao longo do tempo. Esse cuidado foi importante para evitar uma visão moralizadora, na qual determinados alimentos seriam considerados simplesmente “bons” ou “ruins”.

Também foram incluídas informações simplificadas sobre açúcares, gorduras, sódio e fibras, permitindo que os participantes comparassem os produtos. Entretanto, foi enfatizado que a análise não deveria se limitar à tabela nutricional, devendo considerar também a lista de ingredientes e o grau de processamento do produto.

A cartilha foi desenvolvida em formato digital, com oito páginas coloridas, aprofundando os temas apresentados no banner. Para facilitar o acesso, foi gerado um código QR, posteriormente inserido no banner e impresso em pequenos folhetos distribuídos aos estudantes.

A utilização do recurso digital possibilitou que o conteúdo permanecesse disponível após o término da atividade. Contudo, não foi verificado quantos estudantes acessaram ou leram efetivamente a cartilha. Assim, o número de códigos

distribuídos não deve ser interpretado como indicador de alcance ou aprendizagem, constituindo apenas uma estratégia de ampliação do acesso ao material.

Desenvolvimento da Intervenção Educativa

No dia 1º de junho de 2026, o banner foi instalado no pátio principal da escola, próximo à cantina, de modo que pudesse ser visualizado durante o intervalo. Para organizar a atividade, os acadêmicos foram divididos em três grupos. O primeiro ficou responsável pela apresentação do banner e pelo esclarecimento de dúvidas; o segundo realizou a distribuição dos códigos QR e conversou com os estudantes; e o terceiro conduziu a dinâmica educativa.

Imagem 1 - Apresentando a atividade integrativa.



Fonte: Acervo Pessoal.

Na dinâmica, cada participante recebia uma ou duas imagens de alimentos e era convidado a posicioná-las no espaço do banner que considerasse adequado. Em seguida, deveria justificar sua escolha. Após cada resposta, os acadêmicos complementavam as informações, explicando o grau de processamento, a composição do produto e os possíveis efeitos de seu consumo frequente.

A atividade favoreceu a participação e gerou discussões sobre produtos considerados pelos estudantes como aparentemente saudáveis. Cereais matinais industrializados, sucos em pó e produtos com alegações como “light” ou “zero” despertaram especial interesse. Foi explicado que essas denominações indicam alterações específicas na composição do produto, mas não permitem concluir, isoladamente, que ele seja adequado para consumo frequente. Por isso, ressaltou-se a importância de observar a lista de ingredientes e o conjunto das informações presentes no rótulo.

As dúvidas manifestadas durante a dinâmica indicaram que parte dos participantes não diferenciava claramente os alimentos processados dos ultraprocessados. Esse resultado se aproxima de estudos realizados com adolescentes, nos quais foram identificadas limitações no conhecimento sobre alimentação e nutrição antes da realização de atividades educativas (Pereira; Pereira; Angelis-Pereira, 2017).

Aproximadamente 35 estudantes participaram espontaneamente da atividade. Durante as conversas, foram apresentadas dúvidas sobre os efeitos dos produtos ultraprocessados e sobre alternativas para uma alimentação mais equilibrada. Os participantes também mencionaram dificuldades relacionadas à falta de tempo, ao preço dos alimentos, aos hábitos familiares, à pouca disponibilidade de opções saudáveis e à influência de amigos.

Esses relatos demonstram que a adoção de uma alimentação adequada não depende somente da transmissão de conhecimentos. Mesmo quando os adolescentes reconhecem quais escolhas seriam mais adequadas, fatores econômicos, familiares e ambientais podem dificultar sua realização. Desse modo, as ações educativas precisam ser acompanhadas por mudanças no ambiente escolar, ampliação da oferta de alimentos in natura ou minimamente processados e envolvimento das famílias, da cantina, dos professores e da gestão da escola.

A dinâmica com imagens mostrou-se especialmente útil por tornar o conteúdo mais concreto e participativo. Em vez de realizar apenas uma exposição verbal, os estudantes foram convidados a tomar decisões, justificar suas respostas e confrontar suas percepções com as informações apresentadas. Estudos indicam que intervenções educativas realizadas no ambiente escolar podem ampliar o conhecimento dos adolescentes e produzir resultados favoráveis em alguns indicadores de consumo alimentar, sobretudo quando utilizam estratégias participativas e são desenvolvidas de maneira contínua (Pereira; Pereira; Angelis-Pereira, 2017; Medeiros *et al.*, 2022).

Professores e funcionários também se aproximaram do espaço e demonstraram interesse pela atividade. Ao final, alguns estudantes afirmaram que pretendiam observar com maior atenção os rótulos e refletir sobre a frequência de consumo de alimentos ultraprocessados. Essas manifestações sugerem que a ação favoreceu a reflexão imediata sobre o tema, mas não permitem afirmar que ocorreram mudanças efetivas nos hábitos alimentares.

Essa diferenciação é necessária porque a intervenção teve curta duração e não foram aplicados instrumentos antes e depois da atividade. Também não houve acompanhamento posterior dos participantes. Assim, a receptividade, as perguntas realizadas e as intenções verbalizadas devem ser interpretadas como indicadores de interesse e aceitabilidade, e não como evidências de eficácia ou de mudança comportamental.

A direção da escola manifestou interesse em manter o banner exposto e em utilizar o código QR em futuras campanhas. Esse interesse demonstra a viabilidade da utilização dos materiais no contexto escolar, embora sua efetividade dependa da continuidade das ações e da integração com outras estratégias de promoção da alimentação adequada.

Para os acadêmicos de Enfermagem, a experiência contribuiu para o desenvolvimento de competências relacionadas ao planejamento de intervenções, ao trabalho em equipe, à comunicação com adolescentes e à adaptação do conhecimento científico para uma linguagem acessível. A vivência também permitiu

compreender que a educação em saúde não deve ser conduzida como simples transmissão de informações, mas como um processo de diálogo que considera os conhecimentos, as dificuldades e as condições concretas de vida dos participantes.

De modo geral, a experiência demonstrou que intervenções breves e participativas podem criar espaços de diálogo e despertar o interesse dos adolescentes pela alimentação. Entretanto, mudanças sustentadas dependem de ações contínuas, participação da comunidade escolar e transformação do ambiente no qual as escolhas alimentares são realizadas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A experiência realizada em uma escola pública de Ensino Médio de Altamira evidenciou a relevância de ações de educação alimentar e nutricional no ambiente escolar. A participação e as dúvidas dos estudantes demonstraram que o tema está relacionado ao cotidiano desse público e que ainda existem dificuldades na identificação dos alimentos ultraprocessados e na interpretação das informações presentes nos rótulos.

A utilização do Arco de Maguerez possibilitou que a intervenção fosse planejada a partir da realidade observada na escola. A dinâmica de classificação dos alimentos, associada ao banner e à cartilha digital, favoreceu uma abordagem participativa, visual e acessível, estimulando o diálogo sobre alimentação, saúde e rotina escolar.

Entre as limitações da experiência, destacam-se o curto período da intervenção, a participação de um número restrito de estudantes e a ausência de instrumentos formais para avaliar conhecimentos, hábitos ou mudanças de comportamento antes e depois da atividade. Portanto, não é possível afirmar que a ação tenha produzido alterações efetivas nos hábitos alimentares dos participantes.

Apesar dessas limitações, a receptividade dos estudantes, professores e funcionários reforça a pertinência de atividades educativas no contexto escolar. Recomenda-se que futuras intervenções sejam desenvolvidas de forma contínua, articuladas com a equipe pedagógica, os responsáveis pelos estudantes, os profissionais da cantina e as equipes da Atenção Primária à Saúde. Também podem ser incluídas oficinas de preparação de lanches, leitura orientada de rótulos e avaliação dos conhecimentos antes e depois das ações.

Nesse processo, o enfermeiro desempenha papel importante como educador em saúde, contribuindo para o desenvolvimento da autonomia, da consciência crítica e da participação dos adolescentes nas decisões relacionadas à própria saúde.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2. ed. Brasília, DF:

Ministério da Saúde, 2014.

BORDENAVE, J. D.; PEREIRA, A. M. **Estratégias de ensino-aprendizagem**. 33. ed. Petrópolis: Vozes, 2014.

HALL, K. D. *et al.* **Ultra-processed diets cause excess calorie intake and weight gain: an inpatient randomized controlled trial of ad libitum food intake**. *Cell Metabolism*, v. 30, n. 1, p. 67-77, 2019.

HENRIQUES, P. *et al.* **Ambiente alimentar escolar e consumo de alimentos ultraprocessados por adolescentes brasileiros**. *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, 2025.

HENRIQUES, P. *et al.* **Fatores promotores e competidores da alimentação adequada e saudável no ambiente alimentar escolar**. *Ciência & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 30, n. 2, e0393023, 2025. DOI: 10.1590/1413-81232025302.0393023.

IBGE – INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar: 2019. Rio de Janeiro: IBGE, 2021.

LEITE, M. A.; AZEREDO, C. M.; PERES, M. F. T.; ESCUDER, M. M. L.; LEVY, R. B. **Disponibilidade e consumo de ultraprocessados em escolas do Município de São Paulo, Brasil: resultados do SP-Proso**. *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 37, supl. 1, e00162920, 2021.

LOURENCI, M. A. V. *et al.* O papel da alimentação na saúde mental: evidências recentes. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 11, n. 9, p. 849-855, 2025.

LOUZADA, M. L. C. *et al.* Consumo de alimentos ultraprocessados no Brasil: distribuição e evolução temporal 2008–2018. **Revista de Saúde Pública**, v. 57, n. 12, p. 1-13, 2023.

MACEDO, H. M. *et al.* Consumo de alimentos ultraprocessados e o papel das escolas e da família na reeducação alimentar de adolescentes escolares. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 11, e122101119338, 2021.

MACHADO, N. M. **A alimentação industrializada e a influência da mídia nos hábitos alimentares dos adolescentes da escola do campo de Antonina – PR**. 2022. Dissertação (Mestrado) – Universidade Federal do Paraná, Matinhos, 2022.

MEDEIROS, G. C. B. S. *et al.* Effect of school-based food and nutrition education interventions on the food consumption of adolescents: a systematic review and meta-analysis. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 19, n. 17, p. 10522, 2022.

NASCIMENTO, M. C. F.; SILVA, M. Hábitos alimentares de adolescentes e educação alimentar no ambiente escolar. **Revista de Educação Popular, Uberlândia**, v. 19, n. 2, p. 45-62, 2020.

PEREIRA, L. C. C. *et al.* **Insegurança alimentar e suas repercussões no rendimento escolar.** Cadernos de Pesquisa, São Paulo, v. 54, 2024.

PEREIRA, T. S.; PEREIRA, R. C.; ANGELIS-PEREIRA, M. C. **Influência de intervenções educativas no conhecimento sobre alimentação e nutrição de adolescentes de uma escola pública.** Ciência & Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 22, n. 2, p. 427-435, 2017.

PIMENTEL, J. L.; GONÇALVES, V. S. S.; CARMO, A. S.; VASCONCELLOS, M. T. L.; TORAL, N. **Ambiente alimentar escolar, comportamento alimentar e consumo de alimentos in natura e minimamente processados por adolescentes.** Ciência & Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 31, n. 1, e05432024, 2026.

RODRIGUES, R. M. *et al.* Consumo alimentar e adequação nutricional de adolescentes brasileiros. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, São Paulo, v. 26, 2023.

SANTOS, A. L. *et al.* Alimentação e desenvolvimento na adolescência: uma revisão integrativa. Ciência & Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 28, 2023.

SCACIOTA, L. L. *et al.* **Influência do ambiente alimentar escolar no consumo de alimentos ultraprocessados por adolescentes.** Cadernos de Saúde Pública, Rio de Janeiro, v. 42, n. 3, 2026.

SILVA, F. R. *et al.* Impactos da alimentação inadequada sobre a saúde física e emocional de adolescentes. **Revista Paulista de Pediatria**, São Paulo, v. 42, 2024.

SILVA, M. A.; SOUZA, L. C. **Percepção corporal e hábitos alimentares na adolescência.** Psicologia & Sociedade, Belo Horizonte, v. 34, 2022.